



(CYBER-)MOBBING FRÜH BEGEGNEN

13 WIRKSAME PRÄVENTIONSIMPULSE FÜR DEN SCHULALLTAG



Klassengemeinschaft stärken

Gemeinsame Aktivitäten wie Outdoor-Tage, tägliche Klassenstunden zu Schulbeginn, gemeinsames Kochen oder Klassentiere fördern Zusammenhalt und Verantwortung.



Diversität sichtbar machen

Unterschiedlichkeiten wertschätzen und persönliche Geschichten sowie Interessen der Schüler*innen sichtbar machen – das stärkt Vertrauen und die Qualität der Klassengemeinschaft.



Wertschätzendes Verhalten der Lehrperson

Lehrer*innen als Vorbilder: Faire Aufmerksamkeit, aktives Zuhören, Respekt und Interesse wirken präventiv gegen Ausgrenzung.



Aktive Pausenaufsicht

Sichtbare und ansprechbare Lehrpersonen während der Pausen verhindern Übergriffe und bieten Schutzräume für Gespräche.



Rückzugsräume schaffen

Geschützte, beaufsichtigte Bereiche für Pausen und Freistunden einrichten, in denen sich Schüler*innen sicher fühlen können.



Klassenvorstand-Stunden sinnvoll nutzen

Regelmäßiger Austausch über das Klassenklima, etwa durch Stimmungsrunden oder Fragebögen – mit Raum für persönliche Themen.



Bewusste Gruppeneinteilung durch Lehrpersonen

Gruppenarbeiten, Sitzordnungen und Teams im Turnunterricht regelmäßig durchmischen, um Ausgrenzung zu vermeiden.



Partizipation ermöglichen

Schüler*innen aktiv in Entscheidungsprozesse einbinden – z.B. bei der Gestaltung des Klassenzimmers oder der Planung von Ausflügen.



Theater, Rollenspiele und Spiele fördern

Rollenspiele helfen, Perspektiven zu wechseln. Gemeinsames Spielen stärkt soziale Fähigkeiten und das Miteinander.



(CYBER-)MOBBING FRÜH BEGEGNEN

13 WIRKSAME PRÄVENTIONSIMPULSE FÜR DEN SCHULALLTAG



Konsequent bei Gewalt eingreifen

Konflikte ernst nehmen, benennen, begleiten und bearbeiten – mit Ich-Botschaften deeskalierend reagieren und ggf. Unterstützung holen.



Klare Regeln und transparente Konsequenzen

Klassenregeln gemeinsam erarbeiten, sichtbar machen und regelmäßig besprechen – für eine gemeinsame Orientierung und Verlässlichkeit.



Kummerkasten einführen

Anonymer Kasten für Sorgen und Anliegen, der regelmäßig geleert und ausgewertet wird – ein niederschwelliger Zugang zu Hilfe.



Expert*innen einladen und Fortbildungen besuchen

Externe Fachleute zu Mobbing und Cybermobbing in die Schule holen. Lehrkräfte sollten regelmäßig Fortbildungen besuchen.

Diese Maßnahmen lassen sich individuell anpassen und auch im Schulalltag mit wenig Aufwand umsetzen – für ein respektvolles und sicheres Miteinander.

Hilfreiche Links & Anlaufstellen

- www.saferinternet.at – Infos zu Sexting und Datenschutz, Unterrichtsmaterialien
- www.klicksafe.de – Unterrichtsmaterialien
- Rat auf Draht: www.rataufdraht.at – Beratung für Jugendliche, auch telefonisch erreichbar unter 147
- www.zara.or.at – Rechtliche Hilfe bei digitaler Gewalt