

# **Mobbingpräventionsworkshops gestalten:** Bausteine und Materialien für Mobbingpräventionsarbeit mit Jugendlichen

Referent: Jannis Baalmann

# Zum Referenten



**Jannis Baalmann**

Zertifizierter Gewaltpräventionstrainer

Gründer von GEGEMO®

Eigene Erfahrungen in der  
Schulzeit

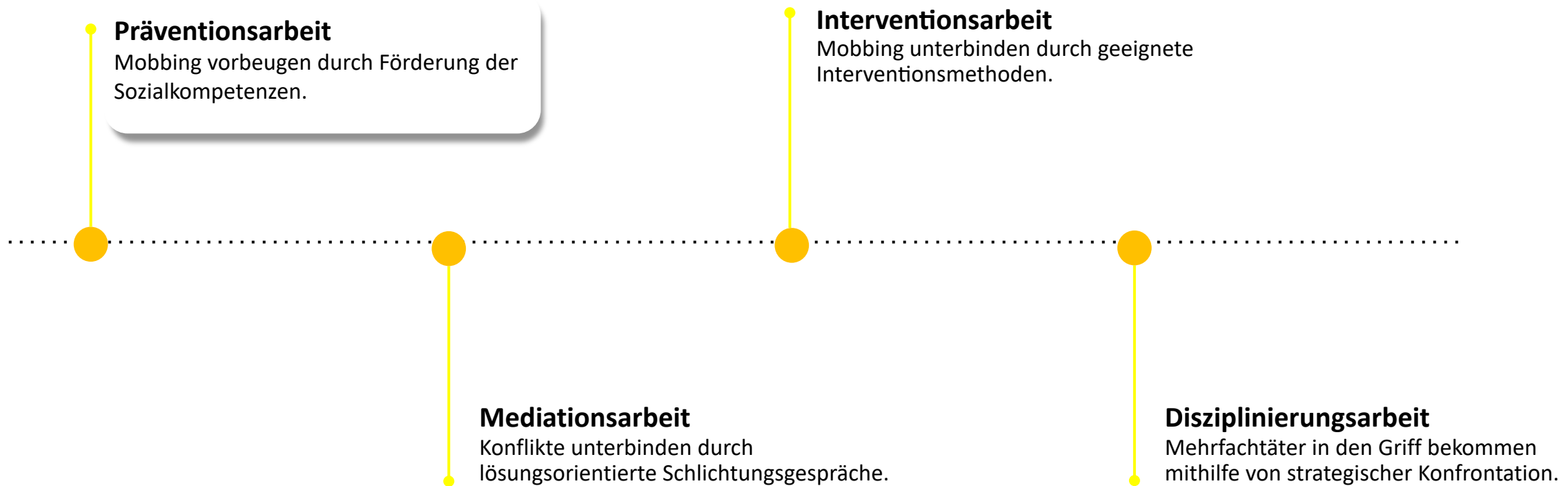


**LEUPHANA**  
UNIVERSITÄT LÜNEBURG

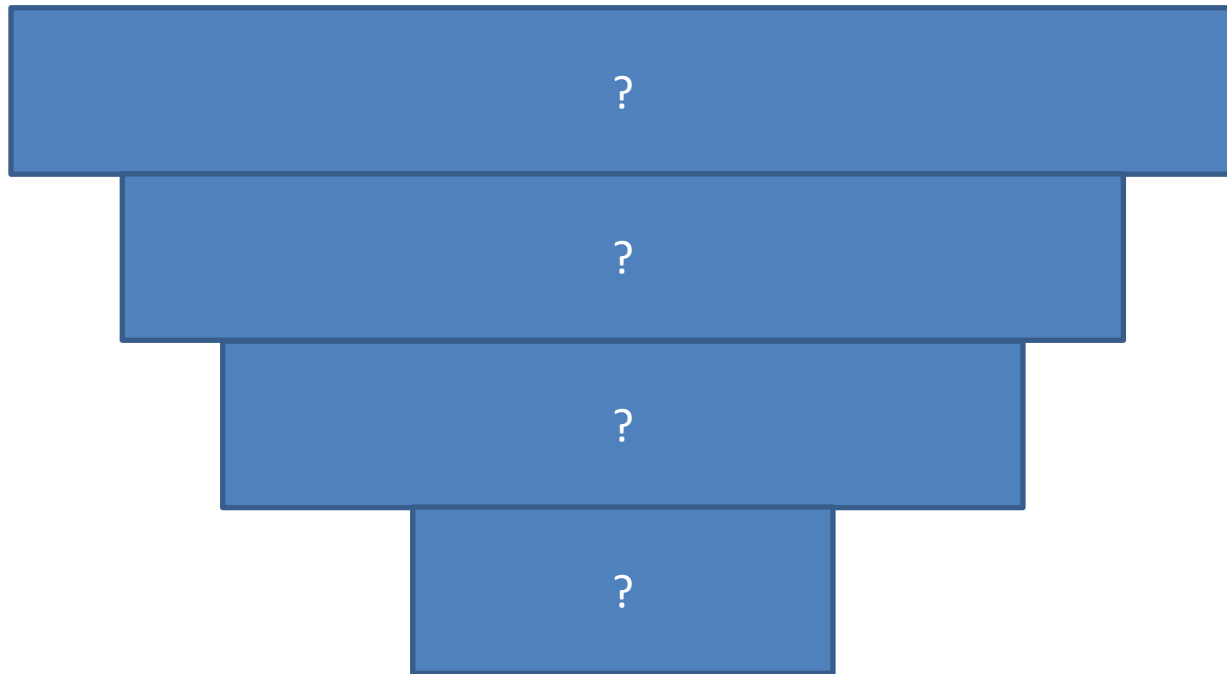


**GEGEMO** 

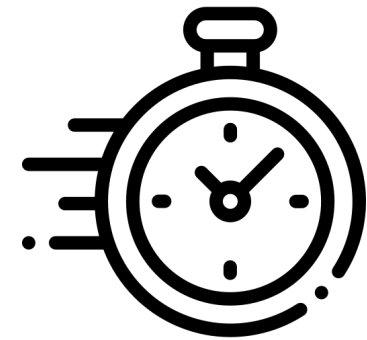
# Die heutigen Inhalte einordnen



# Quick Recap - Mobbing



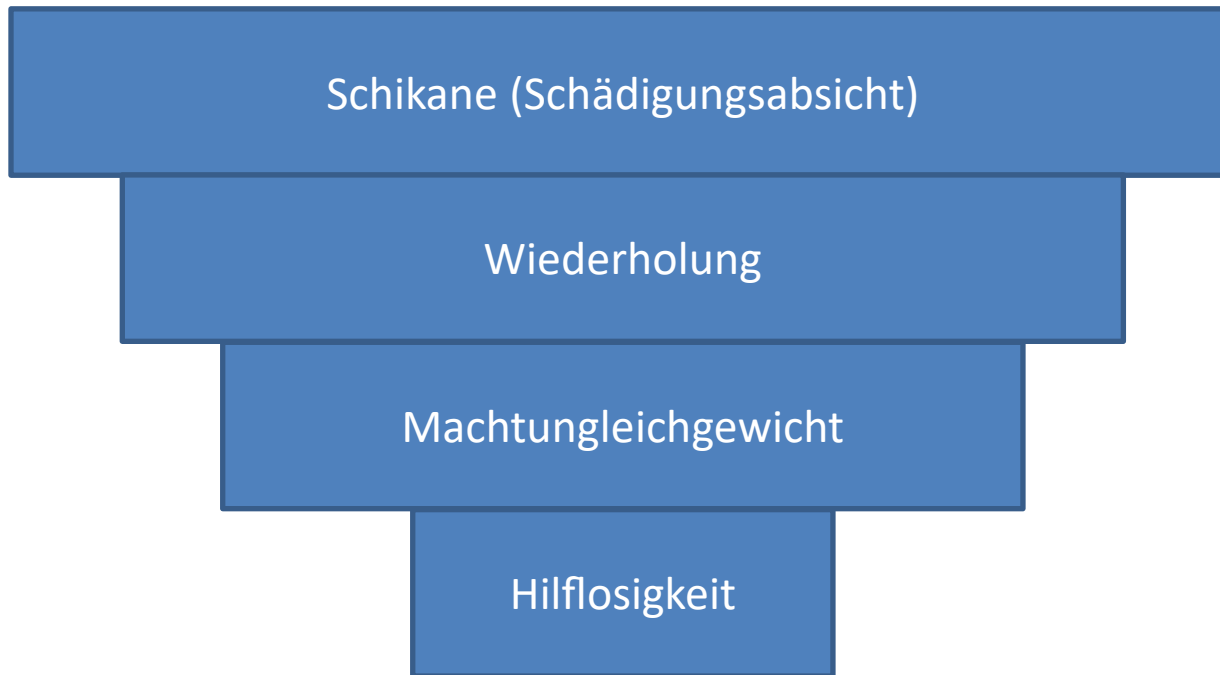
**Was sind die Kriterien von Mobbing?**



30 Sekunden Bedenkzeit

-- überlegen Sie ernsthaft! --

# Quick Recap - Mobbing



Schikane wird in der Literatur gerne als Überbegriff für alle „Waffen“ genutzt, die der/die Täter\*innen benutzen.

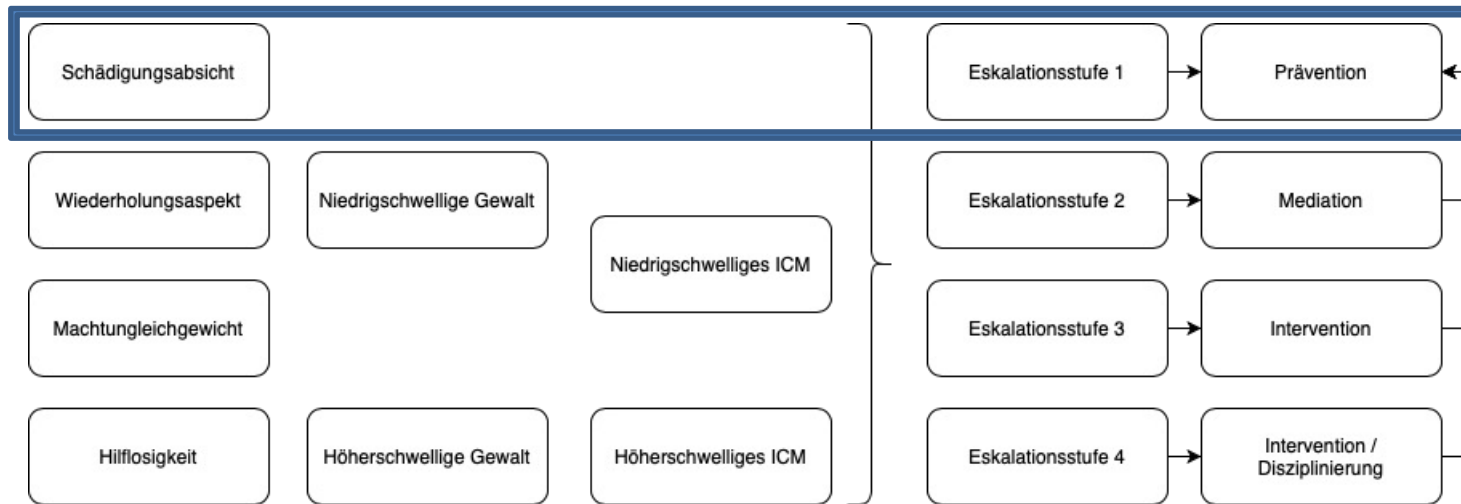
Damit aus reiner Schikane „Mobbing“ wird bedarf es einer Regelmäßigkeit (i.d.R 1x pro Woche über zwei Monate).

Außerdem ist charakteristisch für Mobbing, dass eine Unterlegenheit zu Ungunsten des Opfers entsteht.

Gerade wenn wir als Lehrkräfte nicht oder falsch einschreiten, kann bei dem Opfer ein Gefühl der Hilflosigkeit entstehen.

➡ Langzeitfolgen

# Wann Prävention? Das Eskalationsstufensystem hilft.



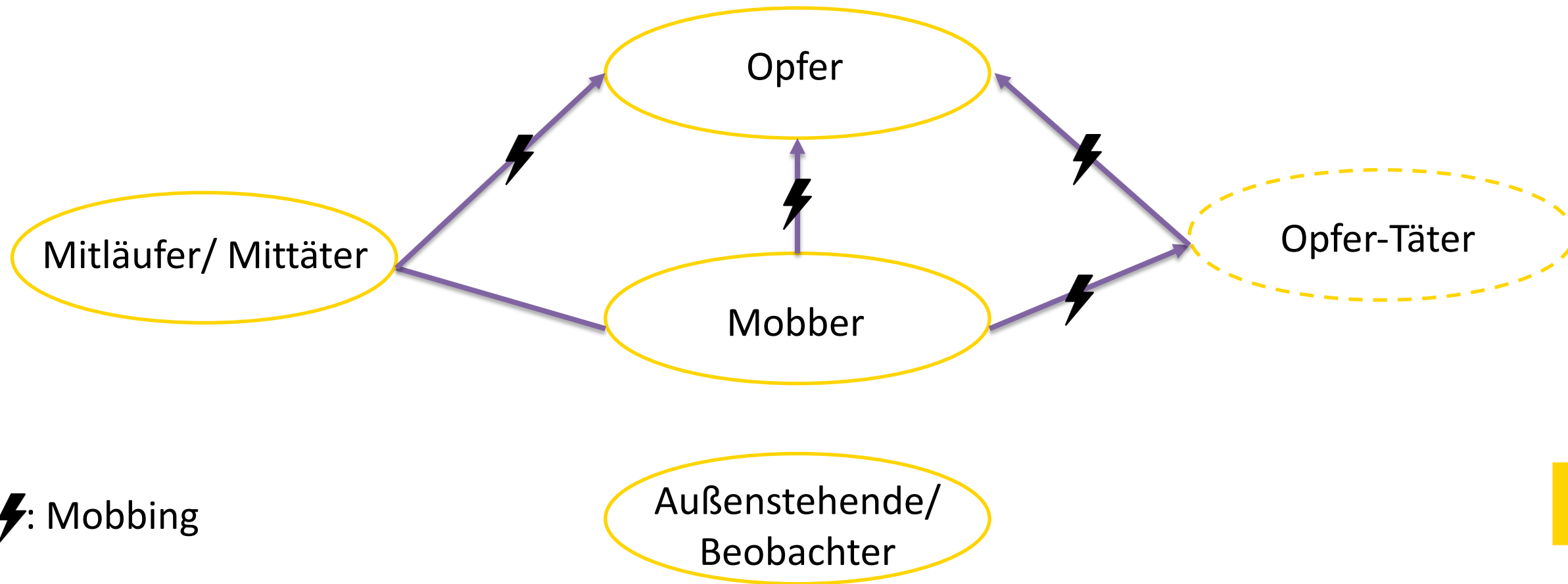
Stufe 1: Prävention sollte regelmäßig stattfinden (wenn **kein** akuter Fall ist).

Stufe 2: Unterbinden Sie Konflikte rechtzeitig, bevor Sie zu Mobbing werden.

Stufe 3: Mobbing muss durch eine geeignete Intervention beendet werden.

Stufe 4: Konfrontation des/der Täters.

# Die Rollenverteilung beim Mobbing



# Wie kann schulische Mobbingprävention aussehen?



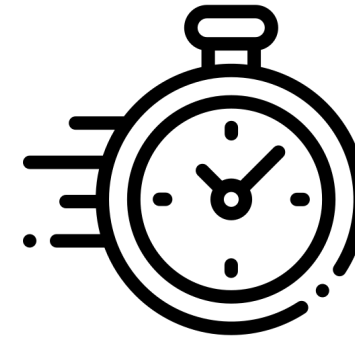


# Checkliste zur Durchführung gezielter Mobbingprävention

## Gezielte Prävention

- Protektive Maßnahmen für Gruppe & Individuum.

Was sind die Kriterien für eine erfolgreiche Mobbingprävention?



30 Sekunden Bedenkzeit

-- überlegen Sie ernsthaft! --

# Checkliste zur Durchführung gezielter Mobbingprävention



- Ist die durchführende Person ausgebildet / fortgebildet, um bspw. mit einer/einem emotionalen Schüler/in umzugehen?
- Ist genügend Personal für die entsprechende Klassengröße dabei?
- Ist das Personal ggf. divers, um verschiedene Geschlechter oder Herkunftse besser abzuholen?
- Ist die hauptsächlich durchführende Person ggf. extern oder zumindest nicht im Schulalltag der Klasse vertreten?



- Ist das Konzept erprobt, belegt oder zumindest theoretisch belegbar?
- Ist das Konzept Zielgruppengerecht (Jahrgang, Schulform etc.)?
- Ist das Konzept methodisch abwechslungsreich?
- Gibt es Materialien für Schüler:innen, die nicht teilnehmen wollen?
- Wurde das Konzept im Vorhinein mit der Person abgesprochen, die sich um die Nachbetreuung kümmern muss (i.d.R. Schulsozialarbeit)?
- Wurde im Vorhinein abgeklärt, ob es bekannte akute Fälle gibt?

Sie sollten alle Felder mit „Ja“ beantworten können bevor Sie aktiv werden\*

# Der größte Fehler bei der Mobbingprävention



Thematisieren Sie niemals vor der ganzen Klasse einen akuten oder gerade vergangenen Fall, der einen oder mehrere Schüler:innen betrifft.

Wenn dann sollten die Schüler:innen sich selbst aussuchen, dass sie über ihre Erlebnisse sprechen. Allerdings schätzen Schüler:innen oft die Folgen einer solchen Aktion falsch ein.



# Altersgerechte Umsetzung – den richtigen Fokus setzen

---

Jahrgang 5: Opfer – Opfervermeidung



Jahrgang 6: Zeuge/ Helfer/ Zivilcourage



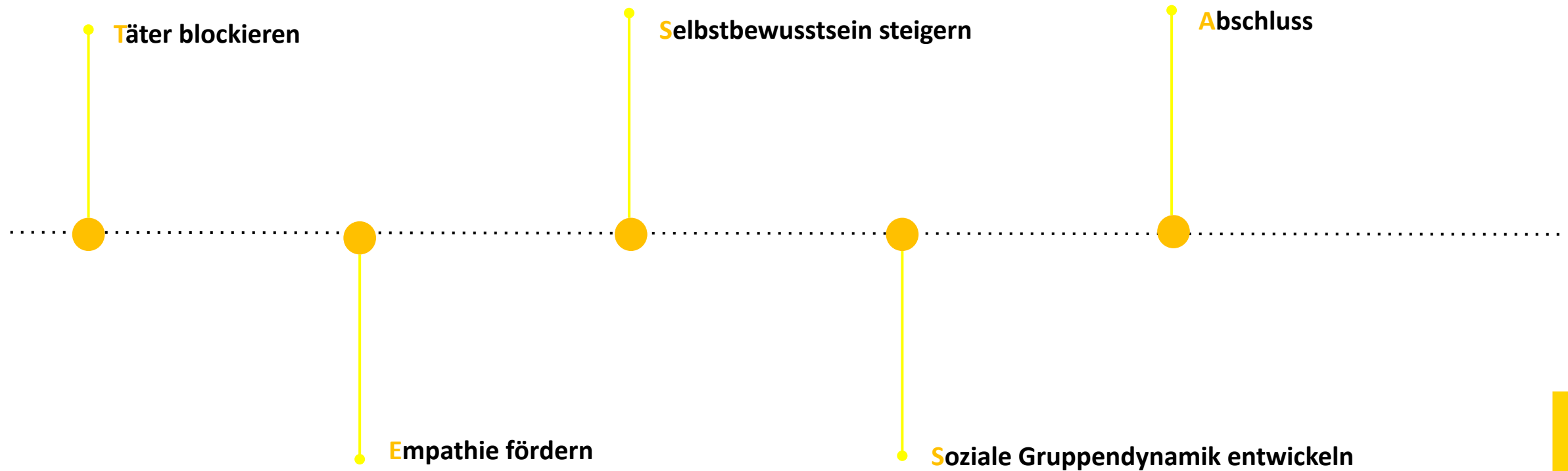
Jahrgang 7: Gewaltprävention



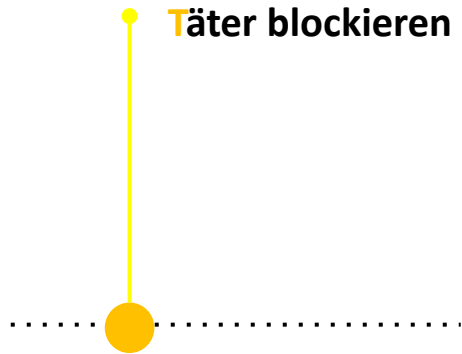
Jahrgang 8: Folgen einer Straftat

<https://www.jugendserver-hamburg.de/dateien/konflikte4.pdf>

# Die TESSA-Methode



# Die TESSA-Methode



## Was?

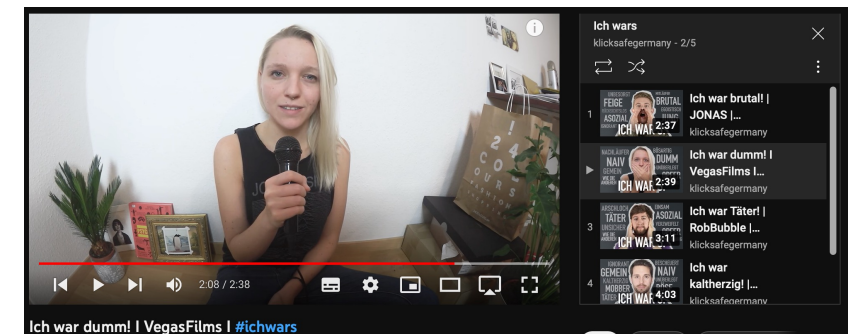
Der Punkt „Täter blockieren“ kann sehr weit ausgelegt werden, beschreibt aber vor allem eine Herangehensweise zum Aufbau/ Einstieg in eine Präventionsstunde. Grundsätzlich geht es darum ein klares Signal bezüglich möglicher Täter zu setzen, im Sinne von „Täter sein ist nicht cool“. Betroffenen soll dadurch ermöglicht werden sich öffnen zu können. Auch potentielle / ehemalige Täter sollen direkt aus ihrer Schutzschicht geholt werden und ggf. den ersten Schritt in Richtung Selbstreflektion machen.

## Wie?

- Storytelling
- Gedankenexperimente
- „Catchy Video“
- Vorbesprechung mit Störenfried & Sozialarbeit



<https://www.youtube.com/watch?v=nEjXjqAXpV4>



[https://www.youtube.com/watch?v=xTI5kPCILKU&list=PL6C\\_wY6dWQLYTtML77sl-FGCvGEVOQOPz&index=2](https://www.youtube.com/watch?v=xTI5kPCILKU&list=PL6C_wY6dWQLYTtML77sl-FGCvGEVOQOPz&index=2)

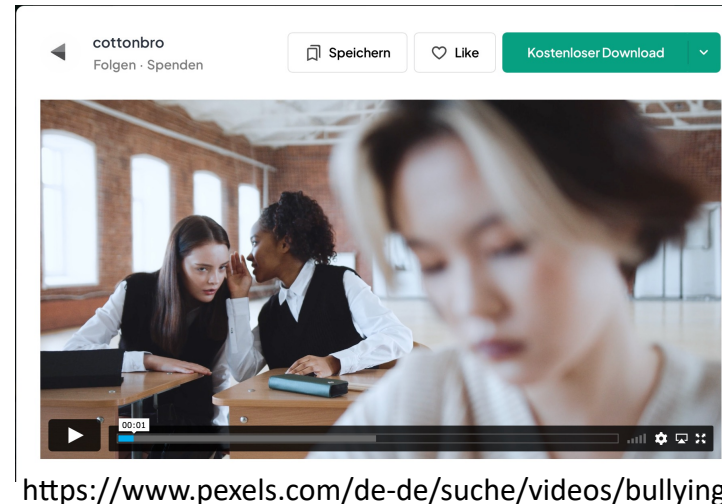
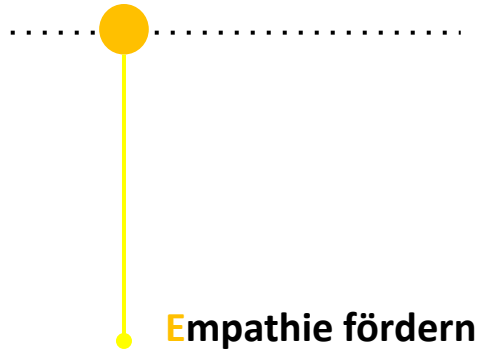
# Die TESSA-Methode

## Was?

Empathie zu fördern ist eines unserer Hauptziele, da gesteigerte Empathiefähigkeit negativ mit der Wahrscheinlichkeit korreliert, Täter zu werden. Um die Empathie zu fördern ist es wichtig, die Schüler:innen emotional zu erreichen. Dafür ist zum einen notwendig, dass sie Materialien nutzen, die emotional sehr ansprechend sind. Zum anderen müssen die Schüler:innen aufmerksam sein, da sie sich sonst nicht völlig darauf einlassen können. Es ist auch wichtig, die Erkenntnisse dann zu reflektieren.

## Wie?

- Videoanalyse
- (Langzeit-)Folgen von Mobbing besprechen
- Reflexionsfragen (im Anschluss an Übungen)
- Erfahrungsberichte analysieren



# Die TESSA-Methode

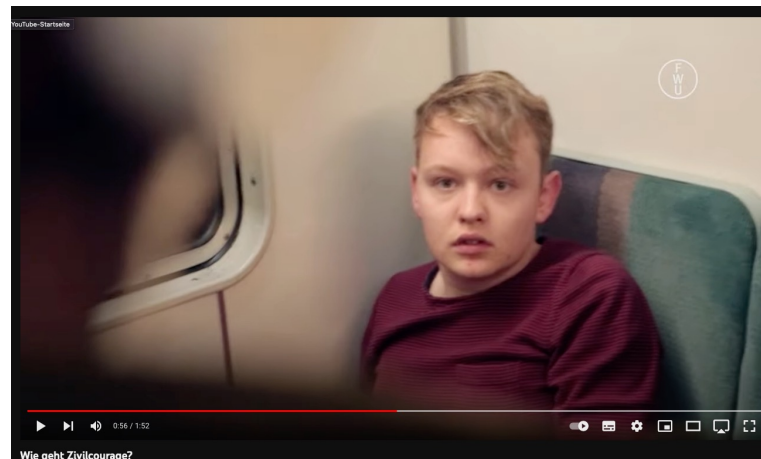
**Selbstbewusstsein  
steigern**

## Was?

Eine starke Gruppe bedarf starker Individuen. Es ist vor allem schwierig anderen zu helfen, solange man nicht für sich selbst eintreten kann. Mit diesem Modul wollen wir aktiv werden. Nutzt man z.B. ein Video zu Courage, so kann man im Anschluss Situationen nachstellen und "richtiges" Verhalten erproben. Wertschätzungsübungen könnten „wertschätzende Briefe“ sein, wo die Schüler:innen herumlaufen und auf jedem Platz ein Blatt mit positiven Eigenschaften zu der Person entsteht.

## Wie?

- Courage-Training
- Selbstbewusstseins-Training
- Selbstreflexionsübungen
- Wertschätzungsübungen



<https://www.youtube.com/watch?v=VsMb1WjeonE&t=91s>

¶ In der Situation:

.....  
.....

... bin ich getriggert.

Dann ist normalerweise dieser Modus/diese Seite von mir aktiv:

.....  
.....

... und ich reagiere so:

.....  
.....

<https://www.beltz.de/fachmedien/psychologie/produkte/details/46347-therapie-tools-mobbing-im-kindes-und-jugendalter.html>



# Die TESSA-Methode

## Was?

Jeder Workshop sollte das Ziel haben, die Gruppendynamik der Klasse zu fördern. Um die Klassendynamik zu verbessern bedarf es gemeinsamer positiver Erlebnisse. Neben erlebnispädagogischen Maßnahmen, die z.B. Outdoor stattfinden können sind hierzu vor allem gemeinsame Challenges und Gruppenspiele geeignet. Auch Rollenspiele, die neben einer Gruppendynamik auch einen Perspektivwechsel ermöglichen eignen sich für dieses Modul.

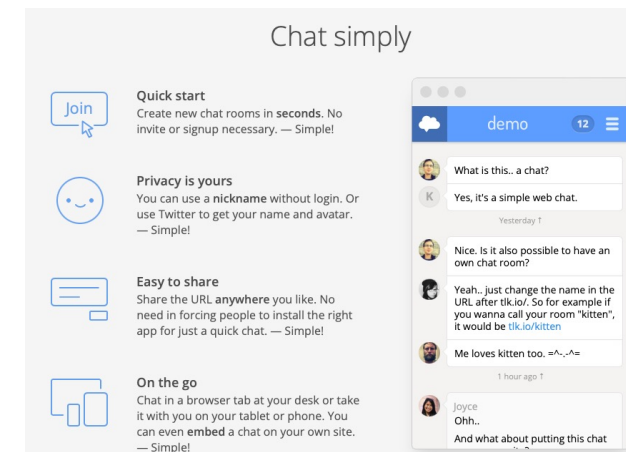
## Wie?

- Gruppenspiele
- Projektarbeit



<https://www.medienpaedagogik-praxis.de/2018/10/30/breakoutedu-der-medienpaedagogische-escape-room/>

- Wettbewerbe / Challenges
- Rollenspiele



<https://tlk.io>

**Soziale  
Gruppendynamik  
entwickeln**

# Die TESSA-Methode

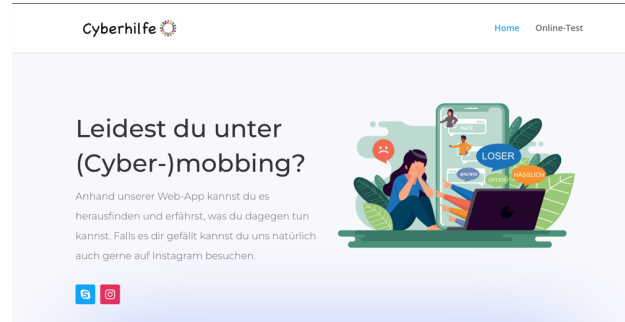
## Abschluss

### Was?

Der Punkt „Abschluss“ klingt fast etwas redundant. Allerdings ist er extrem wichtig und je nach Aktivität wesentlicher zeitintensiver als man auf den ersten Blick vermuten könnte. Das Gelernte soll an dieser Stelle manifestiert werden, um möglichst nachhaltig von dem Präventionsworkshop profitieren zu können. Altersgerecht ist hier wieder ein wichtiges Stichwort. Der „Eiszeitmanager“ kann der Hit in Klassenstufen bis zur 6ten sein – danach sollte es eher der „Klassenmanager“ o.ä. sein.

### Wie?

- Selbsthilfe-Plattformen vorstellen
- Klassenrituale etablieren
- Klassenregeln (neu) erarbeiten
- Klassenrat etablieren



<https://cyberhilfe.org>



### „Eiszeitmanager“

<https://gegemo.org/schulkooperation/inhalte>

# Beispielkonzept nach dem TESSA-Modell erstellen

	Inhaltlich		Zeitplan	Material	Notiz
T- Täter blockieren:	<input checked="" type="checkbox"/> Storytelling Gedankenexperimente	„Catchy Video“ Vorbereitung mit Störenfried & Sozialarbeit	ca. 5 Minuten	PPT	/
E – Empathie steigern:	<input checked="" type="checkbox"/> Videoanalyse (Langzeit-)Folgen von Mobbing besprechen	<input checked="" type="checkbox"/> Reflexionsfragen (im Anschluss an Übungen) Erfahrungsberichte analysieren	Videoanalyse: ca. 10 Minuten Reflexionsfragen: Insgesamt ca. 15 Minuten	USB-Stick mit Videos Fragekärtchen	Pexels
S – Selbstbewusstsein stärken:	<input checked="" type="checkbox"/> Courage-Training Selbstbewusstseins- Training	Selbstreflexionsübungen Wertschätzungsübungen	Courage-Training: ca. 20 Minuten	USB-Stick mit Videos & Trainingskonzept	Youtube
S – Soziale Gruppendynamik entwickeln:	<input checked="" type="checkbox"/> Gruppenspiele Projektarbeit	Wettbewerbe / Challenges Rollenspiele	Gruppenspiel: ca. 20 Minuten	Spielekonzept & ggf. Materialien	Streichholzturm
A – Abschluss:	<input checked="" type="checkbox"/> Selbsthilfe-Plattformen vorstellen <input checked="" type="checkbox"/> Klassenrituale etablieren	Klassenregeln (neu) erarbeiten Klassenrat etablieren	Klassenritual: ca. 15 Minuten Selbsthilfe-Plattform: ca. 5 Minuten	Links & ggf. Materialien	Cyberhilfe & Eiszeitmanager



# Ihr eigenes Konzept nach dem TESSA-Modell erstellen

	Inhaltlich		Zeitplan	Material	Notiz
T- Täter blockieren:	Storytelling Gedankenexperimente	„Catchy Video“ Vorbesprechung mit Störenfried & Sozialarbeit			
E – Empathie steigern:	Videoanalyse (Langzeit-)Folgen von Mobbing besprechen	Reflexionsfragen (im Anschluss an Übungen) Erfahrungsberichte analysieren			
S – Selbstbewusstsein stärken:	Courage-Training Selbstbewusstseins- Training	Selbstreflexionsübungen Wertschätzungsübungen			
S – Soziale Gruppen- dynamik entwickeln:	Gruppenspiele Projektarbeit	Wettbewerbe / Challenges Rollenspiele			
A – Abschluss:	Selbsthilfe-Plattformen vorstellen Klassenrituale etablieren	Klassenregeln (neu) erarbeiten Klassenrat etablieren			



# Checkliste zur Durchführung gezielter Mobbingprävention



- Ist die durchführende Person ausgebildet / fortgebildet, um bspw. mit einer/einem emotionalen Schüler/in umzugehen?
- Ist genügend Personal für die entsprechende Klassengröße dabei?
- Ist das Personal ggf. divers, um verschiedene Geschlechter oder Herkunftse besser abzuholen?
- Ist die hauptsächlich durchführende Person ggf. extern oder zumindest nicht im Schulalltag der Klasse vertreten?



- Ist das Konzept erprobt, belegt oder zumindest theoretisch belegbar?
- Ist das Konzept Zielgruppengerecht (Jahrgang, Schulform etc.)?
- Ist das Konzept methodisch abwechslungsreich?
- Gibt es Materialien für Schüler:innen, die nicht teilnehmen wollen?
- Wurde das Konzept im Vorhinein mit der Person abgesprochen, die sich um die Nachbetreuung kümmern muss (i.d.R. Schulsozialarbeit)?
- Wurde im Vorhinein abgeklärt, ob es bekannte akute Fälle gibt?

Sie sollten alle Felder mit „Ja“ beantworten können bevor Sie aktiv werden\*

