



Aktiv gegen Cybermobbing

Beleidigungen, Ausgrenzung, Lügen – Mobbing im Internet macht Kindern und Jugendlichen das Leben schwer. Rechtzeitige Aufklärung und Prävention helfen. Dafür setzen sich die SRH Stephen-Hawking-Schule und die SRH Hochschule Heidelberg ein.

Text **Katja Stricker**

Cybermobbing verletzt – wie sehr, das hat Lea Schuster* aus Berlin schmerzlich erfahren. Die 14-jährige Schülerin ist ein ganz normaler Teenager, hat Freundinnen, ist gut in der Schule – und eine echte Leserratte. In der Pause setzt sie sich lieber mit einem dicken Schmöker in eine Ecke, statt mit den anderen Mädchen ihrer Klasse über Klamotten und den neuesten Schulhofratsch zu sprechen. Eines Tages der Schock: In der Whatsapp-Gruppe einer Mädchen-Clique taucht ein Foto von Lea auf – nur in Unterwäsche und anzüglicher Pose.

Eine Fotomontage, aber das scheint niemanden zu interessieren. „Erst haben nur ein paar Zicken aus meiner Klasse hinter meinem Rücken gelästert, dann bekam ich auf mein Handy immer mehr fiese Kommentare. Und plötzlich tauchte das Bild sogar auf Facebook und Instagram auf“, berichtet die Schülerin. „Ich war total machtlos, weil ich gar nicht wusste, wie ich reagieren sollte.“ In ihrer Verzweiflung wendet sich Lea an eine Lehrerin und an ihre Eltern. Sie helfen, das gefälschte Bild aus dem Verkehr zu ziehen und die Mobber ausfindig zu machen.

* Name geändert

Aufklärung schützt

Cybermobbing ist ein häufiges Phänomen. Rund 20 Prozent der 12- bis 19-Jährigen haben bereits erlebt, dass falsche oder beleidigende Dinge im Internet oder per Handy über sie verbreitet wurden (siehe Grafik). Viele Schulen setzen daher gezielt auf Prävention. An der SRH Stephen-Hawking-Schule in Neckargemünd sind die Schüler für das Thema sensibilisiert: „Wir haben darüber früh im Unterricht gesprochen und kennen uns echt gut aus“, sagt Schülerin Anna. Aufklärung über den sinnvollen Umgang mit neuen Medien ist fest im Unterricht verankert, berichtet Lehrer Joshua Hampf. Er hat gemeinsam mit Kollegen, Sozialpädagogen und Psychologen an der Schule ein → **Präventionsprojekt** ins Leben gerufen.

„Handys und Internet zu verbieten hat ab einem gewissen Alter keinen Sinn. Unsere Aufgabe als Lehrer ist es, unsere Schüler für Risiken zu sensibilisieren und ihnen beizubringen, wie sie das Internet sicher nutzen können“, sagt der Pädagoge. Die Medienerziehung an der SRH Stephen-Hawking-Schule findet beispielsweise im Deutschunterricht ihren Platz. „Dort reden wir über Kommunikation – und wie anfällig für Missverständnisse und Verletzungen zum Beispiel Kurznachrichten oder Chats sind“, berichtet Hampf aus der Praxis. Auch im Ethik-, Religions- oder Kunstunterricht ist der Umgang mit Medien, Mobbing und Cybermobbing immer wieder Thema. „Wir wollen die Resilienz – also innere Stärke – unserer Schüler fördern. Wer ein gutes Selbstwertgefühl hat, kommt mit schwierigen Situationen grundsätzlich besser zurecht. Er wird seltener zum Opfer – oder zum Täter“, sagt Hampf.

Demütigung, Ausgrenzung, Rufschädigung: Cybermobbing hat viele Ausprägungen. Oft fängt es scheinbar harmlos an: Plötzlich gibt es eine neue WhatsApp-Gruppe, die „Klasse 7b ohne Sara“ heißt, in der über die ausgeschlossene Person gelästert wird. Häufig kursieren peinliche Fotos oder Videos im Web oder es werden sogar mithilfe von Bildbearbeitungsprogrammen Fälschungen montiert.

Potenziell kann jeder Opfer von Cybermobbing werden. Manchmal reicht es aus, sich in irgendeinem Punkt von der Masse abzuheben, weiß Psychotherapeutin Prof. Dr. Helena Dimou-Diringer. „Das können Haar- oder Hautfarbe sein, die Kleidung, sehr gute Noten oder auch ein spezielles Hobby.“ Dimou-Diringer leitet die Heidelberger Akademie für Psychotherapie (HAP) an der SRH Hochschule Heidelberg. Die HAP bietet in ihrer Ambulanz für Kinder und Jugendliche psychotherapeutische Behandlungen. Viele Patienten berichten von Erfahrungen mit Mobbing.

Digitale Hetze und Ausgrenzung trifft vor allem Jugendliche zwischen 11 und 16 Jahren – „und somit

junge Menschen in einem Alter, in dem sie besonders verletzlich sind“, weiß die Psychotherapeutin. Denn mitten in der Pubertät haben die meisten noch kein stabiles Selbstbild, reagieren empfindlich auf abfällige Bemerkungen über Figur, Aussehen, Persönlichkeit.

Deshalb kann Cybermobbing für sie gravierende Folgen haben: „Der Selbstwert kann durch solche Attacken leiden, die Betroffenen ziehen sich zurück, entwickeln im schlimmsten Fall sogar Depressionen bis hin zu Selbstmordgedanken“, erzählt Dimou-Diringer von den Erfahrungen, die sie und ihr Team bereits mit jungen Patienten gemacht haben.

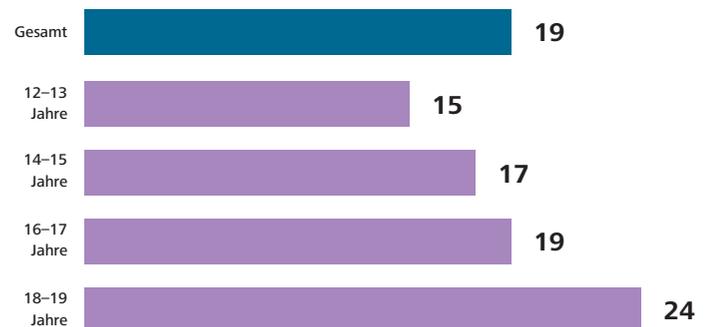
Hänseln, ärgern, ignorieren – das gab es schon immer unter Kindern und Jugendlichen. Aber mit Cybermobbing hat das Gemeinsein eine ganz neue Dimension erreicht. Denn für die Betroffenen gibt es kaum ein Ent-

An der SRH Stephen-Hawking-Schule hat ein Team aus Lehrern, Sozialpädagogen und Psychologen ein → **Präventionsprojekt** entwickelt, das sich am Programm „stark.stärker.WIR“ des Landes Baden-Württemberg orientiert. Ziel ist es, die Resilienz, also innere Stärke, der Schüler zu fördern sowie über Mobbing und Cybermobbing aufzuklären. Weiterer Schwerpunkt ist die Suchtprävention.

www.stephenhawkingsschule.de

Jeder fünfte Jugendliche Opfer von Cybermobbing

Befragte, über die im Internet oder per Handy falsche/beleidigende Dinge verbreitet wurden (in %)



Basis: 1.200 Befragte zwischen 12 und 19 Jahren, November 2016, Quelle: mpfs

Schutz im Web

- Sobald Kinder ein Smartphone bekommen, sollten Eltern mit ihnen über den vorsichtigen Umgang mit persönlichen Daten im Netz, vor allem Fotos und Videos, sprechen.
- Bei Cybermobbing: Ruhe bewahren. Bloß nicht online auf Lästereien oder Anfeindungen reagieren. Jede Antwort bietet Nährboden für weitere Angriffe.
- Die Mobbing-Aktivitäten dokumentieren, zum Beispiel Screenshots von Chats und Dialogen machen.
- Umgehend die Schule und Lehrer über die Attacke informieren.
- Wer gehackt wurde: Accounts sofort sperren und Passwörter ändern.

Weitere Tipps und Infos:
www.klicksafe.de

rinnen. „Früher reichte oft ein Klassen- oder Schulwechsel, wenn ein Kind oder Jugendlicher ständig von Gleichaltrigen schikaniert wurde“, sagt Dimou-Diringer. „Anders beim Cybermobbing. Es verfolgt einen: 24 Stunden am Tag, sieben Tage die Woche.“

Ob gehässige Bemerkungen, degradierende Videos oder gefälschte Fotos – alles lässt sich mit wenigen Klicks extrem schnell an Dutzende andere Jugendliche verbreiten. So verfolgt die digitale Häme den Gemobbten bis nach Hause, zum Fußballtraining oder in die Ballett- und Reitstunde. „Die Betroffenen fühlen sich ausgeliefert, machtlos. Das Gefühl, die Kontrolle verloren zu haben, verursacht häufig Schlafstörungen, Kopfschmerzen und Schulangst“, beschreibt Therapeutin Dimou-Diringer.

Immer mehr Grundschüler online

Die Täter macht die Anonymität des Internets mutig. Sie sorgt dafür, dass Hemmungen fallen gelassen werden. Da sie die direkte Reaktion ihres Opfers meist nicht sehen, ist den Mobbern manchmal gar nicht richtig bewusst, wie sehr sie ihr Gegenüber verletzen.

Je früher Smartphone und Tablet in den Kinderzimmern Einzug halten, desto jünger werden auch Täter und Opfer. Laut Digitalverband Bitkom haben derzeit bereits 18 Prozent der 8- und 9-Jährigen ein eigenes internetfähiges Handy – Tendenz steigend. Bei den 10- und 11-Jährigen sind es zwei Drittel (siehe Grafik). „In diesem Alter fehlt den meisten das Gespür dafür, welche Folgen digitale Hänseleien haben können. Ihnen ist einfach nur langweilig oder sie finden es lustig“, ist Dimou-Diringer überzeugt. Das macht rechtzeitige Aufklärung in Elternhaus wie Schule so wichtig. Das sieht auch Lehrer Joshua Hampf so: „Wer einem Viert- oder Fünftklässler ein Smartphone in die Hand drückt, sollte vorher klare Regeln mit ihm festlegen.“ Kinder und Jugendliche sollten sich beispielsweise bei jedem Foto oder Video, das sie versenden oder im Internet hochladen, vorher gut überlegen, wer darauf Zugriff hat. Oder auch welches Geheimnis sie wem via Whatsapp anvertrauen.

Vermuten Eltern, dass ihr Nachwuchs via Web gemobbt wird, sollten sie sofort eingreifen. Denn beim Cybermobbing geht es in der Regel nicht ohne Hilfe von Erwachsenen. Meist hören die Lästereien schon auf, wenn der Täter enttarnt ist und die Anonymität des Internets wegfällt. Kursieren belastende Bilder und Videos im Netz, sollte man Provider und Plattformen kontaktieren, damit sie gelöscht werden. So lässt sich dann das Smartphone wieder entspannt nutzen, um sich mit Freunden zu verabreden, die neuesten Songs zu hören oder lustige Katzenvideos zu gucken. ●

www.hap-ambulanz.de

„Im Grundschulalter fehlt den meisten das Gespür dafür, welche Folgen digitale Hänseleien haben können.“

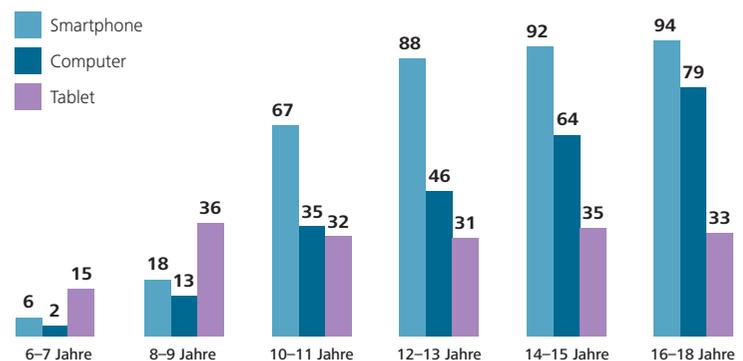


Prof. Dr. Helena Dimou-Diringer,

Leiterin der Heidelberger Akademie für Psychotherapie (HAP)
an der SRH Hochschule Heidelberg

Digitales Kinderzimmer

Befragte 6- bis 18-Jährige, die folgende Geräte persönlich besitzen (in %)



Basis: 926 Befragte von 6 bis 18 Jahren in Deutschland, Mai 2017; Quelle: Bitkom

Gegenrede statt Hassrede: #dontbesilent

Lüge, Hass und Hetze sind allgegenwärtig – besonders in den sozialen Netzwerken, besonders gegen Geflüchtete. Studenten der design akademie berlin, SRH Hochschule für Kommunikation und Design fordern zur Gegenrede auf. „Jeder Einzelne von uns ist mitverantwortlich dafür, wie die digitale Debatte aussieht. Dieses Bewusstsein wollen wir mit verschiedenen Maßnahmen stärken“, sagt Hala Cherradi, Masterstudentin Strategic Design. Mit ihrer Kampagne „Don’t be silent“ haben die Berliner in der „Peer to Peer: Facebook Global Digital Challenge“ den ersten Platz erreicht. Sie konnten sich gegen 85 Hochschulen aus aller Welt durchsetzen und durften 10.000 Dollar Preisgeld aus Washington, D.C. mit nach Hause nehmen.

www.facebook.com/DontBeSilentBerlin
www.design-akademie-berlin.de