6 Du bist in Ordnung

Kein Mensch hat das Recht, dich zu verletzen und zu beleidigen.
Du bist toll so, wie du bist!

Hol dir die APP (Android & iOS, auch in den Sprachen Englisch, Französisch, Slowenisch und Luxemburgisch)

Die Inhalte des Flyers gibt es auch in unserer App (Hier findest du auch Videos und Tutorials)

TIPP:
Die App in leichter Sprache für Menschen mit Beeinträchtigung findest Du unter:
www.klicksafe.de/cmlhapp

Die Rollen beim Mobbing

Am System Mobbing sind häufig viele beteiligt. Es gibt zum Beispiel neben dem/den Opfer/n

- **Hater bzw. Mobber = Täter*in**
- **Assistent*innen und Claqueure = Personen, die „Beifall“ klatschen**
- **Bystander = Unbeteiligte/r Zuschauer*in**

Den/die Täter*in, also die Person, die andere mobbt, nennt man Hater oder auch Mobber. Für den Mobber ist es besonders einfach, jemanden über das Internet zu mobben, denn hier kann er unerkannt bleiben und muss auch nicht direkt mit ansehen, wie verletzend seine Attacken sind.

Es gibt neben dem Mobber aber auch Leute, die den Mobber aktiv unterstützen und bei seinen fiesen Attacken „Beifall klatschen“ (Claqueure, franz. claquer).

Die Bystander sind unbeteiligte Zuschauer*innen, die das Mobbing stoppen könnten anstatt wegzuschauen. Indem sie sich auf die Seite der Opfer stellen und den Tätern vor Augen halten, wie schlimm es ist, was da gerade passiert. Dazu braucht es eine gehörige Portion MUT. Wie du helfen kannst, erfährst du in der App.

klicksafe ist das deutsche Awareness Centre im Digital Europe Programme der Europäischen Union.

Medienanstalt Rheinland-Pfalz
www.medienanstalt-rlp.de

Landesanstalt für Medien NRW,
www.medienanstalt-nrw.de

Dieses Werk ist lizenziert unter einer Creative Commons Namensnennung – Nicht kommerziell 4.0 International Lizenz
siehe: **https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/**

Die alleinige Verantwortung für diese Veröffentlichung liegt beim Herausgeber. Die Europäische Union haftet nicht für die Verwendung der darin enthaltenen Informationen.

www.fanzundneumayer.de

9. Auflage, Februar 2024

Kofinanziert von der Europäischen Union

Herausgeber:
klicksafe
Medienanstalt
Rheinland-Pfalz
Turmstraße 10
D - 67059 Ludwigshafen
E: info@klicksafe.de
W: www.klicksafe.de

Was tun bei
CYBER-MOBBING?

TIPPS FÜR JUGENDLICHE

Cyber-Mobbing, was ist das?

Wenn dich jemand auf irgendeine Art und Weise beleidigt, belästigt oder fertig macht, dann ist das Mobbing. Wenn das im Internet, also z. B. in Sozialen Netzwerken oder durch WhatsApp passiert, dann ist das Cyber-Mobbing. Cyber-Mobbing ist Mobbing in der Online-Welt.

Cyber-Mobbing fängt bei Ausgrenzung an

Cyber-Mobbing-Attacken können ganz unterschiedlich verlaufen. Ein peinliches Video oder Foto wird ungefragt weitergeschickt oder hochgeladen oder man wird absichtlich von anderen ausgeschlossen. Es kann auch sein, dass dir jemand fiese Nachrichten schreibt oder dich über Social Media öffentlich beleidigt und einfach nicht damit aufhört. Oder es wird etwas Gemeines über dich in einem Gruppenchat geschrieben, was gar nicht stimmt. Oft gehen mit dem Cyber-Mobbing Übergriffe in der Offline-Welt, beispielsweise der Schulklasse, einher.

Wir haben ein paar Tipps für dich gesammelt, die dir dabei helfen sollen, das Mobbing zu stoppen:

1 Erstmal ruhig bleiben

Wenn du etwas Verletzendes gelesen oder gesehen hast, brennt es sich ein in dein Gedächtnis und du fühlst dich schlecht, bist verzweifelt und kannst nur noch daran denken. Es ist aber wichtig, dass du dich davon ablenkst, denn es gibt es trotzdem viele Dinge, die auch schön sind. Geh raus in die Natur, gönn dir was (Kino?), besuche Freunde oder schau dir aufmunternde Videos an. All das bringt dich erst mal auf andere Gedanken und mit etwas mehr Kraft kannst du die nächsten Schritte planen.

2 Du bist nicht allein!

Vielleicht glaubst du, du kannst deine Probleme alleine lösen. Vielleicht schämst du dich auch dafür, dass du fertig gemacht wirst oder traust dich nicht, mit deinen Eltern zu sprechen, weil du Angst vor noch mehr Stress oder Medienverbot hast. Meistens tut es aber gut, sich jemandem mitzuteilen, und bei vielen Fällen von Mobbing braucht es Erwachsene, die sich einschalten. Wenn du dir aber lieber erstmal anonym Rat holen willst, dann kannst du dich an das Beratungsteam von Jugendlichen auf **www.juuuport.de** oder die **Nummer gegen Kummer** wenden. Ruf an unter **116111**!

3 Dokumentier die Angriffe

Wenn die Verletzungen nicht aufhören und sogar schlimmer werden, solltest du davon Screenshots machen und alles in einem Ordner auf deinem Handy oder PC abspeichern. So hast du Beweise, wenn du dich entscheidest, zu deinen Eltern, Lehrern, der Schulleitung oder der Polizei zu gehen.

4 Blockieren, Melden, Löschen

Du kannst Beleidigungen, Hass-Postings und gemeine Bilder direkt in den Diensten melden, in denen sie auftauchen. TikTok, WhatsApp, Instagram, YouTube, Twitch und andere Netzwerke bieten inzwischen Möglichkeiten, Dinge oder Personen zu melden und zu blockieren. Tutorials findest du in der App, unter **www.medien-kindersicher.de** oder über Suchmaschinen.

Denke aber dran, vorher Screenshots zu machen, denn wenn beleidigende Kommentare oder Bilder von den Dienstebetreibern gelöscht werden, hast du keine Beweise mehr!

5 Verteidige dich

Verteidige dich clever! Zu Hause kannst du auch mal schwach sein, aber versuche in der Öffentlichkeit nicht zu viele Gefühle zu zeigen, also zum Beispiel nicht zu schreien – auch wenn du dich danach fühlst. Beleidige auch nicht zurück, denn das löst euren Konflikt nicht. Sage oder schreibe direkt, was dich verletzt und formuliere es ganz klar und deutlich z. B. so: **„Es verletzt mich, dass…“, „Es geht mir schlecht, weil…“, „Ich will, dass es SOFORT aufhört!“.** Am besten beziehst du zur Unterstützung Freunde mit ein.

Wichtig ist auch, dass du dich über gesetzliche Bestimmungen informierst, denn

- wenn jemand ungefragt Bilder von dir verbreitet, ist das nach § 22 KUG/KunstUrhG eine Verletzung des **„Rechts am eigenen Bild“.**
- wenn dich jemand beleidigt, dann erfüllt das den Straftatbestand der **„Beleidigung“** (§ 185 StGB).

Es gibt noch viel mehr, was strafbar ist. Du kannst es in der App unter Info oder hier nachlesen:

www.klicksafe.de/cyber-mobbing