

Früh erkennen, wirksam handeln

Mobbing ist ein ernst zu nehmendes und komplexes Phänomen, das weitreichende Auswirkungen auf das Schulleben haben kann. Für Lehrkräfte ist es von grundlegender Bedeutung, ein tiefes Verständnis für dieses Problem zu entwickeln, um sowohl präventiv als auch intervenierend wirksam agieren zu können.



Foto: Fox_Design/stock.adobe.com

Mobbing unterscheidet sich grundlegend von alltäglichen Konflikten oder kleineren Auseinandersetzungen. Es ist gekennzeichnet durch wiederholte und über einen längeren Zeitraum andauernde negative Handlungen gegenüber anderen Personen. Die ausführenden Personen wählen ihre Zielpersonen bewusst aus, meist Kinder, die als schwächer oder körperlich unterlegen wahrgenommen werden. Anfänglich mögen die Demütigungen, Beleidigungen oder Abwertungen, die auch körperliche Gewalt umfassen können, unscheinbar wirken, doch sie intensivieren sich im Verlauf des Prozesses kontinuierlich.

Wann spricht man von Mobbing?

Eine zentrale Definition liefert Dan Olweus, der als Gründervater der Erforschung von Gewalt an Schulen gilt: Ein Kind ist Gewalt ausgesetzt oder wird gemobbt, wenn es wiederholt und über einen längeren Zeitraum den negativen Handlungen eines oder mehrerer anderer Schüler oder Schülerinnen ausgeliefert ist.

Ein prägnantes Merkmal von Mobbing ist die entstehende Ungleichheit im Kräfteverhältnis. Die betroffene Person gerät in eine unterlegene Position, aus der sie ohne externe Hilfe nicht eigenständig herausfindet. Charakteristisch ist auch, dass die Zielperson die ihr zugeschriebenen Kränkungen und Beleidigungen schließlich selbst annimmt und sich für ihre missliche Lage verantwortlich fühlt. Mobbing vollzieht sich in einem sich verstärkenden Prozess, der nicht von allein zum Stillstand kommt.

Es ist wichtig, Mobbing klar abzugrenzen: Gelegentliche Sticheleien oder Beleidigungen, die schnell vergessen sind und sich nicht wiederholen, sowie kleinere Raufereien oder Auseinandersetzungen unter Gleichstarken sind kein Mobbing. Gleichwohl gilt: Jede Form von Gewalt, unabhängig von ihrer Einordnung als Mobbing oder nicht, muss in der Schule ernst genommen und darf nicht geduldet werden.

Die weitreichenden Folgen: Wenn Mobbing Spuren hinterlässt

Mobbing stellt einen direkten Angriff auf die Persönlichkeit und das soziale Ansehen der betroffenen Kinder dar. Gerade im Grundschulalter befinden sich Kinder in einer prägenden Phase intensiver emotionaler und sozialer Entwicklung. In dieser Zeit lernen sie, Freundschaften zu knüpfen, Konflikte konstruktiv zu lösen und ein gesundes Selbstwertgefühl aufzubauen – und sind dabei besonders verletzlich.

Die Auswirkungen von Mobbing können schwerwiegend sein: Sie reichen von psychosomatischen Beschwerden wie Bauch- und Kopfschmerzen über Schlafstörungen bis hin zu Leistungsabfall, mangelnder Schulmotivation und sozialem Rückzug. Langfristig kann sich ein vermindertes Selbstwertgefühl einstellen, was das Risiko für Ängste oder depressive Verstimmungen erhöht.

Für die ausführenden Kinder kann Mobbing als Ventil zur Bewältigung von Frust und Aggressionen dienen oder als Mittel, um Macht und Kontrolle auszuüben. Oft verbergen sich dahinter eigene Defizite in sozial-emotionalen Kompetenzen oder das Bedürfnis, Unsicherheiten zu überspielen. Insbesondere bei Grundschulkindern besteht die Gefahr, dass sich solche destruktiven Muster verfestigen, wenn sie nicht frühzeitig erkannt und durchbrochen werden.

Mobbing an Grundschulen: Erkennen und Handeln

An Grundschulen ist Mobbing oft direkter und offensichtlicher als an weiterführenden Schulen, was es Lehrkräften mit einem geschulten Blick leichter macht, es zu erkennen und zu intervenieren. Diese Art von „heißem Konflikt“ ist tendenziell besser zu bearbeiten als ein „kalter Konflikt“, der schon länger schwelt. Da Grundschulkindern oft körperlich miteinander interagieren, ist es für Lehrkräfte wichtig, zwischen spielerischem Gerangel und Mobbing zu unterscheiden. Der Fokus sollte stets darauf liegen, ob ein stärkeres Kind ein schwächeres, körperlich unterlegenes Kind tyrannisiert. Dabei gilt grundsätzlich: Jede Form von Gewalt – auch wenn sie nicht als Mobbing einzustufen ist – wird in der Schule nicht akzeptiert.

Schule in der Verantwortung

Mobbing wirkt sich negativ auf Selbstvertrauen, Gesundheit und Lernmotivation der Schülerinnen und Schüler aus. Anhaltender Stress kann zu Konzentrationsschwierigkeiten, vermindertem schulischem Interesse und psychosomatischen Beschwerden führen. Auch das Klassenklima leidet darunter: Mobbing beeinträchtigt das soziale Miteinander, schafft Unsicherheit und belastet die gesamte Lernatmosphäre.

Lehrkräfte tragen zur Entstehung von Mobbing bei, wenn der Unterricht Schülerinnen und Schüler nicht fordert oder wenn eine wenig wertschätzende Kommunikationskultur in den Klassen gepflegt wird. Dies schafft eine Lernumgebung, die nicht dazu beiträgt, dass die Schule als sozialer Schonraum erlebt werden kann. Ein hoher Leistungsdruck seitens der Lehrkraft und ein rauer Umgangston schaden dem Klassenklima, führen zur Missachtung von Regeln und etablieren eine wenig wertschätzende Atmosphäre, die Mobbing Vorschub leistet.

Es ist daher Aufgabe der Lehrkräfte, die Augen vor Mobbing nicht zu verschließen und mit geeigneten Methoden konsequent dagegen vorzugehen. Bemerkenswert ist, dass traditionelle Unterrichtsformen wie der Frontalunterricht Lehrkräften oft wenig Einblick in die Gruppendynamik gewähren. Kooperative Arbeitsformen hingegen wirken präventiv und unterstützen die Beziehungsfähigkeit der Gruppenmitglieder.

Eine Kultur des Respekts gestalten

Wirksam gegen Mobbing ist eine auf Achtsamkeit, Wertschätzung aller sowie Respekt und Empathie fußende Unterrichtskultur. In einer solchen Umgebung können sich alle Schülerinnen und Schüler ausprobieren, ohne Angst haben zu müssen, ausgelacht, bloßgestellt oder in ihrer Persönlichkeit gedemütigt oder attackiert zu werden. Das beste Mittel gegen Mobbing sind Rahmenbedingungen, die die Grundbedürfnisse der Kinder und Jugendlichen erfüllen: Wer sich anerkannt und wertgeschätzt fühlt, auch vonseiten der Lehrkraft, hat keinen Bedarf, sich durch Mobbing narzisstisch aufzuladen, um seinen Gefühlshaushalt zu regulieren.



Foto: contrastwerkstatt/stock.adobe.com

Gruppenarbeit fördert die Beziehungsfähigkeit der Kinder – und beugt Mobbing vor.

Die tägliche Beziehungsarbeit und die Förderung einer offenen, respektvollen Kommunikationskultur im Unterricht sind wichtige Beiträge zur Prävention von Mobbing. Lehrkräfte, die kooperative Lernformen einsetzen und ein beziehungsfreundliches Unterrichtsklima schaffen, stärken das soziale Miteinander in ihren Klassen. Prävention ist jedoch kein individuelles, sondern ein gemeinsames Anliegen der gesamten Schule: Sie bedarf einer abgestimmten schulischen Strategie, die im Schulprogramm und im schulinternen Curriculum verankert ist und von allen Beteiligten getragen wird.

Konkretes Handeln: Wenn Mobbing sichtbar wird

Lehrkräfte sollten ein besonderes Augenmerk auf Kinder haben, die von Gruppen isoliert erscheinen. Wie zum Beispiel Kinder, die plötzlich Schuldistanz zeigen oder sich nicht mehr am Unterricht beteiligen, deren Leistungen auf einmal nachlassen, die psychosomatische Beschwerden haben, sich isolieren, deren Selbstwertgefühl sichtbar nachlässt oder die Auffälligkeiten am Körper zeigen wie blaue Flecke. Diese Kinder gilt es besonders im Auge zu behalten.



Foto: Stefanie/peopleimages.com

Am besten gehen Lehrkräfte aktiv auf sie zu und fragen nach. Wenn Kinder dann schweigen und man spürt, dass sie sich für ihre Lage schämen, müssen Lehrkräfte am Ball bleiben, Kontakt mit den Eltern aufnehmen und nachfragen. Je eher dem Kind geholfen wird, desto besser.

Einfühlsam begleiten: Durch aufmerksames Nachfragen und Nähe können Lehrkräfte betroffenen Kindern frühzeitig helfen.

Handlungsempfehlungen für Lehrkräfte bei Verdacht auf Mobbing

Keine Lehrkraft kann einen Mobbingverdacht allein bewältigen – dies würde zwangsläufig zur Überforderung führen. Die Schule muss daher verbindliche Strukturen und abgestimmte Abläufe schaffen, um Lehrkräfte zu entlasten und ein systematisches Vorgehen zu sichern. Die folgenden Handlungsempfehlungen stellen einen Teilaspekt dieses schulweiten Präventions- und Interventionskonzepts dar.

Beobachten und dokumentieren

- Auffälligkeiten (Isolation, Rückzug, Beschwerden, Leistungsabfall) wahrnehmen.
- Situationen, Beteiligte und Häufigkeit schriftlich festhalten. Hierzu sind verbindliche Absprachen nötig.

Gespräch mit dem Kind

Gespräche mit betroffenen Kindern können für Lehrkräfte herausfordernd sein. Hier kann eine Fortbildung oder gemeinsame kollegiale Fallberatung hilfreich sein, um Handlungssicherheit zu gewinnen.

- Behutsam und in geschütztem Rahmen nachfragen („Ich habe bemerkt, dass du oft allein bist/traurig wirkst ...“).
- Signalisieren: „Du bist nicht schuld. Ich nehme dich ernst.“
- Druck vermeiden – manche Kinder brauchen Zeit, um Vertrauen aufzubauen.

Eltern einbeziehen

- Beobachtungen schildern und Unterstützungsmaßnahmen für das Kind gemeinsam absprechen.
- Erklärungen und Lösungen gemeinsam suchen.

Klassengemeinschaft stärken

- Thema allgemein im Klassenrat oder Unterricht aufgreifen, ohne Namen zu nennen.
- Regeln gegen Ausgrenzung festigen, Empathie und Zivilcourage üben.

Unterstützungssystem aktivieren

- Kollegium, Schulleitung oder Schulsozialarbeit entsprechend den schulinternen Regelungen informieren.
- Bei gravierenden Fällen externe Stellen (z. B. Schulpsychologischer Dienst, Jugendhilfe) einbeziehen.

Impressum

DGUV Lernen und Gesundheit, Mobbing, Oktober 2025

Herausgegeben von: Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e. V. (DGUV), Glinkastraße 40, 10117 Berlin, **Chefredaktion:** Kathrin Baltscheit (V.i.S.d.P.), DGUV, Berlin

Redaktion: Karen Guckes-Kühl, Universum Verlag GmbH, Wiesbaden, www.universum.de

E-Mail Redaktion: info@dguv-lug.de

Text: Burkhard Günther, Berlin



Internet-
hinweis



Arbeits-
blätter



Arbeits-
auftrag



Präsentation



Video



Didaktisch-
methodischer
Hinweis



Lehr-
materialien



Distanz-
unterricht