

***Sekundärpräventives Gruppentraining  
für jugendliche Mobbingopfer***

**Jakob Tetens**

Aus: Erich Marks & Wiebke Steffen (Hrsg.):  
Mehr Prävention – weniger Opfer  
Ausgewählte Beiträge des 18. Deutschen Präventionstages  
22. und 23. April 2013 in Bielefeld  
Forum Verlag Godesberg GmbH 2014, Seite 305-310

978-3-942865-27-2 (Printausgabe)  
978-3-942865-28-9 (eBook)

**Jakob Tetens**

## **Sekundärpräventives Gruppentraining für jugendliche Mobbingopfer**

Während mittlerweile eine Vielzahl an Programmen zur Primärprävention von Mobbing in der Schule vorliegt, existieren kaum sekundärpräventive Konzepte, die Schülerinnen und Schülern, Lehrkräften und Eltern dabei helfen können, bereits verfestigte Mobbingdynamiken aufzubrechen und zu beenden. Zwar gibt es durchaus Sozialtrainings, die sich u.a. an jugendliche Mobbingtäter richten (Petermann et al. 2012) und mit dem No-Blame-Approach liegt ein bewährtes Konzept zur Intervention bei Mobbing in Schulklassen vor (Blum & Beck 2012), spezielle Angebote für Mobbingopfer sucht man im deutschsprachigen Raum bisher jedoch vergeblich.

Dieser Mangel an gezielter Unterstützung für von Mobbing betroffene Jugendliche ist insofern verwunderlich, als immerhin 6 % bis 15 % aller Mädchen und Jungen im Laufe ihrer Schullaufbahn Opfer von Mobbing werden (vgl. Olweus 2009, 250; Scheithauer et al. 2003, 6) und Untersuchungen zeigen, dass Mobbing – sofern nicht frühzeitig interveniert wird – für die Betroffenen schwerwiegende Folgen haben und sich u.a. in Leistungsrückgang, Schulangst oder auch generell Depression niederschlagen kann (vgl. Busch & Todt 2006, 4). Dabei leiden betroffene Kinder und Jugendliche häufig still und fallen im Schulalltag nicht weiter auf, weil sie den Unterricht nicht stören. Andere Betroffene wiederum fordern Lehrkräfte sowie Mitschülerinnen und Mitschüler in besonderer Weise heraus, weil sie aggressiv darauf reagieren, dass sie sich ausgegrenzt fühlen.

Aus diesem Grund hat die Beratungsstelle für schulische Gewaltprävention des Wendepunkt e.V. ausgehend vom Konzept des StandUp-Trainings<sup>1</sup> ein psychoedukatives Gruppentraining für Mädchen und Jungen im Alter von zwölf bis sechzehn Jahren entwickelt, die in der Schule häufig ausgegrenzt, gehänselt oder bedroht werden und entsprechend einsam, ängstlich oder niedergeschlagen wirken („passive Opfer“). Aber auch Jugendliche, die aufgrund ihres provokativen Verhaltens häufig mit negativen Reaktionen von Lehrkräften sowie Mitschülerinnen und Mitschülern konfrontiert sind, können vom Training profitieren („provokative Opfer“) (vgl. Hodges et al. 2002, 628).

Ziel des Programms ist es, die Jugendlichen darin zu unterstützen, ihre Situation in der Schule zu reflektieren und aktiv zu verändern. Hierfür ist es wichtig, den Teilnehmerinnen und Teilnehmern die Gelegenheit zu geben, sich mit Gleichaltrigen auszutauschen, die ähnliche Erfahrungen machen und ebenfalls ihre belastende Si-

---

<sup>1</sup> Das StandUp-Training® wurde von Ute Drewsen-Lorenzen in Kooperation mit dem AKJS Schleswig-Holstein entwickelt.

tuation verbessern möchten. Dieser Austausch mit der Peergroup ist gerade im Jugendalter bedeutsam, da die Einschätzungen und Meinungen anderer Jugendlicher teilweise mehr Gewicht haben als die von erwachsenen Bezugspersonen (vgl. Melzer et al. 2011, 142f). Gegenüber einem Einzeltraining hat ein Gruppensetting zudem den Vorteil, dass die Jugendlichen nach zum Teil sehr negativen Erfahrungen nun im geschützten Rahmen des Trainings neue, positive Gruppenerfahrungen machen und Wertschätzung, Vertrauen und Ausgelassenheit erleben können.

Darüber hinaus trainieren die Mädchen und Jungen – abhängig von ihrem individuellen Trainingsziel – offen und selbstsicher auf Andere zuzugehen und neue Kontakte zu knüpfen bzw. sich wirksam und angemessen gegen Ausgrenzung, Auslachen oder Beleidigungen zur Wehr zu setzen.

Neben der Verwendung von Bausteinen (Vertrauensspiele, Kommunikationsübungen, Rollenspiele etc.) aus bewährten Sozialkompetenztrainings für Jugendliche (vgl. Jurgert et al. 2011) finden im Training auch Elemente des neurowissenschaftlich und motivationspsychologisch fundierten *Zürcher-Ressourcen-Modells* Anwendung. So erforschen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer beispielsweise mit Hilfe einer Bildkartei ihre eigenen unbewussten Bedürfnisse und entwickeln aus diesen mit Hilfe des Trainerteams schrittweise ein intrinsisch motiviertes Trainingsziel (Storch & Riederer 2007).

Das Training umfasst vierzehn zweistündige Sitzungen und besteht aus folgenden sechs Phasen:

- I. *Einstieg: Warum bin ich hier?*  
(u.a. Kennenlernspiele; Gruppenregeln klären; Austausch über aktuelle Situation)
- II. *Vom Thema zum Ziel: Was will ich erreichen?*  
(u.a. Arbeit mit der Bildkartei; das Ziel in den Körper bringen)
- III. *Vom Ziel zur Umsetzung: Was hilft mir, was hindert mich?*  
(u.a. Erstellung eines Ressourcenpools mit Bildern, Symbolen, Helfern, Erinnerungshilfen etc.)
- IV. *Übung macht den Meister: Was versuche ich als Nächstes?*  
(u.a. Einordnen von herausfordernden Alltags-Situationen nach Schwierigkeitsgrad; Rollenspiele mit Videomitschnitt)
- V. *Elchtest: Was kann ich schon?*  
(u.a. Analyse der Videomitschnitte; Rückmeldung durch Gruppe und Trainerteam)

### *VI. Abschluss: Was nehme ich mit?*

(u.a. Transfer in den Alltag; Feedback; gemeinsames Abschlussfest)

Mindestens sechs und maximal acht Jugendliche können an dem Training teilnehmen, das von einer weiblichen und einer männlichen pädagogischen Fachkraft geleitet und dank öffentlicher Mittel sowie zusätzlicher Spenden für die Teilnehmenden kostenlos ist.

Nachdem die Schulen über den Start eines neuen Trainingsdurchlaufs informiert werden, sprechen sie potenzielle Teilnehmerinnen und Teilnehmer an bzw. kontaktieren deren Eltern, die wiederum mit dem Trainerteam in Kontakt treten. Nach ausführlichen Anamnese-Gesprächen mit den Jugendlichen und ihren Eltern inklusive einem Fragebogen zur aktuellen Situation des Mädchens bzw. des Jungen (qualitativer pre-test) wird die Gruppe zusammengestellt. Jugendliche mit schwerwiegenden psychischen Problemen (Depression, posttraumatische Belastungsstörung etc.), diagnostizierten Entwicklungsverzögerungen oder einer geistigen Behinderung können nur in Ausnahmefällen teilnehmen; ausschlaggebend ist hierbei die Einschätzung des beteiligten Hilfesystems (Ärzte, Psychologen, Erziehungshelfer etc.) hinsichtlich des zu erwartenden Trainingserfolgs.

Gegen Mitte des Trainings findet ein Infoabend statt, auf dem die Eltern und Lehrkräfte der Teilnehmerinnen und Teilnehmer ausführlicher über die Inhalte und Methoden des Trainings sowie über Möglichkeiten einer Unterstützung des Trainingserfolgs informiert werden.

Das Training mit Jugendlichen wird ggf. um individuelle, sekundärpräventive Maßnahmen in den Klassen der Teilnehmenden ergänzt (z.B. No-Blame-Intervention; Klassenprojekt zum Thema Mobbing).

Am Ende des Trainings stehen Abschlussgespräche mit den Jugendlichen und ihren Eltern, bei denen ausgehend von einem Fragebogen (qualitativer post-test) der Verlauf sowie der Erfolg des Trainings gemeinsam rekapituliert und ggf. weitere Unterstützungsmöglichkeiten thematisiert werden (z.B. Kontakt zur Schulsozialarbeit, Einrichtung einer Erziehungshilfe, Überleitung in Einzeltherapie).

Nach zwei Monaten folgt ein Nachtreffen mit der Gruppe inklusive einer erneuten Befragung der Jugendlichen (qualitativer follow-up-test), das dazu dient, festzustellen, ob sich die Situation für die Mädchen und Jungen dauerhaft verbessert hat oder weiterhin Unterstützung notwendig ist.

Seit dem Start des Trainings in 2010 konnten bereits über fünfzig Jungen und Mädchen von diesem Unterstützungsangebot profitieren. Die Rückmeldungen seitens der Teilnehmerinnen und Teilnehmer, ihrer Eltern und der beteiligten Lehrkräfte sprechen für eine große Zufriedenheit und lassen die Effektivität der Maßnahme vermuten:

*„Besonders gut hat mir das Sprechen über meine Stärken gefallen. Dadurch ist mir klar geworden, wie viel ich eigentlich schon kann!“*

(Teilnehmerin, 15 Jahre)

*„Plötzlich wusste ich, warum ich immer wieder zum Mobbing-Opfer wurde. Ich habe gelernt, mein Gegenüber fest anzusehen. Mit meiner Körpersprache vermittele ich Stärke, ich will mich nicht mehr provozieren lassen.“*

(Teilnehmer, 14 Jahre)

*„Vor einem halben Jahr wollte die Schülerin auf keinen Fall mit auf Klassenfahrt fahren. Das sieht nun zum Glück ganz anders aus, sie freut sich sogar darauf.“*

(Klassenlehrerin einer Teilnehmerin)

*„Mein Sohn hat im Laufe der letzten Monate endlich ein Gefühl dafür entwickelt, wann er seiner Klasse mit seinem dominanten Verhalten auf die Nerven geht. Seitdem er sich mehr zurückhält, fühlt er sich in der Klasse wieder viel wohler.“*

(Vater eines Teilnehmers)

Mangels personeller und finanzieller Ressourcen konnte bisher keine systematische Evaluation des Trainings mit wissenschaftlichem Anspruch durchgeführt werden, weshalb die Beratungsstelle an einer Kooperation mit Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern sehr interessiert ist und sich über entsprechende Anfragen freut.

## Literatur

- Blum, H. & Beck, D. (2012). No Blame Approach. Mobbing-Intervention in der Schule – Praxishandbuch (3. Aufl.). Köln: fairaend.
- Busch, L. & Todt, E. (2006). Aggression in der Schule. In D. H. Rost (Hrsg.), Handwörterbuch Pädagogische Psychologie (3. Aufl.). München: Beltz. S. 1–7.
- Hodges, E. V. E., Isaacs & Card, N. A. (2002). Das Erlernen von Aggression in Familie und Peergroup. In W. Heitmeyer & J. Hagan (Hrsg.), Internationales Handbuch der Gewaltforschung. Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften. S. 619–638.
- Jugert, G., Rehder, A., Notz, P. & Petermann, F. (2011). Fit for Life: Module und Arbeitsblätter zum Training sozialer Kompetenz für Jugendliche. Pädagogisches Training (9. Aufl.). Weinheim: Beltz.
- Melzer, W., Schubarth, W. & Ehninger, F. (2011). Gewaltprävention und Schulentwicklung: Analysen und Handlungskonzepte (2. Aufl.). Bad Heilbrunn: Klinkhardt.
- Olweus, D. (2009). Mobbing in Schulen: Fakten und Intervention. In A. Henschel, R. Krüger, C. Schmitt & W. Stange (Hrsg.), Jugendhilfe und Schule: Handbuch für eine gelingende Kooperation (2. Aufl.). Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften. S. 248–266.
- Petermann, F., Jugert, G., Tänzer, U., & Verbeek, D. (2012). Sozialtraining in der Schule: Mit Online-Materialien (3. Aufl.). Weinheim: Beltz.
- Scheithauer, H., Hayer, T. & Petermann, F. (2003). Bullying unter Schülern: Erscheinungsformen, Risikobedingungen und Interventionskonzepte. Göttingen: Hogrefe.
- Storch, M., & Riedener, A. (2007). Ich packs! Selbstmanagement für Jugendliche. Ein Trainingsmanual für die Arbeit mit dem Zürcher Ressourcen Modell (2. Aufl.). Bern: Huber.

### *Kontakt*

Dipl.-Päd. Jakob Tetens  
Beratungsstelle für schulische Gewaltprävention  
Wendepunkt e.V.  
Gärtnerstr. 10-14  
25335 Elmshorn  
04121-47573-30  
tetens@wendepunkt-ev.de

## **Inhalt**

Vorwort 1

### **I. Der 18. Deutsche Präventionstag im Überblick**

*Deutscher Präventionstag und Veranstaltungspartner*

Bielefelder Erklärung 5

*Erich Marks / Karla Schmitz*

Zusammenfassende Gesamtdarstellung des 18. Deutschen Präventionstages 11

*Erich Marks*

Der 18. Deutsche Präventionstag in Bielefeld, das gibt's doch gar nicht 35

*Wiebke Steffen*

Gutachten für den 18. Deutschen Präventionstag:  
Mehr Prävention - weniger Opfer 51

*Ralf Jäger*

Kein Opfer einer Straftat darf vergessen werden 123

*Pit Clausen*

Prävention in Bielefeld 127

*Jörg Ziercke*

Zukunft der Opferhilfe 131

*Rainer Strobl / Christoph Schüle / Olaf Lobermeier*

Evaluation des 18. Deutschen Präventionstages 135

### **II. Praxisbeispiele und Forschungsberichte**

*Christian Pfeiffer*

Parallel Justice – warum brauchen wir eine Stärkung des Opfers  
in der Gesellschaft? 179

Die Entführung

Artikel aus dem DPT-Journal anlässlich des 18. Deutschen Präventionstages 207

*Gisela Mayer*

Was brauchen Kinder, damit sie Gewalt nicht brauchen? -  
Zu den Bedingungen der Entstehung von Gewalt 209

<i>Nils Christie</i> Heilung nach den Gräueltaten	229
<i>Bettina Zietlow</i> Gewalt gegen Polizeibeamte – die Bewältigung belastender Erfahrungen	239
<i>Detlef Heyer</i> Schutz älterer Menschen vor betrügerischen Kaffeefahrten	257
<i>Daniel Lederer</i> Opfererfahrungen im fortgeschrittenen Alter	259
<i>Gesa Schirmmacher / Petra Söchting</i> Das Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen – Prävention durch niedrigschwellige Beratung	269
<i>Susanne Wegener-Tieben</i> Das Opfertelefon des WEISSEN RING	283
<i>Gabriele Bindel-Kögel / Kari-Maria Karliczek</i> Vom Objekt zum Subjekt – Außergerichtliche Schlichtung als opferstützendes Instrument	291
<i>Jakob Tetens</i> Sekundärpräventives Gruppentraining für jugendliche Mobbingopfer	305
<i>Haci-Halil Uslucan</i> Risiken erkennen – Risiken minimieren – Stärken fördern	311
<i>Hellgard van Hüllen</i> Victim Support Europe – schnelle Hilfe im internationalen Kontext	325
<i>Claudia Gelber / Michael Walter</i> Opferbezogene Vollzugsgestaltung: Theoretische Perspektiven und Wege ihrer praktischen Umsetzung	335
<i>Lutz Klein</i> Mentoring für Straffällige: Auch ein Beitrag zum Opferschutz	349
<i>Andreas Beelmann</i> Zur Konstruktion, Entwicklung und Überprüfung von Interventions- maßnahmen: Ein Modell zur Evidenzbasierung präventiver Handlungsstrategien.	357
<b>III Autoren</b>	367