

Eine schwierige Realität: Mobbing¹

Dr. Maria Grazia Parisi, Dipl. Ing. Oliver Oppitz

Sicherlich ist Mobbing kein neues Phänomen, wenngleich es momentan eine Tendenz gibt, dass sich die Erwachsenen systematischer mit dem Thema auseinandersetzen und nicht mehr zuzulassen, dass die Kinder es „unter sich ausmachen“. Die Gründe, dass ein Junge (oder ein Mädchen) eine aggressive Einstellung entwickelt, andere misshandelt und potentielle „Opfer“ sucht, um sich an ihnen auszulassen, sind so vielfältig wie die Familien und die „Mobber“ selbst. Manchmal liegen die Gründe in Versäumnissen in der Familie, in Störungen der Elternbeziehung oder manchmal auch in tatsächlich affektiven oder Verhaltensstörungen.

Im folgenden sehen wir einen Fall, wie ein kleines Opfer eines Mobbers es geschafft hat, die Situation ein für alle Mal zu ihrem Vorteil zu verändern.

Du machst mir keine Angst (mehr)! Ilaria, ein sympathisches Mädchen von neun Jahren, das sehr gesprächig und schlagfertig ist, besucht die vierte Klasse Volksschule. Seit einigen Wochen jedoch hat ihre Mutter bemerkt, dass sie die phantastischsten Ausreden findet, um zu Hause zu bleiben. Das ist eigenartig, da sie eine der besten der Klasse ist und immer sehr gerne in die Schule gegangen ist. Vorgetäushtes Bauchweh, nicht existierendes Fieber, Übelkeit nach Bedarf. Nach einigen Nachforschungen stellt die Mutter fest, dass hinter dem eigenartigen Verhalten der Tochter mit größter Wahrscheinlichkeit Rocco steckt, ein furchtbarer Schulkollege, der es auf sie abgesehen hat! Undiszipliniert und gewalttätig mischt sich Rocco dauernd ein, macht während der Stunde oft Dummheiten, steht von seinem Platz auf, auch wenn er nicht darf, zieht an den Haaren, spuckt, stiehlt und sagt Schimpfwörter. Viele Schimpfwörter. Niemand will ihn als Banknachbarn. Die Lehrer versuchen, ihn in der Nähe des Pults zu halten. Aber nach kurzer Zeit in der ersten Reihe wird er nervös, sucht sich einen anderen Platz,

¹ Übersetzt aus dem Italienischen aus dem Buch von Dr. Maria Grazia Parisi, Die FastReset® - Lösung: Die schnelle Methode zum Umgang mit dem emotionalen Hirn und um Unruhe, Ängste und Konflikte in Beziehungen, im Studium oder in der Arbeit zu überwinden. Sperling & Kupfer, 2016, Mailand.

geht dort hin, wo es ihm am besten scheint und macht seinen unglücklichen Nachbarn das Leben schwer. Nun ja, es ist die Hölle. Darüber hinaus erklärt mir Ilaria, dass Rocco schon seit Jahresanfang Mirko auf dem Kieker hat. Mirko ist ihr bester Freund, klein, freundlich und sanft (Rocco hingegen, wie ich mutmaße, groß und kräftig, oder zumindest erscheint er seinen Kameraden so). Ilaria, die einen leidenden Eindruck macht, ist ihrem Freund schon oft zu Hilfe geeilt und auch körperliche Risiken eingegangen. Oft hat sie die Taten von Rocco bei den Lehrerinnen gemeldet. Das hat er ihr offensichtlich nicht verziehen, sodass er keine Gelegenheit auslässt, böse Scherze mit ihr zumachen, sie zu bestehlen, ihre Hefte zu beschädigen, ihre Kleider zu beschmutzen, sie zu zwicken oder ähnlichen Gemeinheiten anzutun. Obwohl Ilaria stark und mutig ist, kann sie nicht mehr und möchte ab und zu Zuhause bleiben, statt sich jeden Tag diesem Unhold zu stellen. Die Lehrerinnen ihrerseits versuchen so gut es geht, die Situation zu beruhigen. Aber sie verlieren die Kontrolle über die Situation - auch wenn es ihnen schwer fällt das zuzugeben – denn Rocco ist schlau und lässt sich nicht erwischen, wenn er seine Übeltaten begeht.

Ich sage Ilaria etwas, was sie betroffen macht, vielleicht weil sie es irgendwie schon gespürt hat: Kinder, die sich wie Rocco benehmen, wollen vor allem Aufmerksamkeit. Sie lechzen nach der Aufmerksamkeit der anderen und weil sie nicht gelernt haben, sie im Guten zu bekommen, können sie nichts anderes tun, als sie sich mit Gewalt zu holen. Ich füge hinzu, dass ihre Einstellung genau richtig ist, denn die Mobber haben vor denjenigen Angst, die *keine Angst* vor ihnen haben und die selbstsicher sind. Ilaria scheint von meinen Worten ermutigt, aber sie will eine Lösung von mir und zwar sofort! Ich schlage ihr eine gemeinsame Übung vor, um ihr zu ermöglichen, Rocco anders gegenüber zu treten und dass ihr das helfen würde, ihn zum Aufhören zu bringen.

Zuerst frage ich sie, wie sie sich bei der Vorstellung fühlt, ihm von Angesicht zu Angesicht gegenüberzustehen: **blockiert!** Auf einer Skala von 0-10 ist die Blockade tatsächlich eine 9. Wir verwenden den folgenden Satz für die Integration: *Dass ich mich vor Rocco blockiert fühle, möchte eine Auseinandersetzung mit ihm vermeiden und dass er mich verfolgt, mich beleidigt und mir wehtut. (Hier erfolgt die Anwendung des FastReset® mit diesem Satz).*

Sofort geht es ihr ein bisschen besser. Dennoch gibt sie zu, sich immer noch ein bisschen blockiert zu fühlen. Diesmal um zu verhindern, dass Mirko zwischen die Fronten gerät und Rocco an ihrem Freund Vergeltung übt: *Meine Blockade Rocco gegenüber möchte vermeiden, dass er meinetwegen auf Mirko losgeht. (Hier erfolgt die Anwendung des FastReset® mit diesem Satz).*

Und wie geht es ihr nach dieser Übung? „Besser. Ich habe jetzt keine Angst mehr vor Rocco. Jetzt will ich ihn nur noch aufhalten, ihn überzeugen dass er so nicht bekommt was er will, sondern das Gegenteil, also dass sich alle von ihm entfernen und ihn nicht als Freund wollen!“ Die Emotion, die sie jetzt spürt, ähnelt am ehesten einer **Beklemmung**, auch wenn Ilaria Sie *Angst* nennt und damit zu tun hat, dass sie nicht weiß wie sie diese hässliche Situation beenden kann: *Meine Angst, unfähig zu sein, Rocco zum Aufhören zu bringen, möchte dass ich akzeptiere, dass ich nicht die Kraft und die Fähigkeit dazu habe und dass ich meine Energien nicht verschwende, ihm vergeblich nachlaufe und eine andere Lösung finden, wenn es sie gibt. (Hier erfolgt die Anwendung des FastReset® mit diesem Satz).*

Nach dieser Übung ist Ilaria ohne jeden Zweifel wieder sie selbst: „ Ich verschaffe mir auch bei ihm Gehör, wenn ich das will. Mein Vater nennt mich „die Anwältin“, denn er sagt, ich könne jeden überzeugen. Da ich jetzt weiß, dass es wichtig ist zu zeigen, dass ich keine Angst habe – und tatsächlich habe ich auch keine mehr – spüre ich, dass ich auch etwas tun kann“.

Ich sehe Ilaria und ihre Mutter, eine Bekannte, zwei Wochen später wieder. Ich frage sie, wie es mit unserem mittlerweile berüchtigten Rocco gelaufen ist. Sehr gut! Schon am nächsten Tag hat sich Ilaria vor ihn hingestellt und mit einem entschlossenen aber weder aggressiven noch verängstigten Ton gesagt, dass sie mit ihm sprechen wolle. Er war überrumpelt und stimmte zu. Ilaria hat ihrem Kameraden – natürlich mit ihren eigenen Worten – mehr oder weniger das Konzept erklärt, dass ich versucht hatte ihr bezüglich der wirklichen Wünsche von Rocco zu vermitteln (Oder zumindest von denen ich annehmen konnte, dass sie es wären). Zuerst blieb er stumm und murmelte dann: „Entschuldige!“. Niemand hatte bis dahin gehört, dass er jemand um Entschuldigung gebeten hatte, meinte Ilaria mit Genugtuung. Sie war noch nicht zufrieden und brachte Rocco zu Mirko und zwang ihn, Frieden zu schließen. Mirko, der von Ilaria vorgewarnt

war und Anweisungen erhalten hatte, machte den ersten Schritt und reichte ihm die Hand. Nun ja, jetzt sind die drei ein Herz und eine Seele und die Lehrerinnen haben eine eindeutige Veränderung der Klassenatmosphäre festgestellt. In das Leben des Mädchens ist wieder Frieden eingekehrt und ihre Mutter und ich haben ihr für ihr Gespür, ihre Initiative und ihre Fähigkeit Konflikte zu lösen, viele Komplimente gemacht.

Kommentar zum Fall

In dem Fall wurde rasch eine Verbesserung der Situation erreicht. Dazu haben folgende Faktoren beigetragen:

- Ilaria hatte Rückhalt in der Familie und Unterstützung durch eine Therapeutin.
- Ilaria ist selbstbewusst, schlagfertig (Sie wird von ihrem Vater „die Anwältin“ genannt) und hilfsbereit. Sie hat damit für dieses Situation besonders wertvolle Ressourcen.
- Die Ressourcen von Ilaria waren in dieser Situation lediglich unzugänglich und zwar aufgrund von belastenden Emotionen (Blockade, Beklemmung). Durch die Anwendung des FastReset® wurden die Ressourcen wieder nutzbar.
- Durch die Arbeit mit Ilaria wurde therapeutisch am systemisch wirkungsvollsten Punkt gearbeitet. Sie stabilisierte das System, nachdem ihre eigene Betroffenheit überwunden war.

Über den FastReset

Die Anwendung der Methode FastReset® bewirkt eine emotionale Neubewertung bezüglich Situationen, Objekten und Personen. Damit werden Ressourcen nutzbar, ein verändertes Verhalten ermöglicht und auf der non-verbale Ebene eine andere Haltung kommuniziert, was einen direkten Einfluss auf das Beziehungsgeschehen hat. Für die effektive Anwendung der Technik sind eine detaillierte Kenntnis der FastReset®-Protokolle, der biologischen Funktion der Emotionen, der evolutionär bedingten Hierarchie der Emotionen und das Identifizieren der relevanten Emotionen Voraussetzung. Die vom FastReset® im Hirn ausgelösten Verarbeitungsprozesse sind mit EMDR vergleichbar, werden jedoch ohne rhythmische Stimulierung erreicht, sind spezifischer, schneller und in einem größeren Anwendungsspektrum einsetzbar. Die Selbstanwendung des FastReset® ist mit Einschränkungen möglich.