



**GEFANGEN  
IM NETZ**

# Erste Hilfe Anleitung

**FÜR LEHRER**



**BÜNDNIS  
GEGEN  
CYBERMOBBING**

#### IMPRESSUM

©2014 – Bündnis gegen Cybermobbing e.V., Karlsruhe, Deutschland, Stand: 8/2018

#### HERAUSGEBER:

Bündnis gegen Cybermobbing e.V., Leopoldstr. 1, 76133 Karlsruhe, Telefon: 0721-160 09-15, Fax: 0721-160 09-20, info@buendnis-gegen-cybermobbing.de

#### NAME DES VERTRETUNGSBERECHTIGTEN:

Dipl.-Ing. MBM Uwe Leest  
Registereintragungen Handelsregister Karlsruhe,  
VR 3606, Steuernummer: 35 0 22/15 42 8

#### PRINTLAYOUT:

Panama Werbeagentur GmbH, Eugensplatz 1,  
70184 Stuttgart, mail@panama.de, www.panama.de

#### BILDRECHTE:

shutterstock, Bündnis gegen Cybermobbing



# INHALT

- 04 WAS IST MOBBING ÜBERHAUPT?
- 05 MOBBING VS. CYBERMOBBING
- 06 TATORT INTERNET
- 07 CYBERMOBBING HAT VIELE GESICHTER
- 08 OPFER & TÄTER
- 12 GEMEINSAM GEGEN MOBBING
- 14 ERSTE HILFE
- 16 PRÄVENTION
- 18 HILFE ZUR SELBSTHILFE
- 19 ÜBER UNS

# Was ist Mobbing überhaupt?

Kleinere Auseinandersetzungen und Sticheleien sind in der Schule an der Tagesordnung und meist können sie die Schüler selbständig wieder aus der Welt schaffen. Doch was, wenn kleine Hänseleien vom Schulhof ins Netz getragen werden und dort zum regelrechten Mobbing ausarten? Dann sind Sie als Lehrerin oder Lehrer gefragt, denn das Opfer wird sich mitnichten selbst helfen können. Ganz im Gegenteil: Um eine solche Situation zu bewältigen, ist Hilfe von außen unerlässlich.



MOBBING

CYBERMOBBING

## MOBBING VS. CYBERMOBBING

Das Wort **Mobbing** stammt aus dem Englischen und bedeutet wörtlich übersetzt „jemanden anpöbeln“ oder „sich auf jemanden stürzen“. Dennoch ist nicht jede Hänselei direkt als Mobbing zu bewerten. Von Mobbing spricht man für gewöhnlich erst dann, wenn ein Einzelner oder eine ganze Gruppe eine andere Person über einen längeren Zeitraum systematisch tyrannisiert, beleidigt, ausgrenzt und/oder fertiggemacht wird. Diese Angriffe können verbal, nonverbal, psychisch oder physisch sein.

Analog bezeichnet **Cybermobbing** verbales und psychisches Mobbing-Verhalten, das mittels elektronischer oder digitaler Medien stattfindet: per Handy und Computer, über WhatsApp, Instagram, Tellonym, Facebook, Youtube, Ask.fm etc. Dies reicht von Beleidigungen und Lügen, über Stalking, die Veröffentlichung peinlicher Bilder oder Videos bis hin zur Erpressung und sogar Androhung von Gewalt und Totschlag. Auch das Filmen von Gewalt gegenüber dem Opfer und dessen Verbreitung gehören dazu.

Betroffen sind meist Kinder und Jugendliche, aber auch Erwachsene werden immer öfter Opfer von Cybermobbing. Mitunter – zum Beispiel im Fall eines Lehrers – kann dies auch in Zusammenhang mit dem Arbeitsplatz stehen.



Durch die Entwicklung neuer Medien wie dem Internet oder dem Smartphone haben sich ganz neue Möglichkeiten aufgetan – leider auch im Bereich Mobbing. Das Internet bietet Tätern eine riesige Bühne mit einem beinahe unendlich großen Publikum: Nirgendwo sonst werden mit wenigen Klicks solche Massen erreicht. Und sind die Inhalte erst einmal im Netz, ist es fast unmöglich, sie wieder zu löschen.

Die Leichtigkeit des Handelns hat es in sich: Es benötigt nur einen „Klick“ – schon sind beleidigende Kommentare, Fotos oder Videos veröffentlicht oder per SMS versendet. Dazu müssen sich die Täter ihrem Opfer nicht einmal stellen, sondern können im Schutz der Anonymität verweilen. Die Hemmschwelle ist dadurch geringer als in einer Face-to-Face-Situation und vielen Tätern fehlt jede Empathie.

Gleichzeitig sind potentielle Opfer im Internet leichter zu finden und zu erreichen als in der Realität. Die Offenheit vieler Nutzer bezüglich privater Informationen macht sie angreifbar und signalisiert: „Ich bin ein leichtes Opfer.“ Ihre 24-stündige Erreichbarkeit erschwert es den Opfern, sich vor Anfeindungen zu schützen, während mehrere Täter parallel und rund um die Uhr aktiv sein können.

## CYBERMOBBING HAT VIELE GESICHTER

Die unbegrenzten Möglichkeiten des Internets spiegeln sich auch im Cybermobbing wider – die folgenden Formen werden gemeinhin unterschieden:

### FLAMING

Gegenseitige Provokation, Beschimpfungen

### CYBERSTALKING

Fortwährende Belästigung und Verfolgung

### VERBREITUNG VON DENUNZIERENDEM BILDMATERIAL

### HARASSMENT

Wiederholte Beleidigungen

### OUTING UND TRICKERY

Bloßstellungen und Betrügereien

### CYBERTHREATS

Androhung von körperlicher Gewalt

### DENIGRATION / DENUNZIATION

Verleumdung, Verbreiten von Gerüchten

### IMPERSONATION / IDENTITÄTSDIEBSTAHL

Auftreten im Netz unter einem fiktiven Namen oder dem Namen eines anderen

### EXCLUSION

Ausschluss eines Einzelnen oder einer Minderheit aus einer Gemeinschaft, z. B. einer Facebook-Gruppe

# OPFER & TÄTER

A photograph of a person crouching on a sandy beach, their face hidden behind a bright yellow folder. In the foreground, a clenched fist is visible, suggesting aggression or anger. The background shows the texture of the sand and the person's shadow.

## WER WIRD ZUM TÄTER?

Überraschend zeigte die Cyberlife Studie 2013, dass mehr als ein Drittel der Täter (36,2%) selbst schon einmal Opfer von Cybermobbing-Attacken waren. Die Cyberlife II Studie 2017 weist jeden fünften (20,4%) der Täter als ehemaliges Opfer aus.

**Viele Opfer gehen offensichtlich dazu über, die Methoden der Täter anzunehmen und selbst anzuwenden.** Die Motive für Cybermobbing sind äußerst vielfältig. Die häufigsten sind Langeweile, „Spaß“ an Mobbing und die Demonstration von Macht bzw. die Suche nach Anerkennung. Weitere Gründe sind Defizite in der Konfliktbewältigung, Neid, Angst, Rassismus oder auch die Suche nach einem Sündenbock für das eigene Versagen. Vielen Jugendlichen dient das Mobbing auch als Ventil für angestaute Aggressionen, als eine Möglichkeit, selbst erlittenes Unrecht an andere weiterzugeben oder zur Stärkung des Gemeinschaftsgefühls einer bestimmten Gruppe.

Pauschal lässt sich festhalten, dass Mobbingverhalten oftmals ein Zeichen dafür ist, dass den Tätern etwas fehlt: Aufmerksamkeit, Zuwendung oder ein gesundes Selbstwertgefühl.

## DIE ROLLE DER MITLÄUFER & BYSTANDER

Mobbing ist kein individuelles Problem, sondern ein gruppenspezifischer Prozess, an dem eine ganze Gruppe, Klasse oder sogar Schule beteiligt ist. Neben den eigentlichen Tätern sind die Mitläufer und Bystander entscheidend. Die Mitläufer unterstützen den Täter aktiv bei seinem Handeln – sie stehen ihm sowohl in der Realität als auch in sozialen Netzwerken sehr nahe und tragen ihren Teil zu den Angriffen bei. Soweit gehen die Bystander oder auch Dulder nicht. Sie haben „nur“ insofern teil, als dass sie dem Täter eine Bühne bieten. Anstatt einzugreifen, beobachten, „ liken“, verbreiten und kommentieren sie die Mobbing-Aktionen im Internet.

## WIE REAGIERT DAS OPFER?

Die meisten Jugendlichen reagieren auf Cybermobbing mit Wut (47%) oder Angst (36%). Fast jeder Dritte, der bereits einmal zum Opfer von Cybermobbing wurde, gibt an, noch heute unter den Folgen zu leiden (Cyberlife-Studie II 2017). Die Auswirkungen des virtuellen Mobbings können mitunter fatal sein und reichen von Stresssymptomen, über Angstzustände bis hin zu ausgewachsenen Depressionen. Die Folgen sind schulischer Leistungsabfall oder auch die Verweigerung des Schulbesuchs, die Unfähigkeit des Betroffenen eine Ausbildungsstelle anzunehmen bzw. einen Beruf auszuüben und im schlimmsten Fall sogar eine Selbstmordgefährdung.

# Die Zeichen deuten

Verschiedene Auffälligkeiten können für Sie als Lehrer ein Hinweis darauf sein, dass eine Schülerin oder ein Schüler Opfer von Cybermobbing ist. Sollten Sie eines oder mehrere der folgenden Merkmale beobachten, nehmen Sie frühzeitig Kontakt zu der betreffenden Schülerin bzw. dem Schüler auf.

(Cyberlife Studie II 2017, Seite 51.)

Die aktuelle Studie finden Sie unter [www.buendnis-gegen-cybermobbing.de](http://www.buendnis-gegen-cybermobbing.de).

BEDRÜCKTE STIMMUNG 74%

ANGSTZUSTÄNDE 48%

LEISTUNGSABFALL IN DER SCHULE 47%

KONZENTRATIONSPROBLEME 42%

(PLÖTZLICHE) VERSCHLOSSENHEIT 40%

HÄUFIGES FEHLEN IM UNTERRICHT 32%

KOPF- UND MAGENSCHMERZEN 24%

WUT 20%

RÜCKZUG IN EINE ANDERE WELT 17%

# GEMEINSAM GEGEN MOBBING

Ziel der Schule sollte es sein, jeden einzelnen Fall von Cybermobbing zur Aufklärung zu bringen. Treten Sie Konflikten deshalb offensiv gegenüber und beherzigen Sie die folgenden Maßnahmen:

**Reden Sie mit den Beteiligten** – befragen Sie sowohl das Opfer als auch den Täter zu den Geschehnissen. Anschließend gilt es, gemeinsam eine Lösung zu finden und eine Wiedergutmachung (Täter-Opfer-Ausgleich) zu vereinbaren.

**Stehen Sie dem Betroffenen zur Seite** und aktivieren Sie weitere Unterstützer innerhalb der Klassengemeinschaft.

## STELLEN SIE UNMISSVERSTÄNDLICH KLAR:

In unserer Gemeinschaft dulden wir ein solches Verhalten NICHT!  
Das ist wirksame und nachhaltige Prävention!

**Binden Sie auch die Eltern ein** – diese haben oft keine fundierte Vorstellung, was Cybermobbing eigentlich ist. Hier sollte die Schule informieren und den Ernst der Lage deutlich machen.

**Holen Sie sich Hilfe** – bei Drohungen, Erpressung und Nötigung muss in jedem Fall die Polizei eingeschaltet werden. Auch, wenn sich zunächst harmlos scheinende Beleidigungen häufen, empfiehlt es sich, beispielsweise einen Jugendsachbearbeiter der Polizei zu Rate zu ziehen.



# Ziel der Schule sollte es sein, jeden einzelnen Fall von Cybermobbing zur Aufklärung zu bringen.

# ERSTE HILFE

Werden Sie unmittelbarer Zeuge einer Attacke, ist sofortiges Handeln gefragt. Leisten Sie Erste Hilfe:

- X** Bestärken Sie das Opfer der Attacke: „Das ist nicht richtig, was man dir antut!“
- X** Veranlassen Sie die Löschung von diffamierenden Bildern, Videos oder Kommentaren bzw. melden Sie den Vorfall dem Betreiber der Seite.
- X** Wenden Sie sich in schwerwiegenden Fällen an die Polizei und erstatten Sie Anzeige.
- X** Legen Sie dem Betroffenen nahe, keinesfalls auf den Angriff zu reagieren.
- X** Bringen Sie die Passiven zur Reflexion: „Findet ihr das richtig? Was wäre wenn ihr so etwas abbekommt?“
- X** Ist der Mobber bekannt, sollten Sie das Opfer dazu animieren, den Mobber aus seinen Kontakten zu löschen.
- X** Falls möglich, helfen Sie dem Betroffenen, Beweismaterial zu sichern: Speichern Sie die Daten, um dem Vorwurf der Manipulation vorzubeugen, am besten im Beisein eines weiteren Zeugen.

Beachten Sie, dass Lehrer den Inhalt eines Schüler-Handys nur bei Genehmigung der Eltern einsehen dürfen.

**Bei Verdacht auf eine Straftat ist nur die Staatsanwaltschaft oder die Polizei berechtigt, gegen den Willen des Inhabers den Inhalt des Handys zu durchsuchen. Ziehen Sie das Handy deshalb ein und informieren Sie die Polizeidienststelle.**





# PRÄVENTION

Damit es gar nicht erst soweit kommt, können Sie bereits im Vorhinein aktiv werden und dem Phänomen Cybermobbing an Ihrer Schule vorbeugen.

Hierfür grundlegend ist die Integration des Themas „**Neue Medien**“ in den Unterricht. Stehen Sie den Schülern im Umgang mit diesen zur Seite und fördern Sie ihre diesbezügliche Kompetenz. Auch das Kollegium sollte Bescheid wissen, sich fortbilden und in Hinsicht auf das Phänomen Cybermobbing Kontakte zu anderen Schulen und pädagogischen Einrichtungen, sowie zu örtlichen Beratungsstellen und der Polizei knüpfen.

Mediencouts sind eine hervorragende Möglichkeit die Ressourcen der engagierten und kundigen Schüler in positive Bahnen zu lenken und die Schule zu entlasten. Weiter sollte an jeder Schule ein **Verhaltenskodex** in die Schulordnung integriert werden, in dem die Benutzung von Handys sowie das Filmen in der Schule verbindlich geregelt werden. Dies gilt auch für den Umgang mit Mobbing. Klare und offen kommunizierte Regeln demonstrieren die Null-Toleranz gegenüber solchem Verhalten und erhöhen die Hemmschwelle.

Insgesamt sollte Zivilcourage und die Stärkung von Sozialkompetenzen innerhalb der Schule einen hohen Stellenwert einnehmen. Ein **positives Schulklima** verringert nachweislich die Gefahr von Mobbing und Cybermobbing.

Eine letzte und ganz konkrete Präventionsmaßnahme: ein **anonymer Briefkasten**. Dieser hilft den Schülerinnen und Schülern, Verstöße frühzeitig bekannt zu machen, ohne dass sie befürchten müssen, dafür selbst diffamiert zu werden.

Auch die Einrichtung einer Cybermobbing-Sprechstunde (evtl. auch durch Mediencouts) ist ein niedrigschwelliges Hilfsangebot.



Bewerben Sie sich für unser bewährtes Präventionsprogramm **„Wir alle gegen Cybermobbing“**. Melden Sie Ihre Schule über das Kontaktformular auf unserer Homepage an.



## HILFE ZUR SELBSTHILFE



SICHERHEIT IM INTERNET

Unter <https://www.spardasurfsafe-bw.de/>  
finden Sie weitere Programme für Schulen und  
viele nützliche Tipps rund um sicheres Surfen.

Auch die Schüler selbst können einen Beitrag leisten, um das Risiko von Cybermobbing gering zu halten. Geben Sie Ihren Schülerinnen und Schülern die folgenden Tipps für sicheres Surfen an die Hand:

- Gib im Internet möglichst wenige private Daten preis.
- Bringe möglichst keine privaten Bildmaterialien wie Fotos und Filme in Umlauf.
- Erst nachdenken, dann schreiben – überlege dir sorgfältig, was du sagst bzw. schreibst, bevor du einen Kommentar oder eine Nachricht veröffentlichst. Persönliches sollte im Internet gar nicht zum Thema werden.
- Schau dir deine Online-Freunde genau an und vertraue niemandem voreilig – im Internet kannst du dir nie zu 100% sicher sein, mit wem du es zu tun hast.
- Beachte beim Anlegen eines Profils (z. B. bei Facebook) die Sicherheits- und Privatsphäre-Einstellungen – es reicht wenn deine Freunde und Familie deine Seite sehen können.
- Betreibe Recherche: Google dich gelegentlich selbst, um zu prüfen, was im Netz über dich auftaucht.

## ÜBER UNS

Das Bündnis gegen Cybermobbing e.V. wurde 2011 in Karlsruhe gegründet. Wir sind ein ehrenamtlicher Verein aus engagierten Eltern, Pädagogen, Juristen, Präventionsexperten und vielen mehr. Unser Ziel ist es, die Gesellschaft für das Phänomen Cybermobbing zu sensibilisieren, vorzubeugen und zu helfen.

- **Wir entlasten Schulen**
- **Wir unterstützen Eltern**
- **Wir informieren Schüler**

Nähere Informationen hierzu, zu unserem Verein, unseren Aktivitäten und dem Problem Cybermobbing erhalten Sie unter:

[WWW.BÜNDNIS-GEGEN-CYBERMOBBING.DE](http://WWW.BÜNDNIS-GEGEN-CYBERMOBBING.DE)



GEFANGEN  
IM NETZ

Wir tun etwas dagegen.

„WIR ALLE GEGEN  
CYBERMOBBING“



Stiftung  
Bildung und Soziales  
der Sparda-Bank Baden-Württemberg

Sparda-Bank

 **BÜNDNIS  
GEGEN  
CYBERMOBBING**

Leopoldstraße 1  
76133 Karlsruhe

Tel.: 0721-160 09-15  
Fax: 0721-160 09-20

info@buendnis-gegen-cybermobbing.de  
www.buendnis-gegen-cybermobbing.de