



Dr. Jo-Jacqueline Eckardt

Mobbing bei Kindern

Erkennen, helfen, vorbeugen

Einleitung und Danksagung

Was ist Mobbing?	9
Ein alarmierendes Problem	10
Mobbing hat viele Formen	10
Wer wird Opfer von Mobbing?	12
»Normale« Konflikte oder Mobbing?	13
Anzeichen für Mobbing	15
Das Kind auffangen	15
Wie kommt es zu Mobbing?	18
Die Folgen von Mobbing	21
Allein mit der Not	22
Verschiedene Phasen des Mobbings	23
Auch die Umwelt ist betroffen	25
Hilfe für das Kind	27
Das erste Gespräch	28
Ein traumatisches Erlebnis	29
Minderwertigkeitsgefühle, Scham	31
Ängste	33
Schlafstörungen	35
Panikattacken	36
Regression	38
Konzentrationsstörungen, abfallende Schulleistungen	39
Hoffnungslosigkeit, Depression, Selbstmordgedanken	40
Zwänge	43
Physische Symptome	44
Wut	45
Wenn Ihr Kind mobbt	47
Aggression: Erziehung und Temperament	48
Kein Mitgefühl für Schwächere	4X
Fehlende Vorbilder	50

Mangelnde Empathie	52
Impulsivität	53
Verwahrlosung	55
Unsicherheit	55
Notwehr	56
Allgemeine Tipps gegen aggressives Verhalten	57
Das Mobbing stoppen: Erste Schritte	61
Die Situation erkennen und verstehen	62
Ziele formulieren	67
Das Mobbing stoppen: Was Ihr Kind tun kann	69
Grenzen setzen, Selbstbewusstsein stärken	70
Rollenspiele	71
Einen frühen Konflikt beilegen	74
Die Isolation durchbrechen	76
Das Mobbing stoppen: Was Sie tun können	79
Mit Mobbern oder deren Eltern reden	80
Auf Klassenebene aktiv werden	82
Auf Schulebene aktiv werden	86
Wiedergutmachung und Täter-Opfer-Ausgleich	89
Das Kind auf einer anderen Schule anmelden	90
Die Polizei einschalten	91
Typische Mobbing-Fälle	93
Mobbing-Fall 1	94
Mobbing-Fall 2	95
Mobbing-Fall 3	97
Mobbing-Fall 4	99
Mobbing-Fall 5	100
Mobbing-Fall 6	101
Schnellübersicht: Intervention bei Mobbing	102

Mobbing-Prävention	105
Das Kind stärken	106
Konflikte lösen - richtig kommunizieren	108
Bedürfnisse erkennen	114
Aggression abwenden	115
In der Schule	116
Die Rechtslage	119
Das Strafgesetz	120
Schuldfähigkeit	121
Straftaten	122
Schulgesetze	123
Ausblick	125
Internet-Adresse	126
Literaturhinweise	127