

„Thüringehilfe e.V. öffnet ihre Türen“

**Präventionsprogramm für die Schulen
in Erfurt und Umgebung
„Aktiv gegen Gewalt und Mobbing
an Schulen“**



„Es muss nicht erst was passieren, denn Mobbing kann jeden treffen“!

Woher kommt der Begriff Mobbing?

Begriff MOBBING-> aus dem englischen „mob“-anpöbeln, bedrängen

-> MOBBING wird heute als soziales Phänomen bezeichnet, das ursprünglich als Verspottung und dem Hänkeln seine Bedeutung fand aber auch im psychischen Bereich durch Schlägt, Tritte und andere körperliche Übergriffe

Begriff BULLYING-> aus dem englischen „brutaler Mensch, Tyrann“

Dieses Wort wird auch als Synonym zum Wort „MOBBING“ genutzt, und wird auf den Bezug auf körperliche Gewalt oder Handlungen verwendet. Meistens ist es der Fall, dass nur eine Person auf eine andere Person gewaltsam losgeht

Seit wann gibt es den Begriff MOBBING?

Seit 1963 erstmals erwähnt durch den Verhaltensforscher Konrad Lorenz. Damit wurden Gruppenangriffe auf unterlegene Tiergruppen (Fuchs auf Gans) bezeichnet.

1969 durch den Psychologen Heinz Leymann in Bezug auf Menschen und deren Arbeitsleben in Verbindung gebracht

Seit Mitte den Zwanzigsten Jahrhunderts fester Begriff in unserer Gesellschaft

Statistik 2023

80 Prozent der Schüler haben den Wunsch zu lernen, wie man Mobbing stoppt, Kämpfen aus dem Weg geht und Konflikte mit Mitschüler besser löst.

Jeder zweite Fünftklässler ist in der Schule von Gewalt betroffen.

Mobbing unter Kindern und Jugendlichen findet zu 80 Prozent innerhalb der Schule statt.

Jeder sechste Schüler wird gemobbt.

„Der Täterschutz muss aufhören“

Wo tritt Mobbing auf?

Das Thema " Mobbing" ist weiterverbreitet, es fängt in der Schule an, zieht sich bis ins Jugendalter. Auch später im Berufsleben bleibt man davon leider nicht verschont. Und selbst im hohen Alter, im Altenheim, auch da findet nicht selten Mobbing statt.

Verhaltensmuster

Mobbing bezieht sich auf ein Verhaltensmuster und nicht auf eine einzelne Handlung, die systematisch, beständig und wiederholt auftritt

Negative Handlungen

Mobbing kann verbal (Beschimpfungen), nonverbal (Vorenthalten von Informationen) oder auch psychisch (durch Verprügeln) sein. Solche Handlungen gelten als feindselig, aggressiv und unethisch

Ungleiche Machtverhältnisse

Die Beteiligten haben sehr unterschiedliche Einflussmöglichkeiten auf die jeweilige Situation

Prinzip->Jemand ist einem anderen unterlegen und ausgeliefert

Opfer

Bei jedem Mobbing kristallisiert sich ein Opfer heraus, dass sich im schlimmsten Fall nicht mehr selbst verteidigen kann

Täter

Es ist nicht die Persönlichkeit das Problem, sondern die Handlung und die Umstände.

Auch Täter brauchen Lösungen und Unterstützung.

Mobbing ist ein Teufelskreis für Opfer & Täter, den es zu durchdringen gilt.

MOBBING...?

Ein Phänomen herrscht überall, es wird nicht ernst genug genommen, runtergespielt, nicht nach Lösungen gesucht, denn keiner will der Tatsache ins Auge schauen, und keiner möchte zugeben, dass es ein ernsthaftes Problem zur Folge hat.

Doch was passiert mit den Opfern, wer zeigt Verständnis, gibt diesen Menschen, die gedemütigt, beleidigt, seelisch und körperlich geschädigt wurden eine Stimme? Wer ist interessiert sich ernsthaft für das Erlebte, sucht mit ihnen nach Lösungen und arbeitet die Wunden mit diesen Menschen auf? Viele Anlaufstellen gegen Mobbing verweisen auf einen Besuch beim Psychologen, doch ist das wirklich langfristig die Lösung des Problems? Es sollte ein Umgang und Kommunikationsstruktur geschaffen werden, um Opfern und Tätern zu helfen und zu sensibilisieren. Der Täter sollte betrachtet werden, es sollten Handlungsmöglichkeiten aufgezeigt werden und Strategien angeboten werden, um die eigene Situation zu verbessern und Ursachen abzuschaffen. Niemand muss Täter sein.

Die wohl häufigsten Handlungen & Folgen:

- > Lästereien hinter dem Rücken anderer
- > Verbreitung von Lügen und Unwahrheiten, Gerüchte streuen
- > betiteln mit Ausdrücken und Schimpfwörtern, Beleidigungen
- > jemanden ins lächerliche ziehen
- > jemanden bewusst nicht wahrnehmen
- > mit Blicken und Gesten abwerten und strafen
- > nachäffen und nachahmen
- > jemanden ins Wort fallen, nicht zu Wort kommen lassen
- > Erpressung (z.B. Schweigegeld)
- > Diskriminierung
- > Beschädigen von Gegenständen

Ein Mobber ist ein Gefangener seiner eigenen Unzufriedenheit.


Folgen und Ursachen

- * enormen psychischen Stress
- * allgemeines Unwohlsein (z.B. Übelkeit, Kopfschmerzen)
- * Ängste und Druck
- * Hilflosigkeit
- * Ausweglosigkeit
- * gestörtes Vertrauensverhältnis
- * mangelndes Selbstvertrauen
- * psychosomatische Krankheiten
- * Depressionen
- * sozialer Rückzug und Ausgrenzung
- * Schlafstörungen
- * innerliche und äußerliche Schmerzen
- * im schlimmsten Fall Suizidgedanken
- * eigene Disposition (Erfahrung, Umgang, Familie, Gesundheit)





Unsere Arbeit beginnt jetzt...

Wir möchten aktiv helfen...


-  **Workshops an den Schulen mit Kooperationspartnern gestalten**
Bindeglied zwischen Eltern-Schülern und der Schule / Einrichtung
Sachstandsabfrage, Vermittlung, lösen verhärteter Fronten im Schulalltag

Austausch, Beratung Erfahrungen mit Mobbing / Erfahrungsberichte für Betroffene
Beratungsgespräche, Kleingruppen Workshops, Gruppenaustausch Betroffener

-  **Elternabende an Schulen anregen**
Schadensbegrenzung durch Aufklärung "Wo fängt Mobbing eigentlich an?"
individuelle Projekte, themenspezifische Elternabende, Aufklärung Nutzungsbedingungen
Medien und Chats

-  **Präventionsarbeit an Schulen unterstützen**
pädagogisches Wirken im Ernstfall / Analyse Mobbingstruktur

Ansprechpartner für Einrichtungen und Schulen, Planung und Umsetzung
Präventionsprojekte und Programme
Austausch, regelmäßige IST Analysen und Planungen / Änderungen vorzunehmen

-  **Beratungsstelle eröffnen**
Sprachrohr, als neutraler Ansprechpartner Geschädigter und Opfer
Dasein, zuhören, annehmen und helfen, Verständnis zeigen

Austausch, Beratung Erfahrungen mit Mobbing / Erfahrungsberichte für Betroffene
Beratungsgespräche, Kleingruppen Workshops, Gruppenaustausch Betroffener

Täter sollten betreut werden, Ursachen & Probleme finden und einer Hilfe zuführen.
Das Opfer ist zu schützen
Tatsachen aufzeigen, Denkanstöße, Richtungswechsel, Maßnahmen ergreifen



„Aktiv gegen Gewalt und Mobbing an Schulen“

Mobbing in der Schule ist für Schüler, Eltern und Lehrkräften ein recht häufig auftretendes Problem.

Hilfen im Umgang mit Mobbing sind aber nicht leicht zu finden, Aufklärung findet nicht immer im wünschenswerten Umfang statt.

Um positiven Einfluss auf das Miteinander zu nehmen, ist es wichtig, frühzeitig mit der Prävention zu beginnen. Unser Team arbeitet mit Schülern, Eltern und Lehrkräften in Erfurt und Umgebung zusammen.

Unser

Präventionsprogramm

besteht aus vier Modulen:

Modul 1

Mit diesem Angebot möchten wir uns einen Überblick über die derzeitige Lage aus Sicht der Schüler der Schule erhalten. Anschließend können wir die Workshops an die Bedürfnisse der Schüler der Schule anpassen.

Modul 2

Unser Team bietet auch den Eltern eine Informationsveranstaltung an. Diese kann in einen Elternabend integriert werden.

Modul 3 und Modul 4

Unser Team organisiert Workshops an den Schulen mit unseren Kooperationspartnern.

Kosten für das Präventionsprogramm:

Als gemeinnütziger Verein ziehen wir keinen finanziellen Gewinn aus unserer Arbeit. Um in entsprechender Qualität und Quantität zu arbeiten, können wir unsere Module 1-4 nicht kostenlos anbieten. Die Höhe der Kosten ermitteln wir auf Anfrage. In Zusammenarbeit mit dem Förderverein der Schule finden wir eine Möglichkeit der Finanzierung.



„Aktiv gegen Gewalt und Mobbing an Schulen“

Was machen wir?

Unser Team beschäftigt sich mit dem Thema „Gewalt und Mobbing an Schulen“ in Erfurt und Umgebung. Wir setzen uns aktiv für ein besseres Miteinander ein. Dafür unterstützen wir Schüler, Schülerinnen sowie deren Eltern und Lehrkräfte beim Umgang mit Gewalt und Mobbing.

Unser Angebot

Um die Schüler und Schülerinnen an eurer Schule zu stärken, wollen wir der Problematik des Mobbings entgegenwirken. Dafür bieten wir jeder Schule ein individuelles Paket an. Gemeinsam stellen wir die Weichen für einen guten Umgang unter den Schülern. Unser Auftreten als neutrale Dritte und das Arbeiten mit den Schülern auf Augenhöhe bauen Vertrauen auf und fördern eine nachhaltige Prävention miteinander.

Modul 1

Der erste Tag wird während einer Projektwoche an der Schule stattfinden. Es wird verschiedene Workshops geben.

Erste Unterrichtseinheit (45 Minuten)

- Erwartungsanalyse von den Schülern an den Workshop
Ausfüllen von Fragebögen durch die Schüler und Schülerinnen:
anonyme Befragung zum Thema Gewalt und Mobbing an der Schule

Zweite Unterrichtseinheit (45 Minuten)

- Gedankenaustausch
Mobbing unter Schülerinnen und Schülern kann verhindert oder gestoppt werden! Aber wie? Schüler und Schülerinnen erstellen eine Mindmap



Frühstückspause – „miteinander reden“

Dritte Unterrichtseinheit (45 Minuten)

- Motivationsanalyse
Wir dulden kein Mobbing. Wir verpflichten uns, gegen Mobbing vorzugehen, wenn wir es beobachten.

Vierte Unterrichtseinheit (45 Minuten)

- Erstellung einer Anti-Mobbing-Vereinbarung
Jede Klasse kann sich selbst ein Konzept erarbeiten – ein Schutzkonzept.

Mittagspause – „Miteinander reden“

Fünfte Unterrichtseinheit (45 Minuten)

- Selbstverteidigung durch Sport
Gewalt akzeptieren wir nicht. Selbststärkung ist wichtig.

Sechste Unterrichtseinheit (45 Minuten)

- Schlussrunde
Feedback zum Projekttag, Gesprächsrunde und Bearbeitung des Themas „Gewalt und Mobbing an Schulen“



„Aktiv gegen Gewalt und Mobbing an Schulen“

Was machen wir?

Unser Team beschäftigt sich mit dem Thema „Gewalt und Mobbing an Schulen“ in Erfurt und Umgebung. Wir setzen uns aktiv für ein besseres Miteinander ein. Dafür unterstützen wir Schüler, Schülerinnen sowie deren Eltern und Lehrkräfte beim Umgang mit Gewalt und Mobbing.

Unser Angebot

Um die Schüler und Schülerinnen an eurer Schule zu stärken, wollen wir der Problematik des Mobbings entgegenwirken. Dafür bieten wir jeder Schule ein individuelles Paket an. Gemeinsam stellen wir die Weichen für einen guten Umgang unter den Schülern. Unser Auftreten als neutrale Dritte und das Arbeiten mit den Schülern auf Augenhöhe bauen Vertrauen auf und fördern eine nachhaltige Prävention miteinander.

Modul 2

Auch für Lehrkräfte und Eltern ist Mobbing mit besonderen Herausforderungen verbunden. Anders als beim Streit finden die Gewaltübergriffe verdeckt statt und können in der Schule schnell übersehen werden. Vor allem präventive Maßnahmen sind deshalb unerlässlich und erfolgsversprechend, um der Problematik des Mobbings entgegenzuwirken.

Am dritten Tag möchten wir das Thema „Gewalt und Mobbing an Schule“ mit den Lehrkräften und Eltern besprechen.

Auswertung mit den Lehrkräften

Die Ergebnisse werden mit den Lehrkräften ausgewertet.
Was kann ich als Lehrkraft tun?

Elternabend

Die Eltern werden für das Thema „Gewalt und Mobbing an der Schule“ sensibilisiert.



„Aktiv gegen Gewalt und Mobbing an Schulen“

Was machen wir?

Unser Team beschäftigt sich mit dem Thema „Gewalt und Mobbing an Schulen“ in Erfurt und Umgebung. Wir setzen uns aktiv für ein besseres Miteinander ein. Dafür unterstützen wir Schüler, Schülerinnen sowie deren Eltern und Lehrkräfte beim Umgang mit Gewalt und Mobbing.

Unser Angebot

Um die Schüler und Schülerinnen an eurer Schule zu stärken, wollen wir der Problematik des Mobbings entgegenwirken. Dafür bieten wir jeder Schule ein individuelles Paket an. Gemeinsam stellen wir die Weichen für einen guten Umgang unter den Schülern. Unser Auftreten als neutrale Dritte und das Arbeiten mit den Schülern auf Augenhöhe bauen Vertrauen auf und fördern eine nachhaltige Prävention miteinander.

Modul 3

Am zweiten Tag an der Schule finden Seminare mit unseren Kooperationspartnern statt, die individuell auf die Situation in der Schule bzw. vielleicht auch der einzelnen Klassen eingeht und die Ergebnisse aus dem ersten Tag an der Schule berücksichtigt.

Workshop

Konfliktprävention, Rollenspiele durchführen



„Aktiv gegen Gewalt und Mobbing an Schulen“

Was machen wir?

Unser Team beschäftigt sich mit dem Thema „Gewalt und Mobbing an Schulen“ in Erfurt und Umgebung. Wir setzen uns aktiv für ein besseres Miteinander ein. Dafür unterstützen wir Schüler, Schülerinnen sowie deren Eltern und Lehrkräfte beim Umgang mit Gewalt und Mobbing.

Unser Angebot

Um die Schüler und Schülerinnen an eurer Schule zu stärken, wollen wir der Problematik des Mobbings entgegenwirken. Dafür bieten wir jeder Schule ein individuelles Paket an. Gemeinsam stellen wir die Weichen für einen guten Umgang unter den Schülern. Unser Auftreten als neutrale Dritte und das Arbeiten mit den Schülern auf Augenhöhe bauen Vertrauen auf und fördern eine nachhaltige Prävention miteinander.

Modul 4

Am zweiten Tag an der Schule finden Seminare mit unseren Kooperationspartnern statt, die individuell auf die Situation in der Schule bzw. vielleicht auch der einzelnen Klassen eingeht und die Ergebnisse aus dem ersten Tag an der Schule berücksichtigt.

Workshop

Mobbing erkennen, Auswirkungen und Ergebnisse von Mobbing



„Aktiv gegen Gewalt und Mobbing an Schulen“

Beratungsstelle – „Sagt NEIN zu Mobbing“

Unsere Beratungsstelle ist dein Sprachrohr, ein neutraler Ansprechpartner für Geschädigte und Opfer von Mobbing.

Wir sind hier, um zuzuhören, anzunehmen und zu helfen – und vor allem, um Verständnis zu zeigen.

In unserer sicheren Umgebung bieten wir Austauschmöglichkeiten und Beratung für alle, die Erfahrungen mit Mobbing gemacht haben. Hier könnt ihr eure Geschichten teilen und von anderen Betroffenen lernen. Zusammen sind wir stärker! 🤝

Unsere Angebote umfassen Beratungsgespräche, Kleingruppen-Workshops und den Austausch in Gruppen mit Gleichbetroffenen. Denn wir glauben, dass Mobbing nicht nur die Opfer betrifft – auch die Täter sollten betreut werden, um die Ursachen und Probleme zu finden und Unterstützung zu erhalten. Wir setzen uns dafür ein, das Opfer zu schützen und die Tatsachen aufzuzeigen, Denkanstöße zu geben und Richtungswechsel zu ermöglichen. Gemeinsam ergreifen wir Maßnahmen gegen Mobbing. 🤝

Unsere Beratungsstelle öffnet ab dem 01.01.2024 ihre Türen:

📅 Jeder 2. Dienstag von 15:00 Uhr bis 18:00 Uhr.

📅 Jeder 2. Donnerstag von 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr.

Komm vorbei oder kontaktiere uns – wir sind hier, um zu helfen und Mobbing ein Ende zu setzen. ❤️

Quelle: [Beratungsstelle – Thüringenhilfe e.V. \(thueringenhilfe.de\)](https://www.thueringenhilfe.de)



„Aktiv gegen Gewalt und Mobbing an Schulen“

EmpowerMensch Beratungszentrum gegen Diskriminierung

EmpowerMensch ist die unabhängige Antidiskriminierungsberatungs- und -fachstelle in Thüringen.

Diskriminierung ist verboten.

Sie haben das Recht auf Gleichbehandlung und Respekt und können es einfordern.

Das Beratungsangebot von EmpowerMensch

- **Zuhören:** Bei uns können Sie vertraulich über Ihre Diskriminierungserfahrung sprechen
- **Informieren:** Wir sprechen mit Ihnen über Ihre Rechte und Handlungsmöglichkeiten
- **Handeln:** Wir unterstützen Sie, Ihr Recht auf Gleichbehandlung durchzusetzen
- **Ändern:** Wir geben Impulse für eine gesellschaftliche Veränderung

Dabei stehen immer Ihre Anliegen und Bedürfnisse im Zentrum. Wir handeln in Ihrem Auftrag.

Die Beratung bei EmpowerMensch ist:

- kostenlos,
- vertraulich,
- parteilich,
- unabhängig,
- mehrsprachig,
- auf Wunsch anonym,
- auch per Videokonferenz möglich

Quelle: [Start \(empowermensch.org\)](http://empowermensch.org)

„Aktiv gegen Gewalt und Mobbing an Schulen“

Intensiver Coachingkurs für Kinder und Jugendliche + 1 Elternteil
Durchgeführt durch Sandra Guttstein

Leicht und Löwenstark

- ❖ Resilienz und Selbstbehauptungstraining
- ❖ Ernährungscoaching, Wissensvermittlung und Begleitung der Gewichtsreduktion
- ❖ Mindset Stärkung für innere Balance
- ❖ Kommunikation mit uns und unserer Umwelt
- ❖ Bewegung mit Spaß und Leichtigkeit (u.a. Yoga)
- ❖ Konzentrationssteigerung durch Body`n brain-Training
- ❖ Mediation zur Zielverankerung

Kursaufbau:

Alle Inhalte werden bewegungsfreudig, spielerisch und altersgerecht vermittelt. Über 12 Wochen treffen wir uns wöchentlich (außer in den Ferien) 60 Minuten. Als Gruppe max. 10 Kinder mit je 1 Elternteil ermöglichen wir die bestmögliche Umsetzung und Betreuung.

Unser Ziel ist eine gesunde und vollwertige Ernährung sowie ein starkes Ich, um den Hindernissen mit Leichtigkeit zu begegnen. Ein weiteres Ziel ist die Gewichtsreduktion, übrigens, passiert diese dann ganz von allein.

Lassen Sie und gemeinsam den Fokus auf das Hier und Jetzt legen, um eine starke Zukunft zu erreichen.

Quelle [Startseite, Resilienz und Widerstandskraft](#) | [Respekt, du kannst \(respektdukannst.de\)](#)

„Aktiv gegen Gewalt und Mobbing an Schulen“

Selbstbehauptungs- und Resilienztraining

Durchgeführt durch Katrin Stephan

Der Kurs hat das Potential, dass endlich Schluss ist mit Mobbing, Ausgrenzung und sich schlecht fühlen durch Beleidigungen.

Mental gestärkte Kinder für eine starke Zukunft, denn das ist absolut notwendig in diesen herausfordernden Zeiten.

Unser Angebot für Sie:

- Sie bekommen Strategien für die Kinder und Ihr Schulteam, die sofort dazu motivieren, anders mit Konflikten umzugehen, was zu einer Stressreduktion auf allen Seiten führt.

Welchen Mehrwert haben Kinder vom Kurs?

- friedlichen Umgang mit Beleidigungen und Ausgrenzungen, somit lernen die Kinder einen wertschätzenden Umgang miteinander und Freundschaften wachsen.
- Kinder müssen weder Opfer noch Täter sein, somit genießen sie ihre Schulzeit und die gesamte Klasse wird gestärkt für einen besseren Zusammenhalt.
- Lehrer erfahren mehr Ruhe in der Schule, somit macht der Unterricht Spaß und der Fokus liegt wieder beim Lernen.

Und all dies mit viel Freude, Bewegung und dem Blick auf das Gute im Leben!

Kursaufbau:

3 x 90 min individuell planbar (z. B. 3 aufeinander folgende Tage mit je 90 min oder einmal pro Woche 90 min)

Weiterführende Angebote (z. B. Elternabende, Pädagogenfortbildung und zusätzliche Kursangebote) sind selbstverständlich möglich.

Quelle: [Home - Wildnispädagogik \(katrin-stephan.de\)](http://www.katrin-stephan.de)

„Aktiv gegen Gewalt und Mobbing an Schulen“

Erste-Hilfe-Kurs für Kinder, Jugendliche, Eltern und Pädagogen

Durchgeführt durch Constance Gutmann

Ein Erste-Hilfe-Kurs kann helfen, in Notfallsituationen angemessen und schnell zu handeln. Eine schnelle Reaktion kann den Unterschied zwischen Leben und Tod ausmachen. Ein Erste-Hilfe-Kurs kann auch dazu beitragen, das Selbstvertrauen und die Fähigkeiten zu stärken, um in Notfällen ruhig und effektiv zu handeln.

Inhalte des Erste-Hilfe-Kurses sind.

- Richtig helfen können – ein gutes Gefühl.
- Wundversorgung/Wundversorgung bei SV
- Eigenschutz und Absichern von Unfällen
- lebensrettende Sofortmaßnahmen wie stabile Seitenlage und Wiederbelebung
- Helfen bei Unfällen

Kursaufbau:

An dem Kurs können Kinder, Jugendliche, Eltern und Pädagogen teilnehmen. Bei uns lernt man, wie mit einfachsten Handgriffen Menschenleben gerettet werden können. Wir schulen, damit die Kinder und Jugendlichen sich bei SV versorgen können. Wir schulen die Eltern und Pädagogen in solchen Situationen besonnen und ruhig zu bleiben, sich und Ihren Fähigkeiten zu vertrauen. ...

auch im Falle eines Notfalles gilt, Ruhe bewahren!

Der Kurs dauert 4 Stunden.

Quelle: [Home \(akademie-relax.de\)](http://akademie-relax.de)

„Aktiv gegen Gewalt und Mobbing an Schulen“

Veranstaltungen zu Zivilcourage im Alltag, Gewalt und Mobbing für Eltern, Lehrer und Schüler

Durchgeführt durch die Friedrich-Naumann-Stiftung

- Workshops zum Thema „Wie ich rechts- und linksradikale Erscheinungen erkenne und im Alltag mit Zivilcourage begegnen kann“ werden durch die Naumann-Stiftung durchgeführt. Hier gibt es ein Programm für einen Tag.
„In dem Workshop wird u. a. Wissen zum Auftreten rechter und linker Gruppen und Parteien in Verbindung mit deren Botschaften vermittelt. Wichtiger Bestandteil sind darüber hinaus die Entwicklung von Methoden und die Unterstützung von Fähigkeiten, die den Einzelnen im Alltag in die Lage versetzen, basierend auf den demokratischen Grundwerten unserer Gesellschaft, sich in Interaktionen mit radikalen rechten oder linken Vertretern durch die eigene demokratische und offene Haltung selbst zu behaupten.“
- Antisemitismusprogramm mit dem jüdischen Rapper Ben Salomo. Er spricht vor den Schülern von eigenen Mobbing Erfahrungen aufgrund seines jüdischen Seins. Und er klärt auf über Antisemitismus im Deutsch-Rap.

Link zum Programm: <https://www.freiheit.org/de/deutschland/hol-ben-salomo-deine-schule>
- „Cyber-Mobbing, digitale Erpressung und die Konfrontation mit digitalen Sexualdelikten betreffen in besonderem Maße Minderjährige. Im Privaten, aber auch in Schulen nehmen diese Probleme durch die Allgegenwärtigkeit von Smartphones zu. Mit Eltern, Lehrkräften, Polizei und Politik wollen wir darüber diskutieren, wie Kinder, Jugendliche und Lehrpersonal effektiv geschützt werden können.“

Quelle: [+Freiheit | Friedrich-Naumann-Stiftung für die Freiheit](#)



„Aktiv gegen Gewalt und Mobbing an Schulen“

Selbsthilfegruppe

**„Familien stärken“
„Sagt NEIN zu Mobbing!“**

Selbsthilfegruppe für Kinder, Jugendliche, Eltern und Pädagogen

Unser gemeinsames Ziel ist es, die anhaltenden Belastungen zu bewältigen und gestärkt daraus hervorzugehen. 🧠

Unsere Selbsthilfegruppe richtet sich an Kinder und Eltern, die den festen Willen haben, sich selbst zu helfen. Jeder von uns trägt die Verantwortung für sich und kann sich aktiv und offen mit seinen Problemen, Gefühlen und Gedanken zum Thema Mobbing einbringen.

Was wir erreichen wollen:

- Familien stärken, um Mobbing gemeinsam entgegenzutreten.
- Lösungen finden, um den Umgang miteinander zu verändern.
- Die mentale Stärke trainieren.

Unsere Treffen bieten Raum für:

- ✦ Erfahrungsaustausch und das Erarbeiten von Lösungsansätzen.
- ✦ Stärkung des Selbstbewusstseins.
- ✦ Kommunikationstraining.
- ✦ Entspannungstechniken.
- ✦ Gemeinsame Aktivitäten, um Familien zu stärken.

Unsere ersten Treffen starten ab dem 01.01.2024! 📅

Wir treffen uns jeden 2. Montag von 17:00 Uhr bis 18:00 Uhr in unseren Räumen 🕒

Macht mit und lasst uns gemeinsam stärker werden! 🧠 🧠

Wenn ihr Fragen habt oder euch anmelden möchtet, meldet euch bei uns.

Wir sind für euch da! ✉️

Quelle: [Selbsthilfegruppen – Thüringenhilfe e.V. \(thueringenhilfe.de\)](https://www.thueringenhilfe.de)



Gesunde & vollwertige Ernährung und ein starkes ICH

im Rahmen unseres Projektes „Aktiv gegen Gewalt und Mobbing an Schulen“

Intensiver Coachingkurs für Kinder und Jugendliche + 1 Elternteil

- ❖ Selbstbehauptungstraining...sich ein Schutzschild aufbauen, damit Beleidigungen abprallen
- ❖ Ernährungscoaching...auch in Stresssituationen auf eine gesunde Ernährung zu achten
- ❖ Mindset Stärkung für innere Balance
- ❖ Kommunikationstraining
- ❖ Bewegung mit Spaß und Leichtigkeit (u.a. Yoga)
- ❖ Konzentrationssteigerung durch Body`n brain-Training
- ❖ Mediation zur Zielverankerung

Kursaufbau:

Alle Inhalte werden bewegungsfreudig, spielerisch und altersgerecht vermittelt. Über 12 Wochen treffen wir uns wöchentlich (außer in den Ferien) 60 Minuten. Als Gruppe max. 10 Kinder mit je 1 Elternteil ermöglichen wir die bestmögliche Umsetzung und Betreuung.

Unser Ziel ist eine gesunde und vollwertige Ernährung sowie ein **starkes Ich**, um den Hindernissen mit Leichtigkeit zu begegnen.

Lassen Sie und gemeinsam den Fokus auf das **Hier und Jetzt** legen, um eine **starke Zukunft** zu erreichen.

Durchgeführt durch: Sandra Guttstein



Natürlich starke Kinder – Tschüss Mobbing

im Rahmen unseres Projektes „Aktiv gegen Gewalt und Mobbing an Schulen“

Übernachtungsabenteuer für Kinder und Jugendliche mit Eltern

- Stärkung des Selbstbewusstseins...Schluss mit Beleidigungen, Ausgrenzung und Mobbing
- Lernen sich klar auszudrücken, um somit seine Ziele zu erreichen
- Mental gestärkte Kinder für eine bunte Zukunft...fairer Umgang miteinander
- Bewegung mit Spaß in der Natur
- Familien stärken...mehr Leichtigkeit im Alltag

Kursaufbau:

Die Kinder und ihre Eltern lernen an einem Wochenende gemeinsam Herausforderungen zu meistern, selbstbewusster, selbstbestimmter und resilienter durch den Alltag zu gehen, um den Themen Mobbing und Ausgrenzungen im Alltag leichter umgehen zu können. Die Eltern gehen in Kommunikation untereinander = starke Familien.

All dies mit viel Freude, Bewegung, Spiel und Spaß in der Natur. Es wird über dem Feuer gekocht, essen gemeinsam, übernachten im Zelt und übernehmen Verantwortung für sich und die gesamte Gemeinschaft. Durch spannende Naturerfahrungen wachsen die Kinder über sich hinaus.

Ziel ist es, dass die wertvollen Erfahrungen weitergetragen werden, und in den Familienalltag integriert werden können.

Somit sollen die Camps absolut nachhaltig für die ganze Familie sein.

Durchgeführt von: Katrin Stephan



Richtig helfen können – ein gutes Gefühl

im Rahmen unseres Projektes „Aktiv gegen Gewalt und Mobbing an Schulen“

Erste-Hilfe-Kurs für Kinder, Jugendliche, Eltern und Pädagogen

Der Workshop „Richtig helfen können-ein gutes Gefühl“ kann helfen, in Notfallsituationen angemessen und schnell zu handeln. Eine schnelle Reaktion kann den Unterschied zwischen Leben und Tod ausmachen. Ein Erste-Hilfe-Kurs kann auch dazu beitragen, das Selbstvertrauen und die Fähigkeiten zu stärken, um in Notfällen ruhig und effektiv zu handeln.

Inhalte des Workshops sind.

- Richtig helfen können – ein gutes Gefühl.
- Wundversorgung/Wundversorgung bei SV
- Eigenschutz und Absichern von Unfällen
- Helfen bei Unfällen

Aufbau des Workshops:

An unserem Workshop können Kinder, Jugendliche, Eltern und Pädagogen teilnehmen.

Bei uns lernt man, wie mit einfachsten Handgriffen Menschenleben gerettet werden können. Wir schulen, damit die Kinder und Jugendlichen sich bei SV versorgen können. Wir schulen die Eltern und Pädagogen in solchen Situationen besonnen und ruhig zu bleiben, sich und Ihren Fähigkeiten zu vertrauen. ...

auch im Falle eines Notfalles gilt, Ruhe bewahren!

Der Kurs dauert 4 Stunden.

Durchgeführt von Constance Gutmann



Selbstbewusst gegen Diskriminierung – über Rassismus sprechen

im Rahmen unseres Projektes „Aktiv gegen Gewalt und Mobbing an Schulen“

Umgang mit Rassismus und Mobbing

Rassistische und antisemitische Äußerungen von Schülerinnen und Schülern, Mobbing oder Lehrkräfte, die bedroht werden. Solche Fälle sind im Schulalltag häufiger geworden.

Hetze im Netz oder antisemitischen Parolen auf dem Schulhof. Im Workshop geht es unter anderem um die Frage, wie an den Schulen pädagogisch auf Rassismus, Diskriminierung oder Mobbing reagiert werden sollte.

Im Workshop beschäftigen wir uns damit, wie sich Rassismus in der Schule zeigt.

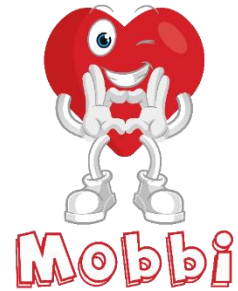
Inhalt des Workshops:

- **Zuhören:** Bei uns könnt ihr vertraulich über eure Diskriminierungserfahrung sprechen
- **Informieren:** Wir sprechen mit euch über eure Rechte und Handlungsmöglichkeiten
- **Handeln:** Wir unterstützen euch, euer Recht auf Gleichbehandlung durchzusetzen
- **Ändern:** Wir geben Impulse für eine gesellschaftliche Veränderung

Kursaufbau:

Es wird an der Entwicklung und Gestaltung von einem Konzept zur Antidiskriminierung und Mobbing für die Schule gearbeitet. Mit der Durchführung kann das schulische Miteinander gestärkt werden.

Durchgeführt von EmpowerMensch



„Mobbi“

**wir fördern die besten Projekte zum
Thema „Inklusion“
gegen Mobbing und Rassismus & Diskriminierung - für Diversity**

Projektförderung Thüringenhilfe e.V.

Wir, die Thüringenhilfe e.V., fördern jährlich zehn realistisch umsetzbare Mikroprojekte und möchten diese finanziell mit jeweils 500,00 € unterstützen.

Für die Projektförderung kann man sich jedes Jahr vom 01.01. bis 30.09. bewerben.

Wie sieht die konkrete Projektidee aus?

Ihr reicht ein Konzept mit kreativen und bunten Ideen zum Projekt rund um das Thema „Mobbi“ ein:

- z.B. Awareness Schulungen
- z.B. Awareness Workshops

Wie läuft die Bewerbung ab?

Die kompletten Bewerbungsunterlagen (Konzept und Bewerbungsantrag) könnt Ihr bis zum 30.09. des Jahres

per Post an:

Thüringenhilfe e.V., Mittelhäuser Straße 76-79, Haus C in 99089 Erfurt

oder

per E-Mail an: post@thueringenhilfe.de
einreichen.

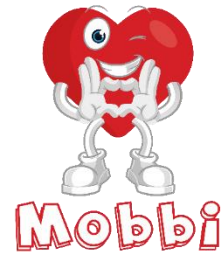
Wann wird die Vergabe bekanntgegeben?

Unser „Mobbi“-Event findet jedes Jahr im November im Zughafen Erfurt statt.

Dort besteht die Möglichkeit das Projekt vorzustellen, wie ein kleiner Messestand.

Auf dem „Mobbi“-Event werden den Geförderten die Spendenschecks überreicht.

Nachhaltigkeit und Vernetzung vor Ort mit Vereinen, Verbänden und Spendern ist ein großer Bestandteil bei unserem „Mobbi“-Event.



Bewerbungsantrag – „Mobbi“

Antragsteller/in:

Verein/Verband/Name

Ort, Straße

Telefon

E-Mail

Projektleitung

Personenanzahl bei der Konzeptentwicklung

Beschreibt kurz das Konzept

Was gibt es sonst noch Wichtiges über Euch?

Mit meiner / unserer Unterschrift bestätigen wir die Richtigkeit der gemachten Angaben und die Voraussetzungen für eine Förderung gelesen zu haben.

Mit meiner / unserer Unterschrift habe ich die Bedingungen zum Datenschutz erhalten, gelesen, verstanden und bestätigt.

Ort, Datum

Unterschrift/en Antragsteller/in



Antrag als Fördermitglied zum Projekt

„Aktiv gegen Gewalt und Mobbing an Schulen“

Hiermit beantrage ich die Aufnahme als förderndes Mitglied ab dem _____

_____	_____	
Name	Vorname	
_____	_____	_____
Straße	PLZ	Wohnort
_____	_____	
Geburtsdatum	Telefon/ Mobiltelefon	
_____	_____	
Beruf/ Schule	E-Mail-Adresse	

mein Förderbetrag: _____, ___ €

monatlich

jährlich

Jede Unterstützung zählt!

Spendenkonto: **Thüringenhilfe e.V.**, IBAN: **DE58 8409 4814 5520 3080 72**, Volksbank Thüringen Mitte eG

Die Vereinssatzung und die gültige Beitragsordnung erkenne ich verbindlich an.

Die Kündigungsfrist beträgt 3 Monate.

Außerdem bestätige ich, dass ich die umseitig beschriebenen Informationen zum Datenschutz / zu den Persönlichkeitsrechten gelesen und verstanden habe.

Die Vereinssatzung und die gültige Beitragsordnung können eingesehen werden.

Unterschrift Mitglied
(gesetzlicher Vertreter)

Unterschrift Vertreter Verein



Datenschutz / Persönlichkeitsrechte

1.

Der Verein erhebt, verarbeitet und nutzt personenbezogene Daten seiner Mitglieder unter Einsatz von Datenverarbeitungsanlagen zur Erfüllung der in dieser Satzung aufgeführten Zwecke und Aufgaben (z.B. Name und Anschrift, Beruf/ Schule, Bankverbindung, Telefonnummern und E-Mail-Adressen, Geburtsdatum, Lizenzen, Funktionen im Verein).

2.

Durch ihre Mitgliedschaft und die damit verbundene Anerkennung dieser Satzung stimmen die Mitglieder der

- Erhebung,
- Verarbeitung (Speicherung, Veränderung und Übermittlung),
- Nutzung ihrer personenbezogenen Daten im Rahmen der Erfüllung der satzungsgemäßen Aufgaben und Zwecke des Vereins zu. Eine anderweitige Datenverwendung (z.B. Datenverkauf) ist nicht statthaft.

3.

Durch ihre Mitgliedschaft und die damit verbundene Anerkennung dieser Satzung stimmen die

Mitglieder außerdem der Veröffentlichung von Bildern, Videos und Namen in Print - und Telemedien sowie elektronischen Medien zu, soweit dies den satzungsgemäßen Aufgaben und Zwecken des Vereins entspricht.

4.

Jedes Mitglied hat im Rahmen der gesetzlichen Vorschriften des Bundesdatenschutzgesetzes das Recht auf

- Auskunft über die zu seiner Person gespeicherten Daten, deren Empfängern sowie den Zweck der Speicherung,
- Berichtigung seiner Daten im Falle der Unrichtigkeit,
- Löschung oder Sperrung seiner Daten.