

MOBBING BEI BAUERNKINDERN: Wie Eltern helfen können

Willst du dabei sein oder Opfer sein?

Mobbing bei Kindern aus landwirtschaftlichen Familien erfordert besondere Aufmerksamkeit. Wie bei Mobbing zu reagieren ist und was Eltern tun können, wurde an einem Kurs vom BBZN Schüpfheim erörtert.

SUSANNE KÜNSCH

Wann ist es Mobbing, und wann ist es nur eine Rangelei? Mobbing leitet sich aus dem Englischen «to mob» ab und bedeutet Bedrängen, Anpöbeln, Attackieren, Angreifen. «Unter Mobbing versteht man absichtliche, gezielte und wiederholte Angriffe auf Personen oder Gruppen. Das Ziel der Mobber ist es, ihre Opfer sozial auszugrenzen oder zu isolieren. Ein wesentliches Merkmal von Mobbing ist, dass die Angriffe regelmässig und über einen längeren Zeitraum erfolgen und von einer Person oder einer Gruppe», erklärt Brigitte Portmann, Beraterin Ernährung, Hauswirtschaft und Paralandwirtschaft am BBZN Schüpfheim und Mentalcoach. Es sei ein System mit Täter, Zuschauer, Mitläufer und Opfer. Ausdrücklich nicht als Mobbing bezeichnet die Beraterin Meinungsverschiedenheiten, Konflikte, Streit, alles Dinge, die zur Entwicklung eines Kindes gehören würden.

Kinder aus Bauernfamilien können aus verschiedenen Gründen zur Zielscheibe von Mobbing werden, etwa Vorurteile gegenüber dem landwirtschaftlichen Beruf ihrer Eltern. Da Kinder aufgrund ihrer Wohnsituation weniger soziale Kontakte ausserhalb des Hofes haben, kann auch eine gewisse Unsicherheit im Umgang mit Gleichaltrigen ein Grund sein. Im Sozialraum Schule reagieren sie dann auf Mitschüler eventuell unsicherer, ängstlicher und ruhiger und werden aufgrund des wahrgenommenen geringeren Selbstbewusstseins eher zur Zielscheibe des Mobbing.

Nicht wegschauen

«Mobbing kann für die betroffenen Kinder schwerwiegende Folgen haben. Sie ziehen sich zurück, und ihr Selbstwertgefühl leidet», so Portmann und zählte



Selbstsichere Kinder können besser mit Mobbing-Situationen umgehen. (Bild: pixabay)

verschiedene Ansätze auf, wie man Mobbing gegen Bauernkinder wirksam begegnen kann. «Wichtig ist sicher, die Gefühle des Kindes ernst zu nehmen und mit ihm im Gespräch zu bleiben», so Portmann, «denn Wegschauen wäre hier ganz der falsche Weg.» Das Kind müsse sich zuhause geborgen fühlen, und es sei Aufgabe der Eltern, für diesen sicheren Hafen zu sorgen. Hier nennt die Mentaltrainerin als Grundvoraussetzung bedingungslose Liebe für das Kind, egal, was es kann oder nicht kann. «Liebe und Zuneigung darf nicht an eine Bedingung geknüpft werden, die Gefühle der Kinder sollen angenommen, wahrgenommen und ernst genommen werden.»

Sicherheit gibt Vertrauen

Die grosse Herausforderung für Eltern ist laut Portmann, Vorbild zu sein und das Kind dahingehend zu unterstützen, dass es Widerstandsfähigkeit entwickeln kann, damit Krisen überwunden werden können. Dazu gehören Regeln und Bedingungen, die eingehalten werden müssen. Hier hält die Beraterin fest: «Scheitern gehört zum Leben. Fehler machen gibt neue Erfahrungen, dazu stehen, stärkt Vertrauen.» Indem aber Eltern das Vertrauen in sich vorleben würden, sich selbst helfen und sich etwas zutrauen, würden sie das Vertrauen in sich an ihre Kinder weitergeben. «Wir machen unsere Gedanken und Gefühle selbst. Nur wir können

uns ändern, niemand anders. Wenn ich mir und meinem wichtigsten Umfeld vertrauen kann, strahle ich Selbstvertrauen aus und bleibe nicht in die Opferrolle», sagt Brigitte Portmann.

Eine Meinung von vielen

Kann man seinem Peiniger, der im Grunde Aufmerksamkeit und Macht sucht, selbstbewusst und bestimmt gegenüber treten, ist dessen Meinung nur eine von vielen und nicht mehr so tiefgreifend wichtig und negativ. Mit den Worten der Referentin: «Es muss mich nicht jeder super finden, Meinungen von aussen spielen keine Rolle, eine Meinung ist keine Wahrheit, und wird man nicht von allen geliebt, spielt das keine Rolle.»

Wichtig ist die Meinung der Menschen, die im Leben der Kinder wirklich etwas bedeuten. Mit dieser Einstellung nehme man sich nicht mehr alles so zu Herzen und könne entsprechend weniger verletzt werden. «Jeder entscheidet dann selbst, wie viel Macht die Meinung der anderen hat, dann entscheide ich, was ich annehme und was nicht.»

Löwe sein

«In der Praxis nehme ich gerne Tiere als Vergleich: der Löwe als Synonym für Selbstsicherheit, die Mücke ist der Peiniger und das Schaf das Opfer: Die Mücke sticht, bleibt aber im Fell vom Löwen stecken, das Schaf erfreut die Mücke und wird zum Opfer.» Ihre Aufforde-

rung: mehr Löwe sein. Als wichtigen Punkt und als Aufgabe an die Eltern nennt die Referentin, den Kindern Medienkompetenz zu vermitteln. «Früher konnte man sich zuhause vom Tagesstress erholen – heute in der digitalen Welt wird alles nach Hause mitgenommen, Erholung ist so fast nicht mehr möglich.» Wenn es in der Schule gerade nicht so gut laufen würde, sei noch mehr Stress zuhause genau das Falsche. Hier müsse das Kind entscheiden: was ihm wichtig sei – was nicht.

Fokus auf Positives

Portmann warnt jedoch vor falschen Erwartungen: «Es braucht Ausdauer und Disziplin und kann schon eine Weile dauern, bis das Kind seine innere Haltung ändert und der äusseren belastenden Situation selbstsicher begegnen kann.» Mobbing sei Energiesache, es gehe darum, wer die Situation länger durchhalte.

Ein kleiner Tipp von der Fachfrau: Fragen wie: «Wie war dein Tag» mit «Was war das Beste, das dir heute passiert ist» ersetzen – den Fokus auf Positives richten, denn dies ziehe Positives an. Folgende Aussagen würden mitunter Grosses bewirken: Du bist wertvoll, du bist ausgezeichnet, du bist gut so wie du bist, du bist wichtig, du bist ein Geschenk für diese Welt, ich habe dich lieb. Und zum Schluss die Aufforderung: «Werdet zu Löwen im Umgang mit euren Mitmenschen.»

SO GEHTS

Durch folgende gezielten Massnahmen können Eltern ihre Kinder stärken und das Risiko für Mobbing aufgrund ihrer landwirtschaftlichen Herkunft reduzieren:

- Loben Sie Ihr Kind regelmässig für seine Fähigkeiten und Leistungen, nicht nur bei guten Schulnoten.
- Vermitteln Sie Ihrem Kind Stolz auf den elterlichen Beruf und die Lebensweise auf dem Bauernhof.
- Üben Sie mit Ihrem Kind selbstbewusste Aussagen wie «Ich bin okay» oder «Das ist deren Problem, nicht meins».
- Ermöglichen Sie Ihrem Kind die Teilnahme an Vereinsaktivitäten wie Sport- oder Jugendgruppen.
- Organisieren Sie Treffen oder kleine Feste, bei denen Ihr Kind Klassenkameraden einladen kann.
- Unterstützen Sie Ihr Kind dabei, Freundschaften ausserhalb des Hofes zu knüpfen und zu pflegen.
- Pflegen Sie einen vertrauensvollen Gesprächsaustausch in der Familie.
- Sprechen Sie mit Ihrem Kind über Freundschaften und seinen Alltag in der Schule.
- Bieten Sie der Schule Besuche auf Ihrem Bauernhof an, um Vorurteile abzubauen.
- Erklären Sie Ihrem Kind altersgerecht die gesellschaftlichen Diskussionen um die Landwirtschaft.
- Vermitteln Sie Ihrem Kind Strategien, um auf Vorurteile oder Anfeindungen zu reagieren.
- Nehmen Sie bei Verdacht auf Mobbing umgehend Kontakt zur Schule auf, nicht aber mit den Eltern der Peiniger.
- Arbeiten Sie konstruktiv mit Lehrkräften, Schulleitung und Schulpsychologen zusammen.
- Zeigen Sie konstruktive Konfliktlösungen im Familienalltag.
- Vermitteln Sie Ihrem Kind einen respektvollen Umgang mit anderen, unabhängig von deren Herkunft oder Beruf. *suk*