

Christine Laude

Mobbing und Cybermobbing in der Schule

Gewalt erkennen und wirksam beenden
mit dem NO BLAME APPROACH



Christine Laude

Mobbing und Cybermobbing in der Schule

Gewalt erkennen und wirksam beenden
mit dem NO BLAME APPROACH

Christine Laude, Mobbing und Cybermobbing in der Schule

1. Auflage 2021

ISBN 978-3-95779-142-9

© 2021 Info3-Verlagsgesellschaft Brüll & Heisterkamp KG,
Frankfurt am Main

Umschlag und Satz: Frank Schubert, Frankfurt am Main
unter Verwendung eines Fotos von istock

Lektorat: Dr. Silke Kirch, Frankfurt am Main

Druck und Bindung: CPI books, Leck

www.info3.de

Inhalt

Vorwort	9
Einleitung	11
Andere und Ich – die Bedeutung von Beziehung in der Pädagogik	22
Mobbing – eine Begriffsbestimmung	48
Wie äußert sich Mobbing?	51
Mobbing und Cybermobbing – die Kriterien	61
Die Mobbingspirale	64
Mobbing und Konflikte – Unterschiede erkennen	69
Die Mobbingbrille: Vorgänge und Anzeichen richtig deuten	74
Mobbing beenden – der No Blame Approach	88
Praxisteil – Anwendung des No Blame Approach	111
Wie weiter? – Gewaltprävention in der Schule	121
Mobbing und Recht	131
Literatur	136

„Denn es ist nicht die Trägheit allein, welche macht, dass die menschlichen Verhältnisse sich so unsäglich eintönig und unerneut von Fall zu Fall wiederholen, es ist die Scheu vor irgendeinem neuen, nicht absehbaren Erlebnis, dem man sich nicht gewachsen glaubt.

Aber nur wer auf alles gefasst ist, wer nichts, auch das Rätselhafteste nicht, ausschließt, wird die Beziehung zu einem anderen als etwas Lebendiges leben und wird selbst sein eigenes Dasein ausschöpfen.“

Rainer Maria Rilke

Ich möchte dieses Buch meinen vier Kindern Katharina, Mechthild, Lilia-Magdalena und Georg sowie meinem Ziehsohn Dam widmen.

Ihr Vertrauen in mich während ihres Heranwachsens erleben zu dürfen sowie die vielen tiefgründigen Gespräche, durch die sie mich fortwährend in ihr Leben miteinbeziehen, bilden die wichtigste Kraftquelle für meine Arbeit.

Mein herzlicher Dank geht an den Info3-Verlag. Ohne viele Umschweife und unkompliziert in allen Absprachen wurde entschieden, dieses Buch zu verlegen. Einen besonderen Dank möchte ich ergänzend der Lektorin Silke Kirch aussprechen, die mit großem Einfühlungsvermögen meine Intentionen verstanden hat und immer wieder wertvolle, weiterführende Gedankenanstöße beisteuerte.

Einleitung

„Die lärmende Müdigkeitsgesellschaft ist taub.
Die kommende Gesellschaft könnte dagegen eine
Gesellschaft der Zuhörenden und Lauschenden heißen.
Im Gegensatz zur Zeit des Selbst, die uns isoliert und
vereinzelt, stiftet die Zeit des Anderen eine Gemeinschaft.
Sie ist daher eine gute Zeit.“

Byung-Chul Han

Soziale Herausforderungen

Die Welt, in der wir heutzutage leben, lieben, arbeiten und streiten, von manchen beschrieben als *flüchtige Moderne*¹, als *Risikogesellschaft*² oder als die *Austreibung des Anderen*³, hinterlässt Spuren auf menschlicher wie organisationaler Ebene. Alles wird immer mehr und immer schneller. Wir begegnen überall Entgrenzung – unendlich erscheinende Aufgabenberge und Entscheidungsfelder, überwältigende Konsummöglichkeiten, Entgrenzung der Arbeitszeit – alles und jeder soll ständig verfügbar sein.⁴ Die Herausforderungen der globalisierten Welt in ihrer schier unerträglichen Mehrdeutigkeit scheinen zu einer Grundverunsicherung zu führen. Bei der Suche nach Orientierung geraten wir immer mehr in Polarisierungen, die sich oft in schablonenhaftem Denken „Entweder-oder“ – „Ich oder der Andere“ widerspiegeln, sowie in Ablehnung, Unversöhnlichkeit, Gleichgültigkeit und Selbstbezogenheit beziehungsweise egoistischem Machtstreben.

1 Baumann 2021.

2 Beck 2015.

3 Byung-Chul Han 2016.

4 Rosa 2016, S. 13ff.

Die Persönlichkeit scheint auf einen Höhepunkt der Individualisierung getrieben: „Es sind ja Abgründe in unserem Zeitalter schon aufgerissen zwischen Mensch und Mensch! In einer Weise, wie es die Menschen gar nicht ahnen, gehen sie heute aneinander vorbei, ohne sich im Geringsten zu verstehen“, formulierte Rudolf Steiner⁵ vor etwa hundert Jahren.

Der innere Halt und damit die Lebenssicherheit scheinen verloren. Es breitet sich zunehmend ein Gefühl der Entfremdung gegenüber Menschen und Dingen aus, das sich darin ausspricht, alles langweilig, nichtssagend oder beängstigend wie bedrohlich zu empfinden. Die Suche nach Sinn geht in eine Leere, über die auch eine weltumspannende Netzgemeinschaft nicht mehr hinwegtäuschen kann.

Auswirkungen auf die Schule

Es ist nicht zu übersehen, dass die Erscheinungen unserer Zeit vor der Schule nicht Halt machen, sich im Gegenteil gravierend auswirken und neue Anforderungen stellen, da auch die soziale Welt komplex geworden ist. Während Sozialisation noch Ende des vorigen Jahrhunderts vorrangig als passiver Anpassungs- und Prägungsprozess des Menschen an die ihn umgebende Gesellschaft verstanden wurde – als Verinnerlichung der vorherrschenden Werte, Normen und Rollen –, betont der heutige Sozialisationsbegriff den aktiven Prozess der Auseinandersetzung des Individuums mit der ihn umgebenden Welt. Die Zeiten, in denen Erziehungsziele aus überzeitlichen Normen abgeleitet werden konnten, sind endgültig vorbei. Da auch die Verweildauer vor Ort stark angestiegen ist, sind Schulen von einem Lernort zu einem Lebensort geworden.

Auch an Waldorfschulen – so muss man heute konstatieren – sind viele Eltern und Lehrerinnen und Lehrer aufgrund der gesellschaftlichen Herausforderungen, die auch sie betreffen,

5 Steiner 1990, GA 186, S. 170.

überfordert mit den Erziehungsaufgaben. Erziehungsziele können konkurrieren und einander widersprechen, so beispielsweise zwischen Schule und Eltern oder unter den Lehrenden. Die Zahl der als „schwierig“ empfundenen Kinder und Jugendlichen nimmt zu und problematische Klassensituationen häufen sich. Eine gegenseitige Vorwurfshaltung – „Lehrer müssten“, „Eltern sollten“ –, die häufig zu hören ist, führt jedoch zu einer fatalen Interpretation von Gruppenzuordnungen, die falsche Erwartungen und Ängste – auf beiden Seiten – geradezu schürt. Es geht zwar um verschiedene Funktionen, aber letztendlich sind Eltern und Lehrer gleichberechtigte Partner in unterschiedlichen Rollen und bilden eine Verantwortungsgemeinschaft im Interesse der Schülerinnen und Schüler.

In der Waldorfschule verbindet Lehrer und Eltern darüber hinaus noch ein besonderes Erziehungsideal, wobei es um eine Pädagogik geht, die nicht nur die kognitiven, sondern auch die emotionalen, sozialen und künstlerischen Fähigkeiten sowie grundsätzlich Handlungskompetenz herausbilden möchte. Dabei kommen entwicklungspsychologischen Aspekten altersgerechten Lernens sowie konkreten Anerkennungserlebnissen, welche Selbstfindung und Selbsterfahrung stärken, eine besondere Bedeutung zu. Wenn dabei insbesondere die sich in Freiheit entfaltende Individualität eines jeden Kindes im Mittelpunkt steht, ist damit jedoch nicht gemeint, dass dies von ganz allein sich vollzieht, Kompetenzen sich – quasi anstrengungsfrei – aneignen lassen. Wissensdurst, Entdeckerfreude, Kreativität sowie eine natürliche Liebe zu allen sie umgebenden Menschen und Dingen bringen Kinder mit. Aber sie sind auf allen Ebenen zur Entwicklung ihrer Potenziale auf qualifizierte Angebote angewiesen. Und zwar durch beziehungsorientierte Erwachsene als Vorbilder. Besonderen Wert haben diese Erfahrungen gerade dann, wenn sie im Rahmen von Tätigkeiten gemacht werden können, die auch von Erwachsenen selbst vollzogen, beziehungsweise gelebt werden.

Dabei geht es beispielsweise auch um „lautlose Resonanzen“. Manchmal ist es schwer, eine sich langsam aufbauende innere Abneigung gegen ein Kind, das immer wieder eine verweigernde Haltung einnimmt, zu überwinden. Kinder spüren jedoch den inneren Monolog: „Ach, du schon wieder! Was kommt jetzt wieder auf mich zu?“. Diese negative Resonanz – vielleicht von mehreren Seiten – wird vom Kind wahrgenommen, internalisiert und als soziale Zurückweisung erlebt. So wie umgekehrt allein schon die innere Frage: „Wer bist du eigentlich? Ich würde dich gerne besser verstehen?“ einen Möglichkeitsraum eröffnet, in den es sich hineinentwickeln kann. Entscheidend dabei ist, dass das Kind erlebt, dass man ihm eine Zukunft zutraut.

Soziale Verbundenheit und Beziehungskultur

Gerade Schulen haben vor dem Hintergrund der enormen gesellschaftlichen und menschlichen Umbrüche die große Chance, Kindern und Jugendlichen in besonderer Weise die Qualitäten des Füreinander zu erschließen. Sie können Lebensorte für Sozialerfahrungen und die Aneignung sozialer Fähigkeiten auf der Basis positiver, eindeutiger und tragender Beziehungserfahrungen werden. Denn die selbstverantwortliche Gestaltung sozialer Prozesse ist mitbestimmend für ein aktives Ergreifen der eigenen Lebensführung. Dazu gehören: durch Erfahrungen zu reifen, Vertrauen in die eigene Zukunft zu entwickeln, in vielen sozialen Alltagsherausforderungen zu lernen, handlungsfähig zu sein sowie ein aktives Bewältigungsverhalten und eine gute Selbstregulation in krisenhaften Lebenssituationen zu erwerben.

Auch erfolgreich und teamorientiert miteinander zu arbeiten, gegensätzliche Ansichten zu akzeptieren, die Perspektive des Anderen zu verstehen sowie Interesse und Empathie zu entwickeln, sind Ausdruck von Sozialfähigkeit. Konflikte und Auseinandersetzungen untereinander konstruktiv lösen zu lernen,

indem man die gegenseitigen Bedürfnisse erfragt und berücksichtigt, statt auf Positionen zu beharren, bildet zugleich zentrale Kompetenzen demokratischer Prinzipien und Verhaltensweisen, die eine zukunftsgestaltende Teilhabe an gemeinschaftlichen beziehungsweise gesellschaftlichen Prozessen erst ermöglichen.

Schulen müssen sich mit der Frage auseinandersetzen: Nehmen wir die Signale wahr, die von Kindern und Jugendlichen ausgehen, können wir sie verstehen, entsprechende Erkenntnisse daraus ableiten und Veränderungen initiieren?

Gesellschaften leben in ständiger Entwicklung. Viele Veränderungen und krisenhafte Zuspitzungen sowie deren Tragweite werden uns jedoch erst mit genügend Abstand bewusst. Gelingt eine vorurteilsfreie Sicht auf die Phänomene, wird deutlich, dass an allen Veränderungen immer und überall Menschen beteiligt sind: als Ideengeber, Entscheider, Ausführende, Zerstörende, Kontrollierende, Konsumierende ... Immer sind es Menschen in Beziehungen zu anderen Menschen. Das macht eine Auseinandersetzung mit unserer Beziehungskultur dringlich, denn ein Denken in Beziehungen sieht sich selbst in seiner Umgebung und nimmt diese – liebevoll – mit ihren Eigenheiten, Bedürfnissen, Stärken und Schwächen wahr.

Wir können uns daher einmal selbst fragen: Wenn wir die Zukunft mitgestalten wollen, wie wollen wir unseren persönlichen Beitrag zu einer guten Beziehungskultur gestalten? Denn Momente gelingender Beziehung – so kurz sie auch sein mögen – sind keine unwesentliche Randerscheinung einer Begegnung, sondern die Voraussetzung für soziale Verbundenheit.

Die Kraft des Zuhörens

Ein erster Schritt liegt häufig darin, Augenblicke innerer Stille zu finden und die herausfordernde Situation vorurteilslos einfach auszuhalten, wirken zu lassen und zu betrachten – dann ent-

steht möglicherweise die Bereitschaft, dass ich mich einlasse auf das Andere in mir, das Andere im Anderen, auf das Fremde, das Unbekannte, Geheimnisvolle und zunächst vielleicht vollkommen Unverständliche. Im Zwiegespräch beginnen wir zu lauschen, nach innen, in unsere Umgebung hinein – wir werden aufmerksam, hören, und fangen an zuzuhören, anderen zuzuhören.

Dieses Hinhören braucht jedoch Ruhe und Anleitung – ein Langsam-Werden, um ohne Zeitdruck die Dinge selbst sprechen zu lassen, um auch diese damit in ihrer Ganzheit zu belassen. Anders ausgedrückt bedeutet das, den voreiligen Ausdruck zu Gunsten eines beginnenden Eindrucks zu vermeiden und stattdessen intensive Begegnung zuzulassen.

Michael Ende hat die verändernde Kraft des Zuhörens in seiner Figur Momo wunderbar herausgearbeitet. Momo konnte zuhören, so zuhören, dass im anderen Menschen Gedanken oder Empfindungen aufstiegen, von denen er nie angenommen hätte, sie erleben zu können. War jemand beispielsweise schüchtern und ängstlich, fühlte er sich plötzlich frei und mutig. War jemand ratlos und unentschlossen, wusste sie auf einmal ganz genau, was sie wollte. Und wenn ein Mensch zu Momo kam, der sich als völlig bedeutungslos empfand und als jemand, auf den es überhaupt nicht ankommt im Leben, dann konnte es auf geheimnisvolle Weise geschehen, noch während er mit ihr sprach, dass er spürte, dass er, gerade so wie er war, auf eine einzigartige Weise für die Welt wichtig war.⁶

Wie ist es möglich, dass sich Menschen gegenseitig verstehen, wenn sie einander wie Momo zuhören, staunend fühlen, was andere fühlen und – sich Unerwartetem öffnend – intuitiv ein Bild davon machen, was in anderen vorgeht?

⁶ Ende 1973, S. 15 ff.

Ich – im Angesicht des Anderen

Die Wirkungen, die Menschen aufeinander haben können, werden häufig zunächst gar nicht wahrgenommen, weil sie subtil und unmerklich vonstatten gehen. Viele nehmen erst dann wahr, dass Menschen Wirkungen aufeinander ausüben, die uns tatsächlich verändern, wenn sie mit einer großen Dynamik positiver oder negativer Emotionen einhergehen. Die Wirkung, die Menschen aufeinander ausüben, gestaltet sich jedoch schon allein durch Beziehung, durch wechselseitige Resonanz.

Der Neurowissenschaftler, Arzt und Psychotherapeut Joachim Bauer hat diese Wirkung auf neurobiologischer Basis als vermittelt durch die sogenannten „Spiegelsysteme“ dargestellt,⁷ der Soziologe Hartmut Rosa entwickelte – darauf aufbauend – die soziale Dimension⁸, auf die ich im ersten Kapitel dieses Buches noch ausführlicher eingehen werde.

Guter zwischenmenschlicher Beziehungen bedarf der Mensch ein Leben lang. Aber vor allem Kinder und Jugendliche entwickeln Vitalität, Lebensfreude und Motivation, wenn sie sich geliebt, zugehörig und in sicherer Beziehung befinden.

Autonomie in Verbundenheit

Der notwendige Erwerb von Autonomie lässt sich nicht gegen soziale Verbundenheit entwickeln, sondern setzt diese voraus. Junge Menschen, die sich auf den Weg Richtung Autonomie begeben, brauchen Ermutigung und Inspiration von anderen, meist Eltern und Lehrerinnen und Lehrern. Die Resonanzen, die sie in der Schule erhalten, sind dabei von überragender Bedeutung,⁹ denn es geht um soziale Erfahrungsräume, in denen Mut, Besonnenheit, Einschätzungsvermögen, Selbstbeobachtung und Anerkennung von Grenzen gelernt werden können, um die Geheimnisse eines gelingenden sozialen Zusammenlebens zu entdecken.

⁷ Bauer 2005.

⁸ Rosa 2016.

⁹ Bauer 2019, S. 119.

Kinder und Jugendliche bedürfen dafür einer als Vorbild gelebten Führung und des Rückhalts durch erfahrene Andere.

Ein junger Mensch, der diese psychosozialen Fähigkeiten lernen und entwickeln darf, kann von sich selbst sagen:

„Ich habe Menschen um mich, die mir vertrauen und mich wertschätzen.“

„Ich habe Menschen um mich, die mir als Vorbilder dienen und von denen ich durch Teilhabe lernen kann, Verantwortung zu übernehmen.“

„Ich habe Menschen um mich, die mir helfen, mich in unterschiedlichen kulturellen und sozialen Umfeldern zurechtzufinden und selbstständig handeln zu können.“

„Ich habe Menschen um mich, die mir ermöglichen zu lernen, mit Konflikten gewaltfrei umzugehen.“

„Ich bin respektvoll mir selbst und anderen gegenüber.“

„Ich bin froh, anderen helfen zu können und meine Anteilnahme zu zeigen.“

„Ich bin zuversichtlich, dass alles gut wird und sich für Probleme Lösungen finden lassen.“

„Ich kann mein Verhalten in schwierigen Situationen kontrollieren.“

„Ich kann spüren, wenn es richtig ist, eigenständig zu handeln oder ein Gespräch mit jemandem zu suchen.“

„Ich weiß, dass auch Schwierigkeiten, Misserfolge und traurige Ereignisse zum Leben dazugehören und dass es auf mich selbst ankommt, was ich daraus mache.“¹⁰

Mobbing in der Schule wirksam begegnen

Auch Mobbing und Cybermobbing stehen mit oben charakterisierten Zeitphänomenen in Zusammenhang und werden wegen der oft schwerwiegenden Folgen mit zunehmender Aufmerksamkeit wahrgenommen.

¹⁰ Zander 2011 sowie Schopper 2019.

Das Auftreten von Mobbing lässt sich nicht immer verhindern und ist in der Schule ein schwieriges, die Lehrkräfte und Eltern gleichermaßen herausforderndes Thema. Lehrerinnen und Lehrer können sich hilflos fühlen oder sogar schuldig – „Warum passiert das gerade in meiner Klasse, was hab’ ich falsch gemacht?“ – und Eltern sind oft verzweifelt und fühlen sich von der Schule allein gelassen.

Aber Mobbing muss nicht tatenlos hingenommen werden. Es kann durch sinnvolles Intervenieren gut aufgelöst werden und damit allen Beteiligten (wieder) ein wertschätzendes und achtsames Miteinander ermöglichen, bei dem Zuhören und Anteilnahme im Mittelpunkt stehen.

Ausblick ins Buch

Erziehenden sowie insbesondere Lehrerinnen und Lehrern möchte ich mit diesem Buch einen praktischen Leitfaden an die Hand geben, um sinnvoll und wirksam Mobbing in der Schule beenden zu können. Gleichzeitig möchte ich Verständnis für die Entstehung von Mobbingdynamiken wecken und durch die Kenntnis der Kriterien eine Unterscheidung von anderen Gewalttaten oder alltäglichen Konflikten ermöglichen. Besonders wichtig ist es mir herauszuarbeiten, dass wir alles, was an Gedanken, Einstellungen und Werten in der Gesellschaft – und vor allem in uns selbst – lebt, bei den Schülern und Schülerinnen im Rahmen ihrer eigenen Entwicklungsschritte gespiegelt finden. Erwachsene spielen daher durch ihr Vorbild insbesondere in der kritischen Zeit des Heranwachsens von Kindern um das zweite Lebensjahrsiebt und durch Teilhabemöglichkeiten der Jugendlichen im dritten Jahrsiebt, eine entscheidende Rolle, wie diese ihr Leben später ergreifen können.

Eine spirituell gegründete Pädagogik wie die Waldorfpädagogik kann für diese Verantwortung die Tiefendimension erschlie-

ßen, daher stelle ich Gedanken dazu allen weiteren Ausführungen zum Thema Mobbing und Cybermobbing voran.

Eine Intervention mit dem in diesem Buch vorgestellten Ansatz *No Blame Approach* bezieht ihre Wirksamkeit gerade aus dieser gelebten Vorbildfunktion, die auf einer positiven und beziehungsorientierten inneren Haltung der Erwachsenen beruht. Ein weiterer Schlüssel zum Erfolg ist das zentrale Element der freien Entscheidung von Schülerinnen und Schülern, welche Lehrer*innen in allen Schritten der Durchführung unterstützen. Darin drückt sich die Achtung vor der Individualität des jungen Menschen aus, sie stärkt gleichzeitig seine Selbstwirksamkeit.

Das Einverständnis der/des von Mobbing Betroffenen bildet dabei die Voraussetzung und den Auftakt für den anschließenden Prozess der Umwandlung der destruktiven Mobbingstruktur in ein faires und hilfsbereites Miteinander in der Klasse. Aber auch die Mitglieder der Unterstützerguppe wirken aufgrund ihrer freien Entscheidung mit, ohne dass (moralischer) Druck auf sie ausgeübt wird. Ebenso wird von Mobbingakteur*innen Einsicht in das eigene destruktive Verhalten zu keinem Zeitpunkt als Bedingung eingefordert. Die Erfahrung hat bestätigt, dass sie gerade dadurch einen empfindungsmäßigen Zugang zu ihren eigenen destruktiven Gefühlen bekommen können, ihr Verhalten ändern und sich mit großer Erleichterung wieder unbeschwert in die Gemeinschaft eingliedern.

Im Praxisteil werden Gesprächsanleitungen, die meine Kollegin Andrea Gerlach und ich in unserem Institut gemeinsam entwickelt haben, als Orientierungshilfe zur Verfügung gestellt.

Eine Schulung in der Vorgehensweise mit dieser Methode ersetzt dieses Buch jedoch nicht. Es hat sich vielmehr als hilfreich erwiesen, bevor man den Ansatz durchführt, einmal selbst in die „Haut“ von Schülerinnen und Schülern zu schlüpfen und nachzuspüren, wie und wodurch eine Haltungsänderung vollzogen werden kann. Auch sich selbst in der Rolle des Gesprächsfüh-

renden zu üben und anschließend zu reflektieren ist wichtig, um die Intention der Methode zu verinnerlichen und Sicherheit zu gewinnen.

Ein Buch kann die Verhältnisse nicht verändern, aber vielleicht einer der vielen kleinen Impulse sein, die den Anstoß geben, einen Prozess der Veränderung mit einzuleiten.