

# Gemeinsam Klasse sein

Gemeinsam Klasse sein - zusammen gegen Mobbing und Cybermobbing (früher: Mobbingfreie Schule)

## Stufe 2: Effektivität wahrscheinlich

### Programminformationen

---

#### Ziel

Zusammenhalt in der Klasse stärken, Aufbau von Kommunikationsstrukturen und der Aufrechterhaltung von Kommunikation im Schulalltag, Prävention von Mobbing und Cybermobbing

#### Zielgruppe

Schülerinnen und Schüler der 5. Klassen, Lehrkräfte, Eltern

#### Verhalten/Verhältnis

ausschließlich verhaltensbezogen

Ausschließlich verhaltensbezogene Programme setzen die Maßnahmen direkt am Individuum an, um gesundheitsbezogenes Verhalten zu beeinflussen. Dabei sollen für die Gesundheit riskante Verhaltensweisen (z.B. Rauchen, riskanter Alkoholkonsum) vermieden bzw. verändert werden sowie gesundheitsförderndes Verhalten unterstützt werden (z.B. gesunde Ernährung, Bewegung).

#### Methode

In einer Projektwoche (5 Tage á 6 Unterrichtsstunden, inkl. Elternnachmittag) lernen die Schülerinnen und Schüler, was Mobbing und Cybermobbing ist und wie sie diesen Phänomenen begegnen können. Die Inhalte der Projektwoche sind: Tag 1: Was ist Mobbing?, Tag 2: Was können wir tun?, Tag 3: Was ist Cybermobbing?, Tag 4: Unser Umgang miteinander, Tag 5: Elternnachmittag (Vorbereitung und Durchführung).

In dieser Woche stehen Übungen und Spiele zur Perspektivenübernahme und Kooperation im Vordergrund. Die Schülerinnen und Schüler erfahren, welche Folgen Mobbing und Cybermobbing für die Betroffenen hat und was sie selbst tun können, um (Cyber-)Mobbing gar nicht erst entstehen zu lassen. Sie tauschen sich darüber aus, wie sie sich den Umgang untereinander wünschen, und probieren gemeinsam verschiedene Möglichkeiten und Aktivitäten aus. In einem Elternnachmittag präsentieren die Kinder ihre Ergebnisse der Projektwoche den Eltern und allen Interessierten. Zudem erhalten die Eltern Flyer und Informationsmaterial.

Das Programm wird durch die Klassenlehrkräfte vorbereitet und umgesetzt. Voraussetzung für die Programmdurchführung ist eine eintägige Fortbildung zu den wichtigsten Aspekten der Mobbingprävention, zum Material und zur Online-Plattform von „Gemeinsam Klasse sein“ (digitaler Nachfolger des „Anti-Mobbing-Koffers“). Die geschulten Lehrkräfte erhalten einen Zugangscod zur Online-Plattform mit den Projektmaterialien sowie weiterführende Hinweise für Schulen zur Weiterarbeit und Sicherung der Nachhaltigkeit. Diese Lehrkräfte sind die Multiplikatorinnen und Multiplikatoren für das Programm und bilden in ihrer Schule weitere Lehrkräfte in der Programmdurchführung aus. Die Fortbildung erfolgt bei einem regionalen Fortbildungsinstitut für Lehrkräfte.

#### weiteres zur Zielgruppe

Das Programm ist auch in Förderschulen anwendbar: [Gemeinsam Klasse sein- Zusammen gegen Mobbing und Cybermobbing: Anwendbarkeit in Förderschulen.pdf](#)

#### Material

Online-Plattform „Gemeinsam Klasse sein“ (digitaler Nachfolger des „Anti-Mobbing-Koffers“) mit Leitfäden für Lehrkräfte zur Umsetzung der Projektwoche in der Klasse mit Maßnahmen, Übungen und Arbeitsblättern, Filmmaterial, Tutorials zur Rechtslage und zu den Rollenspielen, sowie Material (Flyer, Informationsblätter, Film) für den Elternnachmittag.

#### Kosten und Aufwand

Die Kosten zum Programm sind hier aufgeführt: [Gemeinsam Klasse sein. Kostenaufstellung.pdf](#)

#### weitere Programminformationen

[www.gemeinsam-klasse-sein.de](http://www.gemeinsam-klasse-sein.de)

Techniker Krankenkasse: [Gemeinsam Klasse sein](#)

Anti-Mobbing-Programm: [Gemeinsam Klasse sein \(Die Techniker, Presse & Politik\)](#)

#### Ansprechperson

Die jeweiligen Kooperations- und Ansprechpersonen in den Bundesländern bzw. in den Regionen der Bundesländer sind aufgeführt unter:

[www.gemeinsam-klasse-sein.de/Kooperations- und Ansprechpersonen](http://www.gemeinsam-klasse-sein.de/Kooperations- und Ansprechpersonen)

## Evaluation

Böhm, C., Großmann, C. (2009). Mobbing in der Schule. Evaluationsbericht. Hamburg: Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung.

Hansen, J., Liegmann, K. & Hanewinkel, R. (2023): Evaluation des Präventionsprojekts „Gemeinsam Klasse sein“ gegen Mobbing und Cybermobbing an Schulen. Abschlussbericht. Kiel: Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung (IFT-Nord)

Kurzfassung des Abschlussberichts verfügbar unter: Hansen, J., Liegmann, K. & Hanewinkel, R. (2023): Evaluation von „Gemeinsam Klasse sein“ Schulprojekt gegen Mobbing und Cybermobbing. Kurzbericht. Kiel: Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung (IFT-Nord)

## Programmbewertung

---

### Konzeptqualität

Kriterien sind erfüllt.

### Evaluationsmethode und –ergebnisse

Böhm & Großmann 2009:

Der Evaluation liegt ein quasi-experimentelles Design (Zuweisung zur Interventions- oder Kontrollgruppe auf Klassenebene) mit drei Messzeitpunkten zu Grunde. Das Follow-Up wurde drei Monate nach der Projektwoche durchgeführt. Untersucht wurde, inwiefern Mobbing durch das Programm reduziert werden konnte. Zur Prüfung wurde das Klassenklima untersucht, insbesondere die Beziehung zwischen den Schülerinnen und Schülern. Erfragt wurden: Hilfsbereitschaft, Aggression, Diskriminierung, Zufriedenheit und Konkurrenzverhalten. Aus ethischen Gründen hat die Kontrollgruppe vor der dritten Befragung auch die Projektwoche durchgeführt.

Stichprobe: Aus 59 Klassen an 12 Hamburger Schulen konnten 3417 Datensätze verwertet werden. Aus 20 Klassen kamen Lehrkräfte-Fragebögen zurück.

Ergebnis: Insgesamt ist die gemessene Wirkung klein. In Klassen, wo bereits im Vorfeld ein problematisches Klassenklima vorherrschte, erzielte das Programm deutliche positive Effekte. In weniger problembelasteten Klassen konnte das Klassenklima nicht verbessert, aber auch kein gegenläufiger Effekt festgestellt werden (vermutlich Ceiling-Effekt, Regressions-Effekt ist nicht auszuschließen).

Hansen, Liegmann & Hanewinkel 2023:

Es handelt sich um eine Evaluation mit einem Mix von quantitativen und qualitativen Methoden. Die quantitative Erhebung mit der Zielgruppe der Schülerinnen und Schüler wurde als Vorher-Nachher-Studie ohne Kontrollgruppe durchgeführt.

Die Befragung erfasste zum Zeitpunkt vor der Durchführung von „Gemeinsam Klasse sein“ Daten von 1.514 Schülerinnen und Schülern der 5. Klassenstufe aus 32 Schulen in fünf Bundesländern; zum Zeitpunkt 6 Monate nach der Teilnahme an „Gemeinsam Klasse sein“ wurden davon 1.084 wiedererreicht (71,6%). Mittels webbasierter Fragebögen wurden folgende Parameter erhoben: Wissen und Kenntnisstand über Hilfsangebote und Lösungsstrategien bei Mobbinggeschehen, Umgang mit Mobbing in der Klasse und Schule (Regeln und Kommunikation), Handlungskompetenzen bei Mobbing, Subjektive Belastung durch Mobbing, Klassenklima, Wohlbefinden in der Klasse. Die Schülerinnen und Schüler wiesen nach der Teilnahme an „Gemeinsam Klasse sein“ ein signifikant höheres mobbing- und cybermobbingbezogenes Wissen auf als davor und die Kommunikation über das Thema Mobbing und die Regeln zum Umgang miteinander unterschieden sich in der Nachbefragung signifikant vom ersten Messzeitpunkt. Der Wissenszuwachs auf Klassenebene war höher, wenn das Programm als Projektwoche von mindestens 4 Tagen durchgeführt wurde und wenn sich das Lehrpersonal gut auf die Projektdurchführung vorbereitet fühlte. Den Lehrkräften, Schulsozialarbeitenden und Beratungs- und Vertrauenslehrkräfte wurde zum zweiten Messzeitpunkt signifikant häufiger die Kompetenz zugesprochen, sich gut mit Mobbing auszukennen.

Außerdem wurden Fragebogendaten von 45 Lehrkräften und Schulsozialarbeitenden in die Auswertung einbezogen. Diese fühlten sich nach der Teilnahme z.B. besser in der Lage Mobbing-Situationen zu erkennen, angemessen darauf zu reagieren sowie über Mobbing und Cybermobbing zu sprechen.

Als qualitative Erhebungen erfolgten 7 halb-strukturierte Interviews mit Programm-koordinierendem Schulpersonal. Sie beurteilten die Umsetzung im Schulalltag überwiegend als leicht.

Diese Evaluation hat aufgrund des Studiendesigns ohne Kontrollgruppe keine Beweiskraft (Stufe 1). Für die Einstufung in die *Grüne Liste Prävention* wird die Evaluation mit dem beweiskräftigsten Design zugrunde gelegt (Böhm & Großmann 2009).

**Ergebnisbewertung**  
(überwiegend) positiv

**Evaluationsniveau und Beweiskraft**  
3 Sterne, schwache Beweiskraft

## Programmumsetzung

---

### **erforderliche Kooperationen**

Techniker Krankenkasse und die jeweiligen Ministerien, Schulleitung, Lehrkräfte, Eltern

### **Unterstützung bei der Umsetzung**

Kurzsteckbrief der Antworten des Programmanbietenden auf eine Umfrage des Landespräventionsrates Niedersachsen.

### **Programm umgesetzt in**

Hamburg, Baden-Württemberg, Schleswig-Holstein, Rheinland-Pfalz, Mecklenburg-Vorpommern, Bremen, Hessen, Berlin, Brandenburg, Niedersachsen, Rheinland-Pfalz, Saarland, Sachsen-Anhalt

### **Programm aufgenommen in anderen Datenbanken, best-practice-Listen o.ä.**

[https://www.bildungsserver.de/innovationsportal/innovationsprojekt.html?innovationsprojekte\\_id=1109](https://www.bildungsserver.de/innovationsportal/innovationsprojekt.html?innovationsprojekte_id=1109)

## Suchzugänge

---

### Präventionsthema

Gewalt / Delinquenz (inkl. Mobbing)  
Soziale Interaktion

### CTC-Risikofaktoren

#### Schule

frühes und anhaltendes antisoziales Verhalten

#### Kinder / Jugendliche

früher Beginn des Problemverhaltens: antisoziales Verhalten

### CTC-Schutzfaktoren

#### Kinder / Jugendliche

Soziale Kompetenzen

#### Schule

Gelegenheiten zur pro-sozialen Mitwirkung

### Präventionsebene (nach Zielgruppe)

universell

### Lebensumfeld

Schule

### Geschlecht

alle Geschlechter

### Alter der Zielgruppe

5  
6  
7  
10  
11  
12

Das Programm wurde am 24.05.2011 in die Datenbank eingestellt  
und zuletzt am 01.10.2025 geändert.