

(CYBER-)MOBBING

Ein Ratgeber für Eltern



WAS IST MOBBING?

Hey, Du Opfer!



Mobbing ist, wenn jemand regelmäßig von anderen geärgert, verletzt oder bloßgestellt wird und sich nicht aus eigener Kraft aus dieser Situation befreien kann.

Geh sterben!



Das trifft bei Mobbing zu:

- regelmäßige Vorfälle
- gezielt auf eine Person
- über längeren Zeitraum
- Betroffene können verletzt, beleidigt, bedroht, erpresst, ausgegrenzt und lächerlich gemacht werden.
- Über Betroffene können Lügen und Unwahrheiten verbreitet werden.
- Mobbing kann jeden treffen.

WAS IST CYBERMOBBING?



Cybermobbing ist, wenn jemand Mobbing über Medien wie z.B. Smartphones, Tablets und PCs erfährt.

Das trifft bei Cybermobbing zu:

- Soziale Netzwerke und Onlinespiele können als Plattform dienen.
- Angriffe sind meist erniedrigender als bei Mobbing ohne soziale Netzwerke.
- Es können schnell viele Personen erreicht werden.
- unkontrollierbare Weiterverbreitung
- Die Anzahl der Beteiligten ist meist höher.
- Die Verursachenden handeln manchmal anonym.

MÖGLICHE HINWEISE, DASS IHR KIND BETROFFEN SEIN KÖNNTE

Appetitlosigkeit	abnehmende Schulleistungen
Bauchschmerzen	extrem zurückhaltend, still und schüchtern
Kopfschmerzen	Angst
Alpträume	Wut
Schlafstörungen	Aggressionen und Anspannung
keine Motivation, in die Schule zu gehen	mangelndes Selbstbewusstsein
Konzentrationsprobleme	nicht mehr Leben wollen

Sprechen Sie Ihr Kind frühzeitig an!



DAS GESPRÄCH MIT MEINEM KIND

Folgende Aussagen und Fragen können Ihr Kind ermutigen, sich Ihnen anzuvertrauen, um gemeinsam nach Lösungen zu suchen:

-  Ich habe das Gefühl, dass es dir nicht gut geht! Wollen wir darüber reden?
-  Ich glaube dir! Was da passiert, ist nicht in Ordnung!
-  Wer weiß noch davon und gibt es jemanden, der dir hilft/zu dir steht?
-  Was sollte sich ändern, damit du dich wieder wohlfühlst?
-  Gibt es jemanden (Lehrer/-in, Schulsozialarbeiter/-in, Beratungslehrer/-in, Vertrauenslehrer/-in, der/die dir noch helfen könnte?
-  Auch wenn du selbst etwas getan hast, was nicht in Ordnung war, können wir darüber reden!
-  Ich mache dir keine Vorwürfe!
-  Ich bin an deiner Seite und wir entscheiden gemeinsam, was wir als nächstes tun!
-  Wir holen uns Unterstützung bei jemandem, der sich gut mit so etwas auskennt und uns helfen kann!

Wenn Sie mit Ihrem Kind reden, nehmen Sie sich Zeit und wählen einen passenden Zeitpunkt und Ort für ein ruhiges Gespräch!



EMPFEHLUNGEN FÜR BETROFFENE ELTERN



Bleiben Sie ruhig!



Unterstützen Sie Ihr Kind. Es benötigt dringend Ihre Hilfe!



Reden Sie mit Ihrem Kind auch schon bei einem Verdacht!



Vermeiden Sie Schuldzuweisungen!



Drohen Sie nicht mit Strafen! Ihr Kind muss wissen, dass es Unterstützung bekommt. Wenn es eine Strafe (z.B. wegen zu langer Mediennutzung) befürchtet, wird es sich Ihnen vielleicht nicht anvertrauen!



Überlegen Sie in Ruhe und in Rücksprache mit Ihrem Kind das weitere Vorgehen (siehe Seite 7)!



Nehmen Sie Hilfe von Fachkräften in Anspruch!

(Cyber-)Mobbing hört selten von selbst auf. Helfen Sie Ihrem Kind, sich zu schützen!



Sie können Personen auf dem Smartphone Ihrer Kinder und in sozialen Netzwerken sperren und melden!



Antworten Sie und Ihr Kind nicht auf beleidigende Nachrichten!



Überlegen Sie gut, ob Sie den direkten Kontakt mit den Eltern der Verursacher/-innen suchen (die Situation könnte dadurch eskalieren)!



Sichern/dokumentieren Sie Beweise (z.B. mit Screenshots)!



Wägen Sie ab, ob Sie bei Beleidigungen, Erpressung oder Nötigung Kontakt zur Polizei aufnehmen!

NICHT SICHER, WAS ZU TUN IST?

Holen Sie sich bei Fragen und Unsicherheiten professionelle Unterstützung

Sie haben die Wahl!

Möglicher Unterstützerkreis bei (Cyber-)Mobbing

Familie/Freunde/Bekannte

Sie haben den Eindruck, dass einige Hinweise (siehe Seite 4) auf Ihr Kind zutreffen? Holen Sie für sich und Ihr Kind Unterstützung aus den eigenen Reihen!

- können Sie schnell unterstützen
- sind meist gut erreichbar
- spenden Trost und Geborgenheit

Beratungsstellen

Sie suchen nach professioneller Hilfe und möchten anonym bleiben? Sie erhalten kostenlos Tipps und individuelle Lösungsvorschläge von Fachkräften speziell für Ihr Anliegen!

- Fachkräfte besitzen vielseitige Fachkenntnisse
- beraten Ihre Familie ohne Moralpredigten
- es besteht Schweigepflicht und Sie können offen reden



Schule

Tritt (Cyber-)Mobbing in der Schule auf, sollte auch dort an Lösungen gearbeitet werden. Sie und Ihr Kind können die Unterstützung von Beratungslehrerinnen und Beratungslehrern, Schulsozialarbeiterinnen und Schulsozialarbeitern, Klassenlehrerinnen und Klassenlehrern und der Schulleitung in Anspruch nehmen. Diese haben vielfältige Handlungsmöglichkeiten.

- Lösungsideen werden speziell für Sie entwickelt
- Begleitung während des gesamten Zeitraums

Polizei

Ihr Kind wird erpresst, bedroht, beleidigt oder es werden Bilder und Videos ohne dessen Einverständnis verbreitet? Hier kann die Polizei weiterhelfen!

- Jugendsachbearbeiter/-innen informieren Sie über Ihre Rechte und Handlungsmöglichkeiten.
- Nachdem der Sachverhalt umfassend ermittelt wurde, wird die Anzeige der Staatsanwaltschaft vorgelegt.

WER KANN UNS HELFEN?

Vereine

Beratungslehrer

Arzt

Polizistin

Verwandte/Bekante



Trainer

Klassenlehrerin

Schulsozialarbeiterin

Tochter

Sohn

Freundin

Beratungsstellen

HILFEN IM LANDKREIS LÖRRACH

Schulsozialarbeit

Die Schulsozialarbeit ist eine Anlaufstelle zur Abklärung und Einschätzung der Situation im schulischen Zusammenhang. Es finden Beratungen von betroffenen Schülerinnen und Schülern und deren Eltern statt, um weitere Vorgehensweisen gemeinsam abzusprechen. Schulsozialarbeiter/-innen sind in der Regel ausgebildet, Konzepte zu (Cyber-)Mobbing an der Schule umzusetzen.

Die Beratung ist kostenlos, freiwillig und unterliegt der gesetzlichen Schweigepflicht.



Villa Schöpflin gGmbH- Zentrum für Suchtprävention

Das Präventionszentrum Villa Schöpflin ist auch „Anlaufstelle für (Cyber-)Mobbing“ im Landkreis Lörrach. In Gesprächen werden gemeinsam mit dem Kind oder der/dem Jugendlichen (auch in Begleitung der Eltern oder weiterer Bezugspersonen) individuelle Lösungsstrategien entwickelt. Hierbei steht oft die Frage im Vordergrund, welche der aufgeführten weiteren Hilfen wann und wie kontaktiert werden sollen und welche Unterstützung die Villa Schöpflin dabei leisten kann.

Die Beratung ist kostenlos, freiwillig und unterliegt der gesetzlichen Schweigepflicht.

Villa Schöpflin :

HILFEN IM LANDKREIS LÖRRACH

Schulpsychologische Beratungsstelle Lörrach

Bei (Cyber-)Mobbing können betroffene Kinder oder Jugendliche und ihre Eltern wie bei anderen schulischen Problemen auch in Gesprächen Unterstützung bei der Bewältigung dieser schwierigen Situation bekommen. Lehrkräfte können im Gespräch mit Schulpsychologinnen und Schulpsychologen mögliche (Cyber-)Mobbing Situationen in ihrer Klasse analysieren und Beratung sowie Unterstützung bei der Planung und Durchführung konkreter Maßnahmen erhalten.

Die Beratung ist kostenlos, freiwillig und unterliegt der gesetzlichen Schweigepflicht.



Staatliches Schulamt Lörrach



Beratungslehrkräfte

Beratungslehrkräfte haben zusätzlich zu ihrer Lehr-tätigkeit eine Ausbildung zum/zur Beratungslehrer/-in absolviert und unterstützen Schüler/-innen und deren Eltern bei Fragen zur Schullaufbahn oder schulischen Schwierigkeiten wie z.B. schulischen Ängsten oder Konflikten in der Klasse. Bei Mobbing können Eltern und Schüler/-innen durch Gespräche Unterstützung bei der Bewältigung dieser Situation bekommen. Beratungslehrer/-innen sind auch Ansprechpartner für Lehrkräfte, in deren Klasse (Cyber-)Mobbing auftritt.

Die Beratung ist kostenlos, freiwillig und unterliegt der gesetzlichen Schweigepflicht.

HILFEN IM LANDKREIS LÖRRACH

Psychologische Beratungsstelle Lörrach

Die Psychologische Beratungsstelle bietet an vier Standorten im Landkreis Beratung für Eltern, Kinder und Jugendliche an. Jugendliche und junge Erwachsene, die Stress im Freundeskreis, in der Schule, an der Lehrstelle, in der Familie oder mit sich selbst haben, können sich, auch ohne ihre Eltern, an die Beratungsstelle wenden. Eltern, Kinder und Jugendliche, die Opfer von (Cyber-)Mobbing geworden sind, erhalten Hilfe, die durch diese schlimme Erfahrung entstandene Verunsicherung zu bearbeiten und zu ihrer eigenen Stärke zurückzufinden.

Die Beratung ist kostenlos, freiwillig und unterliegt der gesetzlichen Schweigepflicht.



Alle Polizeireviere im Landkreis Lörrach

Zuständig sind grundsätzlich speziell ausgebildete Jugendsachbearbeiter/-innen, die viel Erfahrung im Umgang mit Kindern und Jugendlichen haben. Bei der Anzeigeerstattung sollte zumindest eine erziehungsberechtigte Person die/den betroffene/-n Jugendliche/-n begleiten.

Die Beratung und evtl. Anzeigeerstattung bei der Polizei ist kostenlos.



Kinder- und Jugendpsychiatrie Lörrach

Wenn es im Zusammenhang mit (Cyber-)Mobbing Erfahrungen zu erheblichen Beeinträchtigungen mit depressivem Erleben bis hin zu Lebensmüdigkeit (Suizidideen/-gedanken) kommen sollte, wenden Sie sich bitte direkt an die Psychiatrische Institutsambulanz (PIA) des St. Elisabethen-Krankenhauses in Lörrach.



HILFEN IM LANDKREIS LÖRRACH



- 1**
Villa Schöpflin gGmbH
Zentrum für Suchtprävention
Franz-Ehret-Straße 7; 79541 Lörrach / Tel.: 07621-914909-0
E-Mail: info@villa-schoepflin.de
- 2**
Psychologische Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche des Landkreises Lörrach
Luisenstraße 35; 79539 Lörrach / Tel.: 07621-410-5353
E-Mail: psychologische.beratungsstelle@loerrach-landkreis.de
Außenstellen in Schopfheim, Rheinfelden und Weil am Rhein
- 3**
Schulpsychologische Beratungsstelle Lörrach
Anmeldung über das Sekretariat
Am Alten Markt 2; 79539 Lörrach / Tel.: 07621-91419-60
E-Mail: spbs@ssa-loe.kv.bwl.de
- 4**
Polizeipräsidium Freiburg / Kriminalprävention
Die Zuständigkeiten richten sich nach Ihrem Wohnort.
Jugendsachbearbeiter/-innen gibt es in Lörrach, Weil am Rhein, Rheinfelden und Schopfheim
Tel.: 07621-1500-641
E-Mail: freiburg.pp.praevention@polizei.bwl.de
- 5**
St. Elisabethen-Krankenhaus
Abteilung Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie Lörrach (KJPP)
Markus-Pflüger-Straße 10-12; 79539 Lörrach / Tel.: 07621-171-4805
E-Mail: kjp-pia@elikh.de

Kontaktfeld

Villa Schöpflin :  GEMEINSAM ZUKUNFT GESTALTEN
LANDKREIS
LÖRRACH