

## Projekt in Elmshorn

### Gehänselt und ausgegrenzt: Was Mobbingopfern in Schulen wirklich hilft

Elmshorn. Interaktiv werden Jungen und Mädchen nicht nur sensibilisiert. Das Angebot gibt auch konkrete Lösungsvorschläge für Situationen.

Von [Sophie Laufer](#), Redakteurin

11.12.2025, 04:30 Uhr



Viele Kinder erleben Ausgrenzung und Mobbing in der Schule. Ein spezielles Seminar in Elmshorn soll Jungen und Mädchen dafür sensibilisieren und aufklären. © pololia - stock.adobe.com | stock.adobe.com

Immer wieder sei sie gehänselt worden, berichtet Antonia. „Eigentlich begann es schon früh in der Grundschule und ging bis in die fünfte Klasse hinein“, sagt die 13-Jährige Schülerin der Boje-C.-Steffen-Gemeinschaftsschule in Elmshorn. „Meistens ging es dabei um mein Äußeres.“ Sogar körperlich weh getan habe man ihr. „Und mir einen Schneeball fest ins Gesicht gedrückt.“

Es sei erst besser geworden, nachdem sie an einem Gruppentraining teilgenommen habe. „Hier haben wir alle viel gelernt“, sagt Antonia. Und eine Freundin wirft ein: „Auch wie man richtig reagiert und zum Beispiel trotz der Angriffe nicht selbst ausrastet.“

#### **Schule Schleswig-Holstein: Mobbing - Elmshorn zeigt, was wirklich dagegen hilft**

Das Training, von dem Antonia spricht, ist ein Angebot des Elmshorner Vereins Wendepunkt. Der setzt sich seit vielen Jahrzehnten für Gewaltfreiheit in Familien und Schulen ein, berät Opfer von häuslicher Gewalt und sexuellem Missbrauch. Auch in Schulen ist der Verein aktiv, bietet Projekte zu Themen wie Umgang mit Medien, Prävention von sexueller Gewalt, klassenstärkende Projekte und eben ein Mobbingseminar an. Finanziert werden die schulischen Projekte vom Kreis Pinneberg.

Seit zwei Jahren gibt es dieses Seminar nun mit einer Art interaktivem Parcours. Antonia war eines der ersten Mädchen, das daran mit ihrer Klasse teilnahm. „Uns alle hat das sehr beeindruckt“, sagt sie heute. Und tatsächlich scheint bei dem jungen Mädchen seit diesem Seminar das Thema Mobbing Geschichte zu sein.

### **Die jungen Mädchen haben gerade extra ein Hörspiel zum Thema Mobbing aufgenommen**

Antonia und ihre Freundinnen waren sogar so begeistert dabei, dass sie nun gefragt wurden, ob sie den Wendepunkt bei der Modernisierung des Parcours unterstützen wollen. Der Verein hat das Angebot überarbeitet und noch digitaler und praxisnaher gestaltet. Antonia und ihre Freundinnen haben etwa ein Hörspiel mit einer nachgestellten Mobbing-Situation eingesprochen, das sich die fünften Klassen dann während des Seminars anhören werden.



*Die Mädchen der 5. Klasse an der Boje-C.-Steffen-Gemeinschaftsschule Elmshorn stehen vor einem großen Plakat des Mobbing-Parcours. Sie haben viele Anregungen aus dem Seminar mitgenommen sagen sie. © Sophie Laufer | Sophie Laufer*

So wie Anisa. Sie hat vor wenigen Tagen den Parcours durchlaufen und ist noch immer ganz begeistert. „Wenn man die Augen geschlossen hat und sich das Hörspiel angehört hatte, dann war das so real“, sagt sie. Auch sie berichtet, dass sie bereits eigene traurige Erfahrungen mit dem Thema Mobbing hat. „Ich wurde gehänselt, weil ich zu klein bin“, sagt die 11-Jährige. Sie solle doch endlich mal wachsen, sei ihr gesagt worden. Auch körperlich sei sie angegangen worden. „Ich wurde beispielsweise mit Sachen beschmissen.“ Das sei in der Grundschule passiert. „Er waren die größeren Schüler“, so das dunkelhaarige Mädchen.

### **Hilfe holen ist wichtig, das lernen die Jungen und Mädchen in dem Seminar**

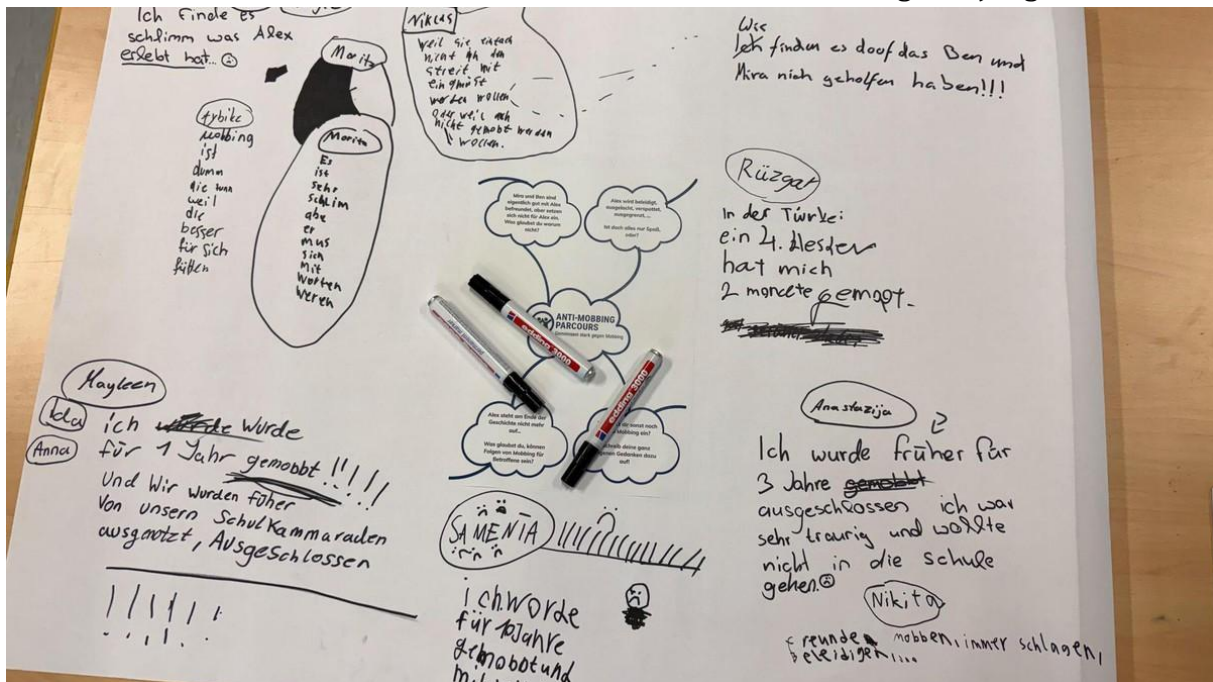
Sie berichtet außerdem, dass sie sich nicht gewehrt habe. „Ich habe nichts gesagt.“ Auch ihre Freundinnen hätten ihr nicht geholfen. In dem Seminar wäre ihr dann bewusst geworden, dass man sich gegenseitig helfen müsse. „Hilfe holen, das ist wichtig“, sagt

Mariam, ihre Freundin. Doch ganz sicher sind sie sich nach dem einen Tag noch nicht, ob sie wirklich am Ende auch den Mut finden werden, sich den Mobbern entgegen zu stellen.

Das seien typische Geschichten, denen sie in ihren Seminaren und Trainings begegne, berichtet Carolina Schlüter. Sie ist Sozialpädagogin und besucht mit dem Mobbingparcours die Schulen in Elmshorn und Barmstedt. Mobbing an Schulen sei leider ein großes Thema. Nach der Sinus-Jugendstudie sind etwa 16 Prozent aller Jugendlichen in der Schule von (Cyber-)Mobbing betroffen. „Und genau deshalb ist es so wichtig, die Kinder zu sensibilisieren.“

## Der interaktive Parcours zieht die Kinder mehr in das Thema hinein, sagen die Experten

Schlüter ist überzeugt davon, dass der interaktive Parcours die Jugendlichen mehr in das Thema zieht, als es ein klassisches Seminar es tun würde. „Hier durchlaufen sie in kleinen Gruppen die einzelnen Stationen, müssen sich ganz bewusst mit den verschiedenen Themen auseinandersetzen und sie erarbeiten“, sagt die junge Frau.



Diese Erfahrungen haben die Kinder der fünften Klasse aufgeschrieben. Viele von ihnen haben schon Mobbing-Situationen erlebt. © Sophie Laufer | Sophie Laufer

Dabei würden sie sich in die verschiedenen Rollen der einzelnen Beteiligten einer Mobbing-Situation hineinversetzen. Erfahren etwas über rechtliche Konsequenzen, aber auch über Hilfsangebote und Anlaufstellen. „Besonders eindrücklich ist, sich in eine Mobbing-Situation mit verbaler Gewalt hineinzuhören.“ Für viele mache dies das Thema erstmals so richtig emotional erfahrbar.

## Das interaktive Angebot wurde gerade noch einmal überarbeitet

Das interaktive Angebot hat der Wendepunkt vor zwei Jahren entwickelt und nun noch einmal deutlich überarbeitet. Unter anderem mit der finanziellen Hilfe der Martha & Heinz-Ulrich Grade-Stiftung, die für das Projekt 3000 Euro gespendet hat, um technische

Geräte wie Kopfhörer und I-Pads und neue interaktive Gestaltungselemente anzuschaffen. „Jetzt erlebe ich es hier mit allen Sinnen und nehme dadurch auch mehr mit aus dem Seminar“, sagt Carolina Schlüter.

Dennoch könne das Seminar für die Jungen und Mädchen nur einen Anstoß geben. „Die Schüler müssen weiter dran arbeiten“, sagt die Sozialpädagogin. Ziel sei, dass die Lehrer das Thema immer wieder aufgreifen würden. Bei Antonia und ihren Freundinnen scheint genau das funktioniert zu haben. Sie haben sich begeistert gemeldet und den Wendepunkt mit dem Hörspiel unterstützen wollen. Und sie achten seit dem Seminar mehr aufeinander, sagen die Mädchen.

### **Die Kinder empfinden die Anregungen, die sie bekommen, als hilfreich**

Auch Anisa, Mariam und ihre Freundinnen fanden den Tag mit dem Parcours sehr hilfreich. „Ich weiß jetzt, wann und wie ich Stopp sagen kann“, sagt beispielsweise Mariam. Sie hoffe, dass sie das mit ihren Freundinnen dann auch wirklich hinbekomme, wenn mal wieder eines der Mädchen geärgert oder angegriffen werde. Am besten sei aber natürlich, dass das gar nicht mehr passiere.