

Inhaltsverzeichnis

Liebe Eltern, liebe Erziehungsberechtigte 3

Teil 1: Was Sie über Mobbing wissen sollten

Ist das Mobbing? Zwei Beispiele	4
Was sind die Merkmale von Mobbing?	6
Welche Personen sind beteiligt?	8
Wie häufig kommt Mobbing an Schulen vor?	9
Was sind die Merkmale der Opfer?	12
Warum wenden sich die Opfer oft nicht an Erwachsene?	13

Teil 2: Wie Sie Ihrem Kind helfen können

Was Sie besser vermeiden sollten	14
Woran Sie Mobbing bei Ihrem Kind erkennen	16
So können Sie hilfreiche Gespräche mit Ihrem Kind führen	17
Wie Sie Ihren Kindern praktisch helfen können (Übungen und Methoden)	20
Wie Sie das Selbstvertrauen Ihres Kindes zusätzlich stärken können	23
Wo Sie professionelle Hilfe bekommen und wie Sie weiter vorgehen können ..	25
»Cyber-Mobbing« vorbeugen	29
Wo Sie mehr Informationen zum Thema finden	30
Buchtipps für Kinder und Jugendliche	30
Quellenangaben	31
Impressum	32