

„HÖR AUF!“

Verspottet, ausgeschlossen, gedemütigt: Österreich liegt im europäischen Spitzenfeld, was Mobbing angeht. Tendenz steigend. Seelische Schikane hinterlässt oft lebenslange Narben und kann in Extremfällen zum Suizid der Opfer führen. Zumindest für den Schulbereich gibt es seit 2018 mit der „Koordinationsstelle Mobbing“ eine Anlaufstelle für Vorarlberg. Neben gezielten Akut-Interventionen gilt das Hauptaugenmerk der Präventionsarbeit. Mit dem Projekt „Miteinander IM Frieden“ möchte man aktuell ein starkes Zeichen setzen und über einen eigenen Song alle Schulen und Systempartner:innen erreichen. Wir haben uns mit Elfriede Böhler, 60, einer der beiden Hauptverantwortlichen der Koordinationsstelle, ausgetauscht.

Text: Simone Fürnschuß-Hofer, Fotos: iStock, Frank Andres

marie: Klären wir vielleicht zuallererst, ab wann man von Mobbing spricht?

Elfriede Böhler: Beim Mobbing herrscht ein Kräfte-Ungleichgewicht vor und es geht um eine Person, während es bei einem Konflikt um die Sache geht. Insofern ist auch die Bearbeitung eine andere: Bei Konflikten kann eine Mediation mit allen Beteiligten in einem Raum gemacht werden, die Streitschlichtung führt idealerweise zur Klärung. Beim Mobbing geht das nicht. Mobbing ist gleichzusetzen mit Missbrauch, da kann ich nicht mit Opfer und Täter gleichzeitig sprechen. Außerdem ist es ein Gruppenphänomen und ich muss mit allen Beteiligten, im Kontext Schule also mit der ganzen Klasse, arbeiten.

Welche Akteur:innen sind bei Mobbing Teil des Systems?

Einerseits natürlich die Claqueure, die Beifall klatschen. Nicht selten aus Angst, um nicht selbst dranzukommen. Andererseits aber auch die Bystander, die quasi Unbeteiligten, die es sehen, aber nichts tun. Sie gilt es vom Heiligenschein zu befreien. Deren Zivilcourage muss aktiviert werden, denn wer schweigt, stimmt zu. Außerdem geht es ja auch um den Werterahmen, in dem wir uns bewegen und aus dem ein Opfer rausgekickt wird, wenn ihm niemand mehr hilft. Ich habe es selbst erlebt, dass so jemand nicht mehr als Mensch gesehen wird, nicht mehr als „er“ oder „sie“, sondern als „es“. Wir hören dann Sätze wie: „Es ist selbst schuld.“

Was sind die Mittel, mit denen bei einer Intervention gearbeitet wird? Welche Konsequenzen erfährt der Täter, die Täterin?

Strafen bringen nichts, damit mache ich niemanden sozial kompetent. Wir arbeiten mit „minimaler emotionaler Erschütterung“. Ich muss die Täterin, den Täter emotional berühren können, damit sich etwas verändern kann. „Das wollte ich so nicht“, ist eine wichtige Erkenntnis, aber die Einsicht allein ist zu wenig, es geht wirklich um das Berührtsein. Die Akteur:innen des Systems der Schikane müssen lernen, was ihr Verhalten auslöst. Das geht nur, wenn sie spüren, welches Leid sie zufügen.

Wird das immer erreicht?

Bis auf rund zwei Prozent ja.

Ein Mobbing-Fall landet bei euch in der Mobbing-Koordinationsstelle, was ist der erste Schritt?

Die meisten, die bei uns anrufen, sind Erziehungsverantwortliche, die wissen wollen, was sie tun können. Dann rufen wir in der jeweiligen Direktion an, sie müssen die geeignetste Person für die Fallführung finden, die dann wiederum mit uns Kontakt aufnimmt, um das Prozedere zu besprechen. Es gibt auch Eltern, die nur gestärkt werden wollen, die gar keine Intervention,



Die Akteur:innen des Systems der Schikane müssen lernen, was ihr Verhalten auslöst. Das geht nur, wenn sie spüren, welches Leid sie zufügen.



sondern nur den Austausch mit uns wollen. Unser Dokumentationsbogen hilft uns, zu überprüfen, ob es überhaupt Mobbing ist, ob die Schikane System hat. Wenn dem so ist, muss man zeitnah reagieren, weil die Spätfolgen extrem sind. Eine Kollegin, die im Bereich der Psychosomatik arbeitet, hat mir erzählt, dass es keinen Anamnesebogen gibt, auf dem sie nicht Mobbing draufstehen hat.

Und was bedeutet zeitnah reagieren konkret?

Es gibt je nach Situation unterschiedliche Maßnahmen zum Vorbeugen bzw. im Akutfall. Eine nachhaltige Methode sowohl in der Prävention als auch in der Intervention ist das Freiburger Sozialtraining, das in Zukunft „Sozialtraining der Koordinationsstelle Mobbing auf Basis der Konflikt-Kultur Freiburg“, kurz SoKo, genannt wird. (Anm. d. Red: weitere Infos siehe Kommentar S. 7)

Kann man denn vorbeugen, ein Mobbing-Opfer zu werden?

Wichtigster Punkt in der Präventionsarbeit ist das richtige Wehren. Es braucht nur einen Zwei-Wort-Satz: „Hör auf.“ Oder: „Lass es.“ Die Hand strecke ich dabei nicht abwehrend nach vorne, sonst provoziere ich möglicherweise eine physische Gegenreaktion. Eltern sagen oft „Hör einfach weg.“ oder auch „Hau ihm eine rein!“, das sind beides nicht die richtigen Reaktionen. Weder Ignoranz ist eine Lösung und schon gar nicht, wenn es in Richtung Selbstjustiz geht. Komplette Falschheit ist es auch, als betroffene Eltern auf die Eltern des Mobbers, der Mobberin zuzugehen. In all den Jahren meiner Mobbingarbeit war das lediglich in drei Fällen erfolgreich, alle anderen sind danach eskaliert.

Welche Erfahrungen macht ihr generell bezüglich Präventionsarbeit?

Vor allem die, dass wir dringend mobile Teams brauchen. Ausgebildete Trainer:innen, die mit der ganzen Klasse arbeiten und flexibel zur Verfügung stehen. Gerade auch, weil es eine sehr wirksame Arbeit ist. Ich möchte ein Beispiel erzählen, genau so geschehen: Ein langer Gang in der Schule, mehrere Türen hintereinander führen in Klassenräume. Im hintersten Raum hat die Klasse bereits ein Sozialtraining absolviert. Dann passiert folgendes: Eine Schülerin aus dieser Klasse wird ständig blöd angedredet, wenn sie den Gang entlangläuft. Sobald sie an der Tür einer Nebenklasse vorbeikommt, muss sie Zurufe wie „fette Sau“ über sich ergehen lassen. Bis sich aus ihrer eigenen Klasse ein paar Mitschüler:innen zusammenschließen, hinüberlaufen und den Beleidiger mit einem klaren „Lass das!“ konfrontieren. Am besten ist, man hat davor bereits eine Lehrperson informiert und kann ins Rennen werfen, sie einzuschalten: „Und wenn du nicht aufhörst, holen wir Unterstützung.“ Es braucht nämlich im Fall von Mobbing immer die nächsthöhere Ebene der Hierarchie, um es zu beenden. >>

MOBBING ist

- // das wiederholte und systematische Herabwürdigen anderer,
- // das der Befriedigung eigener Bedürfnisse dient, insbesondere nach Macht und Ansehen,
- // in der Gruppe eine positive Resonanz findet,
- // vom Opfer nicht alleine beendet werden kann und
- // den Werterahmen der Gruppe verändert.

Das Songprojekt-Team, v.l.n.r., obere Reihe: die Filmemacher Manuel Baus und Dominik Winterholer, Elfriede Böhler, Koordinationsstelle Mobbing, Bernhard Dorner, Schulleiter Langenegg, David Hefel, Dance Art School; vorne: Michaela Uitz-Steinhauser, Koordinationsstelle Mobbing, Singer-Songwriterin Ingrid Hofer und Choreografin Nicole Gunz



Worum geht es eigentlich dem, der mobbt?

Schlussendlich immer um eine Bedürfnisbefriedigung, in den meisten Fällen um Geltungsdrang. Dieser wird genährt, wenn Kinder durch Schikane-Aktionen erleben, dass ihre Position erhöht wird, dass ihr Ansehen wächst. Mobbing kennt keine Grenzen, es passieren dabei Sachen, das glaubt man nicht. Videos, die gedreht und auf TikTok verbreitet werden, in die Welt gesetzte Gerüchte, die das Opfer für immer schädigen, Aussagen wie „Geh sterben“ oder „Besser, du wärst nie geboren worden.“

Gibt es das „typische Mobbingopfer“?

Es kommt oft vor, dass es gute Schüler:innen sind, die es abkriegen, aber im Grunde gibt es keine typische Gruppe, jeder hat einen „Aufhänger“, den die Täter:innen gegen das Opfer nutzen. Innerhalb von sechs Wochen, nachdem sich eine neue Klasse gebildet hat, ist geklärt, wer sich am besten eignet. Das gilt im Übrigen nicht nur für Schulen, sondern auch für die Arbeitswelt. Deshalb ist der Ruf meinerseits nach einer Ombudsstelle für alle Menschen, die von Mobbing betroffen sind, auch so laut. Wichtig noch an dieser Stelle: Kein Mobbingopfer ist selbst schuld.



Du bist in Ordnung, so wie du bist, aber ich möchte, dass du die Verletzungen, die du erlebt hast, verarbeiten kannst und deshalb Unterstützung bekommst.

Wo passiert Mobbing?

Zum Beispiel im Pausenhof in Bereichen, die nicht gut einsehbar sind. Wenn ich vom Fenster aus dem Pausentreiben zuschauen, dann sind es die Schüler:innen mit Kopf Richtung Boden, die meine Aufmerksamkeit auf sich ziehen. Man merkt, sie wollen die Pause schnell hinter sich bringen. Auffallend sind auch Gruppen, wo jemand abseits steht und nicht eingelassen wird in den Kreis. Aber das siehst du nur, wenn du die Mobbing-Brille aufhast, denn 95 Prozent der Schikane läuft heimlich ab. Und die Kinder sagen meist nichts, weil sie den Eltern nicht das Gefühl geben wollen, ein schwaches Kind zu haben. Es ist ein sehr schambehaftetes Thema.

Was sind dennoch Anzeichen, die Eltern stutzig machen sollten?

Sozialer Rückzug, wenn keine Freunde mehr eingeladen werden, keine Aktivitäten im Außen stattfinden, undefinierbare körperliche Symptome, Kopf- und Bauchweh, Bettnässen. Oder wenn das Kind viel weint und nicht mehr in die Schule mag. Manche fangen auch plötzlich an, ganz viel zu lernen – in der Hoffnung, über Leistung in eine Schule zu kommen, die die anderen nicht schaffen.

Was ratet ihr der Schule bzw. den Beteiligten, wenn das Mobbing-Problem nicht gelöst werden kann?

Die Forderung „Der Mobber, die Mobberin muss gehen“ funktioniert leider nicht immer, weil ganz oft nichts nachweisbar ist. Nicht selten raten wir dann dem Kind, das gemobbt wird, die Schule zu wechseln. Aber – und das ist mir ganz wichtig: Wenn ein Kind Mobbing erlebt hat, muss man ihm unbedingt sagen: „Du bist in Ordnung, so wie du bist, aber ich möchte, dass du die Verletzungen, die du erlebt hast, verarbeiten kannst und deshalb Unterstützung bekommst.“ Das kann eine Therapie oder ähnliches sein.

Demnächst wird ein Song herausgebracht, der durch eure Initiative zustande gekommen ist.

Ja, ein Herzensprojekt. Wir möchten, dass das soziale Lernen ins soziale Können übergeht und sind überzeugt, dass Musik dabei



Die Kinder sagen meist nichts, weil sie den Eltern nicht das Gefühl geben wollen, ein schwaches Kind zu haben. Es ist ein sehr schambehaftetes Thema.

die Botschaften verstärkt und Tanz Glückshormone freisetzt. So hatten wir die Idee, einen Song zu produzieren, der berührt und bei dem jede und jeder im Sinne der Inklusion mitmachen, mittanzen kann. Es geht uns darum, in Frieden mit mir und mit meiner Umgebung zu sein. Nur wenn es im Kleinen funktioniert, kann es auch global funktionieren. Am 22. Februar, am „Internationalen Behaupte-dich-gegen-Mobbing-Tag“, wird der Song präsentiert. Zusammen mit dem Inklusionschor der Schule Langenegg mit Gabi Staudacher und Lisa Steurer als Chorleiterinnen. Davor gibt's noch einen Videodreh mit Tänzerinnen der Dance Art School. Ingrid Hofers Songtext trifft ins Schwarze: „Meine Seele tut so weh und mein Herz, es ist verletzt, wenn du diese Dinge zu mir sagst.“

Und wie geht es dann weiter?

Nach dem Release bekommen alle Schulen Text, Melodie und Choreografie, sodass der Song gesungen und getanzt werden kann. Am 29. Juni sind wir außerdem beim „Sing mit“-Konzert in der Cashpoint-Arena in Altach mit 2000 Kindern mit dabei.

Wir sagen Danke fürs Interview und freuen uns auf den Song! 🍷

Koordinationsstelle Mobbing der Bildungsdirektion Vorarlberg:
www.bildung-vbg.gv.at/service/beratungsservice/mobbing.html

Ansprechpartnerinnen:

Elfriede Böhler MA:

mobbing@bildung-vbg.gv.at 0664 886 190 01

MMag. Michaela Uitz-Steinhauser:

michaela.uitz-steinhauser@bildung-vbg.gv.at 0664 886 190 08

„Hör auf!“ – ein gemeinsamer Song gegen Mobbing

Text: Ingrid Hofer, Komposition: Ingrid Hofer,

Martina Heck, Walter Till

Release am 22.02. über: vorarlberg.orf.at;

danach ist der Song auf allen gängigen Streaming-Portalen abrufbar.

Instagram: [mobbing_vorarlberg](https://www.instagram.com/mobbing_vorarlberg)



„Als Elfriede mich mit dem Anti-Mobbing-Song beauftragte, löste das eine Lawine an Emotionen in mir aus. In der Hauptschule wurde ich selbst gemobbt und ich weiß, wie sich das anfühlt. Der Prozess, den ich mit dem Song durchlaufe, ist ein persönlicher Befreiungsschlag. Gleichzeitig bin ich unglaublich stolz, Teil dieses Projekts zu sein. Im Laufe des Lebens kommt jede:r von uns direkt oder indirekt mit Mobbing in Berührung. Die Gesellschaft muss dringend für dieses Thema sensibilisiert werden. Ich hoffe, dass mein Lied einen Teil dazu beiträgt.“

Ingrid Hofer, Singer-Songwriterin und Autorin



„Ziel des Sozialtrainings der Koordinationsstelle Mobbing (SoKo) ist ein friedliches, respektvolles Zusammenleben in der Klassengemeinschaft, das sich am formellen Werteverahmen der Menschen-, Grund- und Kinderrechte orientiert. Die Kinder lernen, ehrlich zu sein, ihre Meinung zu äußern wie auch die der anderen zu respektieren, sich mit unsozialem Verhalten auseinanderzusetzen und sich gewaltfrei zu wehren, mitzubestimmen, ohne Bestimmer zu sein. Die Rückmeldungen der Schulen, der betreffenden Schüler sowie der Eltern zum Sozialtraining der Koordinationsstelle Mobbing sind durchwegs positiv.“

Michaela Uitz-Steinhauser, zertierte Freiburger Sozialtrainerin
Weitere Infos zum Freiburger Sozialtraining:
www.konflikt-kultur.de