

„Erzählt es euren Eltern“

Ein Drittel der Schüler sind von Mobbing betroffen – Ein Mädchen gibt Tipps, wie man sich schützen kann

Von Raeesa Yousaf
Helmholtz-Gymnasium, 9d

In Deutschland wird jeder dritte Schüler zwischen zwölf und 17 Jahren schikaniert oder gemobbt. Studien zeigen zudem, dass rund 35 Prozent der Schüler selbst Mobber sind und bei Mädchen Mobbing häufiger vorkommt als bei Jungs. In der Schule werden Jugendliche viel gemobbt, es kommt häufig zu körperlicher Gewalt, aber heutzutage werden auch im Internet über die sozialen Medien, wie zum Beispiel über Facebook oder WhatsApp, sehr viele Jugendliche gemobbt. Selbstmord wegen Mobbing ist die dritthäufigste Ursache für den Tod von Jugendlichen.

Lea R., eine Schülerin der neunten Klasse, hat selbst in der Schule und auch außerhalb Mobbing erlebt. Sie hatte ihre Schule gewechselt wegen Mobblings und wurde dann auch in ihrer neuen Schule schikaniert. „Ich wurde erst sehr freundlich empfangen, dann aber haben mich meine Klassenkameraden total ignoriert und ausgeschlossen. Im Unterricht wollte niemand mit mir arbeiten und ich wurde oft Gruppen zugewiesen, die mich einfach ignorierten. Und außerhalb des Unterrichts wurden Geschichten über mich rumerzählt, die überhaupt nicht stimmten“, berichtet sie.

Wenn es bei Mobbing nicht zu körperlicher Gewalt kommt, passiert es fast

immer, dass das Opfer total von der Klassengemeinschaft ausgeschlossen wird. Die 14-Jährige erzählt: „Die Mädchen in meiner Klasse haben mich einfach ignoriert, die Jungs auch, bis sie angefangen haben, mich zu beleidigen und ein paar Mal bekam ich auch einen Schlag mit einem Buch auf den Kopf.“

Mobbing kann körperlich und auch psychisch erfolgen. Cybermobbing ist ein Beispiel für Letzteres. Statistiken zeigen, dass jeder fünfte Schüler unter dieser Form des Mobblings leidet. In den sozialen Medien richten sich die Täter gegen eine Person, beleidigen sie, machen negative Kommentare über Bilder oder Posts. Sehr oft werden Todesdrohungen an das Opfer geschrieben. Auch werden peinliche und intime Filme von der Person verbreitet, ohne dass das Opfer davon etwas mitbekommt. Dies beeinflusst das Opfer psychologisch und erzeugt negative Gedanken, welche dann zu drastischen Folgen führen. Depressionen, Magersucht, Selbstmord, alles das können Folgen sein. Lea hat Cybermobbing auch erlebt: „Die Leute haben sich über meine Bilder lustig gemacht, ich wurde schlimm beleidigt und bekam auch Todesdrohungen von einigen Leuten. Ich bekam Depressionen und nahm auch ab.“

Die Studien haben alle unterschiedliche Gründe für das Mobbing genannt, aber die häufigsten sind Neid, Antipathie und fehlende Kommunikation. Zu-



Ein Junge drückt einen Mitschüler auf den Boden – auch dies ist eine Form von Mobbing. Foto: dpa

dem versuchen die Mobber, ihr Selbstwertgefühl auf Kosten von anderen zu stärken. Einige Jugendliche finden es auch cool, jemanden runterzumachen und denken, sie machen sich damit bei anderen beliebt. Lea meinte zudem, Gruppenzwang sei ein großes Problem. Die Leute müssen nicht alle das Opfer hassen oder mobben, aber weil sie unter Druck von den Mobbern oder ihrer Clique stehen, tun sie auch nichts gegen das Mobbing und überlassen das Opfer den Tätern.

Sich gegen Mobbing Hilfe zu suchen, ist nicht schwer, man kann Therapien machen, es gibt Beratungsstellen und Hotlines, die Lehrer können mit der Klasse reden, man kann es den Eltern erzählen und in extremen Fällen kann man sogar die Polizei um Hilfe fragen, wenn es zum Beispiel beim Cybermobbing sehr schlimme Vorfälle gibt. „Was ich zu den Menschen sagen würde, die gemobbt werden: Erzählt es euren Eltern, denn die sind immer für euch da und beschützen

euch in jeder Situation“, empfiehlt die Schülerin. Einige Psychiater empfehlen eine Therapie auch für Mobber, denn sie benötigen auch Hilfe und haben eventuell ebenfalls psychologische Probleme.

Mobbing ist etwas Inakzeptables und kann bestraft werden. Um Hilfe gegen Mobbing zu finden, suchen Sie sich Hilfe bei jemandem, dem Sie vertrauen können, und tun Sie was gegen Mobbing, denn Mobbing passiert nicht nur bei Jugendlichen, sondern auch bei Erwachsenen.

Auch die Lehrer müssen umdenken

Schülern, die stören und andere Jugendliche mobben, muss geholfen werden, wie das Beispiel des 13-jährigen Can zeigt

Von Mihaela Kostolova
Englisches Institut, Klasse 9d

Die Geschichte des 13-jährigen Can, der vor einigen Jahren mit seinen Eltern nach Deutschland kam, scheint banal und uninteressant. Am Anfang fiel es ihm schwer, einen Platz unter Gleichaltrigen zu finden und er musste sich mit der Außen-seiterrolle abgeben. Zusätzlich fiel er durch unkonzentriertes, aggressives und distanzloses Verhalten in der Schule auf; zuerst als Mobbingopfer, später als Mobber, war er ständig in Streitereien verwickelt und nahm unregelmäßig am Unterricht teil.

Nach mehreren Verwarnungen, Strafarbeiten und schließlich Schulausschluss, stand Can kurz vor dem Rauswurf. Urteil: „Nicht mehr tragbar“. Dann lernte Can einen Lehrer kennen, der ihm einfach zuhören wollte und konnte, ohne ihn zu beurteilen. Es stellte sich heraus, dass Can sich sehr wohl an Regeln halten wollte und durchaus bereit war, hohe An-

strengungen auf sich zu nehmen. Die Schule gut zu bewältigen, war sein innigster Wunsch. Es zeigten sich jedoch erhebliche strukturelle Schwächen: Innerhalb seiner Familie hatte er keinen wirklichen Halt finden können. Der (namenlose) Lehrer setzte sich jedoch für den Jungen erfolgreich ein.

Solche Geschichten können unendlich oft und in verschiedenen Varianten erzählt werden. Leider wird daraus nichts gelernt. Die Berichte über aggressive und gewalttätige Jugendliche mehren sich. Thematisiert werden neben Gewalttaten auch Mobbing in der Schule oder die Zunahme von psychischen Erkrankungen, wie Depressionen, Suchterkrankungen oder ADHS-Diagnosen. Vor allem die Berichte über gewalttätige Jugendliche sorgen zunächst kurz für Aufruhr in der Öffentlichkeit, was meist mit Forderungen nach härterem Vorgehen und massiver Bestrafung der Täter einhergeht. Ein vertieftes Nachdenken, eine Ursachenforschung, findet man in der Regel nicht.

An den Schulen ist impulsives und aggressives Verhalten an der Tagesordnung, destruktives Verhalten und Rücksichtslosigkeit nehmen zu. Außerdem sinkt die Hemmschwelle für aggressives Verhalten bei den Schülern. Die Lehrer beklagen mangelndes Einfühlungsvermögen der auffälligen Schüler. Gleichzeitig löst das Verhalten der störenden Schüler bei vielen Pädagogen ebenfalls Wut und Aggression aus. Fachleute meinen, dass die „affektive Überflutung, die von den unreifen, kindlichen Persönlichkeiten ausgeht, für viele Lehrer ansteckend ist, da sie nicht bereit oder nicht in der Lage sind, die negativen Emotionen aufzufangen“. Sie fühlen sich genervt, überfordert und hilflos. Die Persönlichkeit und die eigene Lebensgeschichte der Lehrer spielt oftmals eine entscheidende Rolle, wie diese ihren Schülern begegnen. So können sie als Vergeltung für das Verhalten des Schülers diesen bestrafen oder das Problem einem Schulsozialpädagogen weitergeben.

Eher selten ist ein Lehrer in der Lage, das aufgetretene Problem so zu betrachten und zu beurteilen, indem er unterscheiden könnte, was seine eigenen Konflikte dabei sind und welche zu dem betreffenden Schüler gehören. Ein Lehrer kann sich zwar so Entlastung schaffen, aber das Problem der störenden Kinder bleibt bestehen. Den Lehrern gelingt es oftmals auch nicht, diesen Problemkindern zu helfen, indem sie ihnen eine zuverlässige und gute Beziehung anbieten, die dazu beitragen könnte, den Kindern zu vermitteln „wo es langgehen sollte“. Gute Beziehungspersonen können nach neueren psychotherapeutischen Forschungsergebnissen für Kinder außerordentlich hilfreich wirken und wie ein Sonnenstrahl im Dunkeln erlebt werden, was dann Hoffnung auf eine neue Chance und Mut zum Überstehen schwieriger Zeiten machen kann. Ein Umdenken bei Lehrern, Professoren, die Lehrer ausbilden, und Politikern wäre deshalb sehr wichtig und auch notwendig.

Engländer lieben das Oktoberfest

Von Ella Dörken und Lisa Krainick,
Englisches Institut, Klasse 9b

Was denken Engländer über Deutschland? Hängt der Zweite Weltkrieg noch in den Köpfen?, „Bratwurst, Bier und Oktoberfest“, das sagten die ersten drei Engländer, als wir sie auf den Straßen Londons spontan über ihre Assoziationen zu Deutschland befragten. In unserem gemeinsamen Weihnachtsurlaub in London, starteten wir eine Kurzbefragung: „Was fällt Ihnen spontan zu Deutschland ein?“ Unserer Umfrage begann in einem kleinen traditionellen englischen Café in Notting Hill und endete schließlich mitten auf der belebten und turbulenten Oxford Street.

Das deutsche Oktoberfest scheint eine sehr beliebte Veranstaltung zu sein – selbst in England. „Das Größte wäre es für mich, das Oktoberfest in München einmal miterleben zu dürfen“, schwärmte die 54-jährige Bailey Thompson in einem Restaurant. Mehrere Engländer sprachen optische Merkmale von Deutschen an. Am meisten hörten wir „blonde Haare und blaue Augen“. Viele männliche Befragte erwähnten den Sieg Deutschlands bei der Fußball-Weltmeisterschaft. „Ich habe sehr großen Respekt vor der Nationalmannschaft und der Fußballkunst Deutschlands“, sagte der 17-jährige Schüler Ilarghy Renolds. Und was ist mit dem Zweiten Weltkrieg? Erst auf unsere intensive und direkte Nachfrage gab ein Mann zu, dass er im Zusammenhang mit Deutschland auch an Hitler denke. Scheinbar ist aber insgesamt die Gegenwart wichtiger als die Vergangenheit. Danke, England.

„Basketball hat mir viel gegeben“

Der ehemalige MLP-Academics-Spieler Oli Komarek, widmet sich nun seinem Beruf

Von Sophia Hilsheimer,
Englisches Institut, Klasse 9b

Acht Jahre lang spielte Oli Komarek Basketball in der Pro A-Liga beim Heidelberger Traditionsverein USC, heute MLP Academics. In seiner Jugend spielte er in verschiedenen Nationalmannschaften. Mit dem Team der A2-Nationalmannschaft nahm Oli 2009 an der Universiade in Belgrad teil. In der Saison 2013/2014 wechselte er in die Pro B-Liga zu den BIS Baskets Speyer. Doch bereits nach acht Spielen verließ der heute 28-jährige diesen Club wieder und schloss sich den Pro A-Ligisten BG Karlsruhe an. Dort beendete er nach der Saison 2013/2014 seine Karriere, um sich seiner beruflichen Zukunft zu widmen. Nun ist fast ein Jahr vergangen, Zeit einmal nachzufragen, wie es ihm so geht.

> **Oli, nun spielst Du schon seit fast einem Jahr kein Basketball mehr. Fehlt Dir der Sport sehr oder genießt Du es, mehr Freizeit zu haben?**

Im ersten halben Jahr hat mir nichts gefehlt. Da habe ich nur Sport zum Spaß gemacht und konnte meine Freizeit sehr gut genießen. Dann habe ich aber gemerkt, dass mir der Teamsport fehlt und habe mich entschieden, etwas Neues zu machen.

> **Und was machst Du jetzt, um Dich fit zu halten?**

Ich habe mich für einen neuen Sport entschieden. Ich habe eine Herausforderung gesucht und bin dann über Freunde zum



Oli Komarek während seiner Zeit bei den MLP Academics. Foto: privat

Handball gekommen. Nun spiele ich in Dossenheim in der Landesliga Handball.

> **Machst Du das nur als Freizeitbeschäftigung, oder willst Du da auch durchstarten?**

Ich sehe das als reine Freizeitbeschäftigung an, allerdings versuche ich stetig, mich zu verbessern und auch ein gewisses Niveau zu erreichen.

> **Was machst Du momentan beruflich?** Momentan bin ich dualer Student bei der Firma „Business-Triologie“ in Heidelberg und mache gerade ein Praktikum bei der Wirtschaftsförderung der Stadt Heidelberg.

> **Kannst Du Dir vorstellen, wieder mit dem Basketball anzufangen?**

Sag niemals nie, aber momentan sehe ich das nicht, weil ich mit Handball eine neue Herausforderung gefunden habe, die mir Spaß macht und ich mich momentan in diesem Bereich wohl fühle.

> **War es die richtige Entscheidung, Deine Karriere zu beenden?**

Ja, es war die richtige Entscheidung. Ich habe viele tolle Jahre mit dem Basketball erlebt und eine gute Zeit gehabt, aber die Knochen und der berufliche Einstieg fordern ihren Tribut. Dementsprechend musste ich mich dieser Tatsache nun stellen und denke, dass es die richtige war.

> **Hast Du noch viele Kontakte, und schaust Du dir noch Basketballspiele an?**

Zu einigen Teamkollegen habe ich noch Kontakte. Da haben sich auch echte Freundschaften entwickelt, wie zum Beispiel zu Jannis Heindel. Basketball schaue ich mir momentan nur im Fernsehen an. Im Allgemeinen habe ich mich da eher zurückgezogen.

> **Bereust Du es, so viel Zeit deiner Jugend mit dem Basketball verbracht zu haben?**

Nein, überhaupt nicht, weil Basketball mir viel gegeben hat, nicht nur in sportlicher Hinsicht, sondern auch für die Lebenserfahrung und für den Charakter. Mein Leben war sehr spannend. Ich durfte viel reisen und viele Erfahrungen sammeln, besonders zum Beispiel mit der Nationalmannschaft.

Wer nichts kauft, gibt Geld

Von Paul Liebel, Helmholtz-Gymnasium, Klasse 9c

An einem kalten Wintertag steht eine kleine Truppe von Schülern mit einem Einkaufswagen vor einem Supermarkt in Rohrbach. Auf ihrem Plakat steht: Tafel-Spendenaktion. Michelle Trumpp, Nikita Aliasuk und Enes Günai heißen die Organisatoren der Aktion, an der nicht nur das Helmholtz-Gymnasium beteiligt ist, sondern auch andere Heidelberger Schulen.

Das Prinzip der Spendenaktion ist einfach: Beim Eintreten in den Laden sprechen die Schüler die Einkäufer an, ob sie mehr als benötigt kaufen können, um es an die Tafel zu spenden. Nikita sagt, er wolle mehr soziales Engagement vonseiten der Schüler. Erstaunlich finde er, wer am meisten spendet: „Die, die am meisten geben, sind junge Eltern oder sogar Studenten.“ Als eine Dame den Supermarkt betritt, kann man eines der Gespräche beobachten, die die Schüler führen. „Guten Tag, wir sammeln Produkte für die Heidelberger Tafel und wollten sie fragen, ob sie vielleicht ein paar Sachen mehr kaufen können, als sie brauchen?“ – „Klar, was braucht ihr denn?“ – Lebensmittel, Hygieneartikel, was Sie geben wollen.“ – „Gute Sache, ich schaue, was ich finde.“ – „Danke!“ Die Leute, die an diesem Tag zum Einkauf gehen, sind sehr hilfsbereit. Wenn sie nichts kaufen, spenden sie Geld. „Wir wollen darauf aufmerksam machen, dass es auch hier Probleme und Armut gibt“, sagt Nikita. Am 27. Januar wurde schließlich von der Eppelheimer Feuerwehr als Abschluss dieser Aktion eine ganze Wagenladung Bedarfsgüter an 70 angemeldete bedürftige Familien ausgeteilt.