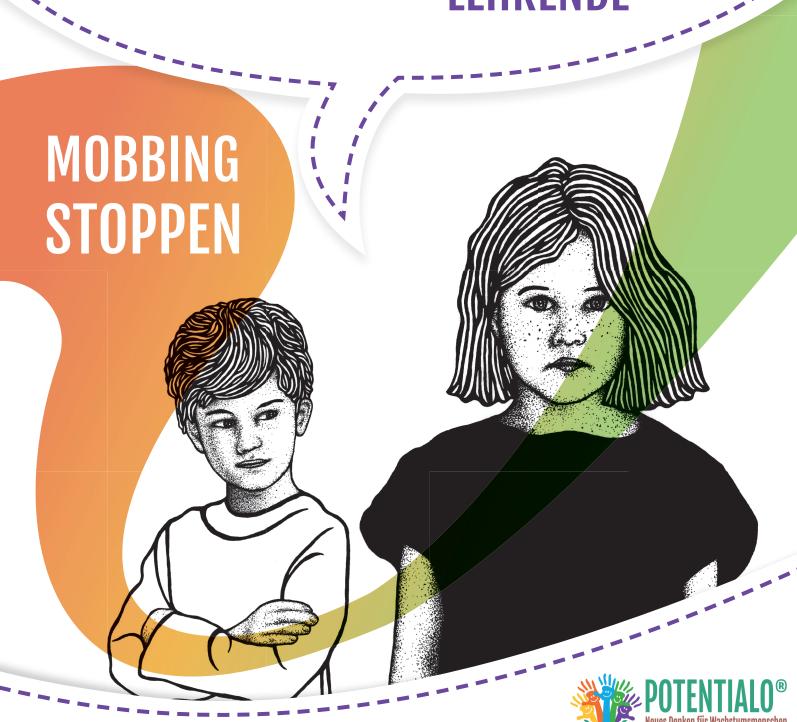
# WACHSTUMS MENSCH

Das ultimative Arbeitsbuch für





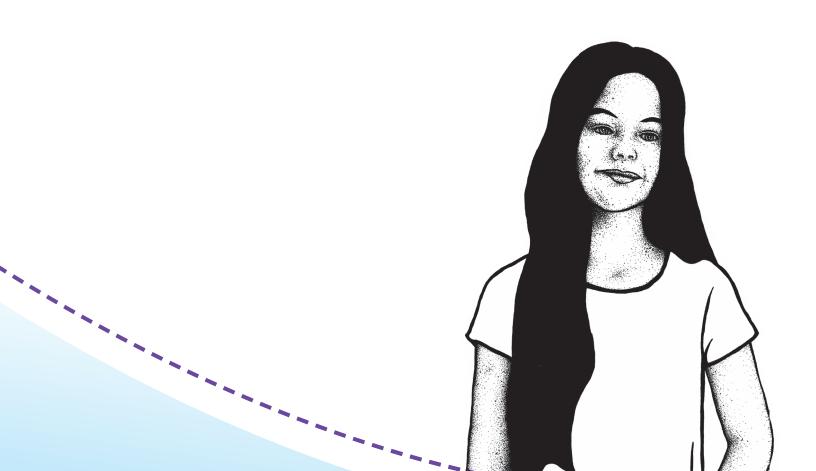
### INHALTE UND ZIELSETZUNG

Das Thema Mobbing ist an Schulen sehr präsent. Mobbing hat negative Folgen für alle Beteiligten. Deshalb ist es so wichtig, dass Lehrkräfte Leitlinien erhalten, wie mit Mobbing umzugehen ist. Dies setzt natürlich auch voraus, es rechtzeitig zu erkennen.

Schulen müssen ein sicherer und friedlicher Ort zum Lernen sein. Mobbing kann in jeder Klasse auftreten, wobei die Häufigkeit des Auftretens abhängig ist von dem Phänomen der sozialen Gewalt und dem Sozial-Klima in der Klasse. Stimmt das Sozial-Klima in der Klasse, gibt es nur in seltenen Einzelfällen "Mobbing", d. h.: je offener eine Klasse, Lehrer(innen) sowie Schüler(innen) mit dem Thema umgehen, desto geringer ist das Klima für "Mobbing".

Die Forschung zeigt, dass eine Verbesserung des Schulklimas erreicht werden kann, wenn Schulen ihre eigene Anti-Mobbing-Richtlinie haben. Das POTENTIALO® – Programm greift diese Erkenntnisse auf und liefert Lehrpersonen:

- Informationen zur Entstehung von Mobbing
- **▶** Tipps, wie man Mobbing erkennt
- Maßnahme-Möglichkeiten
- Ansprechende Materialien für die anschauliche Besprechung des Themas im Unterricht



### **INHALTSVERZEICHNIS**

Inhalte und Zielsetzung	1
Definition und Arten von Mobbing	3
Folgen	3
Wie können Lehrende Mobbing erkennen?	5
Vielfältige Ursachen von Mobbing	5
Wer ist beteiligt	6
Maβnahmen zur Prävention	7
Was kann die Schule als Organisation tun	7
Was kann die Schulleitung tun	7
Was können die Lehrpersonen tun?	8
Was können die Schüler tun	9
Wie sollten sich Schüler im Mobbing-Fall verhalten?	9
Materialien zur Unterstützung für Lehrkräfte	9
Mobbing Zirkel	9
Mobbing Lesezeichen	10
Nachwort	15
Über die Verfasserin	16

### © 2019 Sabine Gessenich

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung. Das Kopieren der Arbeitsblätter für die Verwendung im Unterricht ist erwünscht.

**Grafikdesign:** M. Kolbenschlag • www.kolbenschlag.desgin **Illustrationen, Gestaltung Mobbingzirkel und Lesezeichen:** Jessica Andel (aka J.OffBeat) und Layout von Polichronios Vezirgenidis

## DEFINITION UND ARTEN VON MOBBING

Mobbing ist wiederholte physische oder psychische Einschüchterung eines oder mehrerer Kinder durch Einzelpersonen oder Gruppen.

Zu den aktiven und körperlichen Mobbinghandlungen gehören

- DIE KÖRPERLICHE GEWALT IN UN-TERSCHIEDLICHEM AUSMASS, WIE SCHLAGEN, TRETEN ODER ANGREI-FEN MIT EINER WAFFE
- DIE ERPRESSUNG VON SOGENANN-TEN SCHUTZGELDERN,
- DER DIEBSTAHL VON GELD ODER GEGENSTÄNDEN DES OPFERS
- DIE BESCHÄDIGUNG VON GEGEN-STÄNDEN DES OPFERS
- DAS ZERSTÖREN VON IM UNTER-RICHT ERARBEITETEN MATERIALIEN
- DAS BESCHÄDIGEN UND STEHLEN VON SCHULMATERIAL
- DAS KNUFFEN UND SCHLAGEN AUF DEM PAUSENHOF UND IN DEN GÄNGEN
- **SEXUELLE BELÄSTIGUNGEN**

Zu den passiven und psychischen Mobbing-Handlungen gehören

- DAS AUSGRENZEN VON SCHÜLE-RINNEN UND SCHÜLERN AUS DER SCHULGEMEINSCHAFT
- DAS ZURÜCKHALTEN WICHTIGER INFORMATIONEN
- **DAS AUSLACHEN**

- **▶ VERLETZENDE BEMERKUNGEN**
- UNGERECHTFERTIGTE ANSCHULDI-GUNGEN
- DAS ERFINDEN VON GERÜCHTEN UND GESCHICHTEN ÜBER DEN BETROFFENEN (ZUNÄCHST DISKRIMINIERUNGEN HINTER DEM RÜCKEN, SPÄTER UMSO OFFENER)
- **DAS VERPETZEN**
- DIE ANDROHUNG VON KÖRPERLI-CHER GEWALT
- DAS IGNORIEREN UND SCHNEIDEN DES OPFERS (STUMMES MOBBING)

### **FOLGEN**

Das Opfer erleidet durch Mobbing lebenslange psychische Schäden, weil seine soziale und emotionale Entwicklung beeinträchtigt wird. In schweren Fällen wird es gewalttätig oder begeht Selbstmord.

Experten schätzen, dass etwa 20 % der jährlichen Selbstmordfälle durch Mobbing ausgelöst werden. In einer amerikanischen Untersuchung wurde eine Vielfalt von Beschwerden bei Mobbing-Opfern gefunden:

- GEDÄCHTNISSTÖRUNGEN, KONZEN-TRATIONSSCHWIERIGKEITEN, NIE-DERGESCHLAGENHEITEN, APATHIE, INITIATIVLOSIGKEIT, GEREIZTHEIT, RATLOSIGKEIT, AGGRESSIONEN, GEFÜHLE DER UNSICHERHEIT, ÜBER-SENSIBILITÄT
- ALPTRÄUME, BAUCHSCHMERZEN, MAGENSCHMERZEN, DURCHFALL, ERBRECHEN, ÜBELKEIT, APPETITLO-SIGKEIT, KLOSS IM HALS, WEINEN, EINSAMKEIT, KONTAKTARMUT

- SCHRECKHAFTIGKEIT, DRUCK AUF DER BRUST, SCHWEISSAUSBRÜCHE, TROCKENER MUND, HERZKLOPFEN, ATEMNOT MIT ASTHMA, BLUTWAL-LUNGEN
- SCHMERZEN DES RÜCKENS, DES NA-CKENS UND DER MUSKELN
- SCHLAFSTÖRUNGEN



### Mobbing-Opfer

- An deiner Situation bist du nicht schuld!
  - Versuche selbstbewusst aufzutreten.
  - Suche dir Unterstützung.
  - Wenn möglich, verlasse die Situation.
  - Informiere eine Vertrauensperson.



Mobbing in der Schule kann auch sehr negative Folgen für den weiteren Lebensweg der mobbenden Person haben. Häufig kommt es vor, dass diese unbeliebter in der Gemeinschaft sind als die Opfer und nur aus Angst nicht aus der Gemeinschaft ausgeschlossen werden. Für die Täter, bei denen sich häufig ein fehlerhaftes Gerechtigkeitsbewusstsein schärft, sind kriminelle Laufbahnen nicht selten, wenn dieses Bewusstsein nicht korrigiert werden kann.



### Mobbende Person

- Stop denke nach!
- Woher kommt deine Wut?
- Warum möchtest du deinem Opfer schaden?
- Versetze dich in dein Opfer.
- Deine Taten und Worte sind verletzend!



Hier zeigt sich, wie wichtig es ist, dass Lehrende in Mobbingsituationen einschreiten und Lernenden helfen zwischenmenschliche Probleme zu thematisieren und anders zu lösen.

### WIE KÖNNEN LEHRENDE MOB-BING ERKENNEN?

Im überwiegenden Teil der Mobbing-Fälle sprechen Kinder und Jugendliche von sich aus weder mit Eltern noch mit Lehrenden über das Problem. Die Opfer haben Angst als Verräter und Petzer dazustehen und dann noch mehr Repressalien ausgesetzt zu sein. Die Täter haben Angst vor Bestrafung. Die passiv zuschauenden Personen haben Angst, in die Situation hineingezogen oder selbst gemobbt zu werden.

Jungen und Mädchen mobben unterschiedlich. Jungen eher direkt und aggressiv, Mädchen eher subtil und indirekt.

Deutliche Anzeichen dafür, dass ein Kind oder Jugendlicher gemobbt werden, können sein:

- SCHWINDENDES SELBSTBEWUSST-SEIN UND ABSINKEN DES SELBST-WERTGEFÜHLS
- **▶** LEISTUNGSABFALL
- ISOLATION
- DAS BESTREBEN, SICH IN DER NÄHE VON ERWACHSENEN AUFZUHALTEN
- ► KEINE REGELMÄSSIGE UNTER-RICHTSTEILNAHME
- **I** KRANKHEIT VORTÄUSCHEN

### VIELFÄLTIGE URSACHEN VON MOBBING

Warum schikanieren Kinder und Jugendliche?

- **▶** SIE KÖNNEN GEMOBBT ODER MISS-BRAUCHT WORDEN SEIN.
- **▶** SIE HABEN MÖGLICHERWEISE PER-SÖNLICH MOBBING BEOBACHTET.
- SIE KÖNNTEN EINE LANGE ZEIT DER GEWALT IN DEN MEDIEN AUSGE-SETZT GEWESEN SEIN.
- SIE HABEN VIELLEICHT FESTGE-STELLT, DASS MOBBING EIN EINFA-CHER WEG IST, UM DAS ZU BEKOM-MEN, WAS SIE WOLLEN.
- **I** SIE STEHEN UNTER LEISTUNGSDRUCK.
- **▶** IHNEN FEHLT ANERKENNUNG.
- ▶ IHNEN WIRD MACHTMISSBRAUCH DURCH LEHRER UND ELTERN, POLI-TIKER UND SPORTLER VORGELEBT.
- IN DER GRUPPE HAT SICH EIN FAL-SCHES GEMEINSCHAFTSGEFÜHL ETABLIERT ("ALLE GEGEN EINEN", "GEMEINSAM SIND WIR STARK").
- SIE HABEN MINDERWERTIGKEITS-GEFÜHLE.
- SIE HABEN ANGST, IN DER SCHULE ZU VERSAGEN.
- IHNEN FEHLEN DAS VERSTÄNDNIS UND DIE AKZEPTANZ ZU DIVERSITÄT.

### **WER IST BETEILIGT**

# MOBBING ZIRKEL



**Mobbende Person** 

Plant und beginnt das Mobbing und ist aktiv beteiligt.



Verteidigende Personen

Sie sprechen sich deutlich gegen das Mobbing aus und stellen sich der mobbenden Person entgegen.



Mitmachende Personen

<mark>Sind aktiv am Mobb</mark>ing beteiligt, würden es aber nicht planen oder beginnen.



Mobbing-Opfer

Die Person, die angegriffen wird.



Möglicherweise verteidigende Personen

Sie sind gegen Mobbing und wissen, dass sie helfen sollten, aber sie tun es nicht.



### Unbeteiligt zuschauende Personen

Beobachten die Mobbingfälle, aber wenden sich ab, weil sie denken, dass sie das nichts angeht.

### Unterstützende Personen

Ermutigen die mobbende Person und feuern sie aktiv an. Sie zeigen keine offene Unterstützung, aber sie genießen das Mobbing.



### **DIE MOBBENDE PERSON:**

Plant und beginnt das Mobbing und ist aktiv beteiligt. Sie neigt dazu, stark, aggressiv und ohne Mitgefühl für die Opfer zu sein und hat gelernt, dass Aggression Belohnungen bringt. Wenn Tyrannen erlaubt wird, andere einzuschüchtern, führen die daraus resultierenden Gewohnheiten oft zu anderen unsozialen Verhaltensweisen wie Kriminalität und Straftaten. Ein niedrigerer Bildungsstand sowie Schwierigkeiten im persönlichen Leben und bei der Arbeit sind die Folgen.

### **DIE MITMACHENDEN PERSONEN:**

Sind aktiv am Mobbing beteiligt, würden es aber nicht planen oder beginnen.

### **DIE UNTERSTÜTZENDEN PERSONEN:**

Ermutigen die mobbende Person und feuern sie aktiv an. Sie zeigen keine offene Unterstützung, aber sie genießen das Mobbing.

### DIE UNBETEILIGT ZUSCHAUENDEN PERSONEN:

Beobachten die Mobbingfälle, aber wenden sich ab, weil sie denken, dass sie das nichts angeht.

### DIE MÖGLICHERWEISE VERTEIDIGEN-DEN PERSONEN:

Sie sind gegen Mobbing und wissen, dass sie helfen sollten, aber sie tun es nicht.

### **DIE VERTEIDIGENDEN PERSONEN:**

Sie sprechen sich deutlich gegen das Mobbing aus und stellen sich dem Mobber entgegen.

### **DAS OPFER:**

Ist die Person, die angegriffen wird und leidet. Oft fühlt sie sich irgendwie schuldig an der Situation. Wenn sie den Zeitpunkt verpasst hat, sich auf die richtige Weise selbst aktiv zur Wehr zu setzen, braucht sie definitiv Hilfe.

### MASSNAHMEN ZUR PRÄVENTION

### WAS KANN DIE SCHULE ALS ORGANI-SATION TUN

Mobbing an Schulen kann wirklich wirksam nur mit einer durchgängigen Anti-Mobbing-Politik der gesamten Schule eingegrenzt werden. Als erstes muss die Schule eine Art Leitbild herausgeben und verbindliche Regeln und Absprachen mitteilen, an denen sich Schüler und Schülerinnen sowie Lehrende und Eltern orientieren können.

### WAS KANN DIE SCHULLEITUNG TUN

Die Schulleitung ist in der Pflicht, einen Katalog mit pädagogischen Maßnahmen aufzustellen, mit dessen Hilfe gewalttätiges Verhalten sofort adäquat beantwortet werden kann. Der Maßnahmenkatalog beinhaltet eine Aufstellung von angemessenen, konsistenten Reaktionen und Konsequenzen für verschiedene einschüchternde Verhaltensweisen, von den mildesten bis zu den bösartigsten. Bei Körperverletzung. Erpressung, Zerstörung von Eigentum, muss eine Strafanzeige erfolgen. Die Schule hat keine Möglichkeit, im Falle von Straftaten von einer Anzeige abzusehen, bzw. die Angelegenheit selbst zu regeln.

Die Schulleitung schärft das Bewusstsein für das Problem, indem sie die Umsetzung der Anti-Mobbing-Politik mit dem gesamten Schulpersonal bespricht.

Wenn es bereits schwere Mobbing-Fälle an der Schule gegeben hat, sollte man Tyrannen-/Opferprobleme anhand von Disziplinarunterlagen oder anhand eines schulweiten Fragebogens erkunden und Basisdaten über die Häufigkeit von Bedrohungsverhalten sammeln. Die Ergebnisse der Fragebogenerhebung können im Rahmen eines pädagogischen Tages diskutiert werden. Hieraus resultieren dann

Maßnahmen und Projekte. Im Gespräch mit den Opfern kann man erfahren, welche Auswirkungen die Mobbingfälle auf sie hatten. Ein Bericht mit anonymen Berichten von Kindern und Lehrenden darüber, was passiert ist, wie sie reagiert haben und welche Auswirkungen die Mobbingfälle auf sie hatten hilft bei der Neu-Etablierung eines "Wir-Gefühls" an einer Schule, wo Ausgrenzung nicht geduldet wird. Die Schulleitung beauftragt die Lehrenden Klassenbesprechungen abzuhalten, um die während des pädagogischen Tages geteilten Informationen über Mobbing zu wiederholen und zu bekräftigen, was in einer Mobbing-Situation zu tun ist. Sie richtet ein Kontakttelefon oder Beschwerdestelle ein. Sehr gut geeignet ist auch exclamo, eine App, die eine anonyme Meldung von Vorfällen ermöglicht. Eltern werden über die Anti-Mobbing-Maßnahmen informiert und es wird die Bedeutung der Zusammenarbeit von Eltern und Lehrenden hervorgehoben.

WAS KÖNNEN DIE LEHRPERSONEN TUN?

Die Lehrpersonen verstehen sich als nachahmungswürdiges Vorbild und sind sich ihrer Verantwortung bewusst, adäguate Betreuung der Jugendlichen vor, während und nach der Schule auf dem Schulgelände und in den Schulgebäuden zu gewährleisten. Lehrende hören aufmerksam Schülergesprächen zu und notieren Mobbing-Vorfälle. Opfer erhalten sofortige Hilfe und Unterstützung und die Lehrperson veranlasst umgehend, dass der schulische Maßnahmenkatalog umgesetzt wird. Hierzu gehört auch, dass den mobbenden und zusehenden Personen ein Perspektivwechsel ermöglicht wird, damit ihnen die psychischen Folgen der Situation für das Opfer klar wird. Es ist wichtig, dem Opfer das Gefühlzu nehmen, dass es selbst an der Situation schuld ist.

Lehrende definieren in ihren Klassen Mobbing, diskutieren die möglichen Folgen und erklären die Maßnahmen, die das Opfer und die beobachtende Person ergreifen sollten. Rollenspiele sind hier hilfreich. Die Lernenden müssen verstehen, dass Mobbing ein Ungleichgewicht der Macht mit sich bringt. Aus diesem Grund ist das Bekanntmachen einer Mobbing-Situation kein Gerede. Die Lehrenden geben den Schülern Sicherheit, dass Mitteilungen diskret behandelt werden. Niemals bespricht eine Lehrperson eine Täter-Opfer-Problematik vor der gesamten Klasse, weil sie weiß, dass das Opfer dadurch stigmatisiert wird. Die Unterstützung bei der Beilegung des Konfliktes erfolgt in geschütztem Rahmen. Die Schule wird ein sicherer und friedlicher Ort zum Lernen sein, wenn alle sich daranhalten.



### **WAS KÖNNEN DIE SCHÜLER TUN**

Die Schüler und Schülerinnen unterzeichnen eine Anti-Mobbing-Vereinbarung. Schüler und Schülerinnen werden ermuntert, in Teams die Einhaltung der Vereinbarung zu überwachen.

## WIE SOLLTEN SICH SCHÜLER IM MOBBING-FALL VERHALTEN?

### DAS OPFER:

- Hilfe annehmen.
- Moralischen und menschlichen Rückhalt bei Verbündeten in der Klasse oder in anderen Klassen suchen.
- Selbstbewusst auftreten.
- Die Situation verlassen, wenn das möglich ist.
- Jeden Übergriff protokollieren (Mobbing-Tagebuch).
- Eine Vertrauensperson informieren.

### **DIE MOBBENDE PERSON:**

- Anhalten und nachdenken.
- Sich überlegen, woher die eigene Wut kommt.
- Nachdenken, warum man dem Opfer schaden möchte.
- Sich in das Opfer hineinversetzen.
- Sich bewusst machen, dass die eigenen Taten und Worte verletzend sind.

### DIE UNBETEILIGT ZUSCHAUENDEN PERSONEN:

- Sich vorstellen, man selbst wäre das Opfer.
- Die eigenen Gefühle wahrnehmen.
- Der Mobbenden Person sagen, dass sie aufhören soll.
- Wenn möglich, mit dem Opfer die Situation verlassen
- Eine Vertrauensperson informieren.

### MATERIALIEN ZUR UNTER-STÜTZUNG FÜR LEHRKRÄFTE

### **MOBBING ZIRKEL**

Der Mobbingzirkel verdeutlicht die verschiedenen Positionen, die Schüler und Schülerinnen in Mobbingsituationen einnehmen und soll ein vertieftes Verständnis für das eigene Handeln (oder Nichthandeln) vermitteln. Er dient als Gesprächsunterlage für den Unterricht und kann auch hervorragend für die Einleitung eines Rollenspiels genutzt werden. Es empfiehlt sich, hier die Positionen von "Planen", "Mitmachen" und "Unterstützen" erleben zu lassen. Was passiert, wenn der Planende niemanden hat, der mitmacht oder unterstützt? Wie fühlen sich die unbeteiligt zuschauenden Personen, wenn sie hinschauen? Was brauchen die möglicherweise verteidigenden Personen, um einen Schritt weiterzugehen und zu helfen? Wie fühlt es sich in der Position der verteidigenden Person an? Wie ist es, wenn Opfer und Täter die Position wechseln?

Für diese Übung empfiehlt es sich im Raum verteilt für die einzelnen Positionen:

- **MOBBENDE PERSON**
- OPFER
- **▶** MITMACHENDE PERSON(EN)
- **▶** UNTERSTÜTZENDE PERSON(EN)
- **► UNBETEILIGT ZUSCHAUENDE PER-** SON(EN)
- MÖGLICHERWEISE BETEILIGENDE PERSON(EN)
- **▶ VERTEIDIGENDE PERSON(EN)**

Bodenanker (mit Hilfe von z.B. passend beschrifteten Din A3 Blättern) einzurichten.

### **MOBBING LESEZEICHEN**

Die mit menschlichen Zeichnungen ansprechend gestalteten Lesezeichen sollten, wenn möglich, auf dickes Papier gedruckt und ausgeschnitten werden.

Man kann sie auch auf normales Papier drucken und um sie zu verstärken, auf Kartonpapier kleben und sie dann ausschneiden. Während das die Schülerinnen und Schüler machen, werden sie sich bereits mit den Inhalten zum Thema Verhaltensweisen im Mobbing – Fall vertraut machen. Die Lesezeichen bilden die folgenden Personen / Positionen ab:

- **D** OPFER MÄNNLICH
- **OPFER WEIBLICH**
- **▶** MOBBENDE PERSON MÄNNLICH
- **MOBBENDE PERSON WEIBLICH**
- **► UNBETEILIGT ZUSCHAUENDE PER- SON MÄNNLICH**
- UNBETEILIGT ZUSCHAUENDE PER-SON WEIBLICH

Unabhängig davon, mit welcher Person / Position auf den Lesezeichen sich die Klassenmitglieder identifizieren, erhalten sie eine Anleitung, wie sie persönlich den Mobbing-Vorgang stoppen können.



# HILFE!

### Mobbing-Opfer

- An deiner Situation bist du nicht schuld!
- Versuche selbstbewusst aufzutreten.
- Suche dir Unterstützung.
- Wenn möglich, verlasse die Situation.
- Informiere eine Vertrauensperson.



# MOBBING HÖRT BEI MIR AUF!

### **Mobbende Person**

- Stop denke nach!
- Woher kommt deine Wut?
- Warum möchtest du deinem Opfer schaden?
  - Versetze dich in dein Opfer.
- Deine Taten und Worte sind verletzend!



# MOBBING HÖRT BEI MIR AUF!

### **Beobachtende Person**

- Stell dir vor, du wärst das Opfer.
- Nimm deine Gefühle wahr.
- Sage der mobbenden Person: "Hör auf!"
- Verlasse mit dem Opfer die Situation.
- Informiere eine Vertrauensperson.



Drucke diese Lesezeichen, wenn möglich, auf dickes Papier und schneide sie aus.

Du kannst sie auch auf normales Papier drucken und, um sie zu verstärken, auf Kartonpapier kleben und sie dann ausschneiden.



# HILFE!

### Mobbing-Opfer

- An deiner Situation bist du nicht schuld!
- Versuche selbstbewusst aufzutreten.
- Suche dir Unterstützung.
- Wenn möglich, verlasse die Situation.
- Informiere eine Vertrauensperson.



# MOBBING HÖRT BEI MIR AUF!

### Mobbende Person

- Stop denke nach!
- Woher kommt deine Wut?
- Warum möchtest du deinem Opfer schaden?
- Versetze dich in dein Opfer.
- Deine Taten und Worte sind verletzend!



# MOBBING HÖRT BEI MIR AUF!

### **Beobachtende Person**

- Stell dir vor, du wärst das Opfer.
  - Nimm deine Gefühle wahr.
- Sage der mobbenden Person: "Hör auf!"
- Verlasse mit dem Opfer die Situation.
- Informiere eine Vertrauensperson.



Drucke diese Lesezeichen, wenn möglich, auf dickes Papier und schneide sie aus.

Du kannst sie auch auf normales Papier drucken und, um sie zu verstärken, auf Kartonpapier kleben und sie dann ausschneiden.



### **NACHWORT**

Wir alle wissen, dass Mobbing Kinder und Jugendliche stark belastet. Mobbing kommt in den unterschiedlichsten Formen und Intensitäten vor und findet nicht nur auf dem Schulhof oder im Klassenzimmer statt. Unter dem Begriff Cybermobbing werden Mobbinghandlungen zusammengefasst, die sich im digitalen Bereich abspielen. Hierzu gehören neben Beleidigungen und Drohungen auch das Veröffentlichen von intimen Fotos und Videos, die teilweise sogar gefälscht sind. Im Netz sinkt die Hemmschwelle aufgrund von Anonymität erheblich. Cybermobbing kann so eskalieren, dass sich über die Sozialen Netzwerke regelrechte Hass-Gruppen gegen Betroffene bilden, die auf diesem Weg 24 Stunden am Tag vor einem großen Publikum einer Mobbingsituation ausgesetzt sind.



### ÜBER DIE VERFASSERIN

Sabine Gessenich wurde am 03.03.1964 in Ingelheim am Rhein geboren. Sie ist NLP-zertifizierter Master für Psychotherapie, Lerncoach und absolvierte verschiedene weiterführende Schulungen in den Bereichen Körperarbeit, Gedächtnistraining und berufliche Kompetenzanalyse. Mit dem von ihr entwickelten Programm POTENTIALO® - Neues Denken für Wachstumsmenschen fördert sie die Entwicklung der sozial-emotionalen Kompetenzen von Kindern und Jugendlichen. Um in Bezug auf die ständige Weiterentwicklung des Programms immer auf dem aktuellen Stand zu sein, ist sie Mitglied des ENSEC Netzwerkes. ENSEC widmet sich der Entwicklung und Förderung evidenzbasierter Praktiken in Bezug auf sozio-emotionale Kompetenz und Widerstandsfähigkeit von Schülern in ganz Europa. Dort wird untersucht, wie Kinder ein Grundverständnis für die soziale Welt entwickeln. Dazu gehört das Bewusstsein der Kinder für die psychischen Zustände der Menschen und das Wissen über soziale Regeln. Großen Wert legt man hier zudem auf die Umsetzung neuester Erkenntnisse der Gehirnforschung in allen Bildungsbereichen.

Potentialentfaltung ist für Sabine Gessenich die Grundlage für ein selbstbestimmtes Leben. Von Herzen gerne unterstützt sie Kinder und Jugendliche bei ihrer persönlichen Entwicklung. Ihr größter Wunsch ist es, dass Menschen herausfinden können, wie sie sind und was sie fühlen. Dies trägt hoffentlich dazu bei, die Menschlichkeit in unserer Welt zu fördern, die eine wichtige Grundlage für Wohlstand und Frieden ist. Neben ihrer praktischen Arbeit mit Eltern und Schülern arbeitet sie in verschiedenen nachhaltigen Projekten im Bildungsbereich. Besonderes Augenmerk legt sie hierbei auf die Entwicklung von emotionalen und sozialen Kompetenzen, um Menschen in Zeiten Digitalisierung entsprechendes Rüstzeug zum Treffen allumfassender Entscheidungen an die Hand zu geben.



### **Anti-Mobbing-Kampagnen** für alle Schulen!

Mit diesem Buch hilft Sabine Gessenich Lehrenden, das Entstehen von Mobbing zu durchbrechen. Sie macht deutlich, wie wichtig es ist, Mobbing zu erkennen sowie Regeln zu definieren und für deren Einhaltung zu sorgen. Sie zeigt, was passiert, wenn wir unsere Augen vor diesem Thema verschließen.

Mobbing gefährdet alle daran beteiligten Personen. Dieses Arbeitsbuch der Reihe ,WACHSTUMSMENSCH' liefert Materialien für die gründliche Aufarbeitung des Themas im Unterricht.



Herrlichst, Thre Schimblessemis

