



# WEHR DICH!

## Gegen sexualisierte Gewalt im Netz

TIPPS FÜR JUGENDLICHE BEI CYBERGROOMING



In Kooperation mit:



Unterstützt von:



Unabhängige Beauftragte  
für Fragen des sexuellen  
Kindesmissbrauchs



# Wie erkennst du sexualisierte Gewalt im Netz und kannst dich davor schützen? Dieser Flyer gibt dir wichtige Tipps.

Weitere Tipps findest du in den Videos der JUUUPORT-Scouts **Jasmin und Stephan**. Scanne dazu einfach die **QR-Codes** im Flyer ein und schon kommst du direkt zum Video.

**Das Scannen der QR-Codes klappt bei dir nicht? – Kein Problem!**  
Alle Videos findest du auch unter: [klicksafe.de/video-reihen](https://klicksafe.de/video-reihen)

**JUUUPORT.de** ist eine bundesweite Online-Beratungsplattform für junge Menschen, die Probleme im Netz haben.

**Die JUUUPORT-Scouts sind Jugendliche und junge Erwachsene aus ganz Deutschland.** Sie helfen dir bei Online-Problemen wie Cybermobbing, Stress in sozialen Medien, Online-Abzocke oder auch Cybergrooming.



# Sexualisierte Gewalt im Netz – was ist das überhaupt?

Hast du schon mal...  
du weißt  
schon was?



Du chattest und das Gespräch klingt zunächst nett und völlig harmlos.  
Doch das kann sich schnell ändern. Sei vorsichtig, wenn jemand:

- „zufällig“ in **derselben Stadt** wohnt, die **gleichen Interessen teilt** und auch sonst scheinbar sehr **viele Ähnlichkeiten** mit dir aufweist.
- dir gegenüber **anzügliche Bemerkungen** macht.
- das **Thema immer wieder auf Sex und sexuelle Erfahrungen lenkt**.
- dir **ungefragt Nacktaufnahmen von sich schickt**.
- **intime Aufnahmen von dir haben will**.
- **dich zu anderen sexuellen Handlungen drängt**.
- **dich real treffen will**.

Brauchst nicht  
schüchtern sein!  
Kannst mir doch  
vertrauen



All das ist **sexuelle Belästigung** und kann dir **mit Jugendlichen oder Erwachsenen** passieren. Wenn Personen sich im Internet an Minderjährige heranmachen, nennt man das „**Cybergrooming**“.  
**Cybergrooming ist also eine Form von sexueller Gewalt.**



UUPORT

# Cybergrooming ist strafbar

Wenn dich jemand im Netz zu **sexuellen Handlungen** bringen will, **ist das strafbar!** Auch wenn du erst einmal gar nicht merkst, dass du mit einer Person chattest, die sexuelle Handlungen vorbereitet. Einfach, weil sie dir vertrauenswürdig erscheint oder sich, wie es erwachsene Täter\*innen manchmal tun, als jemand in deinem Alter ausgibt.

## Cybergrooming melden:

Bei [fragzebra.de/cybergrooming](https://www.fragzebra.de/cybergrooming) kannst du Cybergrooming direkt melden. Die Beschwerdestellen [internet-beschwerdestelle.de](https://www.internet-beschwerdestelle.de) und [jugendschutz.net/verstoss-melden](https://www.jugendschutz.net/verstoss-melden) helfen dir außerdem, wenn sexualisierte Darstellungen von dir öffentlich verbreitet oder du sexuell belästigt wurdest.

Cool, du bist 13.  
Bin gerade 14  
geworden.



Ich habe oft  
Stress mit meinen  
Eltern. Wie ist  
das bei dir?



**Cybergrooming ist seit 2014 strafbar.** Geregelt wird das in Deutschland im sogenannten **Strafgesetzbuch (StGB)**. Die Paragraphen, die Cybergrooming betreffen, sind diese: **§ 176a** und **§ 176b**.

# Cybergrooming – So kann's anfangen

Hey du!

Was machst du gerade so?

Hast du schon die neuen  
Skins gesehen? 😊

Och nein, nicht traurig  
sein. Du hast doch mich!

Hm, wer weiß, vielleicht  
gibt es doch einen Weg ...

...

Hey... 😊

Nicht viel, ein bisschen  
Fortnite spielen.

Jaaa, aber sind zu teuer...  
Hab kein Geld 😞

Hihi! Aber leider habe ich dadurch  
trotzdem nicht die neuen Skins.

Nicht jede Kontaktaufnahme mit Kindern und Jugendlichen läuft gleich ab. Schau dir den Auszug von einem Chatverlauf an, den die JUUUPORT-Scouts sich zum Thema Cybergrooming überlegt haben. Kommt dir da schon was komisch vor?

Den kompletten Chatverlauf und noch ein weiteres Beispiel findest du über den folgenden QR-Code.



# Tipp 1: Erkenne die Strategien der Täter\*innen!

Hi, du spielst echt gut! Machst du das schon lange?

## 1. Kontakt aufbauen

Um in Kontakt mit Minderjährigen zu kommen, handeln Täter\*innen oft sehr clever: Sie gehen auf Plattformen, die bei Kindern und Jugendlichen beliebt sind. Dazu zählen soziale Netzwerke, wie **Instagram** und **TikTok**, Online-Spiele wie **Fortnite** oder Plattformen wie **YouTube** und **Twitch**.

Dort können sie Kinder und Jugendliche kontaktieren und bleiben dabei anonym.

Ich glaube du könntest berühmt werden. Kann dir da helfen!



## 2. Vertrauen gewinnen

Manche Täter\*innen verwickeln Kinder oder Jugendliche schon beim ersten Kontakt in sexuelle Gespräche. Andere bauen erst Vertrauen auf und geben vor, die **gleichen Interessen** zu haben oder machen **Komplimente und Geschenke** (z. B. virtuelle Geschenke in Online-Spielen). Einige behaupten auch, das Kind oder den Jugendlichen **berühmt machen zu wollen**, z. B. indem sie sich als jemanden von einer Model-Agentur ausgeben. Sie wirken oft **sehr interessiert, verständnisvoll und hilfsbereit**. Ihr Ziel ist es, **viele Infos zu bekommen und die Opfer zu beeinflussen**, um dann sexuelle Forderungen stellen zu können.

### 3. Sexuelle Themen und Übergriffe

Sobald in den privaten Chats das Vertrauen aufgebaut ist, passiert oft Folgendes: Die Täter\*innen lenken den Chat **immer wieder auf sexuelle Themen**.

Sie wollen über die **sexuellen Erfahrungen und Interessen der Minderjährigen** sprechen. Manchmal senden sie auch pornografisches Material und fordern intime Bilder oder Videos von dem Kind oder Jugendlichen. Dabei kommt es auch zu Erpressungen.

**Einige Täter\*innen schlagen sogar persönliche Treffen vor, um offline in sexuellen Kontakt zu kommen.**

Meist sind es Männer, die mit Minderjährigen in Kontakt treten, um sie sexuell zu belästigen. Aber auch weibliche oder minderjährige Täter\*innen können sexualisierte Gewalt gegenüber Kindern und Jugendlichen ausüben.

Hab es ja nicht  
weit zu dir.  
Lass uns doch  
treffen



**Jasmin** von den **JUUUPORT-Scouts** gibt dir im Video noch mehr **Tipps**, wann du misstrauisch sein solltest.



# Tipp 2: Schütze dein Profil!

Egal, auf welchen Social-Media-Kanälen oder Online-Plattformen du unterwegs bist – schütze dein Profil und dich selbst:

- **Stelle dein Profil auf „privat“.**
- **Gib keine persönlichen Daten in deinem Profil an** wie z. B. deinen kompletten Namen, deine Handynummer, deinen Wohnort/Adresse oder den Namen deiner Schule.
- **Wähle einen Profilnamen (Nickname), der wenig über dich verrät.**
- **Er sollte nicht auf dein Alter und deinen Wohnort schließen lassen.**
- **Teile deine Standortdaten nie mit Personen, die du nicht wirklich gut kennst.**
- **Schalte deine Webcam bei Fremden immer aus.**
- **Blockiere und melde aufdringliche Kontakte direkt auf der Plattform oder in der App.**

Meine Kamera ist leider kaputt,  
mach aber mal deine an.



**Stephan** von den **JUUUPORT-Scouts** gibt dir im Video noch ein paar mehr **Tipps**, wie du dein Profil schützen kannst!





## Tipp 3: Prüfe, mit wem du chattest!

Personen, die mit Kindern und Jugendlichen aus sexuellem Interesse in Kontakt treten, versuchen meist **ihre Identität zu verheimlichen**.

**Schau dir das Profil von fremden Chat-Kontakten unbedingt genau an:**

- Wie viele Freund\*innen hat das Profil?
- Findest du die Person noch in anderen Social-Media-Kanälen?
- Gibt es ein Profilbild und Bilder mit Markierungen von anderen Freunden?

Findest du keine Bilder und auch sonst keine Informationen, sei vorsichtig!

Frag auch mal eine Vertrauensperson, was sie zu deiner Online-Bekanntschaft sagt.

### Vorsicht „Deep Fake“!

Mit Hilfe von Deepfake-Software lassen sich Aufnahmen heute leicht manipulieren. Ob ein Bild gefälscht ist, lässt sich dann gar nicht so leicht erkennen. Mach unser Deepfake-Quiz: → [klicksafe.de/materialien/quiz-zum-thema-deepfakes](https://klicksafe.de/materialien/quiz-zum-thema-deepfakes)

**Jasmin** hat noch **weitere Hinweise**, wie du herausfinden kannst, mit wem du chattest.



## Tipp 4: Brich den Kontakt ab!

Und zwar **sofort**, wenn:

- du dich beim Chatten **unwohl fühlst** oder dir etwas **seltsam** vorkommt.
- dir jemand **ungefragt Nacktaufnahmen** schickt.
- dich jemand zu **etwas drängt, das du nicht möchtest**.
- sich jemand **alleine mit dir treffen möchte** oder **dich erpresst**.

**Aus Sorge, erpresst zu werden**, fällt es oft schwer den Kontakt abubrechen, wenn bereits Aufnahmen oder intime Informationen ausgetauscht wurden.

**Hole dir dabei auf jeden Fall Hilfe** (s. nächste Seite).

Wenn du jemandem was erzählst, teile ich überall deine Fotos!!

## Tipp 5: Blockiere, melde, sichere Beweise!

Damit dich die Person nicht mehr kontaktieren kann, **blockiere und melde das Profil** direkt auf der Plattform oder in der App. **Mache Screenshots vom Chatverlauf**. Falls du dich an die Polizei oder die Beschwerdestellen (s. Seite 3) wendest, können diese Beweise helfen, die Person zu finden, die dich belästigt hat.

**Stephan** gibt dir noch weitere **Tipps**, wie du mit Belästigungen online umgehen kannst.



## Tipp 6: Vertraue deinem Bauchgefühl und setze Grenzen!

Klar ist es schön, wenn uns jemand Komplimente macht oder mit kleinen Gesten zeigt, dass er oder sie uns mag. Doch Achtung: Sexuell übergriffige Menschen sind **sehr geschickt**. Sie beeinflussen ihre Opfer durch nette Gesten und gewinnen so ihr Vertrauen. Geschenke werden später oft als Druckmittel genutzt nach dem Motto „Du bist mir was schuldig ...“.

### VERTRAU DIR!

Niemand darf dich zu sexuellen Handlungen zwingen, weder offline noch online! Verlass dich auf dein Bauchgefühl! Dieses Gefühl ist dein innerer Alarm, der sich einschaltet, wenn du dich in einer Situation unwohl fühlst oder Angst spürst. Besprich dich mit deinen besten Freunden und Menschen, denen du vertraust.

### Hier bekommst du Hilfe!

Wenn du sexuelle Gewalt erfahren musstest, findest du kostenlos und vertraulich Hilfe bei **JUUUPORT.de**, dem Kinder- und Jugendtelefon **Nummer gegen Kummer 116111**, dem **Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch 0800 22 55 530** und der Online-Beratung des Hilfe-Telefons unter **hilfe-telefon-missbrauch.online**



Jasmin und Stephan geben dir noch **mehr Tipps** auf den Weg, um dich gegen Cybergrooming zu wehren.



Klicksafe ist das Awareness Centre im Verbund des Safer Internet Centres Deutschland (saferinternet.de).



**Klicksafe wird koordiniert und umgesetzt von:**

Medienanstalt Rheinland-Pfalz  
[www.medienanstalt-rlp.de](http://www.medienanstalt-rlp.de)

**Unsere Verbundpartner:**



**Beschwerdestellen (Hotlines):**

[www.internetbeschwerdestelle.de](http://www.internetbeschwerdestelle.de)



[www.jugendschutz.net/verstoss-melden](http://www.jugendschutz.net/verstoss-melden)

**Beratungsstelle (Helpline):**

NummergegenKummer [www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)



Unveränderte nichtkommerzielle Vervielfältigung und Verbreitung ist ausdrücklich erlaubt unter Angabe der Quelle klicksafe und der Website [www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)  
siehe: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

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



Kofinanziert von der  
Europäischen Union

**Herausgeber:**

**Klicksafe**

Medienanstalt Rheinland-Pfalz  
Turmstraße 10  
D - 67059 Ludwigshafen

E: [info@klicksafe.de](mailto:info@klicksafe.de)

W: [www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)

In Kooperation mit:



Unterstützt von:



Unabhängige Beauftragte  
für Fragen des sexuellen  
Kindesmissbrauchs