



# Ratgeber Cyber-Mobbing



► Informationen für Eltern, Pädagogen, Betroffene  
und andere Interessierte

**klicksafe.de**

Mehr Sicherheit im Internet  
durch Medienkompetenz

# inhalt

1) Worum geht es?	3
2) Mobbing und Cyber-Mobbing – Eine Annäherung	4
3) Wie verbreitet ist Cyber-Mobbing?	10
4) Cyber-Mobbing in den Medien	11
5) Ist Cyber-Mobbing strafbar?	12
- Experteninterview John Hendrik Weitzmann: Rechtsfragen bei Cyber-Mobbing	12
- Abb. Mögliche Straftatbestände bei Cyber-Mobbing	14
6) Wie kann man Cyber-Mobbing vorbeugen?	15
- Tipps zur Vorbeugung von Cyber-Mobbing	16
- Experteninterview Prof. Dr. Matthias Brand: Psychologische Aspekte von Cyber-Mobbing	19
- Internetnutzungskompetenz zur Vorbeugung gegen Cyber-Mobbing	21
- Prävention in Schule und außerschulischem Bereich	23
7) Woran erkennt man Cyber-Mobbing?	24
8) Was tun bei Cyber-Mobbing?	25
- Was tun, wenn ein Kind über Internet und Handy gemobbt wird?	25
- Besonderheiten und Herausforderungen von Cyber-Mobbing über Apps und Smartphones	26
- Tipps zum situationsangemessenen Vorgehen gegen Cyber-Mobbing	27
- Was tun, wenn ein Kind über Internet und Handy mobbt?	30
9) Wo finde ich Hilfe?	31
- Experteninterview Nina Pirk: Folgen von Cyber-Mobbing und Ratschläge für Betroffene und Angehörige	32
10) Fazit	34
11) Linktipps und weiterführende Informationen	35
- Informationen für Eltern, Pädagogen und andere Interessierte	35
- Informationen für Kinder und Jugendliche	36
- Beratungsangebote für Kinder, Jugendliche und Eltern	37
- Materialien und Linktipps für Schule und Jugendarbeit	38
Impressum	39

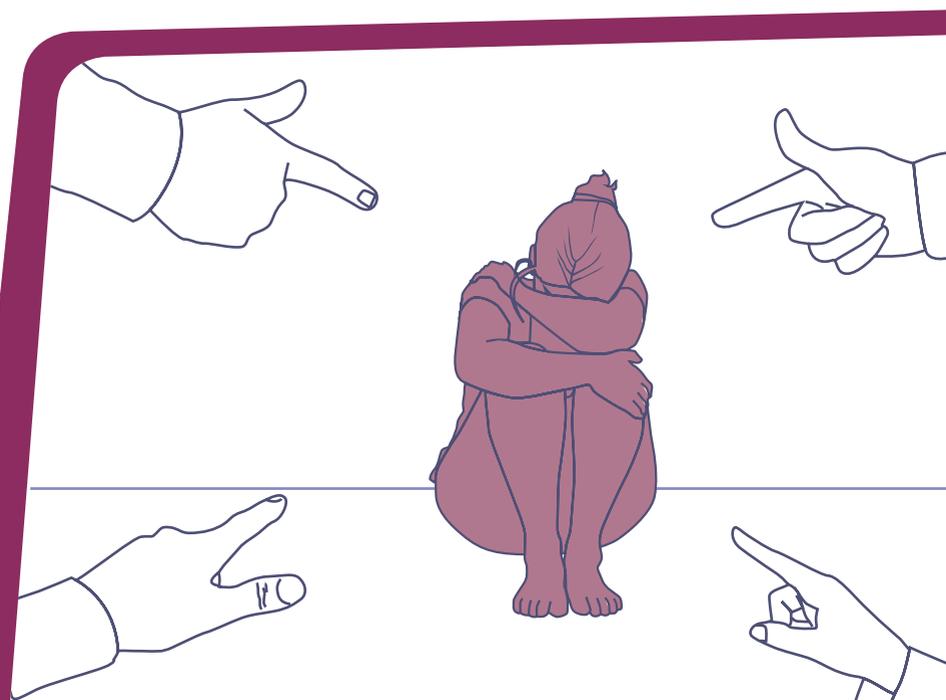
# 1

## Worum geht es?

**K**inder und Jugendliche nutzen immer früher und selbstverständlicher die digitalen Möglichkeiten, mit Freundinnen und Freunden über Messenger oder Chats zu kommunizieren, sich in Sozialen Netzwerken darzustellen oder zu „liken“ und zu teilen, was andere von sich zeigen. Heutzutage geht man nicht mehr online, man ist online. Unterstützt wird diese Entwicklung durch die zunehmende mobile Nutzung des Internets über Smartphones und andere tragbare Geräte.

Durch diese Trends ist das Internet in vielerlei Hinsicht zum Abbild der Gesellschaft geworden. Und so findet man online bei allen Vorteilen auch problematische Aspekte wieder, die aus dem realen Leben bekannt sind – zum Beispiel Mobbing. Da Mobbing über das Internet vergleichsweise neu ist und sich laufend weiterentwickelt, gibt es hier noch viele Unsicherheiten.

Dieser Ratgeber stellt Besonderheiten, Funktionen, Auslöser und die Verbreitung von Cyber-Mobbing vor und behandelt das Thema Cyber-Mobbing in den Medien. Darüber hinaus wird erläutert, ob Cyber-Mobbing strafbar ist und wie man Cyber-Mobbing im schulischen und familiären Umfeld vorbeugen oder anhand bestimmter Warnzeichen so früh wie möglich erkennen kann. Im Kapitel „Was tun bei Cyber-Mobbing?“ werden Möglichkeiten vorgestellt, gegen Cyber-Mobbing vorzugehen. Die bei Cyber-Mobbing über Smartphones und Apps geltenden Besonderheiten werden ebenfalls vorgestellt. Drei Experteninterviews beleuchten die rechtlichen Möglichkeiten sowie die psychologischen Aspekte und Folgen von Cyber-Mobbing und geben Ratschläge für Betroffene und Angehörige. Die Linktipps am Ende der Broschüre bieten weiterführende Informationen zum Themenfeld.



## 2 Mobbing und Cyber-Mobbing – Eine Annäherung

Ob in der Schule, in der Familie oder in der Arbeitswelt – Konflikte und Streitereien sind normaler Bestandteil menschlicher Beziehungen. Aber nicht jede Beleidigung oder jeder Konflikt ist gleich Mobbing. Was aber unterscheidet Mobbing von anderen Konflikten? **Von Mobbing spricht man dann, wenn jemand über einen längeren Zeitraum immer wieder von einer oder mehreren Personen schikaniert wird.** Das Opfer wird ausgegrenzt, beleidigt, verspottet, bedroht, es werden Gerüchte und Unwahrheiten verbreitet, notwendige Arbeitsmittel verschwinden oder es wird körperliche Gewalt eingesetzt. Beim Mobbing sind in der Regel wenige Personen aktiv beteiligt – die anderen schauen zu, halten sich raus oder schauen weg. Hinzu kommen **Mitläufer**, die sich über die Mobbingaktionen freuen und den Mobbenden das Gefühl geben, auch in ihrem Sinne zu handeln. So werden die aktiv Mobbenden in ihrem Handeln vielfach bestärkt. Entsprechend hilft es wenig, bei Mobbing allein auf die direkten Täter zu schauen. Vielmehr gilt es, Mobbing als **Gruppenphänomen** wahrzunehmen und die unterschiedlichen Rollen zu beachten. Im Gegensatz zu einem Konflikt gibt es beim Mobbing **selten eine Chance auf Einigung**. Zudem liegt beim Mobbing fast immer ein **Kräfteungleichgewicht** vor, welches durch die Anzahl der Täter und Mitläufer oder die unterschiedli-

che soziale Stellung zwischen Täter(n) und Opfer zu Stande kommen kann. So kann das Opfer die Situation in vielen Fällen nicht allein beenden und braucht Hilfe von Außenstehenden.

Findet Mobbing über **Internet, Smartphone** oder andere **digitale Medien** oder Geräte statt, spricht man von **Cyber-Mobbing**.  
Nachfolgend einige Beispiele:

- Über **Handykamera** und **Instant-Messenger Apps** (WhatsApp, Threema, Snapchat, ...) werden peinliche Bilder oder Filme verschickt.
- In **Sozialen Netzwerken** werden gefälschte oder sehr private Fotos veröffentlicht. Es werden Hassgruppen gegründet, um jemanden gemeinsam fertig zu machen oder „Fakeprofile“ (gefälschte Profile) im Namen eines anderen erstellt, in denen diese Person dann lächerlich gemacht wird.
- In **Videoportalen** (wie YouTube oder MyVideo) werden Filme veröffentlicht, die andere in peinlichen Situationen zeigen. Diese Videos werden mit „Gefällt mir“ gekennzeichnet, gehässig kommentiert oder weiter verbreitet. Aufnahmen, die das Opfer zeigen, wie es von anderen geschlagen oder gedemütigt wird, werden etwas unglücklich mit „**Happy Slapping**“ („Fröhliches Schlagen“) bezeichnet.

*Anna steht nach dem Sportunterricht unter der Dusche. Die anderen sind schon fertig. Am nächsten Tag pfeifen und johlen die Jungen in ihrer Klasse, als sie zur Schule kommt. „Super Titten“, ruft ihr einer zu. Anna schämt sich und weiß nicht, was los ist. Doch dann zeigt ihr eine Freundin das Foto: Jemand hat Anna unbemerkt unter der Dusche fotografiert und das Bild herumgeschickt. Das Foto wird auch außerhalb der Klasse weitergegeben und schnell gibt es kaum jemanden, der das Bild nicht auf dem eigenen Handy hat. Jeden Morgen wird Anna mit einem Pfeifkonzert und blöden Sprüchen empfangen. Sie weiß nicht mehr weiter.*

Mobbing und Cyber-Mobbing unterscheiden sich aber nicht nur darin, dass Cyber-Mobbing über Internet oder Handy stattfindet. Cyber-Mobbing entwickelt eine ganz eigene Dynamik.

*Mario wundert sich, dass viele Mitschülerinnen und Mitschüler plötzlich nichts mehr mit ihm zu tun haben wollen. Ein paarmal hört er, dass andere sich abwenden und dabei murmeln: „Da kommt der Nazi!“. Als Mario am Nachmittag bei Facebook ist, sieht er, was los ist. Jemand hat das Bild einer Nazi-Demonstration bearbeitet und seinen Kopf auf den Körper eines besonders aggressiven Teilnehmers montiert. Dieses Bild macht längst die Runde, begleitet von hasserfüllten Kommentaren.*

**!** **Cyber-Mobbing kann schnell große Personenkreise erreichen und wirkt nachhaltig, weil das Netz nicht vergisst. In besonders schlimmen Fällen stehen Opfer von Cyber-Mobbing sieben Tage in der Woche 24 Stunden lang unter Stress, da es keine sicheren Rückzugsräume mehr gibt.** Eine ausführliche Darstellung der wesentlichen Unterschiede zeigt die Übersicht auf den folgenden Seiten.



Cyber-Mobbing kann ...	Erläuterung
<b>... jederzeit und überall passieren.</b>	Für die Opfer von Cyber-Mobbing gibt es in vielen Fällen keine sicheren Rückzugsräume oder „mobbingfreie“ Zeiten. Die Verbreitung von digitalen Gemeinheiten und Beleidigungen kann jederzeit und überall passieren – selbst zu Hause. Auch ein Verzicht auf Internet und Handy nutzt wenig (was zudem eine große Einschränkung wäre). Die anderen sehen die Beleidigungen oder peinlichen Bilder immer noch und reagieren entsprechend darauf.
<b>... schnell große Kreise ziehen.</b>	Die gesamte digitale Kommunikation beruht darauf, dass mit anderen geteilt wird, was man selbst zugeschickt bekommen hat. Je „witziger“ oder je spannender ein Inhalt, desto eher wird er weitergeleitet. Leider gilt dies vielfach auch für Inhalte, die andere in peinlichen Situationen zeigen. So dauert es häufig nicht lange, bis die gesamte Klasse, Schule oder weite Teile des Bekannten- oder Kollegenkreises Bescheid wissen.
<b>... anonym und indirekt erfolgen.</b>	Gemobbt wird scheinbar anonym, da man sich im Internet leicht hinter Pseudonymen, gefälschten Profilen oder E-Mail-Adressen verstecken kann. So mobben digital auch Personen, die es sich offline kaum trauen würden. Zudem erfolgt die über Bildschirme gefilterte Kommunikation vielfach indirekt und zeitversetzt. Hierdurch können die Reaktionen und Folgen auf Opferseite schwerer eingeschätzt und Hemmschwellen herabgesenkt werden (man spricht hier vom „Online-Enthemmungseffekt“).  <b>Hinweis:</b> Beim Cyber-Mobbing über Messenger-Apps fällt die erlebte Anonymität durch die Anzeige der Telefonnummer in vielen Fällen geringer aus, da diese leichter zum Täter führen kann. Allerdings gibt es auch Messenger-Apps, die statt der Telefonnummer nur einen frei wählbaren Nutzernamen anzeigen. Zudem können App-Funktionen wie die Einstellung der Haltbarkeit von Inhalten dazu

Cyber-Mobbing kann ...	Erläuterung
	führen, dass beleidigende Inhalte eher versendet werden (siehe „Besonderheiten und Herausforderungen von Cyber-Mobbing über Apps und Smartphones“, Seite 26).
<b>... bewusst versteckt ablaufen und so schwerer erkannt werden.</b>	Über Internet und Handy können Inhalte schon längere Zeit verbreitet werden, bevor der Betroffene es merkt – zum Beispiel indem sie von Handy zu Handy weitergegeben werden. Das Opfer bekommt die Reaktionen zum Beispiel auf dem Schulhof zu spüren, weiß aber nicht, was genau dahinter steckt. Hierdurch kann die gefühlte Hilflosigkeit noch vergrößert werden. Durch die Verlagerung auf digitale Medien ist es aber auch für Außenstehende (Eltern, Lehrer, ...) schwerer geworden, Cyber-Mobbing zu erkennen, um so früh wie möglich einzugreifen.
<b>... Unsicherheiten und Misstrauen erhöhen.</b>	Da im Grunde jeder Täter sein kann, entsteht beim Opfer eine große Unsicherheit und im schlimmsten Fall ein allgemeines Misstrauen auch jenen gegenüber, die vollkommen unbeteiligt sind.
<b>... jeden treffen.</b>	Beim „herkömmlichen“ Mobbing bilden häufig besondere Merkmale, Hobbys oder Verhaltensweisen (Brille, Musikgeschmack, Klamottenstil, Gewicht, ...) den Anfang. Im Gegensatz dazu kann beim Cyber-Mobbing schon eine peinliche Situation ausreichen, um zum allgemeinen Gespött zu werden. So kann Cyber-Mobbing jeden treffen.
<b>... sich schnell hochschaukeln.</b>	Aufgrund der über den Bildschirm gefilterten, indirekten Kommunikation und der erlebten Anonymität beim Cyber-Mobbing ist es wahrscheinlicher, dass das Opfer sich bei den Mobbern rächt und damit selber zum Mobber wird. So droht die Gefahr, dass sich Cyber-Mobbing immer weiter hochschaukelt und Beleidigungen und Kommentare zunehmend heftiger werden.

## Cyber-Mobbing kann ...

## Erläuterung

### ... einen immer wieder einholen.

Was an Gemeinheiten oder peinlichen Bildern einmal im Netz veröffentlicht oder über Handys versendet wurde, kann dank des langen Gedächtnisses des Internets auch Jahre später noch gefunden werden und die betreffende Person immer wieder einholen – selbst dann, wenn man sich zum Beispiel nach einem Schulwechsel in einem vollständig neuen Umfeld bewegt.

### ... dünnhäutig machen.

Das große Publikum und die damit verbundene große Aufmerksamkeit können dazu führen, dass auch für sich genommen eher harmlose Sticheleien oder flapsige Bemerkungen für das Opfer kaum auszuhalten sind. Die Situation erscheint für die Betroffenen oftmals aussichtslos. Wer jemals ungewollt so im Rampenlicht stand, wird dünnhäutig.

Trotz aller Unterschiede zeigt sich, dass **Cyber-Mobbing und „herkömmliches“ Mobbing in vielen Fällen gleichzeitig stattfindet.** Die Opfer werden dann offline und zusätzlich auch online gedemütigt, was die Wirkung stark vergrößern kann. Aber auch in anderen Fällen kommen die **Täterinnen und Täter beim Cyber-Mobbing vielfach aus dem persönlichen Umfeld des Opfers.** Unbekannte können zwar ebenfalls in einem gewissen Rahmen beteiligt sein (zum Beispiel indem sie Filme oder Bilder „liken“ oder weiterleiten), sind aber eher die Ausnahme. Hierdurch wird ein Vorgehen gegen die Täterinnen und Täter von Cyber-Mobbing zumindest (etwas) erleichtert.

Auch wenn das Argument **„Es war doch alles nur Spaß!“** von Tätern in einigen Fällen aus reinem Selbstschutz verwendet wird, ist eine Beteiligung an Cyber-Mobbing nicht immer beabsichtigt. So können Missverständnisse bei schriftlicher Kommunikation eher auftreten, da hier **Gestik und Mimik** fehlen. Zudem steht man dem Opfer bei der digitalen Kommunikation nicht persönlich gegenüber, wodurch Betroffenheit, Reaktionen und Folgen von Postings oder Kommentaren schwerer abgeschätzt werden können. Die auf wenige Zeichen verkürzte, manchmal etwas ruppige Sprache der digitalen Kommunikation kann schneller verletzend wirken. Auch die ständige **Bewertung** der eigenen Beiträge durch

andere erzeugt leichter Druck oder auch das Gefühl, nicht gut oder witzig genug zu sein. Möglicherweise empfinden sensible Kinder oder Kinder mit Mobbingfahrung die typische Art der Kommunikation in der digitalen Welt als Mobbing, ohne dass eine böswärtige Absicht hinter Mailings oder Postings steckt. Diese Besonderheiten sind wichtig, sollen aber keinesfalls als Verharmlosung von Cyber-Mobbing missverstanden werden. Zudem entscheiden die Opfer und nicht die Täter darüber, ob die Grenze zum Cyber-Mobbing überschritten wurde und müssen dementsprechend ernst genommen werden.

Des Weiteren muss beim Cyber-Mobbing nicht jedes einzelne Posting, jede Mail oder jedes veröffentlichte Bild extrem verletzend oder beleidigend sein, um vom Betroffenen als Cyber-Mobbing erlebt zu werden. **Die Summe und Frequenz der veröffentlichten Inhalte verknüpft mit der vielfach großen Reichweite kann wie**

**bei einem Puzzle Teil für Teil ein Bild zusammensetzen, das sich schließlich zu Cyber-Mobbing verdichtet.**

Abschließend soll betont werden, dass die in dieser Broschüre verwendeten Begriffe „herkömmliches“ und „traditionelles“ Mobbing zur besseren Unterscheidung von Mobbing und Cyber-Mobbing gewählt wurden. Sie sollen keinesfalls so missverstanden werden, dass Cyber-Mobbing durch seine vorgestellten Besonderheiten massiver ist oder Mobbing ganz „normal“ sei oder ähnliches. Generell sollte es nicht um die Frage gehen, ob Mobbing oder Cyber-Mobbing für Betroffene schlimmer sind – zudem Mobbing und Cyber-Mobbing vielfach gleichzeitig auftreten. Dies kann nicht pauschal und nur im Einzelfall beantwortet werden. Vielmehr gilt es, Betroffene von Mobbing und Cyber-Mobbing bestmöglich zu unterstützen und durch vorbeugende Maßnahmen ein Auftreten so gut wie möglich zu verhindern.



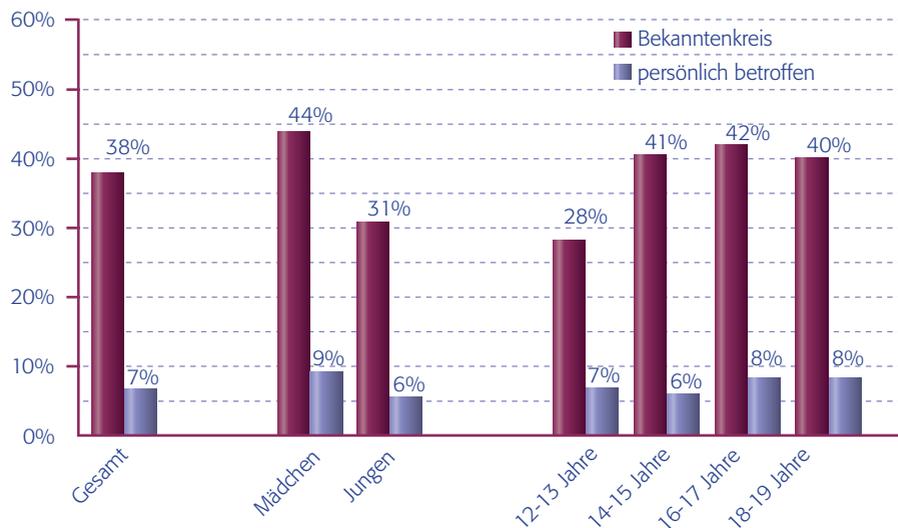
### 3 Wie verbreitet ist Cyber-Mobbing?

Die Frage nach der Verbreitung von Cyber-Mobbing lässt sich trotz verschiedener wissenschaftlicher Studien zum Thema bisher nicht eindeutig beantworten. Gründe sind hier zum Beispiel, dass jede Untersuchung mit anderen Fragen arbeitet, andere Altersgruppen abdeckt und ein eigenes Verständnis davon hat, ab wann überhaupt von Cyber-Mobbing gesprochen werden kann. Cyber-Mobbing ist ein sehr komplexes Phänomen und schwierig über Befragungen zu erheben. Die Studien können also kaum miteinander verglichen werden – jede von ihnen ist ihrer eigenen Logik entsprechend „wahr“.

Um zumindest einen Näherungswert zu erhalten, wird zunächst auf die für Deutsch-

land repräsentative **JIM-Studie 2014** ([www.mpfs.de](http://www.mpfs.de)) zurückgegriffen. Diese hat Jugendliche im Alter zwischen 12-19 Jahren unter anderem danach gefragt, ob sie schon einmal über Internet oder Handy fertiggemacht worden sind. Dies traf auf sieben Prozent der Befragten zu. Da der ein oder andere Jugendliche gegebenenfalls Hemmungen hat, die negativen Erfahrungen in einer telefonischen Befragung zuzugeben, ist der tatsächliche Wert unter Umständen größer. Gleichzeitig wurde gefragt, ob dies für ein Mitglied des eigenen Bekanntenkreises zutrifft. Dieser Wert fällt mit 38 Prozent deutlich höher aus. Weitere Ergebnisse können unten stehender Abbildung entnommen werden.

#### Wurdest Du schon einmal selbst im Internet oder übers Handy fertig gemacht bzw. gibt es jemanden in Deinem Bekanntenkreis, dem dies schon mal passiert ist?



Quelle: JIM-Studie 2014 ([www.mpfs.de](http://www.mpfs.de)), S. 40 und Angaben mpfs; Angaben in %, Basis: Internet-Nutzer, n=1.185

In einer gemeinsamen Studie der Universität Duisburg-Essen (Fachgebiet Allgemeine Psychologie: Kognition unter der Leitung von Prof. Dr. Matthias Brand) und der Landesanstalt für Medien Nordrhein-Westfalen (LfM) wurden 2013 insgesamt 825 Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 14-29 Jahren anonym zu ihren Erfahrungen mit Cyber-Mobbing befragt. Dabei gaben ca. 18 Prozent der Befragten an, bereits mindestens einmal eine andere Person aktiv online gemobbt zu haben. Auffällig ist, dass der Anteil von Cyber-Mobbing-Tätern unter Schülerinnen und Schülern (281 Teilnehmer) mit knapp 25 Prozent deutlich höher liegt. Rund 20 Prozent der Befragten war schon einmal Opfer von Cyber-Mobbing, wobei auch hier mit knapp 25 Prozent ein höherer Anteil unter Schülerinnen und Schülern zu beobachten ist.

Sowohl die Ergebnisse dieser Studie als auch die der JIM-Studie bestätigen internationale Untersuchungen, in denen zwischen 10 und 40 Prozent der Befragten angaben, bereits einmal online gemobbt worden zu sein. Diese recht große Streuung in den Prozentwerten geht – wie bereits beschrieben – vor allem auf methodische und definitorische Unterschiede über verschiedene Studien hinweg zurück. Jedoch macht selbst eine sehr konservative Schätzung im unteren Bereich von 10 Prozent deutlich, wie wichtig und ernstzunehmend das Problem des Cyber-Mobbings ist. Alle Ergebnisse weisen zudem darauf hin, dass Cyber-Mobbing vermehrt unter Jugendlichen bzw. unter Schülerinnen und Schülern stattfindet.

### 4 Cyber-Mobbing in den Medien

Vor allem besonders gravierende Fälle von Cyber-Mobbing, die in einigen Fällen sogar mit dem Selbstmord des Opfers enden, rufen ein gewaltiges Medienecho hervor. Hierdurch kann der Eindruck entstehen, Cyber-Mobbing würde überwiegend in dieser extremen Form ablaufen. Vor allem bei Eltern erzeugt eine solche Form der Berichterstattung häufig große Unsicherheit: Ist es wirklich richtig, Kinder ins Internet zu lassen oder ihnen ein Smartphone zu kaufen? Soll man Kindern erlauben, ein Profil in einem Sozialen Netzwerk anzulegen? Müssten nicht viel mehr Verbote ausgesprochen werden? Würde das gegen Cyber-Mobbing helfen? Was die Berichterstattung vielfach vermissen lässt, ist eine Debatte über **Normen, Werte, Verantwortung**

und den **richtigen Umgang** miteinander – auch im Internet.

Auch wenn es verständlicherweise schwer fällt, sollte man sich von solchen Medienberichten nicht zu sehr verunsichern lassen oder vorschnell Internet- oder Handyverbote aussprechen. Dies bedeutet allerdings nicht, einfach nur abzuwarten und zu hoffen, dass Cyber-Mobbing im persönlichen Umfeld schon nicht auftreten wird. Es gilt vielmehr, sich rechtzeitig zu informieren, dem Kind bestimmte Tipps mit auf den Weg zu geben (siehe auch Kapitel 6), Vertrauen zu haben und im regelmäßigen Austausch zu bleiben.

## 5 Ist Cyber-Mobbing strafbar?

Das Internet ist kein rechtsfreier Raum. Ein Gesetz gegen Cyber-Mobbing gibt es in Deutschland bisher allerdings nicht. Doch in der digitalen Welt von Internet und Handy sind **Beleidigung, Verleumdung** oder **üble Nachrede** genauso strafbar wie offline (siehe Übersicht „Mögliche Straftatbestände bei Cyber-Mobbing“, S. 14). Das nachfolgende Interview mit Rechtsanwalt

John Hendrik Weitzmann von iRights.info erklärt wichtige Rechtsfragen im Bereich Cyber-Mobbing. Weitere Informationen gibt es im Text „Cyber-Mobbing, Cyberbullying und was man dagegen tun kann“ der Broschüre „Spielregeln im Internet 1“ und in der Broschüre „Nicht alles, was geht, ist auch erlaubt!“ unter [www.klicksafe.de/irights](http://www.klicksafe.de/irights).



Broschüren von klicksafe und iRights.info zu „Rechtsfragen im Internet“

### Experteninterview mit John Hendrik Weitzmann zu „Rechtsfragen bei Cyber-Mobbing“

**John Hendrik Weitzmann ist Rechtsanwalt mit Schwerpunkt Medienrecht sowie Autor und Redakteur bei iRights.info ([www.irights.info](http://www.irights.info)).**

#### Ist Cyber-Mobbing strafbar?

**Weitzmann:** Speziell für Cyber-Mobbing gibt es in Deutschland bisher kein eigenes Strafgesetz. Allerdings können im Rahmen

von Mobbing/Cyber-Mobbing je nach Situation verschiedene strafbare Handlungen vorkommen wie zum Beispiel Nötigung (§ 240 des Strafgesetzbuches (StGB)), Bedrohung (§ 241 StGB), üble Nachrede (§ 186 StGB) oder Verleumdung (§ 187 StGB). Doch die theoretische Strafbarkeit bestimmten Verhaltens sagt für die Praxis wenig; denn für eine tatsächliche Strafe braucht es ein Eingreifen

der Strafjustiz, also der Staatsanwaltschaft, der für sie handelnden Polizei und am Ende eines Gerichts. Diese rechtsstaatliche Maschinerie ist nur für drastische Fälle gedacht und wird auch nur in diesen Fällen ernsthaft aktiv werden, allein wegen stets knapper Ressourcen der beteiligten Behörden.

#### Wie kann ich mich rechtlich (und situationsangemessen) gegen Cyber-Mobbing wehren?

**Weitzmann:** Für drastische Fälle sind die Strafverfolgungsbehörden die richtigen Ansprechpartner. Oft bleibt das Cyber-Mobbing allerdings auf einem weniger dramatischen Level. Dann kommt das Strafrecht nicht direkt zum Zuge, sondern bietet gewissermaßen den Aufhänger für zivilrechtliche Schritte. In diesen Fällen kann man den Angreifer schriftlich abmahnen, auf Unterlassung verklagen und das Urteil im Anschluss vollstrecken lassen. Für all das braucht man zwar nicht zwingend einen Anwalt, empfehlenswert ist es aber schon, sich professionell helfen zu lassen.

#### Was mache ich, wenn ich nicht weiß, wer mich mobbt?

**Weitzmann:** Wenn nicht bekannt ist, von wem bzw. von wie vielen Personen das Cyber-Mobbing eigentlich ausgeht, dann nützen natürlich auch die besten Unterlassungsansprüche wenig. Man kann dann höchstens versuchen, rechtlich fundiert an mehr Informationen zu kommen. So kann man etwa mit Verweis auf strafbare Nutzungen eines Sozialen Netzwerks versuchen, den Betreiber des Netzwerks rechtlich zur Herausgabe von Informationen über IP-Adressen (eine Art „Telefonnummer des Computers“) oder sonstige vertrauliche In-



formationen zu zwingen. Hierdurch kann herausgefunden werden, wer sich hinter einem bestimmten „Nickname“ versteckt, von dem das Cyber-Mobbing ausgeht.

#### Welche Beweise sind notwendig oder sinnvoll?

**Weitzmann:** Es gibt keinen eindeutigen Standard, was als Beweis am Ende als wie eindeutig angesehen wird. Grundsätzlich gilt in Deutschland das Prinzip der richterlichen Überzeugung. Das heißt, dass die RichterIn oder der Richter (bzw. bei strafrechtlichen Verfahren vorher die Staatsanwaltschaft) mit ihrem professionell geschulten Sachverstand überzeugt davon sein muss, dass sich alles so zugetragen hat. Dafür sind alle Arten von Material nützlich, also E-Mails, gespeicherte SMS und Chat-Protokolle genauso wie Screenshots („Foto“ vom Bildschirminhalt). All diese Nachweise können theoretisch nachträglich manipuliert werden, daher wird keiner davon wie eine objektive öffentliche Urkunde oder so etwas behandelt. Wenn man Personen vorweisen kann, die eidesstattlich versichern, dass die Geschichte wie vom Cyber-Mobbing-Opfer beschrieben passiert ist, reicht das normalerweise vollkommen aus.

### Wie gehe ich vor, wenn ich Inhalte entfernen lassen möchte?

**Weitzmann:** Die Aufforderung, compromittierende Inhalte aus dem Netz zu entfernen, kann sowohl direkt gegen den Cyber-Mobber als auch (im Falle Sozialer Netzwerke und anderer Plattformen) gegen den Betreiber der jeweiligen Plattform – oder gegen beide zugleich – gerichtet werden. Ein Vorgehen gegen die Plattform geht meist schneller und wirkt unmittelbarer. Sofern die jeweilige Plattform eine Meldefunktion bietet, sollte diese zuerst genutzt werden. Falls der Plattformbetreiber nicht reagiert, können die oben beschriebenen zivil- und strafrechtlichen Mittel auch gegen ihn angewandt werden.

### Welche (aus rechtlicher Sicht) neuen Herausforderungen gehen mit mobilen Apps einher?

**Weitzmann:** Wenn keine Meldefunktion vorhanden ist und der Betreiber des jeweiligen Dienstes auch keinen Sitz in Deutschland oder Europa hat, wird es sehr schwierig, ihn rechtlich mit in die Verantwortung zu nehmen. Dann haben auch Strafverfolgungsbehörden und Gerichte praktisch keine Handhabe, die rechtlichen Regeln durchzusetzen. Darum gelangt man in diesen Fällen auch kaum an weiterführende Informationen, falls die Identität des Cyber-Mobbers unbekannt ist. Umso wichtiger ist die soziale Unterstützung aus dem direkten Umfeld des Opfers (vgl. Kapitel 8).

### Mögliche Straftatbestände bei Cyber-Mobbing

Straftatbestand	Gesetz
Recht am eigenen Bild	§ 33 Kunsturhebergesetz (KunstUrhG)
Verletzung des höchstpersönlichen Lebensbereichs durch Bildaufnahmen	§ 201a Strafgesetzbuch (StGB)
Verletzung der Vertraulichkeit des Wortes	§ 201 StGB
Beleidigung	§ 185 StGB
Nötigung	§ 240 StGB
Bedrohung	§ 241 StGB
Üble Nachrede	§ 186 StGB
Verleumdung	§ 187 StGB
Nachstellung	§ 238 StGB
Gewaltdarstellung	§ 131 StGB

## 6 Wie kann man Cyber-Mobbing vorbeugen?

Auch wenn es keinen vollständigen Schutz gegen Cyber-Mobbing gibt, können einige Vorsichtsmaßnahmen dabei helfen, Cyber-Mobbing bestmöglich vorzubeugen. Gefragt ist dabei auch eine gewisse Neugier, sich mit technischen Entwicklungen auseinanderzusetzen, um Medienwelten von Kindern und Jugendlichen möglichst vorurteilsfrei begegnen zu können. Auch sollte man sich klarmachen, dass das Themenfeld Cyber-Mobbing eng mit weiteren Themen und Kompetenzen wie Datenschutz und Datensparsamkeit, Besonderheiten der digitalen Kommunikation oder dem sozialen Lernen (unter anderem Einfühlungsvermögen, Konflikt- und Kritikfähigkeit, Fähigkeit zum Perspektivenwechsel, Toleranz und Respekt) zusammenhängt.

Somit können vorbeugende Maßnahmen nicht losgelöst von diesen betrachtet oder geplant werden (siehe Grafik unten). Entsprechend bilden die 1) **Förderung von Medienkompetenz**, die 2) **Stärkung von Selbstvertrauen und Selbstwirksamkeit** sowie 3) **die Vermittlung sozialer und kommunikativer Kompetenzen** die drei wesentlichen Säulen der Präventionsarbeit gegen Cyber-Mobbing. Weitere Tipps finden sich in der Tabelle auf der nächsten Seite, im Experteninterview mit Prof. Dr. Brand von der Universität Duisburg-Essen (Fachgebiet Allgemeine Psychologie: Kognition, S. 19) und im Abschnitt „Internetnutzungskompetenz zur Vorbeugung gegen Cyber-Mobbing“ (S. 21).



## Tipps zur Vorbeugung von Cyber-Mobbing

Tipps	Erklärung
<b>Informieren und im Gespräch bleiben.</b>	Um Cyber-Mobbing bestmöglich zu verhindern, sollte man sich über Cyber-Mobbing, mögliche Warnzeichen und Möglichkeiten zur Vorbeugung informieren und diese an Kinder und Jugendliche weitergeben. Ein regelmäßiger Austausch über Medienerfahrungen in Familie und Schule oder Gespräche mit anderen Eltern sind ebenfalls sinnvoll.
<b>Selbstbewusstsein und Selbstwirksamkeit stärken.</b>	Ein guter Schutz vor unangenehmen Überraschungen im (mobilen) Internet sind Selbstbewusstsein, das Gefühl etwas bewirken zu können und eine gesunde Portion Misstrauen. Kinder und Jugendliche sollten dazu ermutigt werden, sich eine eigene Meinung zu bilden, diese zu vertreten und „Nein“ zu sagen, wenn von ihnen Dinge verlangt werden, die sie nicht mitmachen möchten. Vielfach hilft dabei dem eigenen „Bauchgefühl“ zu vertrauen. Schlechte Gefühle sind häufig ein guter Anzeiger dafür, dass in der Online-Kommunikation etwas schief läuft.
<b>Toleranz, Solidarität, Einfühlungsvermögen und Respekt – auch im Internet.</b>	Schon junge Internetnutzer sollten verstehen, dass im virtuellen Leben dieselben Regeln für ein Miteinander gelten wie im Alltag. Wer chattet, mailt, über Apps Nachrichten verschickt oder in Sozialen Netzwerken unterwegs ist, sollte sich stets klarmachen: Auch am anderen Ende sitzt ein Mensch mit Gefühlen, den Beleidigungen verletzen. Diese Person sollte man so behandeln, wie man selbst behandelt werden möchte – mit Respekt. Man sollte Kinder und Jugendliche darin bestärken, sich einzumischen oder Erwachsenen Bescheid zu sagen, wenn andere im Internet beleidigt werden. In jedem Fall sollte der Betroffene informiert werden. Zudem sollte man mit Kindern darüber sprechen, dass auch ein Weiterleiten oder „Liken“ (Inhalte mit „Gefällt mir“ kennzeichnen) von beleidigenden Inhalten problematisch ist und Cyber-Mobbing sein kann.

Tipps	Erklärung
<b>Klare Regeln für Handy- und Internetnutzung vereinbaren.</b>	Gemeinsam verabredete Regeln haben für die sichere Mediennutzung eine große Bedeutung. So wissen Kinder und Jugendliche, was erlaubt ist und worauf man bei der Internet- und Handynutzung achten sollte. Hier kann ein zwischen Eltern und Kindern geschlossener Vertrag (siehe <a href="http://www.medien-nutzungsvertrag.de">www.medien-nutzungsvertrag.de</a> ) helfen. Beachtet werden sollte dabei, dass aus Angst vor Medienverboten Kinder gegebenenfalls versuchen, internetbezogene Probleme und Sorgen allein zu bewältigen. Dies führt in den allermeisten Fällen zu klarer Überforderung.
<b>Privates bleibt privat – auch im Internet.</b>	Auch jüngeren Menschen sollte der Wert persönlicher Daten und Fotos klar sein. Generell gilt: Je mehr man von sich veröffentlicht, desto angreifbarer wird man! Allerdings kann die eigene Datensparsamkeit Cyber-Mobbing durch andere nicht verhindern; trotzdem fällt zumindest die Angriffsfläche kleiner aus.
<b>Rechte kennen, Rechte beachten.</b>	Auch jüngere Internetnutzer sollten nicht nur die eigenen, sondern auch die Rechte anderer beachten. Hierzu gehört, dass ohne Erlaubnis der abgebildeten Personen keine Bilder, Filme oder persönliche Informationen von anderen im Internet veröffentlicht oder per App weitergeleitet werden dürfen („Recht am eigenen Bild“). Allerdings sieht die Realität unter Jugendlichen in vielen Fällen anders aus. In jedem Fall ist schon viel erreicht, wenn Inhalte vor einer Veröffentlichung oder Weiterleitung geprüft werden. Im Zweifel sollte vorab das Einverständnis der betroffenen Personen eingeholt oder auf eine Veröffentlichung verzichtet werden. Zur Einschätzung hilft die Frage „Wie fändest Du es, wenn der entsprechende Inhalt ungefragt an andere geschickt wird?“ oder die Oma-Regel: „Würde ich dies meiner Oma sagen oder zeigen?“.

Tipp	Erklärung
<b>Besonders mobil gilt: Erst prüfen, dann senden.</b>	Vor allem bei Handy und anderen mobilen Geräten ist die Gefahr größer, Inhalte unüberlegt aus der Situation heraus zu versenden. Dies sollte mit Kindern und Jugendlichen besprochen werden nach dem Motto „Besonders unterwegs gilt – erst prüfen, dann senden!“
<b>Apps, Chats oder Soziale Netzwerke vorab gemeinsam prüfen.</b>	Bei jüngeren Nutzern ist es sinnvoll, sich neue Angebote zunächst gemeinsam anzuschauen. Hierbei sollte besprochen werden, worauf man achten und wie bei Problemen reagiert werden sollte. Auch das gegebenenfalls empfohlene Mindestalter des Anbieters sollte geprüft werden. Die ersten Schritte im Internet sollten in ausgewählten Angeboten stattfinden; Chats oder Soziale Netzwerke sind zu Beginn nicht zu empfehlen. Weitere Tipps für Kinder-Chats und die ersten Schritte in (mobilen) Netzen finden sich in den Linktipps am Ende dieser Broschüre.
<b>Geräte, Nutzerkonten und Daten sichern.</b>	Wenn Smartphones, Tablets oder andere Geräte ungesichert sind, können von anderen leicht private Daten kopiert oder Bosheiten jeder Art im Namen des Besitzers verschickt werden. Deshalb sollten diese stets mit Pin-Nummer oder besser mit Passwort gesichert sein. Auch Passwörter von E-Mail- und Sozialen Netzwerkkonten oder Online-Speichern sollten grundsätzlich nicht weitergegeben werden. Die regelmäßige Prüfung der Privatsphäre-Einstellungen von Apps und Sozialen Netzwerken gehört ebenfalls dazu.

## Experteninterview mit Prof. Dr. Matthias Brand zu „Psychologischen Aspekten von Cyber-Mobbing“ (Funktionen, Auslöser, Folgen, mögliche Täter/Opfer-Profile, Vorbeugung, Unterstützung)

**Prof. Dr. Brand ist Leiter des Fachgebiets „Allgemeine Psychologie: Kognition“ an der Universität Duisburg-Essen und unter anderem auf das Thema Cyber-Mobbing spezialisiert.**

*Prof. Dr. Brand: Tätern wird in der Literatur ein niedriges Einfühlungsvermögen, impulsives Handeln und Probleme in der Kontrolle über die eigenen Emotionen zugeschrieben. Zudem verwenden sie vorwiegend aggressive Strategien, um Probleme zu lösen.*

### Warum findet Cyber-Mobbing statt?

*Prof. Dr. Brand: In erster Linie verfolgen die Täterinnen und Täter von Cyber-Mobbing das Ziel, sich selbst besser zu fühlen. Sie fühlen sich stark und erleben positive Gefühle, wenn sie eine andere Person bloßstellen. Dabei vernachlässigen sie, welchen Schaden sie den Betroffenen durch ihr Verhalten zufügen. Einige glauben auch, dass ihr eigenes Ansehen innerhalb des Bekanntenkreises steigt. Manche Personen haben auch selbst schon Erfahrungen als Mobbing-Opfer gemacht und „revanchieren“ sich im Netz.*

*Opfer hingegen werden als eher durchsetzungsschwach, ängstlich und sozial weniger kompetent beschrieben. Auch ihnen fällt es oft schwer, mit eigenen Emotionen gut umzugehen. Ähnlich wie beim traditionellen Mobbing können Alleinstellungsmerkmale, wie zum Beispiel Schulleistung, soziale Herkunft oder Aussehen, Gründe dafür sein, gemobbt zu werden. Allerdings gibt es auch Hinweise darauf, dass die gerade genannten Charakteristika nicht vorliegen MÜSSEN, um Täter bzw. Opfer zu werden. Eine eindeutige und allgemeingültige Charakterisierung von Cyber-Mobbing-Tätern und -Opfern stellt sich als schwie-*

### Warum wird jemand zum Täter, warum zum Opfer von Cyber-Mobbing?

UNIVERSITÄT  
DUISBURG  
ESSEN

Offen im Denken



Allgemeine  
Psychologie:  
Kognition



rig heraus. Merkmale, die bislang für das traditionelle Mobbing identifiziert wurden, spielen im Internet auch aufgrund der wahrgenommenen Anonymität vermutlich eine geringere Rolle. Somit kann im Grundsatz jeder sowohl zum Täter als auch zum Opfer werden.

### **Wie kann Cyber-Mobbing bestmöglich vorgebeugt werden?**

**Prof. Dr. Brand:** Bei der familiären oder schulischen Förderung von Medien- und Internetkompetenz sollte neben der Vermittlung der reinen technischen Handhabung neuer Medien insbesondere Wert auf das Training sozialer, kommunikativer Kompetenzen gelegt werden. Dazu gehört sowohl die Fähigkeit, online sozial angemessen zu kommunizieren als auch eigens produzierte sowie fremde Inhalte kritisch zu reflektieren. Dabei sollten den Jugendlichen vor allem die negativen und langfristigen Konsequenzen für die Opfer dargestellt werden. Auch ist es wichtig, zu trainieren, mit eigenen negativen Gefühlen besser umgehen zu können. Außerdem konnte die gemeinsame Studie von der LfM und der Universität Duisburg-Essen zeigen, dass regulierende Kompetenzen Cyber-Mobbing vorbeugen können. Darunter versteht man die Fähigkeit, seinen Internetkonsum kontrollieren und einschränken zu können, um keine persönlichen, schulischen oder beruflichen Probleme aufgrund von zum Beispiel der vielen Zeit, die online verbracht wird, zu erfahren. Personen, die in der Selbstregulation ihres eigenen Internetgebrauchs Schwierigkeiten haben, sind auch häufiger in Cyber-Mobbing involviert.

### **Wie wirkt sich Cyber-Mobbing langfristig aus?**

**Prof. Dr. Brand:** Während knapp die Hälfte der von Cyber-Mobbing Betroffenen keine gravierende psychische Belastung empfindet, erlebt die andere Hälfte der Betroffenen die komplette Bandbreite an negativen Emotionen. Sie fühlen sich hilflos, sind verärgert, was letztendlich in Depressivität und Schlimmerem enden kann. Die Tatsache, dass das Internet nicht vergisst, Inhalte wie peinliche Bilder oder Videos schwer zu löschen sind und ihre Verbreitung nicht kontrollierbar ist, führen dazu, dass die Opfer langfristig mit negativen Emotionen zu kämpfen haben. Soziale Unterstützung für Opfer ist hier von besonderer Bedeutung. Empfinden Opfer von Cyber-Mobbing ihr soziales Umfeld als sicher und stabil und können dort über ihre Gefühle sprechen, sind die Reaktionen auf Cyber-Mobbing weniger gravierend.

### **Wie können Betroffene unterstützt werden?**

**Prof. Dr. Brand:** Zunächst sollte dem Opfer soziale Unterstützung angeboten werden, sodass die Auswirkungen und Reaktionen durch den Cyber-Mobbing-Akt minimiert werden. Dies könnten beispielsweise solidarisierende Handlungen von Freunden sein, die durch eine klare Positionierung und Ablehnung von Cyber-Mobbing im Netz zu Verbündeten des Opfers werden. So kann einerseits die Kette von Cyber-Mobbing-Akten unterbrochen, andererseits kann durch sozialen Zuspruch die Belastung des Opfers gemildert werden. Wichtig dabei ist, nicht selbst mit einer Cyber-Mobbing-Attacke als Rache zu

reagieren, sonst werden Opfer oder deren verbündete selbst zu Tätern und die Cyber-Mobbing-Kette aufrechterhalten.

### **Kann Cyber-Mobbing auch unbewusst passieren?**

**Prof. Dr. Brand:** Wir unterscheiden zwischen aktivem bzw. intentionalem und passivem bzw. nicht-intentionalem Cyber-Mobbing. Unter einer passiven Täterschaft ist unter anderem das Teilen bereits im Internet kursierender Materials (Bilder, Ge-

rüchte) oder das Schreiben lustiger Kommentare zu peinlichem Material zu verstehen. Gründe dafür sind ähnlich zu denen des aktiven Mobblings. Bei fehlendem Einfühlungsvermögen bewerten die passiven Täter das Teilen oder Kommentieren von schädlichen Bildern oder Videos als weniger schlimm und sie berücksichtigen nicht die negativen Konsequenzen für das Opfer. Somit kann Cyber-Mobbing auch unbewusst passieren und verstärkt werden.

## **Internetnutzungscompetenz zur Vorbeugung gegen Cyber-Mobbing**

Im vorgestellten Kooperationsprojekt der Universität Duisburg-Essen (Prof. Dr. Brand) und der Landesanstalt für Medien NRW wurde unter anderem der Einfluss verschiedener Internetnutzungscompetenzen auf die Beteiligung an Cyber-Mobbing untersucht. Hierbei stellten sich insbesondere **drei Kompetenzfelder** heraus, die direkt oder indirekt mit der Beteiligung an Cyber-Mobbing in Verbindung stehen:

### **(I) Reflektive Kompetenz**

Eine verstärkte Reflexion des eigenen Verhaltens im Internet (Posten von Bildern, Angabe von persönlichen Informationen) sowie eine kritische Analyse bereits existierender Materials im Internet stellen wichtige Faktoren zur Vorbeugung von Cyber-Mobbing dar.

### **(II) Interaktive Kompetenz**

Eine gewissenhafte Interaktion und Kommunikation im Internet (z. B. in Sozialen Netzwerken) vor allem beim Preisgeben von persönlichen Informationen oder Kommentieren von Nachrichten oder Meldungen anderer, verringert die Wahrscheinlichkeit, Opfer von Cyber-Mobbing zu werden oder selbst aktiv oder passiv an Cyber-Mobbing beteiligt zu sein.

### **(III) Regulierende Kompetenz**

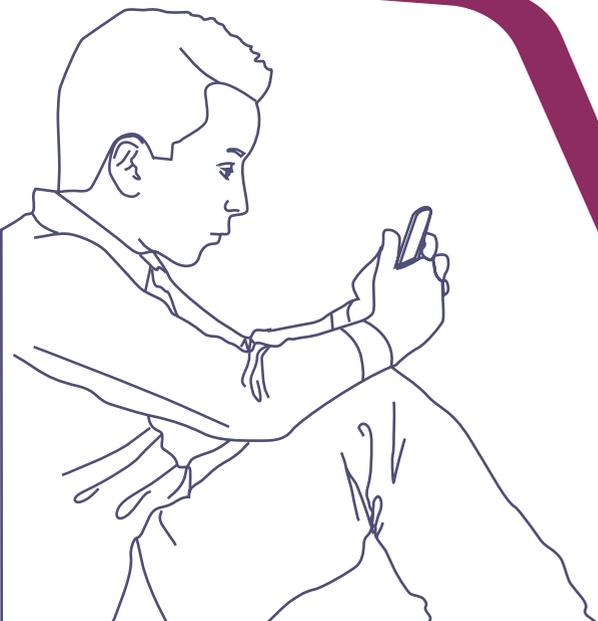
Personen, die ihren eigenen Internetkonsum regulieren und kontrollieren können, also nicht mehr Zeit online verbringen als beabsichtigt, haben ein geringeres Risiko Täter oder Opfer von Cyber-Mobbing zu werden.

Die Ergebnisse der Studie verdeutlichen, **dass verschiedene Kompetenzen den Umgang mit dem Internet unterschiedlich beeinflussen**. Dabei bleibt es natürlich wichtig, Kindern **technische** und **produktive Kompetenzen**, wie die Bedienung von Sozialen Netzwerken und das Bearbeiten und Erstellen von Inhalten zu vermitteln. In Ergänzung sollten aber begleitend und von Beginn an die drei auf der vorherigen Seite beschriebenen Kompetenzfelder bei Kindern und Jugendlichen gezielt gefördert werden. So kann Cyber-Mobbing in vielen Fällen erfolgreich vorgebeugt werden.

Die genannte Fähigkeit der **Reflexion und kritischen Analyse** umfasst eine offene, aber auch reflektierte Auseinandersetzung mit den Nachrichten oder Bildern, die andere Personen gepostet haben. So können Kinder lernen, dass Bilder oder Videos, die auf dem ersten Blick lustig erscheinen, für

andere Personen vielleicht peinlich oder auch verletzend sind. Die Studie zeigt ebenfalls, dass Personen mit einer **geringeren Selbstregulation** eine höhere Wahrscheinlichkeit aufweisen, Opfer von Cyber-Mobbing zu werden oder andere Probleme im Kontext der Internetnutzung zu entwickeln (zum Beispiel eine exzessive/„süchtige“ Nutzung des Internets). Entsprechend wichtig ist es, auch die regulierende Kompetenz gezielt bei Kindern und Jugendlichen zu fördern.

**!** **Spricht man mit Kindern über Cyber-Mobbing und verwandte Themenfelder und fördert die beschriebenen Kompetenzen bevor es zu einem konkreten Fall von Cyber-Mobbing im persönlichen Umfeld gekommen ist, kann Cyber-Mobbing in vielen Fällen verhindert oder aber zumindest frühzeitig erkannt werden.**



## Prävention in Schule und außerschulischem Bereich

*In der schulischen und außerschulischen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen können Projekte und Unterrichtseinheiten zu Cyber-Mobbing oder damit verwandten Themen wie Besonderheiten der digitalen Kommunikation, reflektive, interaktive und regulierende Kompetenz, Respekt und Solidarität im Netz, Datenschutz oder Persönlichkeitsrechte wichtige Präventionsarbeit leisten. Trotz zweifellos dichter Lehrpläne ist es sinnvoll, hier aktiv zu werden, bevor es zu einem akuten Fall gekommen ist.*

*Zur Unterstützung von weiterführenden Schulen hat klicksafe unter anderem die Unterrichtsmaterialien „Was tun bei Cyber-Mobbing?“ oder „Datenschutz und Persönlichkeitsrechte im Web“ entwickelt. In Abstimmung mit den Schülern erstellte und begründete Regeln für den persönlichen Umgang und die Verwendung von Handys in Schule und Unterricht sind ebenfalls sinnvoll (siehe klicksafe-Materialien „Das Handy in der Schule“ und „Anregungen für eine Schulordnung zu Handys“ unter „Tipps für den Smartphone-Unterricht“, [www.klicksafe.de/smartphones](http://www.klicksafe.de/smartphones)). Auch eine offene Konflikt- und Feedbackkultur und die Förderung von Empathie, Solidarität und der Fähigkeit des Perspektivenwechsels sind ein wichtiger Bestandteil. Hier können Präventionstheater (siehe Linktipps) wichtige Impulse liefern, da diese die meist im Verborgenen ablaufenden Folgen von Cyber-Mobbing auf der Bühne erlebbar machen. Scout-Projekte, Streitschlichterkonzepte, Elternabende und besonders ausgebildete Lehrkräfte (Anti-Mobbing-Beauftragte) haben sich ebenfalls bewährt. So können viele Probleme rund um Cyber-Mobbing, Mobbing und ungewollt erstellte und verbreitete Film- und Bildaufnahmen verhindert werden.*

*In einigen Fällen sind Pädagoginnen und Pädagogen unsicher, wie mit Kindern und Jugendlichen über Themen wie Internetsicherheit oder Cyber-Mobbing gesprochen werden kann. Schließlich kennen sich junge Menschen mit den Funktionen von Apps, Sozialen Netzwerken oder Smartphones in vielen Fällen besser aus, als viele Erwachsene. Doch auch wenn Kinder und Jugendliche hier vielfach vorne liegen, können diese die Risiken und Herausforderungen der digitalen Kommunikation (zum Beispiel die Reichweite und Nachhaltigkeit von eingestellten geteilten Informationen oder die rechtlichen Hintergründe) vergleichsweise schwer einschätzen.*

**Tipp:** Wenn Erwachsene das Wissen von Kindern und Jugendlichen in diesen Bereichen anerkennen und bewusst darauf zurückgreifen, merken Kinder und Jugendliche, dass man sie ernst nimmt. So fallen offene Diskussionen über sensible Themen wie Cyber-Mobbing vielfach leichter und beide Seiten können voneinander lernen und profitieren.



*klicksafe-Materialien für Schule und Unterricht*

## 7 Woran erkennt man Cyber-Mobbing?

Wie beim herkömmlichen Mobbing gibt es auch beim Cyber-Mobbing **Hinweise** und **Warnzeichen**, die bekannt sein sollten, um so früh wie möglich eingreifen zu können. Aber Cyber-Mobbing wirkt auf Betroffene unterschiedlich und entsprechend verschieden fallen auch die Reaktionen aus (siehe Interview Prof. Dr. Brand, S. 19). Die folgenden Punkte können somit nur eine grobe Orientierung liefern.

### Viele Betroffene von Cyber-Mobbing ...

... ziehen sich sozial zurück, werden zurückhaltender und verschlossener, erzählen weniger von Schule und Arbeit, die Fröhlichkeit verschwindet.

... leiden unter Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Appetitlosigkeit oder anderen körperlichen Beschwerden.

... zeigen psychische Reaktionen (Niedergeschlagenheit, fehlendes Selbstvertrauen, fehlende Lebensfreude, Vertrauensverlust, Minderwertigkeitsgefühle, Angst, Depressionen), die auch längerfristig anhalten können.

... gehen nur noch extrem ungern oder mit Bauchschmerzen in die Schule oder zur Arbeit, schulische oder berufliche Leistungen fallen ab, die Konzentrationsfähigkeit lässt nach oder Interessen verändern sich.

... sind nicht mehr gerne im Internet, schließen Anwendungen wie Soziale Netzwerke, wenn jemand hinzu kommt oder wirken verstört, nachdem sie aufs Handy geschaut haben.

... und gleichzeitigem herkömmlichen Mobbing kommen mit leichten Blessuren oder beschädigten Gegenständen und Kleidungsstücken nach Hause. In einigen Fällen nehmen Täterinnen und Täter dem Opfer auch Gegenstände oder Geld ab (das sogenannte „Abziehen“).

... blocken Gespräche über Verhaltensänderungen oder sonstige Auffälligkeiten konsequent ab, spielen sie herunter, reagieren mit Scham oder weichen den Fragen aus.

## 8 Was tun bei Cyber-Mobbing?

### Was tun, wenn ein Kind über Internet und Handy gemobbt wird?

Wird ein Fall von Cyber-Mobbing bekannt, sollte so schnell wie möglich – aber mit Bedacht – reagiert werden. Gerade als persönlich Betroffener, als Freund oder Angehöriger von Betroffenen fällt dies vielfach schwer. Ignorieren ist in jedem Fall der falsche Weg, da so der Eindruck entsteht, Cyber-Mobbing würde für die Täter keine Folgen haben. Dies kann schnell zu unerwünschten Nachahmungen führen. Zunächst sollte es darum gehen, dem Opfer zu helfen und es zu unterstützen. Erst danach sollte man sich überlegen, was genau die Konsequenzen für die direkten Täter und ggf. weitere Beteiligte sind. Vorwürfe wie „Wie konntest Du nur so dumm

sein, ein Nacktfoto von Dir zu versenden?“ sind hier wenig hilfreich. Zwar sollte man entsprechende Themen mit dem Opfer besprechen, allerdings erst zu einem späteren Zeitpunkt.

Da Cyber-Mobbing je nach Situation unterschiedlich verläuft, können hier leider keine Patentrezepte oder ein „Königsweg“ geliefert werden. Darüber hinaus wird ein Vorgehen gegen Cyber-Mobbing durch die zunehmende Verbreitung von Smartphones und Apps zusätzlich erschwert. Die wesentlichen Besonderheiten und Herausforderungen dieser Entwicklung werden nachfolgend zusammengefasst.



Elternratgeber „Smart mobil?!“ von Klicksafe und Handysektor



## Besonderheiten und Herausforderungen von Cyber-Mobbing über Apps und Smartphones

Werden beleidigende Bilder, Filme oder Nachrichten über Apps versendet, dann liegen diese nicht mehr „nur“ auf dem Server des Anbieters – sie befinden sich zusätzlich **auf allen angeschriebenen Geräten**. Ein Löschen über den Anbieter oder den ursprünglichen Absender ist so nicht mehr möglich. Zwar können auch Inhalte aus Sozialen Netzwerken oder Videoportalen vor dem Löschen von anderen kopiert und so immer wieder im Internet hochgeladen werden, aber bei Apps ist es deutlich schwieriger bis unmöglich, einmal versendete Inhalte wieder einzufangen.

Die meisten Apps zum Austausch von Bildern, Filmen oder Textnachrichten haben **keinen Meldebutton**, über den Cyber-Mobbing oder problematische Inhalte und Gruppen gemeldet werden können. Einige Anbieter können per Mail kontaktiert werden, aber besonders jüngere oder kleinere Unternehmen haben selten die Ressourcen, hier zeitnah aktiv zu werden.

Da viele App-Anbieter ihren **Sitz im nichteuropäischen Ausland** haben und in einigen Fällen auch **unbekannt** sind, kann man hier rechtlich kaum gegen Verstöße vorgehen oder die Identität des Mobbers erfahren (siehe Experteninterview John Hendrik Weitzmann, S. 13).

In den bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen überaus beliebten Messenger-Apps (zum Beispiel WhatsApp oder Threema) können Inhalte (Texte, Bilder, Links, Filme) ähnlich wie in Sozialen Netzwerken auch über Gruppen verbreitet werden. Alle Gruppenmitglieder können die Inhalte darüber hinaus an Personen außerhalb der Gruppe weiterleiten. So kann schnell eine **große Reichweite** erzielt werden. Werden in diesen Gruppen beleidigende Inhalte versendet, kann der eigentlich Betroffene bewusst ausgegrenzt werden und diese nicht einsehen.

Apps wie Snapchat oder Slingshot erlauben es, Bilder mit einer **eingestellten „Haltbarkeit“** zu versehen. Werden die Bilder nicht über Screenshots oder auf anderem Wege gesichert oder wiederhergestellt, können diese nur eine gewisse vorab eingestellte Zeit aufgerufen werden. Aus Sicht des Datenschutzes ist so eine Funktion zu begrüßen. Allerdings kann dies auch dazu führen, **dass intime oder beleidigende Bilder unüberlegt versendet** werden und **Hemmschwellen für die Weiterleitung sinken**. Zudem wird es deutlich schwerer, die Beleidigungen nachträglich nachzuweisen.

Durch die **ständige Verfügbarkeit** von Handykamera und mobilem Internet können Peinlichkeiten oder Missgeschicke **jederzeit** dokumentiert und **direkt aus der Situation heraus versendet** oder veröffentlicht werden. So kann man leichter Opfer von Cyber-Mobbing werden. Darüber hinaus werden die Zeiten, über mögliche unbeabsichtigte Folgen nachzudenken, auf Täterseite deutlich verkürzt. Hierdurch erhöht sich die Wahrscheinlichkeit, dass problematische Inhalte leichtfertig verbreitet werden (Stichwort „**Impuls-Uploads**“).

Bei den folgenden Tipps zum situationsangemessenen Vorgehen gegen Cyber-Mobbing, die in erster Linie für Betroffene und deren Angehörige gedacht sind, sollten diese Besonderheiten von Cybermobbing über Apps und Smartphones im Hinterkopf behalten werden.

## Tipps zum situationsangemessenen Vorgehen gegen Cyber-Mobbing

Tipp	Erklärung
<b>Nicht antworten.</b>	Auf im Internet eingestellte oder per Mail oder App versendete beleidigende Inhalte sollte nicht geantwortet werden – auch wenn es verständlicherweise schwerfällt. Ansonsten droht die Gefahr, dass sich die Beleidigungen bzw. die Mobbing-Attacken immer weiter hochschaukeln. Wie die weiteren Tipps zeigen, <b>meint dies aber keinesfalls, bei erlebtem Cyber-Mobbing nur tatenlos zuzuschauen!</b>
<b>Beweise sichern.</b>	Wenn die Inhalte direkt an das Opfer gesendet werden oder im Internet frei zugänglich sind, sollten die Cyber-Mobbing-Vorfälle dokumentiert werden – zum Beispiel über Screenshots oder das Speichern von E-Mails. So kann das Mobbing später belegt werden (siehe Experteninterview John Hendrik Weitzmann, S. 13).
<b>Mobber sperren und Kontaktmöglichkeiten verringern.</b>	In den meisten Sozialen Netzwerken, Messenger-Apps oder E-Mail-Programmen kann man Nutzer gezielt sperren, damit sie einen nicht direkt belästigen können. Bringt dies nichts, kann man sich in schlimmen Fällen ein neues Profil oder eine neue E-Mail-Adresse zulegen und diese nur an ausgewählte Personen weitergeben. Bei einer Handy-Nummer ist dies mit deutlich mehr Aufwand und zusätzlichen Kosten verbunden.
<b>Vorfälle dem Anbieter melden und um Entfernung oder Sperrung bitten.</b>	Wenn möglich, sollten die Vorfälle in Chats, Sozialen Netzwerken oder auf Videoportalen den Anbietern gemeldet werden. Fehlen Meldebuttons kann dieser über das Impressum oder über <a href="http://www.denic.de">www.denic.de</a> oder <a href="http://www.whois.net">www.whois.net</a> ermittelt werden. Generell sollte man neben der Begründung (Beleidigung, unerlaubte Abbildung der eigenen Person, ...) eine ausreichend lange Frist für die Entfernung der Inhalte angeben (siehe Text „Cyber-Mobbing, Cyberbullying und was man dagegen tun kann“, <a href="http://www.klicksafe.de/irights">www.klicksafe.de/irights</a> ). Bei ausländischen Angeboten ist eine Entfernung vergleichsweise schwieriger.

	<p><b>Sonderfall „Cyber-Mobbing über Apps und Smartphones“:</b> Wie erwähnt, lässt sich rein technisch gesehen gegen die Verbreitung anstößiger Inhalte über Apps und Smartphones an Dritte nicht viel machen. So müssen sich Betroffene in vielen Fällen damit abfinden, dass über Apps geteilte Inhalte nie wieder vollständig entfernt werden können. Umso wichtiger ist soziale Unterstützung in dieser Phase (siehe nächster Tipp).</p>
<b>Verbündete und erwachsene Vertrauenspersonen suchen.</b>	<p>Um möglichen Gefühlen von Ohnmacht und Hilflosigkeit entgegenzuwirken, sind Freunde, Bekannte und erwachsene Vertrauenspersonen eine wichtige Unterstützung. Sie können sich auch im Internet für das Opfer stark machen, indem sie beleidigende Bilder oder Videos eindeutig ablehnend kommentieren, den Betroffenen informieren und (wenn möglich) diese Inhalte dem Anbieter melden. Eltern können ihr Kind unterstützen, indem sie zu ihm halten und gemeinsam nach Lösungen suchen. Gleichzeitig sollte aber auch akzeptiert werden, wenn das Kind einmal nicht über bestimmte Details des Mobblings sprechen möchte.</p> <p>Warum sich viele Betroffene von Cyber-Mobbing nicht oder erst sehr spät Hilfe holen, erklärt Nina Pirk im Experteninterview auf S. 32.</p>
<b>Hilfe bei Experten suchen.</b>	<p>Wer selbst oder im direkten (familiären) Umfeld Cyber-Mobbing erfährt, reagiert verständlicherweise stark emotional. Somit ist in vielen Fällen eine Unterstützung von außenstehenden Experten sinnvoll. Diese können auch dabei helfen, das Selbstbewusstsein des oder der Betroffenen wieder aufzubauen (siehe Kapitel 9).</p>
<b>Nicht vorschnell mit Eltern möglicher Täter sprechen.</b>	<p>Hier droht die Gefahr, dass sich Eltern schützend vor ihr Kind stellen und sich die Fronten dauerhaft verhärten. So kann eine Lösung erschwert oder unmöglich werden. Besser ist eine weniger emotional beteiligte Person als Vermittler mit einzubeziehen und sich im Vorfeld ausreichend zu informieren.</p>

<b>Bei Cyber-Mobbing im Schulumfeld: Lehrer informieren.</b>	<p>Findet das Cyber-Mobbing im Schulumfeld statt, sollte der Vorfall in Rücksprache mit dem Kind der Schule gemeldet werden, um gemeinsam weitere Schritte zu überlegen.</p>
<b>In besonders schlimmen Fällen: Polizei einschalten.</b>	<p>In schweren Fällen ist es ratsam, die Polizei einzuschalten und Anzeige zu erstatten. Beim gezielten Vorgehen hilft es zudem, über die Rechtslage Bescheid zu wissen (siehe Kapitel 5 und untenstehende Tabelle „Rechtlich vorgehen gegen Cyber-Mobbing“).</p>
<b>Nichtnutzung von Handy- und Internet hat selten Erfolg.</b>	<p>Manche Eltern glauben, wenn ihr Kind Internet und Handy nicht mehr nutzt, dann würde das Cyber-Mobbing schon von alleine aufhören. Dies ist leider selten der Fall, denn andere Personen sehen die Beleidigungen und Schmähungen nach wie vor und reagieren bei persönlichen Begegnungen entsprechend. Zudem würde dies für den Betroffenen eine große Einschränkung bedeuten und den Austausch mit Freunden und Unterstützern erschweren.</p>

<b>Rechtlich vorgehen gegen Cyber-Mobbing – immer das richtige Gegenmittel</b>	
<b>Täter oder Täterin sind bekannt:</b>	<b>Täter oder Täterin sind unbekannt:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beweise sichern</li> <li>• Melde-Buttons, Anbieter kontaktieren</li> <li>• Informelle Aufforderung durch das Opfer</li> <li>• Abmahnung</li> <li>• Unterlassungsklage</li> <li>• Einstweilige Verfügung</li> <li>• Wenn es ganz schlimm wird: Strafanzeige</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beweise sichern</li> <li>• Melde-Buttons, Anbieter kontaktieren</li> <li>• Bei missbrauchten Accounts zusätzlich Passwort ändern</li> <li>• Einstweilige Verfügung gegen Anbieter</li> </ul>
<p>Quelle: In Anlehnung an den Text „Cyber-Mobbing, Cyberbullying und was man dagegen tun kann“, John Hendrik Weitzmann, iRights.info (<a href="http://www.klicksafe.de/irights">www.klicksafe.de/irights</a>)</p>	

**!** Das Entfernen von einmal versendeten oder im Internet veröffentlichten Inhalten gleicht in vielen Fällen einem „Kampf gegen Windmühlen“. Da die Beteiligten auch beim Cyber-Mobbing zumeist aus dem direkten persönlichen Umfeld des Opfers stammen, sollte hier angesetzt und nach einer Lösung gesucht werden. Auch die möglichst frühzeitige Hilfe, Einbindung und Unterstützung von Freunden, Eltern, Bekannten, Ver-

trauenslehrern und weiteren Personen ist von entscheidender Wichtigkeit. Je früher eingegriffen wird, desto eher kann das Cyber-Mobbing beendet werden. Zudem kommt durch die neuen Problembereiche des „mobilen Cyber-Mobbings per Apps“ der Vorbeugung von Cyber-Mobbing ein noch größerer Stellenwert zu. Weitere Hinweise zum Vorgehen gegen Cyber-Mobbing finden sich im Kapitel „Wo finde ich Hilfe?“ rechts.

### Was tun, wenn ein Kind über Internet und Handy mobbt?

Wenn Eltern feststellen, dass ihr Kind aktiv an Mobbing oder Cyber-Mobbing beteiligt ist, sind viele zunächst geschockt. Doch gerade dann sollte möglichst zeitnah und eindeutig, aber mit kühlem Kopf gehandelt werden. Folgende Tipps können Eltern und Pädagogen zusätzlich helfen.

#### Was tun, wenn ein Kind über Internet und Handy mobbt? Tipps für Eltern und Pädagogen:

Zunächst sollte versucht werden, möglichst vorurteilsfrei mit dem Kind zu sprechen, um seine Sicht der Dinge und mögliche Beweggründe herauszufinden. Warum ist das Kind zum Cyber-Mobber geworden? War es vielleicht selbst bereits Opfer von Mobbing? Steht es unter dem Druck der Clique? Hat es selbst ein Problem, das es mit diesem aggressiven Verhalten versucht zu überdecken?

Wichtig ist auch, dem Kind klar zu machen, was es mit seinem Verhalten anrichtet. Hierbei hilft es, sich vorzustellen, wie man selbst auf solche Handlungen reagieren würde (Perspektivenwechsel). Man kann seinem Kind auch erklären, wie entsetzt man wäre, wenn es selbst Opfer dieser Angriffe geworden wäre.

In einigen Fällen sind Täterinnen und Täter von Cyber-Mobbing zunächst der Annahme, es wäre doch alles nicht so gemeint oder nur ein Scherz gewesen. Hierbei kann helfen, mit dem Kind oder dem Jugendlichen in Ruhe über die Besonderheiten der digitalen Kommunikation zu sprechen und zu erklären, dass am anderen Ende immer ein Mensch mit echten Gefühlen sitzt, der genauso viel Respekt verdient wie jeder, dem man im realen Leben begegnet.

In jedem Fall sollte man das Kind klar dazu auffordern, das Cyber-Mobbing sofort zu beenden. In einem zweiten Schritt sollte gemeinsam überlegt werden, wie die entstandene Situation beendet und gelöst werden kann, ohne selbst das Gesicht zu verlieren: Bei wem sollte man sich entschuldigen? In welcher Form? Welche Beiträge können gelöscht, welche Bilder zurückgezogen werden? Wie kann mit Lehrern gesprochen werden?

## 9 Wo finde ich Hilfe?

Erste Ansprechpartner bei Cyber-Mobbing können Online- oder Telefonberatungsstellen (siehe Experteninterview mit Nina Pirk, S. 32) oder Beratungen vor Ort sein. Ist das Cyber-Mobbing im schulischen Umfeld passiert, sollte in Rücksprache mit dem betroffenen Kind auch die Schule informiert werden. Da zwischen Opfern und Tätern in der Regel eine Beziehung besteht, kann pädagogisch eingegriffen werden. Ziel dieser Intervention sollte es sein, das Cyber-Mobbing zu stoppen und den Kindern oder Jugendlichen zu verdeutlichen, was sie damit anrichten. Falls der Klassenlehrer oder die Klassenlehrerin nicht die

erwartete Unterstützung bieten können, empfiehlt sich ein Gespräch mit einem Vertrauenslehrer der Schule oder mit der Schulleitung. Auch der schulpsychologische Dienst kann kontaktiert werden. Bei Cyber-Mobbing haben sich Interventionsmaßnahmen bewährt, die auch beim herkömmlichen Mobbing zum Einsatz kommen (zum Beispiel der No Blame Approach oder auch Moderations- und Mediationstechniken). In besonders schlimmen Fällen kann auch die Polizei eingeschaltet werden. Vertiefende Links und weitere Ansprechpartner finden sich am Ende der Broschüre.



## Experteninterview mit Nina Pirk über die Folgen von Cyber-Mobbing und Ratschläge für Betroffene und Angehörige

**Nina Pirk ist ehrenamtliche Beraterin bei der „Nummer gegen Kummer“. Als Dachorganisation stellt Nummer gegen Kummer e. V. bundesweit mehr als 100 Telefonberatungsstellen bereit, in denen rund 4.000 speziell ausgebildete ehrenamtliche Berater und Beraterinnen ein offenes Ohr für die kleinen und großen Sorgen des Anrufers haben. Nummer gegen Kummer e. V. ist Partner im deutschen Safer Internet Centre der Europäischen Union. Fragen zu Mobbing und Cyber-Mobbing stehen derzeit bei etwa zehn Prozent aller Anrufe im Mittelpunkt.**

### **Worunter leiden die betroffenen Kinder und Jugendlichen am meisten?**

**Nina Pirk:** In den Beratungsgesprächen erzählen die Betroffenen, dass sie traurig sind und sich einsam fühlen. Sie verstehen nicht, warum sie von den anderen

nicht gemocht werden und fragen sich, was sie falsch machen. Die andauernden Schikanen verunsichern die Betroffenen und schwächen ihr Selbstwertgefühl. Ihr größter Wunsch ist, dass es aufhört. Die Attacken über Internet oder Handy sind auch deshalb so wirkungsvoll, weil die digitale Kommunikation und Vernetzung mit anderen eine wichtige Rolle im Alltag der Jugendlichen spielt und das Leben online und offline für sie heutzutage ganz selbstverständlich zusammengehört.

### **Warum suchen sich viele Betroffene erst sehr spät Hilfe?**

**Nina Pirk:** Viele Betroffene ertragen die Schikanen in der Hoffnung, dass sie irgendwann von selbst wieder aufhören. Häufig ziehen sich die Opfer mehr und mehr zurück. Freunde, die sie unterstützen könnten, fehlen dann. Außerdem schämen sie sich oft und so fällt der Schritt, sich Hilfe



zu holen und sich jemandem anzuvertrauen, um über die Sorgen und Probleme zu sprechen, besonders schwer. Hier bietet die anonyme und kostenlose Beratung der „Nummer gegen Kummer“ Entlastung und Hilfe an.

### **Nehmen eher die Betroffenen selbst oder deren Angehörige bzw. deren Eltern Kontakt mit Ihnen auf?**

**Nina Pirk:** Sowohl als auch. Am Kinder- und Jugendtelefon melden sich hauptsächlich direkt Betroffene, aber auch Freunde oder Geschwister von Betroffenen, die zum Beispiel gerne helfen würden, aber Angst haben, dann selbst ins Visier der Täter zu geraten. Manchmal erzählt ein Anrufer zuerst von den Problemen eines Freundes und im Lauf des Gesprächs stellt sich dann heraus, dass er selbst betroffen ist, sich aber schämt, dies zuzugeben. Am Elterntelefon melden sich Eltern oder Verwandte, die sich Sorgen um betroffene Kinder und Jugendliche machen.

### **Was raten Sie Betroffenen?**

**Nina Pirk:** Im Beratungsgespräch ist es zuerst einmal wichtig, für den Anrufenden da zu sein, ihn mit seinem Anliegen und seinen Gefühlen ernst zu nehmen und einfach zuzuhören. Schon während des Erzählens kann sich so eine erste Klärung und Entlastung ergeben. Hilfreiche Hinweise sind: „Es passiert auch anderen. Du bist nicht allein.“ Im weiteren Gespräch überlegen unsere Beraterinnen und Berater – im Sinne der Hilfe zur Selbsthilfe – gemeinsam mit dem Anrufenden, was in der jeweiligen

Situation hilfreich sein kann. Patentrezepte können leider nicht gegeben werden, da sich eine mögliche Lösung für jeden Betroffenen anders gestaltet. Cyber-Mobbing kann man nicht alleine lösen, deshalb ist es wichtig, sich an eine Vertrauensperson im näheren Umfeld zu wenden. Bei Bedarf können die Beraterinnen und Berater weiterführende Beratungsstellen in der Nähe des Anrufenden nennen.

### **Was raten Sie Eltern von Betroffenen?**

**Nina Pirk:** Eltern sind oft sehr aufgewühlt, weil sie sehen, wie ihr Kind unter den Schikanen leidet. Gleichzeitig sind sie vielfach unsicher, wie sie reagieren sollen und wie sie helfen können. Im Gespräch unterstützen die Beraterinnen und Berater dabei, das Problem klarer zu sehen und dann gemeinsam zu überlegen, welche nächsten Schritte unternommen werden können. Dazu gehört, Ruhe zu bewahren, auch wenn es schwer fällt und verständnisvoll zu reagieren. Es ist wichtig, dem Kind aufmerksam zuzuhören, ihm zu glauben und seine Sorgen ernst zu nehmen. Das Kind braucht jetzt den Rückhalt und die Zuwendung der Eltern. Das weitere Vorgehen sollte gemeinsam mit dem Kind besprochen werden. Darüber hinaus ist es angeraten, das Kind nicht jeden Tag wieder mit dem Thema zu konfrontieren. Dennoch sollten Eltern die Situation weiter aufmerksam beobachten. Wichtig ist, einen Ausgleich zu schaffen, zum Beispiel durch gemeinsame Aktivitäten, die dem Kind Spaß machen und gleichzeitig das Selbstwertgefühl des Kindes stärken.

Ein immer größerer Anteil der Kommunikation und Vernetzung von Kindern und Jugendlichen läuft über mobile Geräte, Apps und das Internet. Dies hat auch dazu geführt, dass Mobbing in Form von Cyber-Mobbing Eingang in die digitale Kommunikation gefunden hat. Da eine vollständige Kontrolle der Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen weder möglich noch pädagogisch sinnvoll ist, kann Cyber-Mobbing nie vollständig ausgeschlossen werden. Dennoch gibt es verschiedene Möglichkeiten, das Aufkommen von Cyber-Mobbing durch vorbeugende Maßnahmen zu reduzieren oder durch frühzeitiges Eingreifen Schlimmeres zu verhindern.

Hierbei ist wichtig, sich über Mobbing und die Besonderheiten von Cyber-Mobbing zu informieren und mögliche Warnzeichen zu kennen. Ebenfalls sollte man mit Kindern und Jugendlichen im regelmäßigen Austausch über Medienerfahrungen bleiben. Vertrauen ist dabei das A und O – unbegründete Verbote helfen wenig. Die Angst vor Internet- oder Handyverboten kann ansonsten dazu führen, dass Kinder und Jugendliche versuchen problematische Erfahrungen allein zu lösen und zu verarbeiten – was bei Cyber-Mobbing in den allermeisten Fällen zu klarer Überforderung führt.

Auch wenn der Druck unter Gleichaltrigen in vielen Fällen hoch ist: Bevor Kinder und Jugendliche Soziale Netzwerke oder Smartphones eigenverantwortlich nutzen, sollten sie ausreichend **Erfahrungen** mit dem Internet gemacht haben. Zudem sollten sie über die vorhandenen **Risiken** und **rechtliche Fragestellungen** Bescheid wissen.

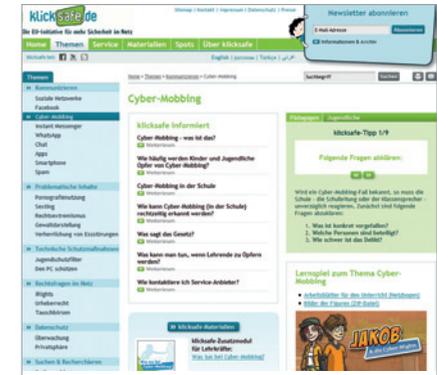
Klare **Regeln** und **Abreden** helfen dabei, dem Kind einen Rahmen zu geben. So weiß es, worauf es bei der Mediennutzung achten sollte. Auch der sensible Umgang mit persönlichen Daten und Fotos sollte besprochen werden. Kindern und Jugendlichen sollte ebenfalls klar sein, dass in der Online-Kommunikation die gleichen Regeln gelten wie von Angesicht zu Angesicht. Was man jemandem nicht ins Gesicht sagen mag, hat auch im Austausch über Internet oder Handy keinen Platz. Auch der Gesprächspartner in der digitalen Welt verdient Respekt.

Gerade weil es in vielen Fällen sehr schwer oder sogar unmöglich ist, beleidigende Inhalte wieder vollständig von Handys oder aus dem Internet zu entfernen, haben Vorbeugung und Früherkennung eine zentrale Bedeutung. Neben der Medienerziehung in der Familie hilft es in Schulen über Themen wie Datenschutz, Cyber-Mobbing, Persönlichkeitsrechte oder Smartphones und Apps zu sprechen. Aber auch Aspekte wie Moral, Werte, Toleranz, Solidarität oder die Besonderheiten der digitalen Kommunikation haben einen großen Stellenwert. Wie betont, bilden die **Förderung von Medienkompetenz**, die **Stärkung von Selbstvertrauen und Selbstwirksamkeit** sowie die **Vermittlung sozialer und kommunikativer Kompetenzen** die drei wesentlichen Säulen der Präventionsarbeit gegen Cyber-Mobbing. Es wäre wünschenswert, wenn hierüber gesprochen wird, noch bevor es zu einem konkreten Fall von Cyber-Mobbing kommt. Hierbei sollten die bei Kindern und Jugendlichen vorhandenen Kompetenzen und Erfahrungen wertgeschätzt und entsprechend eingebunden werden.

## Informationen für Eltern, Pädagogen und andere Interessierte

🌐 [www.klicksafe.de/cybermobbing](http://www.klicksafe.de/cybermobbing)

Unter diesem Link hat klicksafe umfangreiche Informationen zu Cyber-Mobbing zusammengestellt.



🌐 [www.klicksafe.de/materialien](http://www.klicksafe.de/materialien)

Hier können passende Broschüren, Flyer und Leitfäden von klicksafe mit Tipps zu Themen wie Datenschutz, Facebook, Rechtsfragen im Internet, Smartphones und Apps oder Soziale Netzwerke heruntergeladen und bestellt werden.

🌐 [www.klicksafe.de/apps](http://www.klicksafe.de/apps) und [www.klicksafe.de/smartphones](http://www.klicksafe.de/smartphones)

Unter diesen Links werden Informationen zu Smartphones, mobilem Internet und beliebten Apps vorgestellt.

🌐 [www.internet-abc.de/eltern](http://www.internet-abc.de/eltern)

Im Elternbereich vom Internet-ABC führt der Menüpunkt „Wissen, wie’s geht!“ – „Mobbing“ zu Informationen und Tipps rund um Mobbing und Cyber-Mobbing.

🌐 [www.schau-hin.info](http://www.schau-hin.info)

Das Webangebot von SCHAU HIN! enthält auch einen Extrabereich Cyber-Mobbing.

🌐 [www.mediennutzungsvertrag.de](http://www.mediennutzungsvertrag.de)

Im Online-Angebot von klicksafe und Internet-ABC können Eltern und Kinder gemeinsam einen Mediennutzungsvertrag erstellen.



🌐 [www.chatten-ohne-risiko.de](http://www.chatten-ohne-risiko.de)

Hier finden sich zahlreiche Informationen und Tipps zum Thema Chatten und Instant-Messaging. Unter anderem gibt es auch einen Chat-Atlas mit detaillierten Beschreibungen und Beurteilungen verschiedener Chats.

## Informationen für Kinder und Jugendliche

🌐 [www.internet-abc.de](http://www.internet-abc.de)

Unter „Wissen, wie's geht!“ beschäftigt sich Kommissar Eddie auf seinem Streifzug auch mit dem Thema Cyber-Mobbing. Das Internet-ABC richtet sich an Kinder von fünf bis ca. zwölf Jahren.

🌐 [www.handysektor.de](http://www.handysektor.de)

Das Portal Handysektor hat unter anderem Informationen zu Datenschutz, Urheberrechten und Cyber-Mobbing für Jugendliche im Angebot. Im Comicstil gestaltete Flyer zu Cyber-Mobbing, Datenschutz, Persönlichkeitsrechten oder Sexting bieten gute Aufhänger, um mit Jugendlichen in diesem Zusammenhang ins Gespräch zu kommen.



🌐 [www.klicksafe.de/quiz](http://www.klicksafe.de/quiz)

klicksafe hat verschiedene Online-Quizze für Jugendliche unter anderem zu den Themen Datenschutz und Smartphone, Apps und mobiles Internet entwickelt.

🌐 [www.klicksafe.de/materialien](http://www.klicksafe.de/materialien)

Flyer: Datenschutz-Tipps für Jugendliche  
Flyer: Internet-Tipps für Jugendliche (auch in Türkisch, Russisch)



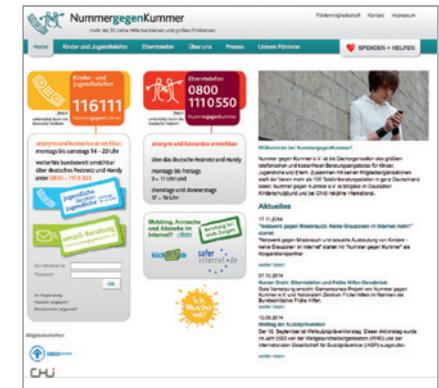
🌐 [www.jakob-und-die-cyber-mights.de](http://www.jakob-und-die-cyber-mights.de)

Das Spiel „Jakob und die Cybermights“ kann auf dieser Seite online gespielt und heruntergeladen werden. Spielerisch wird unter anderem auch das Thema Cyber-Mobbing aufgegriffen.

## Beratungsangebote für Kinder, Jugendliche und Eltern

🌐 [www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)

Das Kinder- und Jugendtelefon der „Nummer gegen Kummer“ ist unter der Nummer 116 111 montags bis samstags von 14:00 – 20:00 Uhr zu erreichen. Die Anrufe sind kostenlos und anonym. Samstags können Fragen oder Sorgen mit Gleichaltrigen besprochen werden. Die em@il-Beratung ist rund um die Uhr erreichbar. Das Elterntelefon ist montags bis freitags von 09:00–11:00 Uhr und dienstags und donnerstags von 17:00 – 19:00 Uhr unter der kostenlosen Nummer 0800 – 111 0 550 erreichen.



🌐 [www.juuuport.de](http://www.juuuport.de)

Auf der Internetplattform juuuport finden Jugendliche bei internetbezogenen Fragen der Problemen Hilfe. Das Besondere an juuuport ist, dass die Hilfe von anderen Jugendlichen kommt, die als Scouts dafür ausgebildet wurden.



🌐 [www.bke-jugendberatung.de](http://www.bke-jugendberatung.de) und [www.bke-elternberatung.de](http://www.bke-elternberatung.de)

Auf den Webseiten der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e. V (bke) finden Jugendliche im Alter zwischen 14 und 21 Jahren und Eltern kostenlose und anonyme Beratung zu Erziehungsfragen oder bei Problemen.

🌐 [www.mobbing-schluss-damit.de](http://www.mobbing-schluss-damit.de)

Hier gibt es ein Forum zum Austausch mit anderen, Informationen über Mobbing und Cyber-Mobbing und Tipps gegen Mobbing und Cyber-Mobbing. Einmal wöchentlich findet ein Expertenchat statt.

## Materialien und Linktipps für Schule und Jugendarbeit

🌐 [www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)

Im Materialbereich [www.klicksafe.de/materialien](http://www.klicksafe.de/materialien) können neben einem Lehrerhandbuch auch verschiedene vertiefende Unterrichtsmodule zu Themen wie Datenschutz, Urheber- und Persönlichkeitsrechte oder Cyber-Mobbing heruntergeladen und bestellt werden. Das Infoblatt „Das Handy in der Schule – 10 Tipps für Lehrer/innen“ findet sich unter [www.klicksafe.de/smartphones](http://www.klicksafe.de/smartphones). Im Spot-Bereich stehen auch thematisch passend Filme, wie der EU-Spot „Stop Cyber-Mobbing“, „Cyberbullying“ oder „Let’s fight it together“ für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen bereit. Der Direktlink [www.klicksafe.de/referentensuche](http://www.klicksafe.de/referentensuche) listet Ansprechpartner, wenn Schulen Elternabende zum Thema planen.

🌐 [www.handysektor.de/paedagogenecke](http://www.handysektor.de/paedagogenecke)

Hier finden sich Praxistipps und Unterrichtseinheiten zum mobilen Mediengebrauch, wie beispielsweise zwei Einheiten zu den Comic-Flyern „Das Netz vergisst nichts“ und „Gegen Mobbing“.

🌐 [www.internet-abc.de/eltern](http://www.internet-abc.de/eltern)

Im Elternbereich stehen unter dem Punkt „Unterrichten“ Materialien zum Thema Soziale Netzwerke und Cyber-Mobbing primär für die Klassen 3 bis 6 zum Download und Bestellen bereit.

🌐 [www.no-blame-approach.de](http://www.no-blame-approach.de)

Der No Blame Approach ist ein Interventionsprogramm bei Mobbing und Cyber-Mobbing, welches gezielt ohne Schuldzuweisungen arbeitet.

📖 Schluss mit Cyber-Mobbing! Das Trainings- und Präventionsprogramm „Surf-Fair“; Pieschl, Stephanie; Porsch, Torsten; Beltz-Verlag, 2013.

📖 Das Anti-Mobbing-Buch: Gewalt an der Schule – vorbeugen, erkennen, handeln. Mit Elternheft und Materialien zum Cyber-Mobbing; Jannan, Mustafa; Beltz-Verlag, 2010.

📖 Cyber-Mobbing begegnen – Handreichung der Arbeitsgemeinschaft Kinder- und Jugendschutz Landesstelle NRW e. V. – Download unter: [www.ajs.nrw.de](http://www.ajs.nrw.de)

• Präventionstheater zum Thema Cyber-Mobbing:

[www.comic-on.de](http://www.comic-on.de): [r@usgemobbt.de](mailto:r@usgemobbt.de) und [r@usgemobbt.2.0](mailto:r@usgemobbt.2.0)

[www.q-rage.de](http://www.q-rage.de): Total vernetzt – und alles klar!?

[www.theaterwerkstatt-heidelberg.de](http://www.theaterwerkstatt-heidelberg.de): Ausweg-Los; Ach verpiss Dich!

[www.zartbitter.de](http://www.zartbitter.de): click it!²

## Impressum

**klicksafe** ist Partner im deutschen Safer Internet Centre der Europäischen Union.

**klicksafe sind:**



Landeszentrale für Medien und Kommunikation (LMK)  
Rheinland-Pfalz  
[www.lmk-online.de](http://www.lmk-online.de)



Landesanstalt für Medien Nordrhein-Westfalen (LfM)  
[www.lfm-nrw.de](http://www.lfm-nrw.de)



Diese Broschüre steht unter der Creative-Commons-Lizenz BY-NC-ND 4.0 DE, d. h. die unveränderte, nichtkommerzielle Nutzung und Verbreitung der Inhalte auch in Auszügen ist unter Angabe der Quelle klicksafe und der Webseite [www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de) erlaubt. Weitere Informationen unter <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.de>. Über die in der Lizenz genannten hinausgehende Erlaubnisse können auf Anfrage durch den Herausgeber gewährt werden. Wenden Sie sich dazu bitte an [klicksafe@lfm-nrw.de](mailto:klicksafe@lfm-nrw.de).

**Herausgeber: klicksafe**

c/o Landesanstalt für Medien  
Nordrhein-Westfalen (LfM)  
Zollhof 2  
40221 Düsseldorf  
[klicksafe@lfm-nrw.de](mailto:klicksafe@lfm-nrw.de)  
[www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)

klicksafe wird gefördert von der Europäischen Union.

**Autoren:**

Christine Kretschmer, Martin Müsgens

Unter Mitarbeit von Elisa Wegmann und Benjamin Stodt

**Dank an:** Prof. Dr. Matthias Brand, Nina Pirk, John Hendrik Weitzmann

Verantwortlich im Sinne des Presserechts (ViSdP): Mechthild Appelhoff, LfM

**Gestaltung, Layout und Illustrationen:** stilfreund, Paderborn, [www.stilfreund.de](http://www.stilfreund.de)

**Cover-Foto:** © highwaystarz - Fotolia.com

Stand: Februar 2015



# klicksafe.de

ist Partner im deutschen Safer Internet Centre der Europäischen Union.

klicksafe sind:

**>lfm:**  
Landesanstalt für Medien  
Nordrhein-Westfalen (LfM)

 **LMK**  
Landeszentrale für  
Medien und Kommunikation  
Rheinland-Pfalz

klicksafe-Büros:

c/o Landesanstalt für Medien  
Nordrhein-Westfalen (LfM)  
Zollhof 2  
40221 Düsseldorf  
Tel: 0211 / 77 00 7-0  
Fax: 0211 / 72 71 70  
E-Mail: [klicksafe@lfm-nrw.de](mailto:klicksafe@lfm-nrw.de)  
URL: [www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)

c/o Landeszentrale für Medien und  
Kommunikation (LMK) Rheinland-Pfalz  
Turmstraße 10  
67059 Ludwigshafen  
Tel: 06 21 / 52 02-0  
Fax: 06 21 / 52 02-279  
E-Mail: [info@klicksafe.de](mailto:info@klicksafe.de)  
URL: [www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)