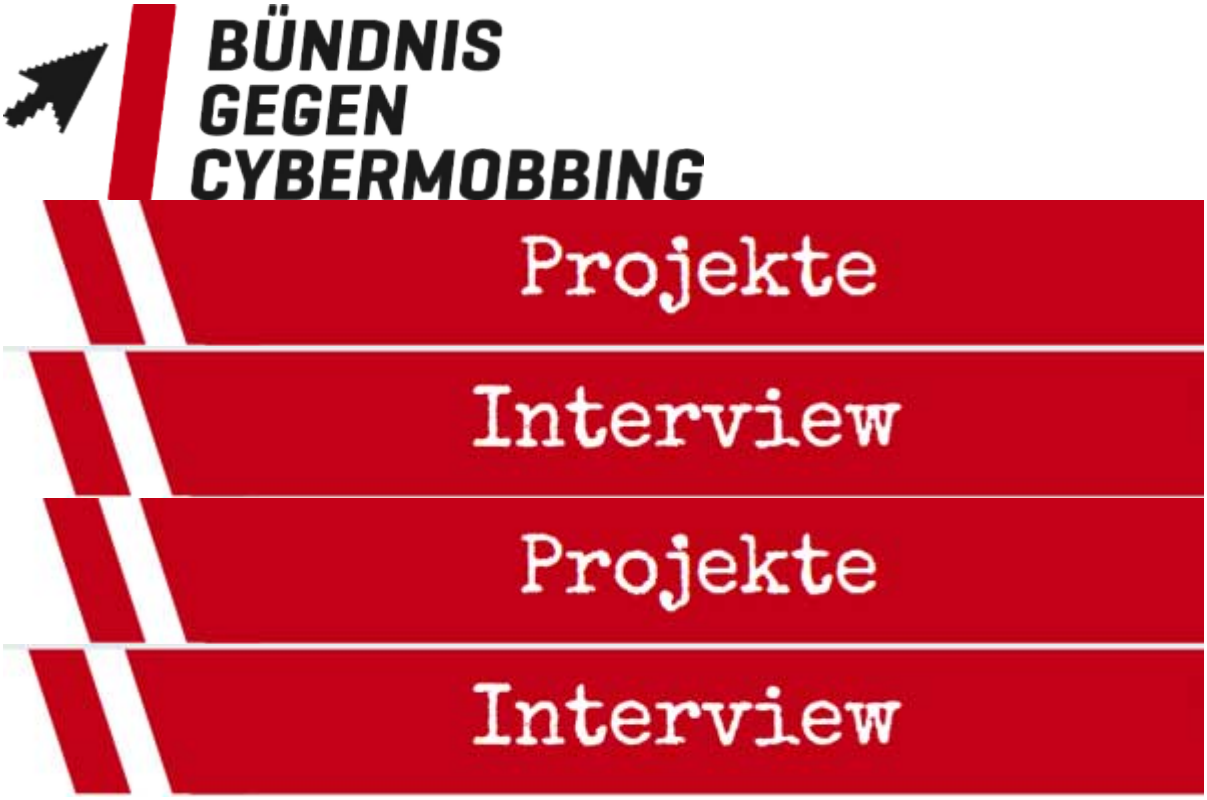


11 SuizidprÃ¤vention Schauhin

Description



SuizidprÃ¤vention und die Folgen von Cybermobbing: Ein dringender Appell an unsere Gemeinschaft

Cybermobbing ist eine der grÃ¶Ã?ten Herausforderungen fÃ¼r die psychische Gesundheit junger Menschen in der heutigen digitalen Gesellschaft. Die Auswirkungen gehen weit Ã¼ber das Klassenzimmer hinaus und betreffen nicht nur das unmittelbare Umfeld der Betroffenen, sondern auch Familien und Freundeskreise. Besonders alarmierend ist, dass Cybermobbing in extremen FÃ¤llen so schwer auf das psychische Wohl der Betroffenen wirkt, dass es zu Suizidgedanken fÃ¼hren kann. Angesichts dieser dramatischen RealitÃ¤t wird deutlich, warum PrÃ¤ventionsarbeit unverzichtbar ist und weiterhin gestÃ¤rkt werden muss.



Beunruhigende Einblicke durch die Cyberlife V Studie

Die kÃ¼rzlich verÃ¶ffentlichte **Cyberlife V Studie** verdeutlicht die gravierenden psychischen Folgen von Cybermobbing auf SchÃ¼ler in Deutschland. Die Zahlen sind erschÃ¼tternd: Fast ein Viertel der Cybermobbing-Opfer, was etwa 500.000 SchÃ¼lerinnen und SchÃ¼lern entspricht, hatte bereits Suizidgedanken. Die Studie zeigt auch, dass etwa jeder Achte, also rund 13% der Betroffenen, aus Verzweiflung zu Alkohol oder Tabletten griff. Diese Zahlen sind alarmierend und belegen, wie sehr Cybermobbing das Leben junger Menschen beeinflusst und belastet.

Besonders signifikant ist der Einfluss der allgemeinen Lebenszufriedenheit der betroffenen SchÃ¼ler. Laut Studie berichteten 11% der zufriedenen SchÃ¼ler, zu Alkohol oder Tabletten gegriffen zu haben, wÃ¤hrend dieser Anteil bei den unzufriedenen SchÃ¼lern auf 24% anstieg. Auch bei den Suizidgedanken ist das Bild Ã¤hnlich besorgniserregend: 19% der zufriedenen SchÃ¼ler Ã¤uÃ?erten Suizidgedanken, wÃ¤hrend bei den unzufriedenen Betroffenen diese Zahl auf 35% stieg. Diese Diskrepanz zeigt, wie wichtig es ist, die Lebenszufriedenheit und das psychische Wohl junger Menschen in den Mittelpunkt der PrÃ¤ventionsarbeit zu stellen.

PressContinue und der DeepTalk: Ein wichtiges Format fÃ¼r die PrÃ¤vention

Im September ermÃ¶glichte die Spendenaktion **PressContinue** einen intensiven **DeepTalk** zur SuizidprÃ¤vention Ã¼ber Twitch und den verheerenden Auswirkungen von Cybermobbing auf junge Menschen. Bei diesem GesprÃ¤ch kamen verschiedene Experten und das BÃ¼ndnis gegen Cybermobbing zusammen, um mit dem Publikum Ã¼ber die psychischen Belastungen von Betroffenen zu sprechen. Fachleute aus den Bereichen Psychologie und PrÃ¤vention betonten die Bedeutung offener Kommunikation und die Notwendigkeit gezielter UnterstÃ¼tzung fÃ¼r Jugendliche. Die Teilnehmer setzten ein starkes Zeichen gegen die Tabuisierung psychischer Belastungen und fÃ¼r mehr Aufmerksamkeit auf PrÃ¤vention und Hilfeangebote. Mit dabei im DeepTalk waren unter anderem bekannte Twitch-Streamer wie **LaNoireSakura**, die fÃ¼r ihre actionreichen Streams und ihr Motto â??no chill â?? only krassâ?? bekannt ist, sowie **BinaBianca**, die ihre Community mit ihrer Musik- und Gaming-Leidenschaft begeistert. **AhoiBabsi** brachte ihre humorvolle Art und Liebe zum Gaming ein, wÃ¤hrend **Yumi aka xPinkTrooper** und **Yoshiko_VT** mit positivem Lifestyle-Content und ihrer Community-Zusammenarbeit inspirierten. Besonders Yoshiko_VT berichtete Ã¼ber eigene Erfahrungen, was den Talk eindrucksvoll bereicherte und das Thema greifbar machte.



Dieser Austausch bot eine einzigartige Gelegenheit, die Stimmen von Betroffenen und Fachleuten zu vereinen und gemeinsam LÃ¶sungswege aufzuzeigen. Insbesondere fÃ¼r LehrkrÃ¤fte, die oftmals die ersten Ansprechpartner bei Mobbing und psychischen Belastungen im schulischen Umfeld sind, kann dieser DeepTalk einen wichtigen Beitrag darstellen. Die gesamte Aufzeichnung finden Sie auf **YouTube**.



Wie LehrkrÃ¤fte die Anzeichen von Cybermobbing und SuizidgefÃ¤hrdung erkennen kÃ¶nnen

LehrkrÃ¤fte spielen eine zentrale Rolle in der Erkennung und PrÃ¤vention von Cybermobbing und den daraus resultierenden psychischen Folgen. Oft sind sie diejenigen, die erste Anzeichen von Mobbing oder belastendem Verhalten bemerken und eingreifen kÃ¶nnen. Hier einige Hinweise, die dabei helfen kÃ¶nnen, betroffene SchÃ¼ler zu identifizieren und zu unterstÃ¼tzen:

- **PlÃ¶tzliche VerhaltensÃ¤nderungen**: RÃ¼ckzug, fehlende Teilnahme an GruppenaktivitÃ¤ten oder ein deutlicher Leistungsabfall kÃ¶nnen Anzeichen dafÃ¼r sein, dass ein SchÃ¼ler unter Cybermobbing leidet.
- **Vermeidung sozialer Kontakte**: SchÃ¼ler, die plÃ¶tzlich das Interesse an sozialen Interaktionen verlieren oder von bekannten Freundeskreisen isoliert wirken, kÃ¶nnten Opfer von Mobbing sein.
- **Ã?ngstliches Verhalten im Umgang mit digitalen GerÃ¤ten**: Wenn SchÃ¼ler wÃ¤hrend oder nach der Nutzung von Smartphones oder Computern Ã¤ngstlich oder niedergeschlagen wirken, kann dies auf belastende Nachrichten oder Kommentare hinweisen.

PrÃ¤ventionsmaÃ?nahmen und Empfehlungen fÃ¼r den Schulalltag

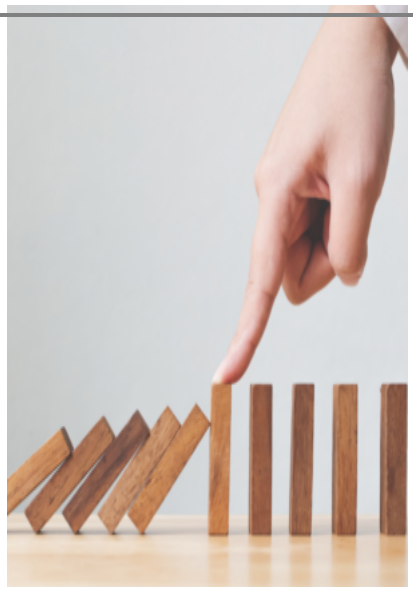
Um den Auswirkungen von Cybermobbing entgegenzuwirken, ist eine prÃ¤ventive Strategie auf mehreren Ebenen notwendig. Schulen kÃ¶nnen durch gezielte MaÃ?nahmen eine Kultur des Respekts und der Achtsamkeit schaffen. Hier sind einige Empfehlungen fÃ¼r die PrÃ¤ventionsarbeit:



1. **Sensibilisierung und AufklÃ¤rung**: RegelmÃ¤Ã?ige AufklÃ¤rung Ã¼ber die Folgen von Cybermobbing und die Gefahren der digitalen Kommunikation sind zentral. LehrkrÃ¤fte kÃ¶nnen Workshops oder Projekttage organisieren, um SchÃ¼ler fÃ¼r respektvollen Umgang im Netz zu sensibilisieren.
2. **Einbindung externer FachkrÃ¤fte**: Die Zusammenarbeit mit Organisationen und Experten auf dem Gebiet der SuizidprÃ¤vention und psychischen Gesundheit, wie der Deutschen Gesellschaft fÃ¼r SuizidprÃ¤vention, kann wertvolle Einblicke und UnterstÃ¼tzung bieten.
3. **Schaffung eines offenen Dialogs**: Ein vertrauensvolles Schulklima, in dem SchÃ¼ler ihre Sorgen und Probleme ansprechen kÃ¶nnen, ist entscheidend. RegelmÃ¤Ã?ige KlassengesprÃ¤che oder Sprechstunden bieten SchÃ¼lern einen sicheren Raum, um Ã¼ber ihre Erlebnisse zu sprechen.
4. **EinfÃ¼hrung von Peer-Groups**: Gleichaltrige, die als Peer-Mediator*innen geschult sind, kÃ¶nnen oft schneller das Vertrauen der MitschÃ¼ler gewinnen und als Vermittler fungieren. Dies stÃ¤rkt das Gemeinschaftsgefühl und kann prÃ¤ventiv wirken.
5. **FÃ¶rderung der Medienkompetenz**: SchÃ¼ler sollten lernen, wie sie sich sicher und bewusst im digitalen Raum bewegen und negative Inhalte oder BelÃ¤stigungen melden kÃ¶nnen. LehrkrÃ¤fte kÃ¶nnen SchÃ¼lern zeigen, wie sie Cybermobbing erkennen, sich schÃ¼tzen und UnterstÃ¼tzung suchen.

SuizidprÃ¤vention ist Gemeinschaftsaufgabe

Um den Auswirkungen von Cybermobbing entgegenzuwirken, ist eine prÃ¤ventive Strategie auf mehreren Ebenen notwendig. Schulen kÃ¶nnen durch gezielte MaÃ?nahmen eine Kultur des Respekts und der Achtsamkeit schaffen. Hier sind einige Empfehlungen fÃ¼r die PrÃ¤ventionsarbeit:



Die Zahlen der **Cyberlife V Studie** zeigen klar, dass Cybermobbing eine ernste und oft unterschÃ¤tzte Gefahr fÃ¼r die psychische Gesundheit junger Menschen darstellt. LehrkrÃ¤fte, Schulsozialarbeiter und auch Eltern sind gefordert, gemeinsam gegen diese Entwicklung vorzugehen. SuizidprÃ¤vention und psychische Gesundheit mÃ¼ssen als zentrale Themen im schulischen Kontext verankert werden. Nur durch gemeinsame BemÃ¼hungen, offene Dialoge und die kontinuierliche StÃ¤rkung der mentalen Resilienz kÃ¶nnen wir sicherstellen, dass SchÃ¼ler in einer Umgebung aufwachsen, die sie unterstÃ¼tzt und schÃ¼tzt.

Mit Initiativen wie dem DeepTalk und durch Spendenaktionen wie PressContinue schaffen wir wertvolle Plattformen, um auf die ernsten Folgen von Cybermobbing aufmerksam zu machen. Jede PrÃ¤ventionsmaÃ?nahme, jeder offene Dialog und jedes VerstÃ¤ndnis fÃ¼r die digitale Lebenswelt unserer SchÃ¼ler bringt uns einen Schritt nÃ¤her zu einer respektvollen und sicheren digitalen Kultur.

Gemeinsam gegen Cybermobbing â?? fÃ¼r das Wohl unserer SchÃ¼ler und eine Zukunft ohne psychische Belastungen.

Cybermobbing bei Jugendlichen: Verena MÃ¼ller im ARTE Journal Junior Ã¼ber alarmierende Studienergebnisse und effektive SchutzmaÃ?nahmen

Im **ARTE Journal Junior** hatte Verena MÃ¼ller, als Referentin fÃ¼r das BÃ¼ndnis gegen Cybermobbing, die Chance, auf die drÃ¤ngenden Ergebnisse der neuen **Cyberlife V Studie** einzugehen. Besonders alarmierend: **jeder fÃ¼nfte SchÃ¼ler** ist von Cybermobbing betroffen. Diese Zahl zeigt, wie allgegenwÃ¤rtig und schwerwiegend das Thema ist. Im Interview bietet Verena MÃ¼ller wertvolle Tipps, wie Kinder und Jugendliche sich vor Online-Angriffen schÃ¼tzen kÃ¶nnen. Zudem gibt sie praktische Hinweise fÃ¼r Eltern und Schulen, um betroffene Kinder gezielt zu unterstÃ¼tzen.



Die Ergebnisse der Studie verdeutlichen, dass PrÃ¤vention und Sensibilisierung heute wichtiger denn je sind. Cybermobbing hat weitreichende Konsequenzen auf die mentale Gesundheit und die persÃ¶nliche Entwicklung junger Menschen, was auch die Rolle der Schulen und Familien in den Fokus rÃ¼ckt. Im GesprÃ¤ch geht MÃ¼ller darauf ein, wie Schulen durch klare Regeln und Programme ein sicheres Umfeld schaffen kÃ¶nnen und wie Eltern eine wertvolle Anlaufstelle fÃ¼r betroffene Kinder sein kÃ¶nnen.

Der Beitrag ist ein kraftvoller Appell an alle Beteiligten, sich der RealitÃ¤t von Cybermobbing bewusst zu werden und aktiv zu helfen.

Hier der Link zum Interview in der **ARTE-Mediathek**: ARTE Journal Junior ansehen

Eltern, macht Euch medienfit: Mit den SCHAU HIN!-Medienkursen fÃ¼r Eltern

Eltern und Erziehende treffen jeden Tag Entscheidungen zur Mediennutzung in ihrer Familie: Wie viel Zeit vor dem Bildschirm? Und welche Inhalte sind geeignet? Bei der groÃ?en Bandbreite an Angeboten und GerÃ¤ten kÃ¶nnen Erwachsene schnell den Ã?berblick verlieren. Hier setzen die â??SCHAU HIN!-Medienkurse fÃ¼r Elternâ?? an: In nur 30 Minuten lernen Eltern und Erziehende, ihre Kinder im Umgang mit Medien besser zu begleiten.

Die â??SCHAU HIN!-Medienkurse fÃ¼r Elternâ?? sind kostenlos und werbefrei. Partner sind das Bundesfamilienministerium, ARD, ZDF und die AOK. Es gibt je einen Kurs fÃ¼r diese vier Altersgruppen: null bis zwei Jahre, drei bis sechs Jahre, sieben bis neun Jahre und zehn bis 13 Jahre.


SCHAU HIN!
MEDIENKURSE
FÜR ELTERN
ELTERN, MAC
EUCH MEDIEN
OHNE KOSTEN | OHNE WERBUNG | OH
WWW.MEDIENKURSE-FUER-ELTE

Die Inhalte der Kurse sind auf die BedÃ¼rfnisse der jeweiligen Altersgruppe abgestimmt. So erhalten Eltern und Erziehende genau die Informationen, die sie fÃ¼r ihre Kinder benÃ¶tigen.

Videos mit Expert*innen, Quizze und Checklisten bieten Eltern und Erziehenden viele MÃ¶glichkeiten, sich onlinebasiert und interaktiv mit den wichtigsten Medienthemen auseinander zu setzen. Ein Kurs kann jederzeit pausiert werden, um spÃ¤ter wieder einzusteigen.

Hier geht es zu den â??SCHAU HIN!-Medienkursen fÃ¼r Elternâ??: https://www.medienkurse-fuer-eltern.info

Bleiben Sie informiert â?? Empfehlen Sie unseren Newsletter weiter!

Teilen Sie wertvolle Informationen zum Thema Cybermobbing mit Ihren Kollegen, Schulleitungen und anderen Interessierten! Unser Newsletter bietet aktuelle Erkenntnisse, praktische Tipps und innovative Projekte fÃ¼r Schulen und LehrkrÃ¤fte. Helfen Sie mit, ein sicheres digitales Umfeld zu fÃ¶rdern, indem Sie unseren Newsletter weiterempfehlen. Jeder Klick bringt uns gemeinsam ein StÃ¼ck nÃ¤her zu einer respektvollen und sicheren digitalen Gemeinschaft!



Ihre Meinung zÃ¤hlt â?? Teilen Sie Ihr Feedback zum Newsletter!

Wir mÃ¶chten unseren Newsletter stetig verbessern und genau auf Ihre BedÃ¼rfnisse zuschneiden. Was hat Ihnen besonders gefallen? Welche Themen wÃ¼nschen Sie sich zukÃ¼nftig? Mit Ihrem Feedback helfen Sie uns, noch relevanter und informativer zu werden. Schreiben Sie uns Ihre Meinung und gestalten Sie die Inhalte aktiv mit â?? gemeinsam fÃ¼r ein sicheres digitales Miteinander!



Folgen Sie uns auf Social Media fÃ¼r aktuelle Infos!

Auf unseren Social-Media-KanÃ¤len informieren wir Sie regelmÃ¤Ã?ig Ã¼ber Neuigkeiten rund um Cybermobbing, geplante Veranstaltungen und die neuesten Trends im digitalen Raum. Auf **Facebook** folgen uns bereits Ã¼ber 1.400 Menschen und auf **Instagram** Ã¼ber 300. Schauen Sie vorbei und bleiben Sie stets auf dem Laufenden, um aktuelle Entwicklungen und hilfreiche Einblicke zu erhalten!



ð??? Facebook
ð??? Instagram

Date Created