



Wenn das Smartphone zur Hölle wird

Cybermobbing bei Jugendlichen. Tipps für Eltern & Lehrer

Neue Medien: Neuer Raum zum Mobben

Mit den digitalen Medien haben sich nahezu unbegrenzte Möglichkeiten aufgetan. Leider auch zum Mobben. Kannte man das Fertigmachen früher eher nur vom Schulhof, so haben sich die Lästerratten heute in den digitalen Raum verschoben. Vor allem in Messenger-Diensten wie WhatsApp wird heftig gemobbt.

Betroffen sind größtenteils Kinder und Jugendliche zwischen 12 und 19* Jahren. Dabei ist die Zahl der Cybermobbing-Opfer alarmierend hoch. In einer Studie** haben fast 13% der Schüler angegeben, bereits im Internet attackiert worden zu sein. Das sind hochgerechnet auf Deutschland über 1,4 Millionen Schüler. Mädchen wurden tendenziell etwas mehr angefeindet als Jungs, besonders leiden jedoch die 16- bis 18-jährigen darunter**.

* JIM-Studie 2018 ** Cyberlife Studie II 2017

Harmloser Auslöser, lange Leidensgeschichte

Wie schnell man zur Zielscheibe wird, hat die 17-jährige Marie erlebt. Die Schülerin postete ein Urlaubsfoto von sich in sommerlicher Bekleidung auf Instagram und fand sich kurz darauf in einem Shitstorm wieder, der wochenlang anhielt. „Uiii, ein Meer-Schwein“, „Fette Seekuh“, „Am besten Notschlachtung“, lästerten nicht nur einige Klassenkameraden, sondern auch völlig fremde Personen. Ständig kamen neue Gemeinheiten dazu. Eigentlich unfassbar: Der Auslöser war ein harmloser Urlaubsschnappschuss.

Psychoterror auf allen Kanälen

Was für die Schülerin auf Instagram begann, ging auf WhatsApp, Snapchat, Facebook, sogar per SMS weiter. Die Cybermobbing-Attacken breiteten sich rasant aus. Wie eine Lawine, die nicht mehr zu stoppen war. Und Löschen half nichts. Die Gymnasiastin fühlte sich dem digitalen Dauerbeschuss hilflos ausgeliefert.

#fatgirlMarie

#MaMeerSchwein

Happy times!

Anton // 10:05
Ey, die traut sich was.

Felix // 10:07
Ein Walfisch auf Spritztour

Tom // 10:20
Uiii, ein Meer-Schwein

Josi // 10:22
Quatsch, eine fette Seekuh

Till // 10:30
Sonst niemand auf dem Boot. Alle vor Schreck ins Wasser gefallen, bei dem Anblick.

To Ma // 10:55

118

20

73

Über digitale Lästerattacken und ihre Folgen

Cybermobbing ist das wiederholte, meist öffentliche Belästigen und Beleidigen, das Bloßstellen und Fertigmachen anderer im Internet per Smartphone. Es wird an Schulen immer mehr zum Problem, wobei es an Berufsschulen häufiger anzutreffen ist als an Gesamtschulen und Gymnasien*. Oft geht es mit klassischem Mobbing Hand in Hand — und schwappt zwischen realer und virtueller Welt hin und her.

Für betroffene Schüler ist Cybermobbing alles andere als harmlos. Das Leben leidet. Es belastet psychisch und kann ernste gesundheitliche Schäden verursachen. Marie beispielsweise zog sich immer mehr zurück, wurde depressiv und ihre schulischen Leistungen brachen ein.

* JIM Studie 2018

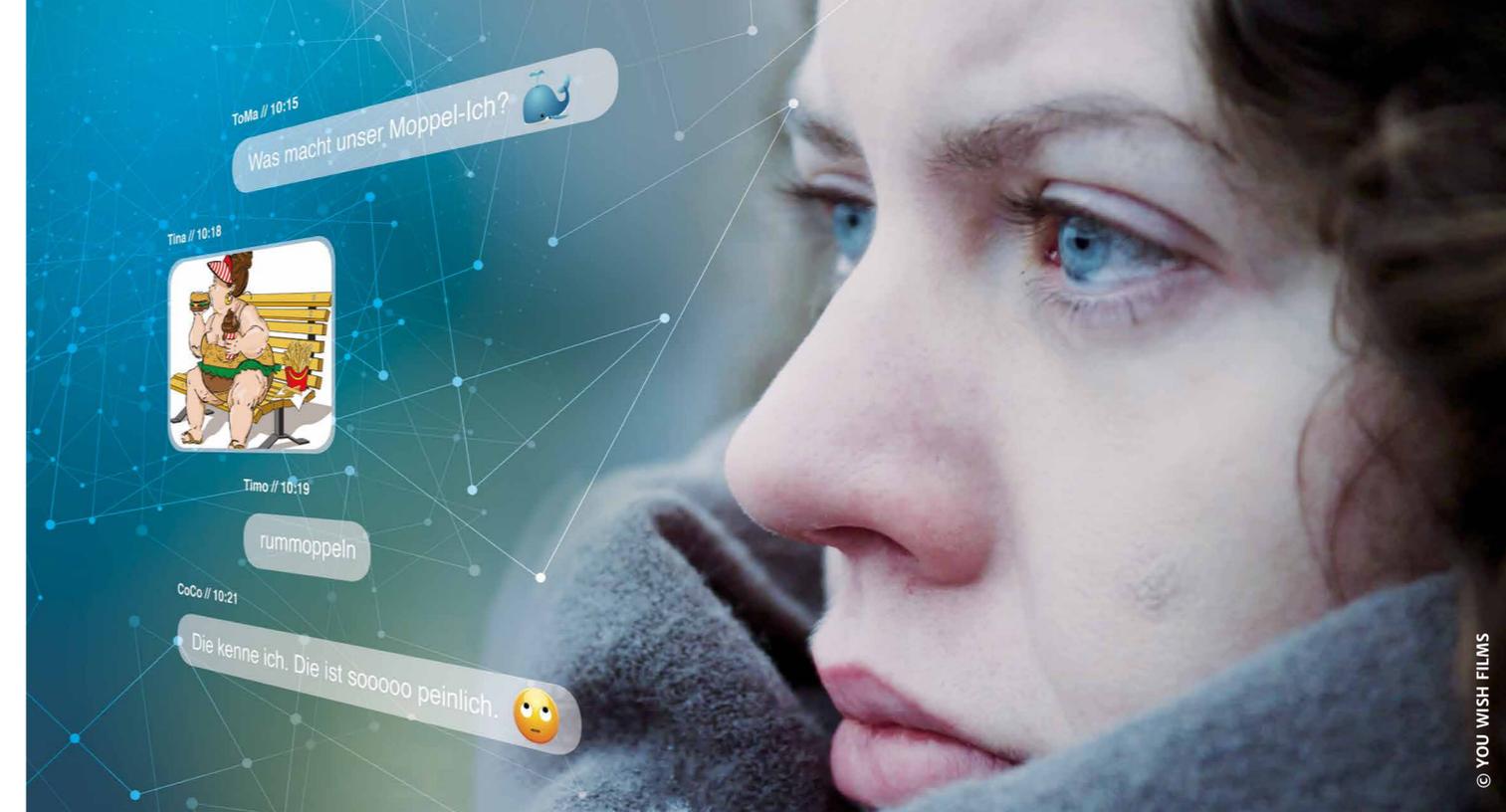
Rund um die Uhr angreifbar

Die digitalen Lästerattacken spielen sich überwiegend unter Gleichaltrigen ab, über einen längeren Zeitraum. Für die Betroffenen heißt das: keine Pause. Auch nicht zu Hause, im Kinderzimmer. Ununterbrochen, 24 Stunden lang, zeigt das Smartphone neue Beleidigungen an, die nicht am Schultor Halt machen, sondern ungehindert in die Privatsphäre eindringen.

Gruppenchats: Viele gegen einen

Aktuell ist WhatsApp die beliebteste Plattform und hat Facebook längst überholt. So wundert es nicht, dass besonders häufig in WhatsApp-Gruppen gelästert wird. Nicht selten erhalten Jugendliche mehrere Hundert fiese Nachrichten pro Tag. Das Gefährliche daran: Was in den Gruppenchats geschrieben wird, ist für Außenstehende nicht einsehbar.

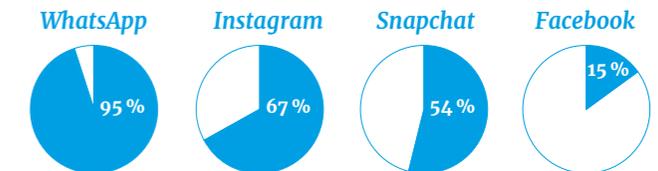
Weiteres Problem: Die Inhalte wie Texte, Fotos oder Videos verbreiten sich extrem schnell, sind nur schwer zu kontrollieren und lassen sich kaum wieder löschen. Auch das Publikum ist im Netz unüberschaubar groß.



Top 4 der beliebtesten Apps bzw. Lästerplattformen

die Jugendliche zwischen 12 und 19 Jahren regelmäßig nutzen*

* JIM-Studie 2018



Neues Level beim Mobben: Onlinespiele

Ein beliebter Zeitvertreib für Heranwachsende sind natürlich Onlinespiele. Drei von fünf Jugendlichen spielen mehrfach pro Woche*, Jungs etwas mehr als Mädchen. Gezockt werden am liebsten Handy- bzw. Smartphone-Spiele, Konsolenspiele rangieren auf den hinteren Rängen.

Online- bzw. Handygames sind längst zum Spielfeld für Mobber geworden. Auch wenn die Spielegrafiken völlig harmlos und mitunter kindlich aussehen, wird in den entsprechenden Spiele-Communities und -Chats richtig fies gemobbt. Der Tonfall ist mehr als rau. Es wird beleidigt, angegriffen und verbal attackiert, um Mitspieler oder Neulinge aus dem Spiel zu drängen. Schnell heißt es dann: Game over.

*JIM-Studie 2018

Falsches Spiel plus perverse Anmache: Cybergrooming

Was in den Chats der Onlinespiele ebenfalls anzutreffen ist: plumpe Anmachen und Anbaggern. Auch bekannt unter der Bezeichnung Cybergrooming. Das ist die Anbahnung sexuellen Missbrauchs von Kindern, meist durch ältere Männer. Sie geben sich in den Chats als Gleichaltrige aus, um Vertrauen aufzubauen. Später drängen sie ihr jüngeres Gegenüber dazu, z. B. Nacktfotos zu schicken und sich mit ihnen zu treffen.



Alles über die unbekannt, bekannten Angreifer

Peter22, Herr Rossi oder ToMa: Hinter nichtssagenden Nicknames verstecken sich die meist anonymen Täter. Doch in vielen Fällen kennt das Opfer die Angreifer. Sie kommen sehr oft aus dem näheren Umfeld, wie z. B. der Schule, dem Wohnviertel oder Sportverein. Selten sind gänzlich Fremde involviert. Das Mobben geht oft auch von einer Person oder einer kleinen Gruppe aus. Bei Marie waren es zwei Mädchen aus der Parallelklasse, wie sich später herausstellte.

Die Auslöser für Cybermobbing können ganz banal sein, z. B. neue Klassenkonstellationen, ungelöste und unterschwellige Konflikte bzw. ungelöste Probleme in einer Klasse oder Gruppe.

Darum werden Schüler zu Mobbern:

- als Ventil für aufgestaute Aggressionen, Mobben bringt Entlastung
- für mehr Anerkennung und um den eigenen Ruf zu verbessern
- um das Gemeinschaftsgefühl in einer Gruppe zu stärken
- um eigene Stärke zu zeigen: „Ich habe hier das Sagen!“, Mobben als Machtdemonstration
- aus Angst, selbst zum Mobbing-Opfer zu werden
- aus Rache, einige Täter waren selbst Opfer von Cybermobbing und wollen das Erlittene zurückzahlen



Unsichtbar verletzt: Cybermobbing hinterlässt Spuren

Eines vorweg: Ob ein Jugendlicher gerade eine schwere Phase durchmacht und z. B. unglücklich verliebt ist oder unter massiven Cybermobbing-Attacken leidet, ist nicht leicht auszumachen. Weder für Eltern noch für Lehrer.

Erschwerend kommt hinzu, dass Cybermobbing für Außenstehende nahezu unsichtbar ist. Die Schikane finden meist in geschlossenen Gruppenchats statt und die Betroffenen schweigen — aus Scham.

Irgendetwas stimmt nicht: Warnsignale für Lehrer

In der Schule verhält sich der betroffene Schüler anders als sonst und

- leidet unter niedergeschlagener und bedrückter Stimmung
- hat Angstzustände
- zeigt Konzentrationsprobleme und plötzlichen Leistungsabfall
- fehlt häufiger im Unterricht, das kann bis zur Schulverweigerung gehen
- zeigt eine plötzliche Verschlossenheit
- entwickelt Aggressionen und Gewaltfantasien (seltener)
- leidet unter körperlichen Symptomen, klagt z. B. über Kopf- und Magenschmerzen
- zieht sich in andere Welten zurück, z. B. in Onlinespiele

Achten Sie auf mögliche Warnsignale und sprechen Sie vertrauensvoll mit Ihrem Kind oder dem Schüler. Wieder und wieder. Denn es braucht Zeit, um sich zu öffnen. Oft sind die Eltern überfordert, wenn ihr Kind durch Cybermobbing angegriffen wird. Holen Sie sich professionelle Hilfe, z. B. beim WEISSEN RING, wir vermitteln auch Anlaufstellen in Ihrer Nähe.

Hilfe, mein Kind wird gemobbt: Warnsignale für Eltern

Sie erkennen Ihr Kind nicht mehr wieder. Es verhält sich merkwürdig:

- es wirkt niedergeschlagen und psychisch belastet
- seine Fröhlichkeit und Lebensfreude sind verschwunden
- es reagiert auf Ansprache gereizt und genervt
- zeigt plötzlichen Leistungsabfall in der Schule
- hat null Bock auf Schule und auch kein Interesse an vorher geliebten Hobbys
- zieht sich zurück und will allein sein
- ist nicht mehr gern im Internet, schließt Anwendungen, wenn jemand dazukommt, und wirkt verstört
- leidet körperlich, hat plötzliche Kopf- und Bauchschmerzen, Appetitlosigkeit sowie Müdigkeit und Schlaflosigkeit
- zieht sich in andere Welten zurück, z. B. in Onlinespiele

Zusammen einen Schutzschild aufbauen: Zehn Abwehrmaßnahmen



Auswege aus der unerträglichen Situation

Der wichtigste Schritt ist, dass der betroffene Jugendliche seine Scham überwindet und sich einer Person anvertraut. Ganz egal, ob bester Freund, Vertrauenslehrer oder Eltern. Marie hat lange gebraucht bis sie ihrer Freundin von den Lästereien erzählte und sich helfen ließ. Erst dadurch wurden die Attacken weniger.

Juristisch zurückschlagen

Das Internet ist kein rechtsfreier Raum und Cybermobbing kein Spaß, sondern eine Straftat. Auch wenn es in Deutschland kein spezielles Cybermobbing-Gesetz gibt, so können viele Handlungen dennoch straf- oder zivilrechtlich verfolgt werden. Offline wie online. Das sind z. B. Beleidigungen, üble Nachrede und Verleumdungen. Ebenso können Nachstellungen, Bedrohungen, Nötigung und Erpressung bei der Polizei angezeigt werden. Wichtig: Auch Fotos, Videos oder Handymitschnitte dürfen nicht ohne Zustimmung verbreitet und ins Netz gestellt werden. Beweise sichern ist also das A und O, um erfolgreich gegen die Täter vorzugehen.

Lieber früher als später: Medienkompetenz stärken

Sind die Digital Natives digital naiv? Fast 99%* der 12- bis 19-Jährigen besitzen ein eigenes Smartphone und nutzen diesen multimedialen Alleskönner intensiv. Im Durchschnitt drei Stunden pro Schultag** sind die Jugendlichen im Internet unterwegs, weitestgehend unbeaufsichtigt von den Eltern. Welche Gefahren im Netz lauern, wissen leider die wenigsten. Wichtig daher: die Medienkompetenz stärken, über Risiken aufklären und die Internetnutzung begleiten. Gerade im Alter von 11 bis 14, hier intensiviert sich die Nutzung**.

* JIM-Studie 2018

** Cyberlife Studie II 2017

Nicht nur in den Pausen: Cybermobbing & Schule

Dass Cybermobbing ein ernstes Problem an deutschen Schulen ist, beweist folgende Zahl: Jeder zehnte Pädagoge* kam in den letzten zwölf Monaten regelmäßig mit digitalen Lästerattacken in Berührung. Für Schulen ist das längst kein Kavaliersdelikt mehr, sondern wird mit disziplinarischen Maßnahmen geahndet. Auch externe Hilfe wird in Anspruch genommen, z. B. durch den psychologischen Dienst, besonders geschulte Pädagogen oder durch Angebote der Polizei. Intervention kommt vor Prävention.

Und: Die Schulen haben massiv die Präventionsarbeit aufgestockt. Ob direkt im Unterricht, in speziellen Workshops bzw. Trainings oder durch die Einführung von Schlichtungs- und Mediationsprogrammen. Die Themenfelder sind breit gesteckt und reichen von sicherer Mediennutzung über soziale Kompetenz sowie respektvolles Kommunikationsverhalten bis hin zur Aufklärung über die Gefahren des Internets.

* Cyberlife Studie II 2017



Medienkompetenz: Alle müssen nachsitzen

Beim Thema Medienkompetenz, die richtigerweise Mediennutzungskompetenz heißen müsste, sind alle Seiten gefragt. Lehrkräfte, Eltern und Schüler. Hierbei geht es um Kenntnisse zum Schutz der Privatsphäre bzw. persönlicher Daten und um den verantwortungsvollen Umgang mit Informationen.

Viel zu schnell und zu leichtfertig werden Inhalte per WhatsApp oder in den sozialen Medien geteilt. So wimmelt es in den Gruppenchats von freizügigen Selfies der Schüler, auch bekannt als Sexting. Nicht selten wird dort außerdem mit persönlichen Nacktaufnahmen angegeben oder es werden nicht kindertaugliche, gewaltverherrlichende oder pornografische Videos in die Runde geschickt. Mit Handyverboten kommt man dagegen nicht an.

Unterrichtsmaterial nur ein paar Klicks entfernt

Für Lehrkräfte und Pädagogen gibt es im Internet zahlreiches Unterrichtsmaterial, viele Anregungen für Projektarbeit und Workshops:

klicksafe.de

Sehr umfangreiche Materialsammlung zur Unterrichtsgestaltung, auch zum Thema Cybermobbing, plus ein praktisches Lehrerhandbuch. Empfehlenswert.

buendnis-gegen-cybermobbing.de

Nützliche Adresse mit zahlreichen Infos und einem ganzheitlichen Präventionsprogramm.

mobbing-schluss-damit.de

Neben Arbeitsbögen für unterschiedliche Klassenstufen gibt es hier ein eigens entwickeltes Mobbingbarometer für Schulen, um Mobbing aufzudecken.



Sicher im Internet unterwegs: Die wichtigsten Leitplanken

Privates bleibt privat

Das Netz vergisst nichts. Gar nichts. Weder Fotos, Videos, Postings noch andere Inhalte. Das sollte man sich immer wieder bewusst machen und daher genau überlegen, was man ins Internet stellt. Reden Sie mit Ihrem Kind oder Ihren Schülern darüber, welche Inhalte geeignet sind und welche nicht. Am besten, man verzichtet auf Privates und gibt nur wenig von sich selbst preis. Persönliche Kontaktdaten wie Handynummer oder die Adresse gehören dort ebenfalls nicht hin.



Weniger ist mehr

Wer ist Tina15? Die digitale Welt hat ihre eigenen Spielregeln. Dazu gehört auch, dass man sich neue Identitäten und Profile, z. B. in den sozialen Medien oder in Onlinespielen, einfach selbst zulegen kann. Keiner überprüft das. Deshalb gilt: Wenn man im Netz unterwegs ist, sollte man einen Nickname haben, der wenig über das Alter und den realen Namen verrät. Außerdem: immer gesundes Misstrauen an den Tag legen, wenn man von Unbekannten kontaktiert wird. Denn vielleicht ist Tina15 in Wirklichkeit Peter, 59 Jahre.

© iStockphoto

Zum Weiterlesen: Gute Adressen im Netz

klicksafe.de

saferinternet.at

juuport.de

handysektor.de

Ob online oder offline: Jede Spende zählt

Auch beim Helfen braucht man alle Hilfe: Unterstützen Sie die Arbeit des WEISSEN RINGS mit Ihrer Spende. Mehr als 2.900 ehrenamtliche Helferinnen und Helfer sind deutschlandweit für uns im Einsatz. Professionell kümmern sie sich z. B. um Cybermobbing-Opfer und in Not geratene Menschen, leisten menschlichen Beistand und beraten.

Neben der Opferhilfe engagieren wir uns außerdem im Bereich Präventions- und Aufklärungsarbeit, damit Gefahren frühzeitig erkannt und abgewehrt werden können. Das gilt für die reale Welt genauso wie für die digitale. Siehe das heikle Thema Cybermobbing. Da sich unsere Arbeit komplett aus Spenden finanziert, freuen wir uns über jeden Beitrag.

Jeder Betrag bewegt etwas

Mit **35 Euro** unterstützen Sie uns, einen Vortrag zum Thema Cybermobbing durchzuführen.

Mit **50 Euro** setzen Sie sich dafür ein, dass wir ein Präventionsprojekt vor Ort starten. Auch in Zusammenarbeit mit der Polizei.

Mit **75 Euro** helfen Sie uns, einen Infostand zu finanzieren, um z. B. auf das Thema Cybermobbing aufmerksam zu machen.

Spendenkonto WEISSER RING

IBAN: DE68 5505 0120 0000 3434 34

BIC: MALADE51MNZ

Sparkasse Mainz

Oder ganz bequem per Paypal. Mehr dazu unter: spenden.weisser-ring.de

WEISSER RING e. V.

Bundesgeschäftsstelle • Weberstraße 16 • 55130 Mainz • Germany

info@weisser-ring.de • www.weisser-ring.de

www.facebook.com/weisserring

www.youtube.com/weisserringev

Opfer-Telefon: 116 006 • **Onlineberatung:** weisser-ring.de

(bundesweit kostenfrei)

400 Außenstellen bundesweit

2. Auflage September 2019

Artikelnummer: 1114