

Gerd Meyer, Ulrich Dovermann,  
Siegfried Frech, Günther Gugel (Hrsg.)

# Zivilcourage lernen

Analysen – Modelle – Arbeitshilfen

Bundeszentrale für politische Bildung, Bonn 2004  
ISBN 3-89331-537-3  
[www.bpb.de](http://www.bpb.de)

Buchhandelsausgabe:  
Institut für Friedenspädagogik Tübingen e. V.  
Tübingen 2004  
ISBN 3-932444-13-2  
[www.friedenspaedagogik.de](http://www.friedenspaedagogik.de)

Nicht immer steht ein umfangreiches Zeitbudget von einem oder gar mehreren Tagen für Seminare und Trainings, in denen zivilcouragiertes Verhalten vermittelt werden soll, zur Verfügung. Nicht immer können sich Lehrerinnen und Lehrer ausführlich mit allen Aspekten des Themas auseinandersetzen, bevor sie sich an die „Umsetzung“ wagen. Um dennoch einen Zugang zu einzelnen Aspekten des Themas zu ermöglichen, bieten sich knapp gehaltene Stundenentwürfe und Unterrichtshilfen in Form von Arbeits- oder Themenblättern an, die in einer oder maximal zwei Unterrichtsstunden bewältigt werden können.

Die hier beschriebenen Themenblätter sind Teil eines umfangreichen Materialienpaketes des Instituts für Friedenspädagogik Tübingen e.V. zum Themenbereich Konfliktbearbeitung. Der didaktische Ansatz sowie das Verständnis von Zivilcourage werden in diesem Band in dem Beitrag „Zivilcourage lernen mit Neuen Medien“ dargestellt.

## THEMENBLÄTTER IM UNTERRICHT

Die von der Bundeszentrale für politische Bildung herausgegebenen „Themenblätter im Unterricht“ sind für zeitlich knapp bemessene pädagogische Arrangements konzipiert und bieten sorgfältig entwickelte und grafisch anspruchsvoll gestaltete Arbeitsblätter an.

### BEZUGSMÖGLICHKEITEN DER „THEMENBLÄTTER IM UNTERRICHT“

#### Themenblätter

▶ „Zivilcourage: Eingreifen statt Zuschauen“, Bestell-Nr. 5.358

▶ „Mobbing“, Bestell-Nr. 5.366

Franzis' print & media, Postfach 150740, 80045 München

Fax: 089 5117292

E-Mail: [infoservice@franzis-online.de](mailto:infoservice@franzis-online.de)

Als PDF-Dateien im Internet:

#### Themenblätter

▶ „Zivilcourage: Eingreifen statt Zuschauen“

▶ „Mobbing“

sind als PDF-Dateien im Internet (farbig oder schwarz/weiß) abrufbar unter:

[www.friedenspaedagogik.de/service/unter/unterich.htm](http://www.friedenspaedagogik.de/service/unter/unterich.htm)



Das Spezifische der „Themenblätter im Unterricht“ ist, dass sie „sofort“ und ohne weitere Hilfsmittel einsetzbar sind, da sie sowohl einen knappen Lehrerkommentar beinhalten, als auch kopierfertige Arbeitsblätter. Obwohl für die „klassische“ Unterrichtssituation in (Berufs-)Schulen konzipiert, können sie mit Gewinn auch im Rahmen von längeren Unterrichtsprojekten oder Seminaren als eigenständiger „Baustein“ integriert werden.

Die hier vorgestellten Themenblätter „Zivilcourage: Eingreifen statt Zuschauen“ und „Mobbing“ wurden für Jugendliche ab der Sekundarstufe I entwickelt und im Rahmen der von der Bundeszentrale für politische Bildung herausgegebenen Reihe „Themenblätter im Unterricht“ veröffentlicht.

Anhand von Bildergeschichten, Fragebögen, Arbeitsblättern usw. werden ausgewählte Aspekte des Themas aufgegriffen und in verschiedenen methodischen Schritten didaktisch anspruchsvoll bearbeitet. Dabei soll ein schülerorientierter Zugang zur angesprochenen Thematik ermöglicht und zumindest punktuell ein „Aha-Erlebnis“ erreicht werden. Eine knappe Einführung in das Verständnis von



Zivilcourage bzw. Mobbing, die verschiedenen Dimensionen des Themas sowie mögliche Handlungsansätze ermöglichen für die Lehrenden ebenso wie für die Seminarleitung eine schnelle und präzise Orientierung. (Vgl. S. 330)

## WEBQUESTS

WebQuests sind frage- und aufgabenorientierte Lern-Arrangements, die mit Hilfe von ausgewählten Internet-Ressourcen beantwortet und bearbeitet werden. Die Lernenden lösen dabei selbstständig vorgegebene Problemstellungen.

Auf S. 341 wird ein WebQuest zum Thema „Handeln in Problemsituationen“ vorgestellt, das in zwei bis drei Stunden bearbeitet werden kann.

## GLEICHES THEMA, VERSCHIEDENE ARBEITSWEISEN

Das Themenblatt „Eingreifen statt Zuschauen“ und das WebQuest „Handeln in Problemsituationen“ beschäftigen sich mit dem selben thematischen Aspekt von Zivilcourage, wählen jedoch jeweils unterschiedliche Wege der Bearbeitung.

## VERBREITUNG

Die Themenblätter „Mobbing“ und „Eingreifen statt Zuschauen“ werden von der Bundeszentrale für politische Bildung herausgegeben und sind über diese zu beziehen. Die „Themenblätter im Unterricht“ haben eine Startauflage von jeweils 35.000 Exemplaren, davon werden 17.000 in einem „Grundversand“ im Rahmen eines Abo-Systems direkt an Schulen verschickt, die restlichen Exemplare können kostenlos über die „Printus-Druckerei“ ab-

## THEMENBLÄTTER IM UNTERRICHT – DIE KONZEPTION

**Die Bundeszentrale für politische Bildung bietet seit 2001 die Reihe „Themenblätter im Unterricht“ an. In dieser Reihe werden auch Themen aufgegriffen, die sich direkt mit Aspekten von Zivilcourage befassen.**

Die anspruchsvoll gestalteten und im Farbdruck hergestellten Themenblätter sind so aufgebaut, dass sie auf vier Lehrer-Seiten einen thematischen Zugang sowie didaktische Überlegungen bieten. Ein Arbeitsblatt für die Schüler (Vor- und Rückseite) ist direkt einsetzbar. Eine Seite mit Literatur, Internet- und Kontaktadressen rundet die Themenblätter ab. Sie werden als „Klassensatz“ jeweils im „Block“ mit 30 herausreißbaren Schülerarbeitsblättern vertrieben. Das Kopieren entfällt somit.

## Die Konzeption der Themenblätter sieht Folgendes vor:

- ▶ Das Arbeitsblatt behandelt ein relevantes öffentliches Thema und weist auf seine politische Dimension hin.
- ▶ Es nutzt einen Fall oder Aufhänger aus der aktuellen Diskussion.
- ▶ Es regt kontroverse Diskussionen an und macht klar, dass es in einer Demokratie selten mühelose Entscheidungen nach „Richtig oder Falsch“ gibt.
- ▶ Es hinterlässt bei den Schülerinnen und Schülern nachhaltige Erkenntnisse, die nicht so schnell verblassen.
- ▶ Es ist inhaltlich spannend (und unkonventionell) und anregend, enthält spielerische Elemente, ohne oberflächlich zu sein.
- ▶ Das Arbeitsblatt ist handlungsorientiert und regt die Lernenden zur Aktivität an.
- ▶ Das Arbeitsblatt enthält nicht nur Texte, sondern auch grafische „Zutaten“ (Fotos, Grafiken, Karikaturen) und ist ansprechend gestaltet.
- ▶ Das Arbeitsblatt knüpft an Schülererfahrungen bzw. -lebenswelten an.
- ▶ Es berücksichtigt inhaltlich und sprachlich, dass es nicht nur Männer auf dieser Welt gibt.

*Vgl. Bundeszentrale für politische Bildung: Checkliste für Autorinnen und Autoren eines Arbeitsblattes für die Reihe „Themenblätter im Unterricht“, Bonn 2002.*

gerufen werden. Die Erstauflage der beiden oben genannten Themenblätter war bereits nach einem Jahr vergriffen und musste nachgedruckt werden.

Desweiteren werden die Themenblätter im Internet als PDF-Dateien zum Download angeboten. Das Themenblatt „Mobbing“ wurde von Mai 2002 bis Juli 2003 konstant wöchentlich zwischen 300 und 500 Mal aus dem Internet-Angebot des Instituts für Friedenspädagogik Tübingen e. V. ([www.friedenspaedagogik.de](http://www.friedenspaedagogik.de)) abgerufen, das Themenblatt „Eingreifen statt Zuschauen“ zwischen 100 und 250 Mal pro Woche.

Solche Zahlen sagen noch nichts über den tatsächlichen Einsatz und die Lerneffekte dieser Materialien bei Schülern oder Seminarteilnehmern aus, wohl aber etwas über den Bedarf an überschaubaren und handhabbaren Lernmodellen und Unterrichtshilfen.

## THEMENBLÄTTER IM UNTERRICHT:

### ZIVILCOURAGE: EINGREIFEN STATT ZUSCHAUEN

Zivilcourage sei der Mut, überall unerschrocken seine eigene Meinung zu vertreten, ist im Duden „Das Fremdwörterbuch“ zu lesen.

Ohne den zivilen Mut einzelner Bürgerinnen und Bürger gehen freiheitliche Institutionen zugrunde oder werden wertlos, meint Iring Fetscher. Und Bundespräsident Johannes Rau spitzt dies noch zu, indem er erklärt, dass ohne Zivilcourage unsere Gesellschaft nicht leben kann: „Wir können nicht genug davon haben an Bürgersinn und Zivilcourage, damit Gewalt und Vorurteile nicht im Schatten von Gleichgültigkeit und in dem Gefühl wachsen können: Das geht mich nichts an. (...) Wir brauchen eine neue Bürgerbewegung für ein friedliches Miteinander in unserem Land.“

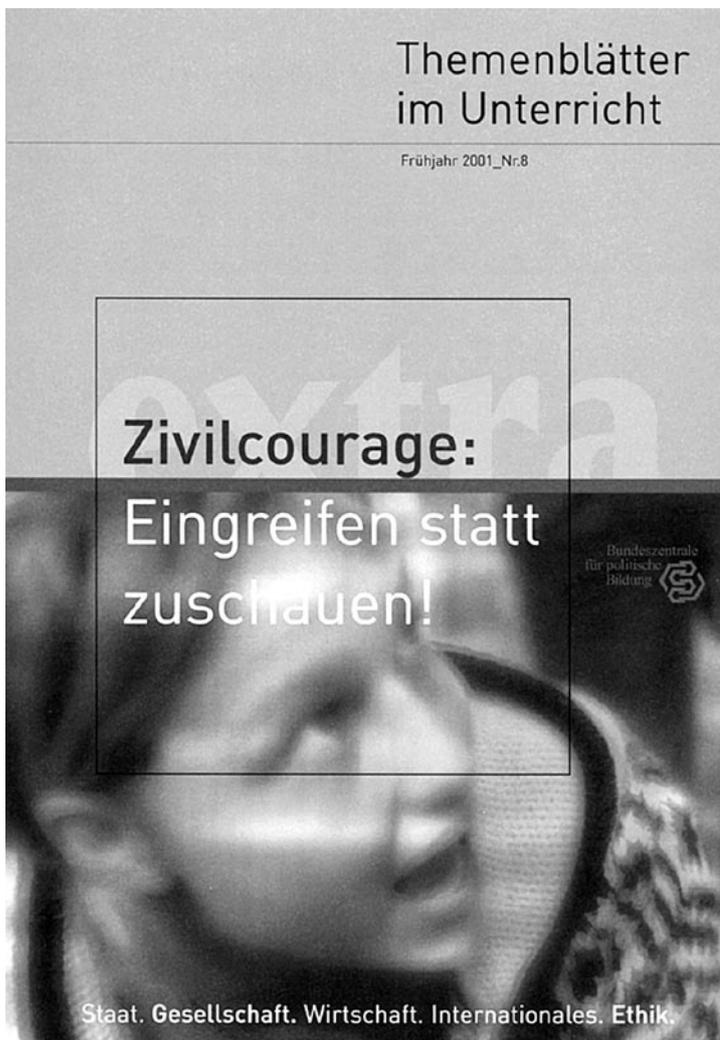
Wie kann Zivilcourage, also das Eintreten für seine Überzeugung und für die Rechte der anderen gefördert werden? Wie kann sich ein „prosoziales Verhalten“ entwickeln? Ein erster Punkt ist die Schulung der Wahrnehmung und die Sensibilisierung für Not- und Gefahrensituationen. Aber auch für Diskriminierungen und Beleidigungen.

Hinzu muss Einfühlungsvermögen und die Fähigkeit zum Perspektivenwechsel kommen, um vor diesem Hintergrund Handeln zu ermöglichen.

Die Bildergeschichte bietet hierzu einen Ansatz, indem die Bilder genau betrachtet, interpretiert und bewertet werden müssen. Die Frage, „Wie würde ich mich in einer solchen Situation verhalten?“, bringt den Aspekt des kognitiven Probehandelns ins Spiel. Neben der vorgeschlagenen Einzel- oder Partnerarbeit kann die Szene auch als Rollenspiel nach- oder weitergespielt werden.

Wissen über mögliche, sinnvolle und empfohlene Verhaltensweisen erleichtert es, sich mit Situationen, in denen ein mutiges Eingreifen nötig ist, auseinander zu setzen. Hierzu bietet die Rückseite des Arbeitsblattes Anregungen.

Eine weiterführende Beschäftigung mit dem Themenbereich kann auch die Frage aufgreifen, „Welche Verhaltensweisen werden in unserer Gesellschaft prämiert, die egoistischen oder die altruistischen?“ Änne Ostermann kommt in ihrer Untersuchung zu dem Ergebnis, dass es sich hier nicht um eine Alternativfrage handelt. Ihre These lautet, dass



in modernen Industriegesellschaften zwei antagonistische Entwicklungsstränge gleichzeitig wirksam seien: Ein Trend der Entzivilisierung, der Brutalisierung, des Anwachsens der Gewalt und eine entgegengesetzte Entwicklungslinie der Zivilisierung, der Sensibilisierung für Gewalt und das Anwachsen der sozialen Verantwortung. Diese Sichtweise ermöglicht es auch unter didaktischen Gesichtspunkten beiden Strängen nachzugehen: Was fördert, was behindert das eine und das andere? Welche Rollen spielen zum Beispiel Peergroups bei helfendem oder nicht-helfendem Verhalten?

## ENTSCHEIDUNGSPROZESS BEI HILFELEISTUNGEN

### 1. Wahrnehmung eines Ereignisses:

Der potenzielle Helfer muss bemerken, dass etwas geschieht und seine Aufmerksamkeit auf das ungewöhnliche Ereignis lenken.

Je klarer zu erkennen ist, dass ein Opfer der Hilfe bedarf, desto eher wird auch Hilfe geleistet.

### 2. Erkennen der Notlage:

Wenn ein Ereignis erst einmal registriert worden ist, muss die Entscheidung getroffen werden, ob es sich bei diesem Ereignis um einen Notfall handelt oder nicht.

Gelangt der Zuschauer zu dem Resultat, dass seine Hilfe notwendig ist, übernimmt er Verantwortung und ist zur Hilfe bereit.

### 3. Die eigene Verantwortung:

Die eigene Verantwortung muss erkannt und bewertet werden.

### 4. Art der Hilfe:

Der potenzielle Helfer muss sich für eine bestimmte Art der Hilfe entscheiden.

Die „Entscheidung“ ist eigentlich schon mit der Bewertung des Ereignisses gefallen. Allerdings wägt der potenzielle Helfer noch ab, ob er kompetent genug ist, um in der konkreten Notsituation zu helfen.

### 5. Ausführung:

Das Hilfeverhalten wird ausgeführt.

Eine Hilfeleistung erfolgt nur dann, wenn der Zuschauer auf jeder Stufe des Prozesses die entsprechend „richtige“ Entscheidung trifft.

*Hans-Dieter Schwind u. a.: Alle gaffen ... keiner hilft. Unterlassene Hilfeleistung bei Unfällen und Straftaten, Heidelberg 1998, S. 123 ff, Auszüge.*

## KOSTEN-NUTZEN-ERWÄGUNGEN

**Entscheidend für das Eingreifen oder Nicht-Eingreifen in einer Notsituation ist die Höhe der „Kosten“.**

Als solche „Kosten“ kommen in Frage:

► erstens, die „Kosten“ der Hilfe, die sich auf die Gefahren und den Aufwand beziehen, die mit einem Eingreifen einhergehen können: die Gefahr der eigenen Verletzung, Zeitverlust, Blamage durch nicht sachgerechtes Handeln; aber auch Ärger mit Behörden oder Unannehmlichkeiten, die grundsätzlich jede Einmischung in die Angelegenheiten anderer Menschen einbringen kann;

► zweitens, die „Kosten“ der Nichthilfe wie Gewissensbisse, moralische Selbstvorwürfe, geschwächtes Selbstwertgefühl oder eine Strafanzeige nach § 323c StGB (Unterlassene Hilfeleistung); damit ist gleichzeitig der „Nutzen“ der Hilfe verbunden, der in der Vermeidung von Gewissensbissen, Selbstvorwürfen und einer eventuellen Strafanzeige besteht.

Bei der „Kosten-Nutzen“-Überlegung des Zuschauers einer Notsituation handelt es sich aber in der Regel nicht um bewusste logische Abwägungen.

*Hans-Dieter Schwind u. a.: Alle gaffen ... keiner hilft. Unterlassene Hilfeleistung bei Unfällen und Straftaten, Heidelberg 1998, S. 33.*

## WAS ZIVILCOURAGE VERHINDERT:

- Angst (z.B. vor körperlicher Gewalt);
- Gefühl der Unterlegenheit (Hier kann ich ja nichts machen ...);
- Gefühl der Gleichgültigkeit (Was geht das mich an...?);
- Meinung, dass das Opfer selbst schuld ist;
- Meinung, dass andere für die Lösung verantwortlich sind;
- Meinung, dass der Konflikt ein Privatproblem der Betroffenen sei.

## DEFINITION

„Zivilcourage ist eine genuin demokratische Verhaltensweise: ohne Angst und ohne öffentlichen Auftrag, allein im Namen der Vernunft und der Sittlichkeit gegen die Lüge und das Unrecht einzutreten.“

*Änne Ostermann:  
Zivilcourage. HSFK-  
Standpunkte,  
Nr. 1/1998, S. 2.*

## „WER NICHTS TUT, MACHT MIT“ – VERHALTEN IN GEWALTSITUATIONEN

**1. Ich helfe**, aber ohne mich in Gefahr zu bringen. Falls Sie Zeuge einer Gewalttat werden, gibt es andere Möglichkeiten, als wegzusehen oder sich direkt dem Täter entgegenzustellen. Jeder Mensch hat Möglichkeiten, etwas Hilfreiches zu tun, ohne in direkte Konfrontation mit dem Täter zu geraten.

**2. Ich fordere andere direkt zur Mithilfe auf.** Es ist ein Phänomen, dass bei Anwesenheit mehrerer Personen am Unglücks- oder Tatort die Wahrscheinlichkeit sinkt, dass geholfen wird. Psychologen sehen mehrere Gründe für dieses Verhalten. Man macht die Ernsthaftigkeit der Notsituation von der Reaktion der anderen Zuschauer abhängig: „Wenn die anderen nicht helfen, wird es wohl auch nichts zu helfen geben.“ Möglich ist auch, dass die erste in Erwägung gezogene Reaktion, nämlich zu helfen, verworfen wird aus Angst vor der Blamage. Man passt sich dann lieber der Zurückhaltung der anderen an, um nicht aufzufallen oder man schiebt die Verantwortung jeweils dem anderen zu mit dem Effekt, dass niemand hilft. Hier ist der Ansatzpunkt: Fangen Sie an etwas zu tun, andere werden dann folgen. Sagen Sie den Zuschauern: „Hier ist etwas nicht in Ordnung, hier muss etwas getan werden!“ Fragen Sie: „Was können wir tun?“ Sprechen Sie eine andere Person an und fordern Sie direkt auf: „Holen Sie Hilfe.“

**3. Ich beobachte genau und merke mir den Täter.** Der Polizei ist es schon häufiger gelungen, aufgrund eines schnellen Anrufes und der guten Beobachtungsleistung von Zeugen, Täter durch eine schnelle Fahndung zu fassen. Wichtig zu wissen ist vor allem die Kleidung, das Aussehen und Fluchtrichtung eines Täters. Möglicherweise können sie dem Täter in sicherem Abstand folgen, ohne ihn zu verfolgen.

**4. Ich organisiere Hilfe - Notruf 110.** Rufen Sie professionelle Helfer, damit diese wissen, was los ist, sagen Sie, wann etwas passiert ist und was passiert ist. Legen Sie dann nicht sofort wieder auf, falls Nachfragen nötig sind.

**5. Ich kümmere mich um das Opfer.** Nicht jeder traut sich zu, Erste Hilfe zu leisten, aber jeder kann

dem Opfer beistehen. Die Erfahrung von Notärzten zeigt, dass verletzte Opfer schon dadurch stabilisiert werden können, wenn sie bis zum Eintreffen der professionellen Helfer seelischen Beistand bekommen. Sprechen Sie mit dem Opfer, trösten Sie es. Fragen Sie, was Sie tun können und wie Sie unterstützen können.

**6. Ich stelle mich als Zeuge zur Verfügung.** Viele verlassen kurz vor oder unmittelbar nach dem Eintreffen der professionellen Helfer den Ort des Geschehens. Aber Sie werden als Zeuge gebraucht. Möglicherweise ist nur Ihnen etwas aufgefallen, das sehr wichtig ist, um den Täter zu fassen oder die Tat zu rekonstruieren. Deshalb bleiben Sie bitte vor Ort und fragen Sie die professionellen Helfer, ob Ihre Anwesenheit noch erforderlich ist. Sollten Sie unter Zeitdruck stehen, hinterlassen Sie für wichtige Nachfragen Ihren Namen und Ihre Erreichbarkeit.

*Polizei Hamburg, Beim Strohhouse 31, 20097 Hamburg. <http://www.polizei.hamburg.de>*

## ZUM ARBEITSBLATT: WEITERARBEIT MIT DER BILDERGESCHICHTE:

### Mögliche Anweisungen und Fragen an die Schülerinnen und Schüler:

- ▶ Vergleiche deine Geschichte mit der deines Partners. Formuliert eine gemeinsame Geschichte.
- ▶ Erzählt auch, was nicht auf den Bildern zu sehen ist. Gibt es eine Vorgeschichte zu diesen Bildern? Wie geht die Geschichte weiter? Was wird in zwei Stunden, was in zwei Tagen sein?
- ▶ Welche Fragen hast du an diese Bildergeschichte? Hast du schon etwas Ähnliches erlebt (als Zuschauer, Handelnder, Betroffener)?
- ▶ Warum handeln die Personen auf den Bildern so wie sie handeln? Kannst du Gründe für ihr Verhalten benennen?
- ▶ Trägt man Verantwortung nur für Handeln, oder auch für „Nicht-Handeln“?

## SCHRITTE ZUR ZIVILCOURAGE

- ▶ Die eigene Meinung – auch gegenüber Vorgesetzten ausdrücken;
- ▶ dies nicht nur privat, sondern auch öffentlich;
- ▶ das eigene Handeln nach moralischen Maßstäben stärker bewerten als opportunistische Anpassung;
- ▶ moralisches Handeln mit dem Erwerb von Sachkompetenz verbinden;
- ▶ mit diesem Handeln verbundene persönliche Nachteile bewusst riskieren, bzw. in Kauf nehmen;
- ▶ die eigene Angst nicht verdrängen, sondern mit dieser Angst handeln.

*Kurt Singer*

## EMPIRISCHE ANGABEN ZU DEN FRAGEN VON ARBEITSBLATT M 2

**Wie würde Ihrer Meinung nach die Mehrheit der Jugendlichen reagieren, wenn sich vor ihren Augen jemand prügelt?**

mischt sich ein, versucht die Streitenden durch aktives Eingreifen auseinander zu bringen	3,6 %
mischt sich ein, fordert die Streitenden auf, die Prügelei zu beenden	8,3 %
mischt sich ein, alarmiert die Polizei, um die Prügelei beenden zu lassen	11,1 %
mischt sich nicht ein, geht weiter	22,6 %
mischt sich nicht ein, schaut aber interessiert zu	36,3 %
mischt sich nicht ein, feuert die Prügelnden an	12,8 %
mischt sich nicht ein, nimmt die Gelegenheit wahr, um mitzuprügeln	5,3 %

N = 1265 Jugendliche im Alter zwischen 12 und 18 Jahren

*Thomas Claus / Detlef Hertl in: Aus Politik und Zeitgeschichte, B 38/94 vom 29.9.1994, S. 13.*

## AUSGEWÄHLTE LITERATUR

- Bastian, Till: Zivilcourage. Von der Banalität des Guten, Berlin 1996.
- Becker, Georg E. / Ursula Coburn-Staeger: Pädagogik gegen Fremdenfeindlichkeit, Rassismus und Gewalt: Mut und Engagement in der Schule, Weinheim und Basel 1994.
- Gruber, Bernhard / Hans Mendl: Zivilcourage im Dritten Reich. Und heute?, Donauwörth 2000.
- Gugel, Günther: Wir werden nicht weichen. Erfahrungen mit Gewaltfreiheit, 3. Aufl. Tübingen 2003.
- Köster, Magdalena: GegenPower. Zivilcourage, Mut und Engagement, München 2001.
- Metzler, Milton: Zivilcourage. Die Geschichte tapferer Menschen, die Juden vor der Vernichtung bewahrten, Recklinghausen 1990.
- Milgram, Stanley: Das Milgram-Experiment. Zur Gehorsamsbereitschaft gegenüber Autorität, Reinbek 1982.
- Hans Jürgen Schultz: Sie haben nicht geschwiegen. Erinnerung an unbequeme Mahner, Stuttgart 1998.
- Hans-Dieter Schwind u. a.: Alle gaffen ... keiner hilft. Unterlassene Hilfeleistung bei Unfällen und Straftaten, Heidelberg 1998
- Singer, Kurt: Zivilcourage wagen – wie man lernt, sich einzumischen, München 1992.
- Staub, Ervin: Entwicklung prosozialen Verhaltens: Zur Psychologie der Mitmenschlichkeit, München/Wien/Baltimore 1981.



## WAS BEDEUTET FÜR DICH ZIVILCOURAGE:

Gibt es Gründe, warum Menschen Zivilcourage zeigen sollten?

---

---

---

Warum benötigt eine Demokratie Zivilcourage?

---

---

---

BITTE ANKREUZEN:

**Sinnvoll oder unsinnig?**

- Einen Leserbrief schreiben;
- einen Aufruf unterzeichnen;
- an einer Demonstration teilnehmen;
- einen Informationsstand organisieren;
- ein Flugblatt verteilen;
- eine Mahnwache halten;
- in einer Notsituation andere um Hilfe bitten;
- jemanden vor anderen in Schutz nehmen;
- sich in eine gewalttätige Auseinandersetzung einmischen;
- als Zeuge zur Verfügung stehen;
- eine gerichtliche Klage einreichen.

**Erinnere dich: Was hast du selbst schon gemacht? Wann und in welchem Zusammenhang war dies?**

WAS WÜRDEN ICH TUN, WENN ...?

**Diskutiere in Kleingruppen.**

- ▶ ... Vorurteile über andere verbreitet werden?
- ▶ ... ein Vorgesetzter (Lehrer etc.) einen Kollegen (Schüler) demütigt?
- ▶ ... Passanten belästigt werden?
- ▶ ... eine Autofahrerin, ein Autofahrer ihren/seinen Motor bei geschlossener Bahnschranke nicht abstellt?
- ▶ ... ein Erwachsener ein Kind schlägt?
- ▶ ... in einer Gruppe über Abwesende herabsetzend geredet wird?
- ▶ ... ein Tier gequält wird?
- ▶ ... Andersdenkende beleidigt werden?
- ▶ ... mir ein „Skandal“ bekannt wird?

BITTE ANKREUZEN:

**Wie würde deiner Meinung nach die Mehrheit der Jugendlichen reagieren, wenn sich vor ihren Augen jemand prügelt?**

- Mischt sich ein, versucht die Streitenden durch aktives Eingreifen auseinanderzubringen;
- mischt sich ein, fordert die Streitenden auf, die Prügelei zu beenden;
- mischt sich ein, alarmiert die Polizei, um die Prügelei beenden zu lassen;
- mischt sich nicht ein, geht weiter;
- mischt sich nicht ein, schaut aber interessiert zu;
- mischt sich nicht ein, feuert die Prügelnden an; mischt sich nicht ein, nimmt die Gelegenheit wahr, um mitzuprügeln.

**Überlege: Was sind die Gründe für dieses Verhalten?**

WIE SICH IN GEWALTSITUATIONEN VERHALTEN?

**Was die Polizei empfiehlt:**

1. Ich helfe, aber ohne mich in Gefahr zu bringen.
2. Ich fordere andere direkt zur Mithilfe auf.
3. Ich beobachte genau und merke mir den/die Täter/-in.
4. Ich organisiere Hilfe – Notruf 110.
5. Ich kümmere mich um das Opfer.
6. Ich stelle mich als Zeuge zur Verfügung.

*Polizei Hamburg*

**Was hältst du von diesen Vorschlägen?**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## MOBBING

### EIN GESELLSCHAFTLICHES PROBLEM

„Heute schon gemobbt?“ – Solche oder ähnliche Formulierungen finden sich immer wieder in Werbeanzeigen auch von seriösen Unternehmen. Dabei ist Mobbing kein randständiges Thema – ganz im Gegenteil: Mobbing ist in allen gesellschaftlichen Bereichen weit verbreitet. Es zerstört die Basis des Zusammenlebens und der Zusammenarbeit, verursacht psychische und physische Krankheiten bei den Betroffenen und ist in Unternehmen für hohe Kosten durch Fehlzeiten oder häufigen Mitarbeiterwechsel und Minderleistungen verantwortlich.

Nach Schätzungen der Deutschen Anti-Mobbing-Initiative (DAMI) werden in Deutschland pro Jahr ca. 1,5 Millionen Menschen an ihrem Arbeitsplatz von Kollegen oder Vorgesetzten terrorisiert. Mehr als 3.000 Menschen begehen jährlich nach Mob-

bing Suizid. Der volkswirtschaftliche Schaden durch Krankenstand, medizinische Versorgung und Frühverrentung beläuft sich pro Jahr auf ca. 50 Milliarden Euro.

### WAS IST MOBBING?

Nicht jeder Streit und jede Schikane ist bereits Mobbing. Die Gesellschaft gegen psychosozialen Stress und Mobbing (GpSM) e.V. versteht unter Mobbing „eine konfliktbelastete Kommunikation am Arbeitsplatz unter Kollegen oder zwischen Vorgesetzten und Untergebenen, bei der die angegriffene Person unterlegen ist und von einer oder mehreren anderen Personen systematisch und während längerer Zeit direkt oder indirekt angegriffen wird mit dem Ziel und/oder dem Effekt des Ausstoßes und die angegriffene Person dies als Diskriminierung erlebt.“ Mobbing geschieht vor allem in „Zwangsgemeinschaften“ wie in der Arbeitswelt, Schule, Ausbildungseinrichtungen o.ä., denn diese Bereiche können nicht ohne weiteres verlassen werden.

In freiwilligen Zusammenschlüssen wie Sportvereinen oder Freizeitclubs taucht Mobbing weniger auf. Ganz einfach deshalb, weil derjenige, der sich nicht akzeptiert fühlt, sich einen anderen Verein oder ein anderes Hobby suchen kann.

Typisch für Mobbing ist, dass es sich gegen „als unterlegen empfundene“ Einzelpersonen richtet, systematisch geschieht und über einen längeren Zeitraum andauert. Mobber sind Heckenschützen, sie gehen sehr subtil vor. Mobbingopfer befinden sich subjektiv oft in einer ausweglosen Situation und können nur selten Hilfe mobilisieren.

(Vgl. [www.mobbing.de](http://www.mobbing.de))

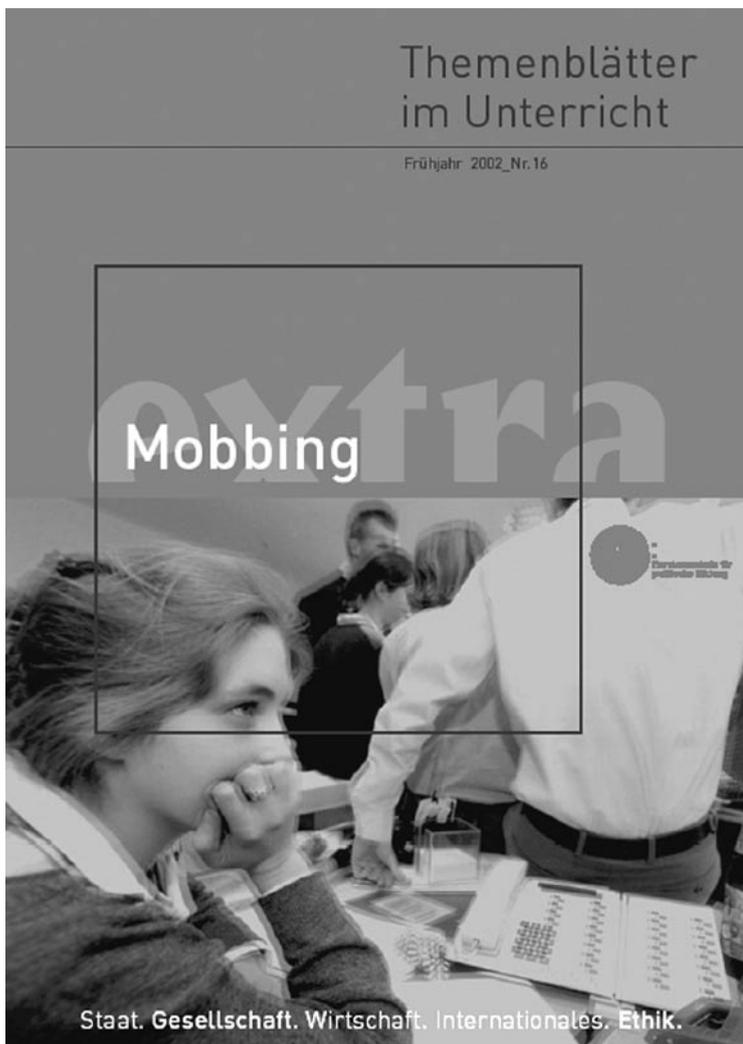
### DIE MOBBINGHANDLUNGEN

Manche Mobbinghandlungen sind für sich genommen eher harmlos. Eine erdrückende Gewalt entwickeln solche Handlungen erst, wenn sie systematisch ausgeübt werden. Andere Mobbinghandlungen sind schon für sich ein massiver Angriff auf die persönliche Würde oder die berufliche Identität. Eine einmalige „Strafaktion“ ist noch kein Mobbing.

Der Mobbingforscher Heinz Leymann teilt Mobbinghandlungen in fünf Bereiche ein:

#### **1. Angriffe auf die Möglichkeiten, sich mitzuteilen:**

Man wird ständig unterbrochen, erfährt ständige Kritik an der Arbeit oder Telefonterror.



## 2. Angriffe auf die sozialen Beziehungen:

Man spricht nicht mehr mit dem/der Betroffenen, man lässt sich nicht ansprechen, man wird „wie Luft“ behandelt.

## 3. Auswirkungen auf das soziale Ansehen:

Man macht sich über das Privatleben lustig, man macht sich über die Nationalität lustig, sexuelle Annäherungen oder verbale sexuelle Angebote.

## 4. Angriffe auf die Qualität der Berufs- und Lebenssituation:

Man weist dem Betroffenen keine Arbeitsaufgaben zu, man gibt ihm sinnlose Arbeitsaufgaben, man gibt ihm „kränkende“ Arbeitsaufgaben.

## 5. Angriffe auf die Gesundheit:

Zwang zu gesundheitsschädlichen Arbeiten, Androhung körperlicher Gewalt, körperliche Misshandlung, sexuelle Übergriffe.

(www.dgb.de/themen/mobbing)

## URSACHEN

Die Mobbingforschung geht heute davon aus, dass es keine in der Persönlichkeit der Täter oder Opfer liegende ursächlichen Merkmale gibt, wohl aber Risikofaktoren: Täter werden zum Beispiel Chefs mit mangelndem Selbstbewusstsein. Sie fühlen sich von starken Untergebenen bedroht. Opfer werden eher Außenseiter, die Konflikte nicht lösen. Doch auch Leistungsträger können betroffen sein, wenn sie mit ihrem Eifer das soziale Klima stören. Auch die Betriebsorganisation kann Mobbing begünstigen. Auslöser für Mobbing können Neuerungen am Arbeitsplatz sein, die gewohnte Abläufe verändern, oder auch neue Vorgesetzte. Die Angst vor Verlust

des Arbeitsplatzes verschärft das Problem. Schlechtes Arbeitsklima, Zeit- und Erfolgsdruck sind zusätzlich begünstigende Faktoren. In einer Untersuchung von Leymann waren die „Täter“ von Mobbinghandlungen zu 44% Kollegen, 37% Vorgesetzte, 10% Kollegen und Vorgesetzte und zu 9% Untergebene.

## DIE PHASEN EINES MOBBINGPROZESSES

### Ein Konflikt entsteht

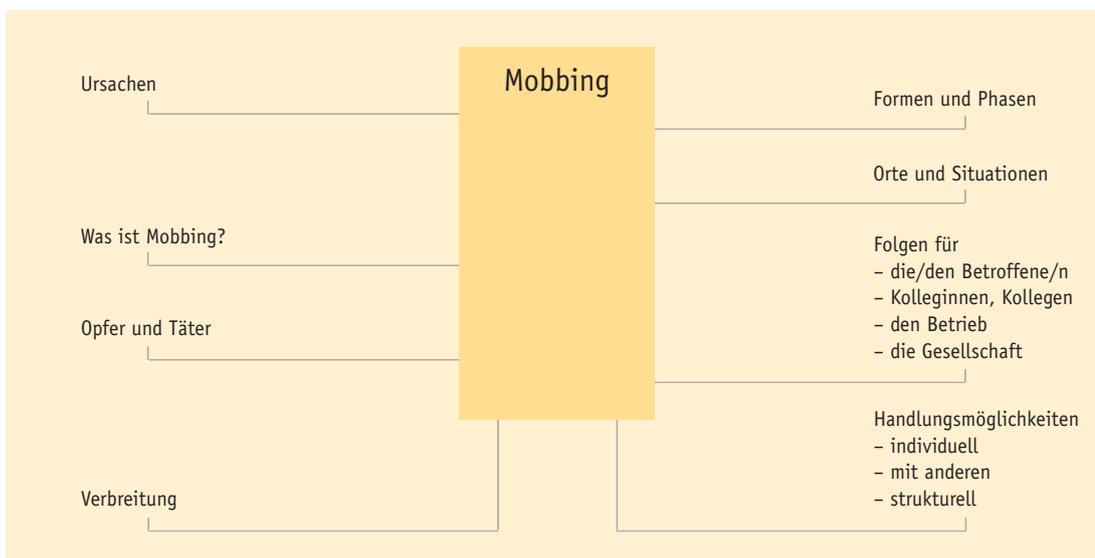
Am Anfang eines jeden Mobbingprozesses steht ein Konflikt. Mobbing kann entstehen, wenn der Konflikt nicht bearbeitet wird. Im Laufe der Entwicklung hin zu Mobbing tritt der ursprüngliche Konflikt immer mehr in den Hintergrund. Aus dem sachlichen Konflikt wird eine persönliche Auseinandersetzung.

### Der Psychoterror beginnt

Nun ist es die Person des Betroffenen selbst, die zur Zielscheibe wird. In dieser zweiten Phase des Mobbingprozesses passieren erschreckende Veränderungen. Innerhalb kurzer Zeit wird aus einer beliebten und geachteten Kollegin eine totale Außenseiterin, mit der niemand etwas zu tun haben will. Mobbingopfer verändern sich stark: Sie werden mürrisch, unfreundlich, misstrauisch, vielleicht sogar pampig oder aggressiv.

### Erste arbeitsrechtliche Maßnahmen beginnen

Auf die Demütigungen und Mobbinghandlungen am Arbeitsplatz folgen häufig arbeitsrechtliche Maßnahmen des Arbeitgebers. Der von Mobbing Betrof-



fene ist zu einem Problemmitarbeiter geworden: Er ist häufig unkonzentriert, es unterlaufen ihm Fehler und er hat aufgrund der psychosomatischen Beschwerden zu viele Fehltag. Der Vorgesetzte, auch wenn er bislang neutral war, ist nun gezwungen, zu reagieren. Er wird das aufgetretene Fehlverhalten rügen und im Wiederholungsfall auch abmahnen. Die weitere unangenehme Folge für den Betroffenen ist, dass er aufgrund der arbeitsrechtlichen Maßnahmen zu einem „offiziellen“ Fall im Betrieb wird.

Das Arbeitsverhältnis wird zwangsweise beendet  
Fortgeschrittene Fälle enden fast immer mit einem Ausschluss aus dem Arbeitsleben. Entweder kündigen die Betroffenen selbst, weil sie es nicht mehr aushalten, oder sie werden vom Arbeitgeber unter einem Vorwand gekündigt. Andere willigen unter dem großen Druck in einen Auflösungsvertrag ein.

Ein Wiedereinstieg in den Beruf ist für fast alle Betroffenen kaum möglich, weil sie durch den Mobbingprozess so stark körperlich und seelisch geschädigt worden sind, dass sie den Belastungen des Arbeitslebens nicht mehr standhalten. (Vgl. [www.mobbing.de](http://www.mobbing.de))

#### FOLGEN VON MOBBING FÜR DIE OPFER

Eine schwedische Untersuchung teilt die Folgen in verschiedene psychosomatische Symptomgruppen ein:

##### **1. Grübelnde Gedankenverläufe:**

Gedächtnisstörungen, Konzentrationsschwierigkeiten, Niedergeschlagenheit, ohne Initiative, apathisch, Ratlosigkeit, Aggressionen, Gefühl der Unsicherheit, übersensibel bei Enttäuschungen.

##### **2. Psychosomatische Symptome:**

Alpträume, Bauch-/Magenschmerzen, Durchfall, Erbrechen, Übelkeit, Appetitlosigkeit, „Kloß im Hals“, Weinen, Einsamkeit, Kontaktarmut.

##### **3. Typische Symptome des Erschreckens:**

„Druck“ auf der Brust, Schweißausbrüche, trockener Mund, Herzklopfen, Atemnot (Asthma), Blutwallerungen.

##### **4. Effekte nach Stresszuständen:**

Rückenschmerzen, Nackenschmerzen, Muskelschmerzen, Antriebslosigkeit.

##### **5. Posttraumatische Belastungsreaktionen:**

Einschlafstörungen, unterbrochener Schlaf, frühzeitiges Aufwachen.

([www.mobbing.de](http://www.mobbing.de))

Neben diesen psychosomatischen Folgen gibt es weitere, die die sozialen Kontakte (Isolierung) oder die Arbeitsleistungen betreffen und bis hin zur Kündigung oder dem Verlust des Arbeitsplatzes reichen können. Die AOK schätzt die Kosten für Leistungsabfall und Fehlzeiten pro Mobbingfall auf 15.000 bis 50.000 Euro.

Im schulischen Bereich sind die Folgen häufig Konzentrationsschwäche, Müdigkeit und Schlafstörungen, Schulschwänzen, starker Leistungsabfall, ständiges Zuspätkommen, in den Pausen längeres Verweilen im Klassenzimmer, Vermeidung von Gruppenarbeit.



## HANDLUNGSMÖGLICHKEITEN

Es gibt keine Patentrezepte. Da jeder Fall anders liegt, muss jede/r selbst herausfinden, welche Form der Gegenwehr die richtige ist.

### Individuelle Strategien:

- ▶ Rechtzeitig reagieren, nicht zu lange warten.
- ▶ Deutlich machen, dass das Verhalten unerwünscht ist.
- ▶ Mit einer Person des Vertrauens über den Vorfall sprechen.
- ▶ Herausfinden, worum es eigentlich im Kern geht.
- ▶ Herausfinden, wo eigene Anteile am Konflikt liegen.
- ▶ Sich Verbündete suchen, Erfahrungen austauschen.
- ▶ Den/die Belästiger/in zur Rede stellen.

### Andere einbeziehen

- ▶ Entscheiden, ob Hilfe von einer dritten Person notwendig ist.
- ▶ Den Betriebs- oder Personalrat einschalten.
- ▶ Die Belästigung öffentlich machen, das Schweigen brechen und die Duldsamkeit ablegen.
- ▶ Externe Beratungsstelle einschalten.

### Weiterführende Maßnahmen

- ▶ Bei dem Arbeitgeber Seminare für Führungskräfte bzw. Ausbilder/-innen anregen.
- ▶ Betriebs- und Dienstvereinbarungen anregen und durchsetzen, die Mobbing und sexuelle Belästigung verurteilen.

Vgl. *Deutscher Gewerkschaftsbund, Bundesvorstand, Abt. Frauenpolitik (Hg.): Nein heißt Nein! Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz, Düsseldorf 1998, S. 16 ff.*

## MOBBING IN DER SCHULE

Im schulischen Bereich zeigt sich Mobbing unter anderem durch folgende Handlungen: Ausgrenzung aus der Klassengemeinschaft, Beschädigen von Materialien, Auslachen, Verstecken von Kleidungsstücken, ungerechtfertigte Beschuldigungen, Knuffen und Schlagen auf dem Pausenhof, Erpressung und Bedrohung, sexuelle Belästigungen.

## HINWEISE ZUM EINSATZ

- ▶ Bitte beachten Sie, dass es **zwei verschiedene Versionen des Arbeitsblattes** gibt, die parallel eingesetzt werden und verschiedene Aspekte des Themas beleuchten.
- ▶ Der didaktische Ansatz der Arbeitsblätter geht davon aus, dass durch die Bildergeschichten eine Auseinandersetzung mit dem „Mobbingalltag“ und eigenen Mobbingerlebnissen aktiviert wird. Erst in einem zweiten Schritt sollte über Reaktions- und Handlungsmöglichkeiten gesprochen werden.
- ▶ Eigene Erfahrungen als Opfer, Täter oder Zuschauer sind bei jedem vorhanden. Diese Dimension sollte in einem Klassengespräch einbezogen werden. Anknüpfungspunkte können die Bildergeschichten sein: „Wer hat Ähnliches schon einmal erlebt?“
- ▶ Wichtig ist es, Zeit für den Bereich der Handlungsstrategien einzuplanen: Was kann man machen?

Dabei sollte darauf geachtet werden, dass nicht nur individuelle Handlungsmöglichkeiten zur Sprache kommen, sondern auch strukturelle Gegenmaßnahmen gegen Psychoterror und Diskriminierung am Arbeitsplatz oder in der Schule Berücksichtigung finden.

Solche strukturellen Maßnahmen können in der Arbeitswelt z. B. Betriebsvereinbarungen sein, wie sie VW 1996 mit der Betriebsvereinbarung „Partnerschaftliches Verhalten am Arbeitsplatz“ umgesetzt hat. Für den Schulbereich wäre die Erarbeitung einer verbindlichen „Anti-Mobbing-Konvention“ (evtl. auch als Teil einer umfassenderen Schulordnung) möglich.

## ERSTE HILFE FÜR MOBBINGOPFER

### **Tipp Nr. 1:**

Schreiben Sie sich alles auf, was Ihnen im Zusammenhang mit Mobbing unterkommt: Vorfall, Wer, Wann, Wo, Zeugen ... Nur so können Sie später auch glaubhaft von Mobbing sprechen.

### **Tipp Nr. 2 :**

Wer übt warum das Mobbing aus? Versuchen Sie, das Motiv des Mobbingtäters heraus zu finden.

### **Tipp Nr. 3:**

Angriffsfläche reduzieren. Machen Sie sich nicht mehr als nötig verwundbar.

### **Tipp Nr. 4:**

Sprechen Sie mit jemandem darüber. Mobbing hat viele Konsequenzen, aber gute Laune zählt nicht dazu.

### **Tipp Nr. 5:**

Typische Mobbingattacken sind: Informationen vor-enthalten, Ausgrenzung, Untergraben der Arbeit. Überlegen Sie sich Strategien, dieses zu vermeiden: Wie komme ich trotzdem an Informationen? Wie kann ich mich integrieren?

### **Tipp Nr. 6:**

Mobbing verursacht Stress, Niedergeschlagenheit, Demotivation bis hin zu Depressionen und Erkrankungen. Suchen Sie nach Wegen, diese Spannungen abzubauen. Sport und andere Freizeitaktivitäten können hier helfen.

### **Tipp Nr. 7:**

Keinen Alkohol und keine Drogen! Alkohol löst weder die Probleme noch den Stress oder die Anspannung. Er verschlimmert sie nur.

### **Tipp Nr. 8:**

Der mit dem Mobbing verbundene Stress ist nicht zu unterschätzen. Er führt dazu, dass das Mobbingopfer verkrampt. Schlechter und unzureichender Schlaf sind die Folgen. Achten Sie auf genügend Schlaf. Vermeiden Sie überflüssigen Stress. Essen Sie ausgewogen und regelmäßig.

Vgl.: [www.antimobbing.de](http://www.antimobbing.de)

## WEITERARBEIT MIT ROLLENSPIELEN

Die Bildmaterialien können auch als Ausgangspunkt für Rollenspiele dienen. Im Zentrum des Rollenspiels sollten Handlungsmöglichkeiten in konkreten Mobbing-situationen stehen. Diese Handlungsmöglichkeiten können spontan entwickelt oder in Kleingruppen vorbereitet werden. Was könnte die Situation positiv, was negativ beeinflussen?

Die Szene kann mit verschiedenen Lösungsvarianten nachgespielt werden. Prinzipielle (idealtypische) Handlungsmöglichkeiten sind:

1. Konfrontation, Kampf;
2. Innere Resignation, Rückzug;
3. Gekonnte verbale Reaktion;
4. Einschaltung einer dritten Partei (z.B. des Personalrates).

Bei der Auswertung sollte überlegt werden, wovon Handlungsalternativen abhängen, wie der Erfolg der einzelnen Reaktionsweisen einzuschätzen ist und was jeweils als ein „Erfolg“ zu werten wäre?

# Mobbing – Der Kopierraum

Erzählen Sie die Geschichte, die sich in der Bilderfolge darstellt. Sie können dabei auch die

Sichtweise des Mannes oder die der Frau einnehmen.

# M3



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Überlegen Sie:**

Welche Handlungsmöglichkeiten gibt es in solchen Situationen? – Alleine, mit Kolleginnen

und Kollegen, mit dem Personalrat? Wo und wie kann man sich Hilfe holen?

# Der Mobbing-Test

## M4

### Die Schülerinnen und Schüler der Gutenbergschule in Riederich haben einen Mobbing-Test entwickelt:

Ob Du bereits Mobbingopfer bist, kannst du leicht mit diesem Test überprüfen.

1. Deine Möglichkeiten, sich frei zu äußern, sind stark eingeschränkt. 20 P
2. Du gehörst einer anderen Nationalität oder Religion an, als die meisten anderen in deiner Klasse. 15 P
3. Du wist von deinen Mitschülern nie privat eingeladen. 5 P
4. Du wirst mit Telefonterror belästigt. 20 P
5. Die Mitschüler verstummen, wenn du den Raum betrittst. 10 P
6. Man lacht über dich. 10 P
7. Man spricht nicht mehr mit dir. 20 P
8. Du wirst ständig kritisiert. 15 P
9. Man verbreitet Gerüchte über dich. 15 P
10. Man greift deine persönliche Meinung an. 10 P
11. Du bist sexuellen Belästigungen verbal oder tätlich ausgesetzt. 20 P
12. Man zwingt dich Dinge zu tun, die dein Selbstbewusstsein verletzen. 20 P
13. Man stellt deine Entscheidungen in Frage. 10 P
14. Man imitiert dich, deinen Gang, deine Stimme, dein Lachen ... 20 P
15. Man gibt dir Aufgaben weit unter deinem Können. 10 P
16. Man gibt dir Aufgaben, die deine Möglichkeiten übersteigen. 10 P
17. Man verdächtigt dich, psychisch krank zu sein. 15 P
18. Du hast keine Freude mehr an deiner Arbeit. 15 P
19. Du warst in letzter Zeit öfter krank. 15 P
20. Du warst in letzter Zeit gereizt. 10 P
21. Du gehst nicht zu Klassenfesten oder sonstigen freiwilligen Veranstaltungen der Schule. 10 P
22. Dir wurde schon einmal körperliche Gewalt angedroht. 15 P
23. Deine persönlichen Dinge werden beschädigt ( Schulranzen, Bücher, Mäppchen, Fahrrad ...). 10 P

24. Du gehst weniger aus, als früher. 10 P
25. Mitschüler werden gegen dich aufgestachelt. 20 P
26. Man macht Witze auf deine Kosten. 20 P
27. Mitschüler, zu denen du früher engeren Kontakt hattest, ziehen sich zurück. 15 P
28. Du leidest an Schlafstörungen. 10 P

[www.mobbing.gutenbergschule.org/mobb/modules/freecontent/content/mobbingtest.htm](http://www.mobbing.gutenbergschule.org/mobb/modules/freecontent/content/mobbingtest.htm)

#### Testauswertung:

[www.mobbing.gutenbergschule.org/mobb/modules/freecontent/content/testauswertung.htm](http://www.mobbing.gutenbergschule.org/mobb/modules/freecontent/content/testauswertung.htm)

#### Was hältst du von diesem Test?

#### Werden die relevanten Mobbing-Phänomene erfasst?

#### Was würdest du ergänzen oder anders formulieren?

#### Wie kann man einen solchen Test auswerten?

#### Welche Aussagen kann man anhand eines solchen Tests treffen?

#### Fünf Grundsätze für eine Schule ohne Mobbing

Formuliere fünf Grundsätze, die für eine Schule / einen Betrieb ohne Mobbing wichtig sind.

1. Wir achten in Wort und Tat die Würde unserer Mitmenschen
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

# Mobbing – Der Umkleieraum

Es gibt viele Arten von Mobbing.  
Welche Art wurde hier angewandt?

Was könnte das Mädchen tun, um sich zu wehren?

Alleine? \_\_\_\_\_

Mit anderen? \_\_\_\_\_

Sofort? \_\_\_\_\_

Längerfristig? \_\_\_\_\_

WIE KÖNNTE DIE SZENE WEITERGEHEN?

Jetzt: \_\_\_\_\_

In einem Tag: \_\_\_\_\_

In einer Woche: \_\_\_\_\_

Wie wirken sich solche Handlungen auf das Selbstwertgefühl und Wohlbefinden der Betroffenen aus?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## DER UMKLEIDERAUM

Was ist auf dem Bild zu sehen?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Was ist genau geschehen?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Wie könnte die Vorgeschichte aussehen?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Was empfindet das Mädchen am Boden vermutlich?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Was denken wohl die anderen Mädchen?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



M5

### DAS MOBBING-ABC

Finden Sie Begriffe, die Mobbinghandlungen beschreiben und jeweils mit einem Buchstaben des ABC anfangen:

- A \_\_\_\_\_
- B \_\_\_\_\_
- C \_\_\_\_\_
- D \_\_\_\_\_
- E \_\_\_\_\_
- F \_\_\_\_\_
- G \_\_\_\_\_
- H \_\_\_\_\_
- I \_\_\_\_\_
- J \_\_\_\_\_
- K \_\_\_\_\_
- L \_\_\_\_\_
- M \_\_\_\_\_
- N \_\_\_\_\_
- O \_\_\_\_\_
- P \_\_\_\_\_
- Q \_\_\_\_\_
- R \_\_\_\_\_
- S \_\_\_\_\_
- T \_\_\_\_\_
- U \_\_\_\_\_
- V \_\_\_\_\_
- W \_\_\_\_\_
- X \_\_\_\_\_
- Y \_\_\_\_\_
- Z \_\_\_\_\_

### MOBBINGHANDLUNGEN

Manche Mobbinghandlungen sind für sich genommen eher harmlos. Die erdrückende Gewalt entwickeln solche Handlungen erst, wenn sie systematisch ausgeübt werden.

Andere Mobbinghandlungen sind schon für sich ein massiver Angriff auf die persönliche Würde oder die berufliche Identität. Eine einmalige „Strafaktion“ ist noch kein Mobbing.

**Mobbingforscher unterteilen Mobbinghandlungen in fünf Bereiche: Suchen Sie Beispiele oder ordnen Sie Ihr Mobbing-ABC diesen Bereichen zu:**

1. Angriffe auf die Möglichkeiten, sich mitzuteilen:  
\_\_\_\_\_

2. Angriffe auf die sozialen Beziehungen:  
\_\_\_\_\_

3. Auswirkungen auf das soziale Ansehen:  
\_\_\_\_\_

4. Angriffe auf die Qualität der Berufs- und Lebenssituation:  
\_\_\_\_\_

5. Angriffe auf die Gesundheit:  
\_\_\_\_\_

**Das habe ich selbst schon erlebt:**

So habe ich mich dabei gefühlt:  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Das habe ich unternommen:  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## TESTAUSWERTUNG VON ARBEITSBLATT M 4

### Die Gutenbergschule Riederich schlägt folgende Testauswertung vor:

Gesamtpunktzahl unter 40 Punkte:

Du brauchst dir keine Sorgen zu machen.

Gesamtpunktzahl 40–80 Punkte:

Es kann der Anfang von Mobbing sein, kann aber auch andere Ursachen haben, wie Konflikte zu Hause oder im Freundeskreis.

Gesamtpunktzahl 80–165 Punkte:

Du bist einem Mobbing ausgesetzt, musst aber nicht „das Handtuch werfen“. Durch selbstbewusstes Auftreten und mutiges Ansprechen der Situation, könntest du das Schiff noch wenden.

Gesamtpunktzahl über 165 Punkte:

Du bist Opfer von Mobbing. Die Situation ist für dich unerträglich und du solltest dich nicht scheuen, Hilfe von außen zu holen.

[www.mobbing.gutenbergschule.org/mobb/modules/freecontent/content/testauswertung.htm](http://www.mobbing.gutenbergschule.org/mobb/modules/freecontent/content/testauswertung.htm)

## LITERATURHINWEISE

- Ausfelder, Trude: Mobbing, München 2000.
- Berckhan, Barbara: Die etwas intelligentere Art, sich gegen dumme Sprüche zu wehren. Selbstverteidigung mit Sprüchen. Mit Trainingsprogramm, München. 1998.
- Brinkmann, R. D.: Mobbing, Bullying, Bossing. Treibjagd am Arbeitsplatz, Heidelberg 1995.
- Dambach, Karl E.: Mobbing in der Schulklasse, München 1998.
- Esser, Axel / Martin Wolmerath: Mobbing. Der Ratgeber für Betroffene und ihre Interessenvertretung, Köln 2001.
- Freitag, Ingo J.: Fit for Mobbing. Die hohe Schule der Bosheit im Betrieb, München 1999.
- Hanewinkel, Reiner / Reimer Knack: Mobbing: Gewaltprävention in Schulen in Schleswig-Holstein, Kiel 1997.
- Kasper, Horst: Mobbing in der Schule. Probleme annehmen, Konflikte lösen, 2. Aufl., Weinheim 1998.
- Kindler, Wolfgang: Gegen Mobbing und Gewalt! Ein Arbeitsbuch für Lehrer, Schüler und Peergruppen, Seelze-Velber 2002.
- Kolodej, Christa: Mobbing. Psychoterror am Arbeitsplatz und seine Bewätigung. Mit zahlreichen Fallbeispielen, Wien 1999.
- Kraus, Wolf Dieter / Renate Kraus: Mobbing, die Zeitbombe am Arbeitsplatz, Renningen 2000.
- Leymann, Heinz: Mobbing, Reinbek 2002.
- Leymann, Heinz (Hg.): Der neue Mobbing-Bericht, Reinbek 1995.
- Mainberger, Bettina: Jede Menge Zoff. Was tun gegen Mobbing und Gewalt?, München 2000.
- Meschkatat, Bärbel / Martina Stackelbeck / Georg Langenhoff: Der Mobbing-Report. Repräsentativstudie für die Bundesrepublik Deutschland, Dortmund/Berlin/Dresden 2003.
- Schallenberg, Frank: „... und raus bist du!“ Mobbing unter Schülern – Was Eltern tun können, München 2000.
- Wöbken-Ekert: „Vor der Pause habe ich richtig Angst“. Gewalt und Mobbing unter Jugendlichen, Frankfurt / New York 1998.
- Zuschlag, Berndt: Mobbing. Schikane am Arbeitsplatz, Göttingen 2001.

## WEBQUESTS

**Webquest sind internetbasierte Lern-Arrangements, die die Ressourcen des Internets für Lernprozesse gezielt nutzen.**

Dabei geht es um aktives Erforschen, Aufarbeiten und produktorientiertes Gestalten. Die Aufgabe könnte zwar prinzipiell auch als Einzel- und Partnerarbeit durchgeführt werden. WebQuests werden jedoch i. d. R. als Gruppenarbeit konzipiert, wobei sowohl arbeitsteilige als auch aufgabengleiche Gruppenarbeit möglich ist. Die notwendigen Informationen beruhen auf authentischen Texten und Quellen. Primär sind diese Quellen im Internet zugänglich und werden dort abgerufen. Die Ergebnisse der Arbeit werden wiederum im Netz präsentiert.

Die Aufgabenstellung ist dabei so, dass sie für kleine Lerngruppen selbstständig zu bewältigen sind und dass als Ergebnis ein konkretes „Produkt“ präsentiert werden kann. Der Begriff „Produkt“ ist dabei sehr weit zu verstehen, Produkte können Plakate, Diskussionsvorlagen, Dossiers, eigene Web-Sites o. ä. sein. Es geht also zum einen um die Auseinandersetzung mit und die Erarbeitung von Inhalten unter dem Aspekt der Zuspitzung auf ein präsentierbares (Produkt-)Ergebnis.

Wichtig ist dabei allerdings eine eingehende Vorbereitung. Das Internet ist zwar die „größte Enzyklopädie der Welt“, dabei aber völlig chaotisch und unstrukturiert aufgebaut. Denn wenn jeder publizieren kann, was und wie er will, dann gibt es auch Unmengen von Unsinn und Belanglosigkeiten. Wer deshalb Schülerinnen und Schüler bei der Arbeit im Netz einfach sich selbst überlässt, darf sich kaum wundern, dass die vermeintliche Motivation durch die Auseinandersetzung mit authentischem Material schnell zur bloßen Überforderung wird und die Demotivierung vorprogrammiert ist.

Bernie Dodge unterscheidet zwei Typen von WebQuests:

### Short Term WebQuest

Ziel ist die Akquisition und Integration von Wissen. Die Lernenden sollen eine signifikante Menge an neuen Informationen erhalten und verarbeiten. Als Richtzeit sind eine bis drei Lektionen vorgesehen.

### Longer Term WebQuest

Ziel ist ein Ausbau und Vertiefen von Wissen. Die

Lernenden sollen ein Wissensgebiet tiefgründig analysieren und transformieren können. Danach sollen sie ihre gewonnenen Erkenntnisse in irgendeiner Form dokumentieren (online oder offline), damit andere darauf reagieren können.

**Die formale Struktur von WebQuests ist relativ streng und sollte nach Dodge mindestens sechs Teile enthalten:**

- ▶ Eine **Einführung**, die Voraussetzungen und Hintergrundinformationen liefert.
- ▶ Eine lösbare, sinnvolle **Problemstellung**.
- ▶ Eine **Auswahl von Informationsquellen**, die zum Lösen der Problemstellung benötigt werden. Die Informationsquellen sind im WebQuest-Dokument integriert oder zumindest als Links zu externen Web-Seiten vorhanden. Informationsquellen können neben Web-Seiten auch über E-Mail erreichbare Experten, IRCs, Datenbanken im Netz sowie andere Quellen (z. B. Bücher) sein.
- ▶ Eine **Beschreibung des Prozesses**, den ein Lernender beim Lösen der Problemstellung durchlaufen sollte. Der Prozess sollte in klare Teilschritte aufgegliedert sein.
- ▶ Eine Anleitung, wie eine mögliche **Organisation der gefundenen Informationen** vorgenommen werden kann. Mögliche Formen sind z. B. lenkende Fragen, Concept Maps, Ursache-Wirkungs-Diagramme.
- ▶ Ein **Abschluss**, der die Lernenden an das Gelernte erinnert und sie vielleicht dazu ermutigt, die Erfahrungen in andere Bereiche zu übertragen.

## LITERATUR UND LINKS

Heinz Moser: [www.webquest.ch](http://www.webquest.ch)

Bernie Dodge: Some Thoughts About WebQuests. [http://edweb.sdsu.edu/courses/edtec596/about\\_webquests.html](http://edweb.sdsu.edu/courses/edtec596/about_webquests.html)

<http://www.svia-ssie.ch/dt/Archiv/Didaktik/webquest/webquest.htm>

## LITERATUR

Norman Kegler: Lernen mit WebQuests. Kommt das Medium nicht zur Methoden, muss die Methode zum Medium kommen, in: kursiv. Journal für politische Bildung 4/2002, S. 42–45.

Heinz Moser: Abenteuer Internet: Lernen mit WebQuests, Zürich 2000.

## ZIVILCOURAGE WAGEN

### Regeln für sinnvolle Verhaltensweisen in Problemsituationen

Ab Sekundarstufe I  
Zeitdauer 2–3 Unterrichtseinheiten

**Nicht wegzusehen, sondern eingzugreifen hat etwas mit Zivilcourage zu tun.**

**Doch wie kann Zivilcourage gefördert werden? Wie kann man sich in Problemsituationen angemessen verhalten? Gibt es hierfür Erfahrungen und Anhaltspunkte?**

#### Ausgangssituation:

In eurer Schule kommt es in letzter Zeit immer wieder zu Schmierereien an Wänden, zur Zerstörung von sanitären Einrichtungen aber auch zu Bedrohungen von Mitschülerinnen und Mitschülern. Dies wird von vielen als Problem erlebt. Doch niemand weiß so recht, wie man sich in dieser Situation verhalten soll, was wichtig und richtig wäre.

#### Aufgabe:

Du gehörst einer Arbeitsgruppe an, die es sich zur Aufgabe gemacht hat, die oben beschriebenen Vorkommnisse nicht einfach hinzunehmen, sondern alle Schülerinnen und Schüler für solche Vorfälle im Schulalltag zu sensibilisieren und ihnen Anregungen zu geben, wie sie sich sinnvoll verhalten können.

In eurer Arbeitsgruppe entwickelt ihr ein Plakat, auf dem fünf grundlegende Verhaltensregeln für Zivilcourage in eurer Schule genannt werden. Um das Plakat attraktiver zu gestalten, (er)findet ihr noch ein Symbol (Logo) dazu.

Als nächstes arbeitet ihr einen Plan aus, wie und wo ihr die Verhaltensregeln und die Plakate den anderen präsentieren wollt.

#### So könnt ihr vorgehen:

1. Suche dir zwei weitere Mitschülerinnen oder Mitschüler, mit denen du ein Dreier-Team bildest und die Aufgabe gemeinsam bearbeitest.
2. Überlegt euch, was als Problem beschrieben wird und wie die Aufgabe genau heißt.

3. Notiert alle Ideen, was auf einem solchen Plakat stehen und wie es aussehen könnte.
4. Informiert euch nun im Internet über mögliche und sinnvolle Handlungsweisen.

Verschiedene Organisationen haben Verhaltensregeln erarbeitet, die eine Orientierung ermöglichen. Solche Verhaltensregeln sind keine „Gebrauchsanweisungen“, sondern bieten Anhaltspunkte für bewährte, sinnvolle und brauchbare Verhaltensweisen.

#### Hier könnt Ihr Informationen erhalten:



#### Institut für Friedenspädagogik Tübingen e. V.

[www.friedenspaedagogik.de/themen/konflikt/bedroh/in\\_bedr.htm](http://www.friedenspaedagogik.de/themen/konflikt/bedroh/in_bedr.htm)



#### Verein „Augen auf e. V.“ in Pirna

[www.augenauf.net/aktionen/plakate.php](http://www.augenauf.net/aktionen/plakate.php)



### Aktion „Tu was“ der Polizei

[www.polizei.propk.de/aktionen/zivilcourage/index.xhtml](http://www.polizei.propk.de/aktionen/zivilcourage/index.xhtml)

- Druckt euch die wichtigsten Seiten aus oder kopiert die wichtigsten Textteile in ein Textverarbeitungsprogramm.
- Die im Internet gefundenen Regeln und Anhaltspunkte treffen nicht genau auf euren Fall zu. Welche sind für euch brauchbar, welche nicht? Welche müsst ihr umformulieren? Was müsst ihr neu formulieren. Jetzt ist die Zeit, zu diskutieren und zu formulieren.
- Bitte bedenkt, dass eure Regeln deutlich machen sollen, warum es wichtig ist, nicht wegzuschauen und was der/die einzelne tun kann. Bedenkt bitte auch, dass Regeln oder Verhaltensvorschläge leichter akzeptiert werden, wenn sie nicht als starre Verbote oder Gebote formuliert sind, denn ihre Einhaltung beruht auf Freiwilligkeit.
- Formuliert eure eigenen fünf Regeln und schreibt diese auf. Schaut euch hierzu auch eure früheren Ideen an (Vgl. Pkt. 3).
- Jetzt benötigt ihr noch ein Symbol. Auch hier könnt ihr im Internet nachschauen. Folgende Internet-Angebote bieten Anregungen und Materialien:

### Logos aus dem Bereich „Zivilcourage“:

[www.nrw.de/zivilcourage/](http://www.nrw.de/zivilcourage/)

### Allgemeine Informationen über Piktogramme und Logos:

[www.get2testing.com/](http://www.get2testing.com/)

[www.arcitool.de/tools/Architekt/Pictogramme/pictogramme.html](http://www.arcitool.de/tools/Architekt/Pictogramme/pictogramme.html)

- Ihr könnt eines der Symbole, die ihr gefunden habt, als euer Symbol auswählen oder ein eige-

nes entwickeln. Ob ihr es von Hand malt oder in einem Grafikprogramm des PCs bearbeitet, bleibt euch überlassen.

- Nun ist es so weit, dass ihr aus den gefundenen Regeln und dem Symbol (Logo) ein Plakat gestalten könnt. Entwerft das Plakat am besten in einem Grafikprogramm eures Computers. Vergebt nicht dem Plakat einen Titel zu geben und eure Namen einzufügen.

### Wenn ihr Hilfestellung zur Plakatgestaltung benötigt, so findet ihr hier Hinweise:

[www.goethe.lb.bw.schule.de/psychologie/psychologie.htm](http://www.goethe.lb.bw.schule.de/psychologie/psychologie.htm)

[www.mz.uni-dortmund.de/service/mmgestalten/plakate/](http://www.mz.uni-dortmund.de/service/mmgestalten/plakate/)

- So, jetzt müsst ihr euch noch überlegen, wie ihr euer Plakat am besten der Schulöffentlichkeit präsentiert: Ihr könnt es einfach an einem geeigneten Platz aufhängen. Oder ihr könnt das Plakat zunächst verschiedenen Klassen vorstellen, oder ...
- Euer Plakat und eure „Werbestrategie“ stellt ihr nun im Rahmen einer Präsentation den anderen Schülerinnen und Schülern eurer Klasse vor.



### Zum Schluss

Ihr habt nun einiges über Verhaltensweisen in Konflikt- und Problemsituationen erfahren und euch Gedanken gemacht, welche Verhaltensweisen günstig sind.

Wissen über solche Handlungsmöglichkeiten macht es leichter, sich mit Situationen, in denen ein mutiges Eingreifen nötig ist, auseinander zu setzen. Sich auf solche Situationen vorzubereiten, erhöht die Wahrscheinlichkeit, in der Situation selbst auch „richtig“ handeln zu können.

