

Deutsches Rotes Kreuz 

Ausgabe 01/2020



INFOSION

Verbandszeitschrift des Jugendrotkreuzes im DRK-
Landesverband Sachsen-Anhalt e. V.



Ich bin gut so wie ich bin!

*Mobbing - Was ist das?
Was kann ich tun, um stark zu bleiben?*



Impressum

Zeitschrift des Jugendrotkreuzes
im DRK-Landesverband Sachsen-Anhalt e.V.

Herausgeber:

DRK LV Sachsen-Anhalt, Jugendrotkreuz

Lüneburger Str. 2 39106 Magdeburg

Tel.: 0391 610689-41

Fax: 0391 610689-49

E-Mail: jugendrotkreuz@sachsen-anhalt.drk.de

Du findest uns auch unter: www.jrk-sachsen-anhalt.de

Redaktion/ Layout (V.i.S.d.P.): Melanie Koch

Bilder: Titelbild, S3, S13, : JRK Sachsen-Anhalt; Logos Whatsapp, Facebook, Instagram: Wikipedia über Google Fotossuche; Was geht mit Menschlichkeit: wasgehtmitmenschlichkeit.de; Mobbing S4 kika.de; Mobbing S6 Welt.de (Artikel: Mobbing in Hamburg: Wenn ein Kind gedemütigt wird); Mobbing S7 scook.de (Artikel: Mobbing: Das können Opfer und Mitschüler tun); Logo Kummerkasten: kika.de ; Logo Bleib cool: jrkcms.de; Logo Schüler gegen Mobbing: schuelergegenmobbing.de; Logo Die dunkle Seite: diedunkelseite.1live.de; Logo Nummer gegen Kummer: hannover.de

Verteiler: JRK-KV, JRK-Landesleitung, DRK-Präsidium des DRK-LV, andere JRK-LV, Team JRK im DRK-Generalsekretariat, KJR LSA, Personen, deren Beiträge hier abgedruckt sind, Partner

Die abgedruckten Meinungen geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Die Redaktion behält sich vor, eingereichte Textbeiträge zu kürzen bzw. zu bearbeiten.



**Liebe Jugendrotkreuzler_innen,
Liebe Freunde,**

Derzeit erleben wir alle ungewöhnliche Zeiten. Das Coronavirus bestimmt aktuell unseren Alltag. So eine Situation kannten wir alle bisher noch nicht.

Auch wir spüren die Auswirkungen des Virus in der JRK-Arbeit sehr deutlich.

Beispielsweise sind bis Ende August bislang alle Veranstaltungen und Seminare abgesagt oder wenn möglich verschoben worden. Bis vor kurzem war es auch nicht möglich Gruppenstunden regulär durchzuführen. Dies ist nun zwar wieder möglich, aber nur durch die Einhaltung von strengen Auflagen. Dazu möchte ich euch unsere Handlungsempfehlung nahelegen, welche in der ersten Juniwoche an jeden Kreis- und Regionalverband versandt wurde. Natürlich findet Ihr die Empfehlung zum Nachlesen auch auf unserer Homepage.

In euren Händen haltet Ihr die 1. Infosion im Jahr 2020.

Wir haben uns überlegt ein wenig Inspirationen für eure Gruppenstunden zu geben. Deshalb bekommt ihr dieser Ausgabe viele Informationen zum Thema „Mobbing“ und wie Ihr euch damit auseinandersetzen könnt.

Viel Spaß beim Lesen!
Euer Landesleiter

Florian Falky



Deutsches Rotes Kreuz 



Folgt uns auf
Instagram
(@jugendrotkreuz_sachsenanhalt)



Fragen? Kritik? Themenwünsche?
Schreibt uns einfach eine
Whatsapp an 0152 / 06371605



Folgt uns auf
Facebook
(@JRK.Sachsen.Anhalt)

Titelthema

Mobbing Wie erkenne ich es
und was kann ich dagegen tun?
Wissens-Check
Motivationskarten



Landesverband

Rückblick **Wir-Jahr** Kampagnenrätsel

Kreisverbände

JRK goes Instagram
JRK Dessau & JRK Wittenberg



HAHAHA!
Loser!

Du bist hässlich!

Ich kann
nichts...



Mobbing

Was ist Mobbing?
Wie erkenne ich es?
Was kann ich dagegen tun?

Guck dir den an.
Würg

Verpiss dich!
HAU AB!

Jetzt mit coolem
WISSENS-CHECK.



Was ist Mobbing?

Mobbing kommt aus dem Englischen „mob/to mob“ und bedeutet „Meute; randalierender Haufen/pöbeln“.

Unter Mobbing zählen alle Handlungen, über einen längeren Zeitraum, welche gemeinen sind und (einen) Mitmenschen quälen. Somit ist Mobbing ein Prozess.

Eine Person oder Gruppe stellt sich dabei gegen jemanden, was bedeutet, dass Mobbing einseitig ausgeübt wird.

Mobbing ist eine Form von Gewalt (Psychoterror/Körpergewalt).

Arten von Mobbing:

- **Cybermobbing:** Mobbing im Internet, über das Handy
- **Verbales Mobbing:** = mündlich, z.B. wegen Aussehen, Leistungen & Verhalten einer Person
- **Stummes Mobbing:** Nichtbeachtung & Verachtung einer Person
- **Körperliches Mobbing:** Verprügeln, Erpressen oder Nötigen einer Person

Anzeichen:

- Gemobbte wollen nicht mehr zur Schule
- Gemobbte verlieren das Interesse an Hobbies
- Gemobbte ziehen sich zurück (isolieren sich, sind einsam)
- Gemobbte wirken traurig, reizbar, neigen zur Gewalt, haben keinen Lebensmut mehr
- Gemobbte werden zu Außenseitern in der Schule/im Job
- die Leistungen der Gemobbten lassen stark nach
- materielle Sachen der Gemobbten sind beschädigt oder kaputt
- *Mobbing macht krank!* Gemobbte haben z.B. Bauch- & Kopfweh, keinen Hunger mehr, Schlafstörungen (körperliche Anzeichen)

WICHTIG: Achte auf Signale!

OH! Opfer können auch zugleich Täter sein!



Mobbing gibt es überall. Beispielweise in der Schule, im Elternhaus, im Verein, im Beruf, im Altenheim usw.

Was kann gegen Mobbing getan werden?

Jeder kann etwas gegen Mobbing tun!

- Tätern Grenzen zeigen & Mobbing nicht dulden!
- Opfern zur Seite stehen & helfen!
- gemeinsam (z.B. mit deiner Klasse/Freunden usw.) Mobbern entgegentreten, konfrontieren & ausschalten!



Merke dir: Die drei „H’s“ können helfen!

1. Hinschauen
2. Hinhören
3. Handeln



Jeder kann Mobbingopfer werden, egal wie gut oder schlecht man z.B. in der Schule ist.

Beachte: Viele Opfer reden nicht darüber, dass sie gemobbt werden!

Oft reden Opfer nicht über das Mobbing oder geben nicht zu, gemobbt zu werden. Das kann viele Gründe haben.

Zum Beispiel erwarten Kinder meist keine Hilfe von Erwachsenen. Oder sie haben Angst, dass Erwachsene alles nur noch schlimmer machen & die Täter gar darauf ansprechen. Gemobbte haben meist Scham, ihnen ist es peinlich und sie haben Bedenken, dass die Täter so oder so weitermachen.

Du möchtest mehr über das Thema erfahren?

Hier unsere Tipps:

1. KIKA Kummerkasten
2. Schüler gegen Mobbing
(<http://www.schueler-gegen-mobbing.de>)
3. Materialien zur JRK-Kampagne „Bleib cool ohne Gewalt“
4. „Still-Angry“ JRK-Arbeitshilfe zur Streitschlichtung
5. „Die dunkle Seite“ WDR & 1Live Projekt zum Thema Mobbing

**KUMMER
KASTEN**



Wissens-Check

Auf dieser Seite kannst du dein Wissen rund um das Thema „Mobbing“ testen.
In zwei coolen Rätseln sind die Informationen der letzten Seiten zusammengefasst.

Viel Spaß! ☺

Mobbing - Die 3 H's.

Finde die passenden Wörter zu den 3 H's und markiere sie farbig.

B	V	O	H	L	W	B	R	H	C
O	Y	H	I	K	T	F	C	A	B
G	N	H	N	E	E	J	H	N	P
D	E	S	S	D	Q	U	A	D	L
E	L	M	C	H	T	R	Y	E	X
H	I	N	H	O	R	E	N	L	N
B	E	V	A	R	I	Q	B	N	D
I	X	O	U	T	E	G	V	P	C
Q	I	L	E	C	O	Y	I	H	H
G	E	P	N	E	S	D	C	J	J

Die Lösungen findest du am Ende der Zeitschrift.

Hier hast du Platz für Notizen:

Mobbing – Das Quiz

Löse die Aufgaben. Es sind auch mehrere Antworten möglich.

- Was ist Mobbing?
 - Ausgrenzung einer Person über längere Zeit
 - Manchmal jemanden hänseln
 - Streit haben
 - Eine Person wird über Monate fertig gemacht
- Wo gibt es Mobbing?
 - Nur unter Erwachsenen
 - Überall (Schule, Verein, zu Hause, ...)
 - Mobbing gibt es nicht
- Welche Arten von Mobbing gibt es?
 - Mutiges & großes Mobbing
 - Schlimmes Mobbing
 - Cybermobbing
 - Verbales & stummes Mobbing
 - Körperliches Mobbing
- Wer kann zum Mobbingopfer werden?
 - Nur Kinder
 - Nur Erwachsene
 - Jeder
- Warum reden Opfer nicht über das Mobbing?
 - Sie haben keine Lust
 - Ihnen ist es peinlich
 - Sie denken, dass die Täter eh weitermachen
 - Keiner wird zuhören
- Welche Anzeichen für Mobbing kann man finden?
 - Bauch- & Kopfweh
 - Gemobbte haben keine Lust auf Schule
 - Gemobbte sind traurig & einsam
 - Z.B. der Ranzen ist kaputt
 - Gemobbte sind Außenseiter

Du wirst gemobbt?

Du hast Sorgen?

Darüber reden hilft!

Du hast das Gefühl dein Kopf platzt und weißt nicht mehr weiter? Du musst nicht allein damit fertig werden!

Ruf die kostenlose Nummer gegen Kummer an.
Dort bekommst du Hilfe!

(Mo-Sa 14:00-20:00 Uhr)

Nummer**gegen**Kummer



**Kinder- und
Jugendtelefon**

116111

Nummer**gegen**Kummer

freecall
unterstützt durch die
Deutsche Telekom



Elterntelefon

**0800
1110550**

Nummer**gegen**Kummer

freecall
unterstützt durch die
Deutsche Telekom

Motivationskarten

Hier findest du verschiedene Karten zum Ausschneiden.

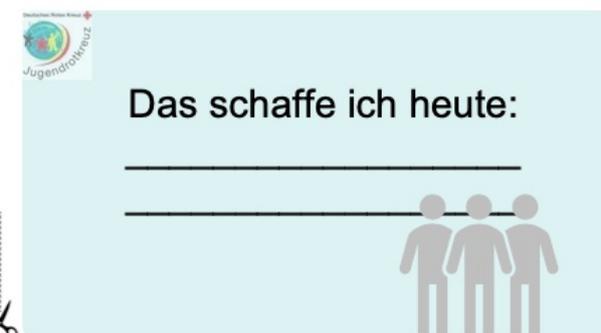
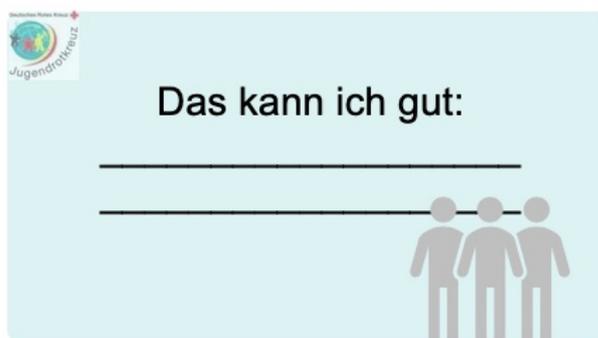
Manchmal geht es dir schlecht, du wirst vielleicht auch von anderen gemobbt und zweifelst dann an dir selbst.

STOPP! Das ist nicht nötig! **DU BIST TOLL!**

Damit du etwas hast, was dich aufmuntert, haben wir hier einige Motivationskarten für dich. Du kannst sie dir in deine Geldbörse packen, an den Spiegel kleben oder in dein Hausaufgabenheft legen. 😊

Anleitung:

- 1) Ausschneiden.
- 2) Gestalten.
- 3) Anheften/Einpacken.
- 4) Glücklich sein.



Was geht mit Menschlichkeit? Das Kampagnen-Rätsel zum WIR-Jahr

2019 ist das letzte Jahr unserer Kampagne gewesen, in dem wir über den Tellerrand schauen wollten. Aber wir denken weiter:
Was bedeutet Menschlichkeit weltweit?
Wie können wir als Gemeinschaft Einfluss nehmen?
Was geht mit Menschlichkeit in anderen Nationalgesellschaften der Rotkreuz- und Rothalbmondbewegung?
„Wir und: Was geht mit Menschlichkeit?“

Mehr erfahrt ihr natürlich auf der Homepage:
<https://wasgehtmitmenschlichkeit.de/wir>

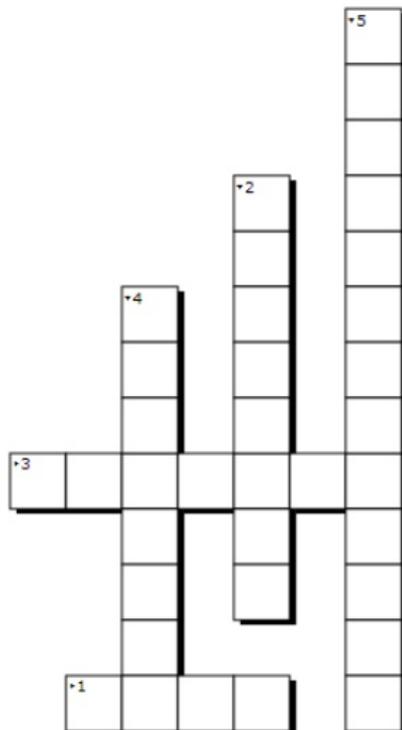
Was denkt ihr?

Wie können WIR die Welt verbessern? Was können WIR gemeinsam tun?

*Meldet euch bei uns! Schreibt uns an und teilt eure Ideen und Aktionen zum WIR-Jahr.
(sabrina.keil@jrk-sachsen-anhalt.de oder einfach auf Instagram & Facebook)*

 Sabrina Keil, stellv. JRK-Landesleiterin

Kampagnen-Kreuzwörter:



1. Wieviele Themenschwerpunkte gibt es ? (ausgeschrieben)
2. Wie heißt der erste Themenschwerpunkt?
3. Wie heißt der zweite Themenschwerpunkt?
4. Wie heißt der dritte Themenschwerpunkt ?
5. Auf welcher bundesweiten Veranstaltung startete die Kampagne ?

„JRK goes Instagram“

Hast du schon JRK-Mitgliedsverbände auf Instagram entdeckt?

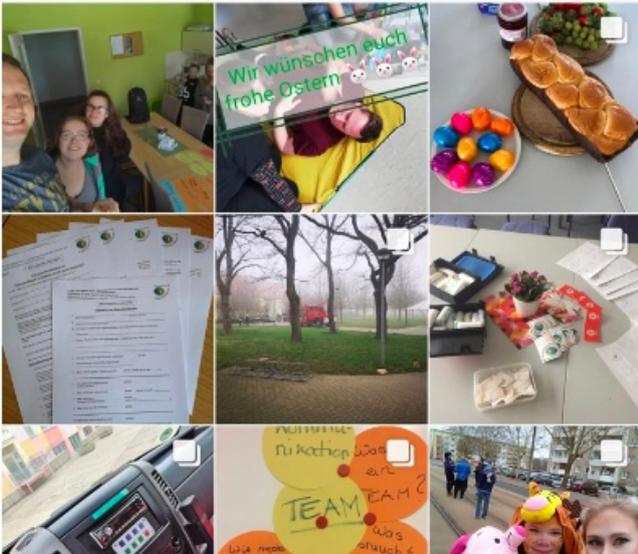
In jeder Ausgabe stellen wir euch weitere Social-Media-Accounts vor.

**Jugendrotkreuz
Dessau-Roßlau**

Wir sind der eigenständige Jugendverband des Deutschen Roten Kreuzes. Was machen wir? Na dann komm vorbei und finde es raus!
www.drk-dessau.de/

180 Abonnenten 225 abonniert
Abonniert von jrksachsen, floriff87 und 6 weiteren Personen

Abonniert Nachricht



**Jugendrotkreuz
KV Wittenberg**

Wir sind das Jugendrotkreuz im DRK Kreisverband Wittenberg e.V.
www.drk-wittenberg.de/

210 Abonnenten 64 abonniert
Abonniert von jrksachsen, drksachsen und 6 weiteren Personen

Abonniert Nachricht



Jugendrotkreuz Dessau: Öffentlichkeitsarbeit – Ich denke dies ist ein Thema, dass viele Kreisverbände beschäftigt. Wir als JRK haben uns dazu entschieden mit dem Geist der Zeit zu gehen und einen Teil der Öffentlichkeitsarbeit über Instagram zu betreiben. So informieren wir seit Anfang Januar 2019 über die verschiedensten Aktivitäten, egal ob Gruppenstunde oder Vorbereitungen für das Camp Kunterbunt, ob Schulprojekte oder Übungen begleitet von unseren Notfalldarstellern. Ihr wollt auch mal schauen, was wir so machen dann folgt uns doch einfach. Wir sind bei Instagram unter dem Nutzernamen [jugendrotkreuz_dessau](https://www.instagram.com/jugendrotkreuz_dessau) zu finden.

✍ Anna Zilling

Deutsches Rotes Kreuz 



Selber aktiv werden

Wenn du Lust hast, an der Infosion aktiv mitzuarbeiten und sie zu gestalten und mit Spaß und Freude Texte schreibst, dann kannst du das gerne tun. Wenn es etwas Tolles in deinem Kreisverband gibt, ihr in der Gruppenstunde etwas Spannendes gemacht habt oder du etwas hast, das du schon immer gerne anderen Jugendrotkreuzler_innen in ganz Sachsen-Anhalt erzählen wolltest, dann schreib doch einen Artikel und schicke wahlweise ein paar Fotos dazu an melanie.koch@jrk-sachsen-anhalt.de Wir freuen uns sehr über eure spannenden Berichte und Artikel.



Bis zur nächsten Infosion! 😊



Jugendrotkreuz
im DRK Landesverband Sachsen-Anhalt e. V.
Lüneburger Straße 2
39106 Magdeburg

Tel.: 0391 610689-41
Fax: 0391 610689-49

E-Mail: jugendrotkreuz@sachsen-anhalt.drk.de
Internet: www.jrk-sachsen-anhalt.de

