

**„Sekundärpräventives Gruppentraining für jugendliche
Mobbingopfer“**

von

Jakob Tetens

Dokument aus der Internetdokumentation
des Deutschen Präventionstages www.praeventionstag.de
Herausgegeben von Hans-Jürgen Kerner und Erich Marks im Auftrag der
Deutschen Stiftung für Verbrechensverhütung und Straffälligenhilfe (DVS)

Zur Zitation:

Jakob Tetens: Sekundärpräventives Gruppentraining für jugendliche Mobbingopfer, in: Kerner, Hans-Jürgen u. Marks, Erich (Hrsg.), Internetdokumentation des Deutschen Präventionstages. Hannover 2013, www.praeventionstag.de/Dokumentation.cms/2315



Sekundärpräventives Gruppentraining für jugendliche Mobbingopfer

Dipl. Päd. Jakob Tetens

ZIELGRUPPE

Das Training richtet sich an Jugendliche (m/w) zwischen 11 und 15 Jahren,

... die in der Schule ausgegrenzt, gehänselt oder bedroht werden und entsprechend einsam, hilflos und ängstlich wirken
(„passive Opfer“)

ZIELGRUPPE

Das Training richtet sich an Jugendliche (m/w) zwischen 11 und 15 Jahren,

... die in der Schule ausgegrenzt, gehänselt oder bedroht werden und entsprechend einsam, hilflos und ängstlich wirken
(„passive Opfer“)

... die aufgrund von schwierigem Sozialverhalten mit negativen Reaktionen seitens ihrer MitschülerInnen und Lehrkräfte konfrontiert sind
(„provokative Opfer“)



ZIELE DES TRAININGS

- im Rahmen eines geschützten Gruppensettings einen Ausweg aus der täglich erlebten Opferrolle ermöglichen
- Einen Raum bieten, um Mobbing Erfahrungen aufzuarbeiten
- ausgehend von eigenständig entwickelten Zielen konkrete Verhaltensweisen trainieren
- Selbstwirksamkeit (neu) erleben

HINTERGRUND & METHODIK

Gruppe als Methode

- Gerade im Jugendalter ideal, da die Meinung der Gleichaltrigen hohen Stellenwert hat
- Selbstbewusstsein und Selbstwirksamkeit können zunächst in der geschützten Gruppe trainiert werden

HINTERGRUND & METHODIK

Gruppe als Methode

- Gerade im Jugendalter ideal, da die Meinung der Gleichaltrigen hohen Stellenwert hat
- Selbstbewusstsein und Selbstwirksamkeit können zunächst in der geschützten Gruppe trainiert werden

Stand Up – Training® nach Drewsen-Lorenzen

HINTERGRUND & METHODIK

Gruppe als Methode

- Gerade im Jugendalter ideal, da die Meinung der Gleichaltrigen hohen Stellenwert hat
- Selbstbewusstsein und Selbstwirksamkeit können zunächst in der geschützten Gruppe trainiert werden

Stand Up – Training® nach Drewsen-Lorenzen

Ich packs! - Programm nach Storch & Riedener

- Neuropsychologisch fundiertes und erfolgreich evaluiertes Selbstmanagement-Programm (siehe “Zürcher Ressourcen Modell”)
- Eigene (unbewusste) Bedürfnisse und Wünsche entdecken -> eigenes Thema finden -> intrinsisch motivierte Ziele formulieren und schrittweise umsetzen

INHALTE

1. Einstiegsphase

Kennen lernen; Regeln klären; Austausch über Mobbing Erfahrungen;
Themenfindung und Zielformulierung

INHALTE

1. Einstiegsphase

Kennen lernen; Regeln klären; Austausch über Mobbing Erfahrungen;
Themenfindung und Zielformulierung

2. Vertiefungsphase

Das Ziel umsetzen: „Vom Neuronentrampelpfad zur Neuronenautobahn“;
Erstellung eines „Ressourcenpools“; Das Ziel in den Körper bringen;
Einordnen von Alltags-Situationen nach Schwierigkeitsgrad

INHALTE

1. Einstiegsphase

Kennen lernen; Regeln klären; Austausch über Mobbing Erfahrungen;
Themenfindung und Zielformulierung

2. Vertiefungsphase

Das Ziel umsetzen: „Vom Neuronentrampelpfad zur Neuronenautobahn“;
Erstellung eines „Ressourcenpools“; Das Ziel in den Körper bringen;
Einordnen von Alltags-Situationen nach Schwierigkeitsgrad

3. Übungsphase

Schwierige Situationen per Rollenspiel trainieren; Videoanalyse;
Transfersicherung in den Alltag; Feedback und Abschluss

RAHMENBEDINGUNGEN

- Kostenloses, schulübergreifendes Training in der Region Elmshorn-Barmstedt
- 14 wöchentliche Sitzungen
- max. Gruppengröße 8 Tn
- Leitung durch zwei pädagogische Fachkräfte (m/w)

ABLAUF

1. Info an Schule -> Kontakt zu potenziellen Tn und Eltern -> Kontakt zum Wendepunkt

Wirst Du von Deinen Mitschülern/innen häufig:

- ausgegrenzt
- gehänselt
- bedroht
- geschlagen?

Und fühlst Dich daher:

- einsam
- ohnmächtig
- ängstlich
- traurig

**Stand Up – Training
Herbst 2012**

Dann komm doch zu uns in's Stand Up – Training!

In einer kleinen Gruppe:

- bekommst Du Verständnis von anderen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben!
- lernst Du, Dich angemessen zu wehren und abzugrenzen!
- trainierst Du, selbstbewusster aufzutreten!

Trainiert wird ab dem 03.09.12 an 14 Treffen immer montags von 16 - 18 Uhr im Wendepunkt

Die Teilnahme ist kostenlos.

NEU: Anmeldung bis 27.08.

Wenn Du Dich anmelden möchtest oder mehr wissen willst, ruf unsere Beratungsstelle im Wendepunkt e.V. an unter 04121-47573-30 oder schreib uns eine Mail an schule@wendepunkt-ev.de

Dipl. Päd. Hanne Traulsen (Diakonin)

Dipl. Päd. Jakob Tolene (Stand Up – Trainer®)

ABLAUF

1. Info an Schule -> Kontakt zu potenziellen Tn und Eltern -> Kontakt zum Wendepunkt
2. Vorgespräche mit allen potenziellen Tn und Eltern; anschließend Zusammenstellung und Start der Gruppe

ABLAUF

1. Info an Schule -> Kontakt zu potenziellen Tn und Eltern -> Kontakt zum Wendepunkt
2. Vorgespräche mit allen potenziellen Tn und Eltern; anschließend Zusammenstellung und Start der Gruppe
3. Infoabend für Eltern und Lehrkräfte

ABLAUF

1. Info an Schule -> Kontakt zu potenziellen Tn und Eltern -> Kontakt zum Wendepunkt
2. Vorgespräche mit allen potenziellen Tn und Eltern; anschließend Zusammenstellung und Start der Gruppe
3. Infoabend für Eltern und Lehrkräfte
4. Nachgespräche mit Tn und Eltern und Nachtreffen mit Gruppe nach zwei Monaten

ABLAUF

1. Info an Schule -> Kontakt zu potenziellen Tn und Eltern -> Kontakt zum Wendepunkt
2. Vorgespräche mit allen potenziellen Tn und Eltern; anschließend Zusammenstellung und Start der Gruppe
3. Infoabend für Eltern und Lehrkräfte
4. Nachgespräche mit Tn und Eltern und Nachtreffen mit Gruppe nach zwei Monaten

Ggf. ergänzende Maßnahmen in den Klassen der Tn (No-Blame-Intervention; Klassenprojekt zum Thema Mobbing)

ERFAHRUNGEN

- keine systematische Evaluation
- gute persönliche Rückmeldungen durch Tn, Eltern und Lehrkräfte

ERFAHRUNGEN

- keine systematische Evaluation
- gute persönliche Rückmeldungen durch Tn, Eltern und Lehrkräfte
- zwei O-Töne:

„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.“ (Tobias, 14 J.)

„Wenn jetzt einer mit einem blöden Spruch kommt, interessiert es mich nicht. Ich lasse das nicht mehr an mich heran.“ (Lisa, 12 J.)

KONTAKT

Beratungsstelle für Schulische Gewaltprävention

Wendepunkt e.V.

Gärtnerstr. 10-14

25335 Elmshorn

Tel. 04121-47573-30

schule@wendepunkt-ev.de

www.wendepunkt--ev.de