

# Checkliste: Cybermobbing – erkennen, reagieren, vorbeugen

DigiBitS-Code: 42535

Seite 1 von 3

## Auf einen Blick:

**Themen:** Cybermobbing, digitale Kommunikation, Soziale Medien

**Vorkenntnisse:** keine

**Medienkompetenzen:**  Kommunizieren,  Reflektieren,  Schützen

**Fachbereich:** Medienbildung



## Was ist Cybermobbing?

Hänseleien und Ausgrenzung sind keine Neuheiten auf Schulhöfen. Aber mit dem Beginn des Internet-Zeitalters hat diese Thematik eine ganz neue Qualität bekommen, denn Mobbing hört nicht mehr an den Toren der Schulen auf, sondern setzt sich digital in der schulfreien Zeit fort.

### Cybermobbing oder auch Cyberbullying genannt...

- bezeichnet die absichtliche **Beleidigung, Bedrohung, Bloßstellung oder Belästigung** durch moderne **Kommunikationsmedien** – hauptsächlich über SMS oder Messenger-Dienste, aber auch in Foren oder Chats und insbesondere in Sozialen Netzwerken über einen längeren Zeitraum.
- kann **jederzeit und überall** passieren und rund um die Uhr in das Privatleben eingreifen.
- bietet **kaum eine Rückzugsmöglichkeit** für Betroffene.
- kann sich extrem **schnell verbreiten** und ein unüberschaubar **großes Publikum** erreichen.
- ist ein **Gruppenphänomen**, da es oft erst bei einem „Publikum“ dazu kommt.
- läuft meist anonym ab und führt so zu einer niedrigeren Hemmschwelle aufseiten der Täter\*innen.
- geht oft von Täter\*innen aus dem **persönlichen Umfeld** der Betroffenen aus.
- tritt meist **parallel zu Mobbing** auf.
- kann **nachhaltig** wirken und Betroffene immer wieder einholen, denn das Internet vergisst nichts.
- kann auch **unbeabsichtigt** sein.

## Cybermobbing ist ein Gruppenphänomen



Beim Cybermobbing besteht meist eine persönliche Beziehung zwischen Täter\*innen und Betroffenen. In der Regel gibt es wenige aktive Täter\*innen. Daneben sind meist aber weitere bekannte oder auch unbekannte Personen beteiligt, indem sie das Publikum bilden oder auch Bilder liken und weiterleiten. Außerdem gibt es eine Anzahl an schweigenden Mitläufer\*innen. Die Ursachen für Mobbing sind sehr vielfältig und haben zum Beispiel mit dem Kommunikationsklima oder Machtstrukturen innerhalb einer Schulklasse oder den sozialen Kompetenzen Einzelner zu tun.

## Woran ist Cybermobbing zu erkennen?

Die Reaktionen von Kindern und Jugendlichen auf Cybermobbing können sehr unterschiedlich ausfallen.

### Betroffene neigen dazu...

- sich eingeschüchtert **zurückziehen und abzuschirmen**, um möglichst keine Angriffsfläche mehr zu bieten.
- ihr Verhalten zu ändern**. Sie zeigen häufig eine große Niedergeschlagenheit, verlieren ihr Selbstvertrauen und ihre Lebensfreude und entwickeln Minderwertigkeitsgefühle.
- plötzlich **soziale Kontakte** zu Klassenkamerad\*innen bis hin zu engen Freund\*innen zu meiden.
- ihren **Konsum** von Computer und Smartphone in kürzester Zeit zu verändern und einzuschränken.
- Krankheitssymptome** wie Übelkeit, Bauchweh, Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Appetitlosigkeit oder andere körperliche Beschwerden zu zeigen oder auch vorzugeben.

Weitere Hinweise, wie man Cybermobbing die Stirn bietet, hat IT-Sicherheitsexperte Kaspersky zusammengefasst: <https://kas.pr/cybermobbing>

Auch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend hat eine Übersicht mit Tipps erstellt: [www.bmfsfj.de/blob/100152/a54cc3467808a0ff33326257518af6c4/cyber-mobbing-informationen-data.pdf](http://www.bmfsfj.de/blob/100152/a54cc3467808a0ff33326257518af6c4/cyber-mobbing-informationen-data.pdf)

Mehr Informationen zu den rechtlichen Hintergründen und der Frage, ob Cybermobbing strafbar ist, sind auf der Seite von [polizeifuerdich.de](http://polizeifuerdich.de) zu finden: [www.polizeifuerdich.de/deine-themen/handy-smartphone-internet/cybermobbing.html](http://www.polizeifuerdich.de/deine-themen/handy-smartphone-internet/cybermobbing.html)



# Checkliste: Cybermobbing – erkennen, reagieren, vorbeugen

DigiBitS-Code: 42535

Seite 2 von 3

## Wie kann man als Außenstehende\*r helfen?

### Als Elternteil oder Lehrkraft sollten Sie bei Verdacht auf Cybermobbing...

- das Gespräch suchen und soziale Unterstützung bieten:** Sprechen Sie mit betroffenen Kindern und Jugendlichen offen über Ängste und Sorgen, ohne Vorwürfe zu machen. Verbündete sind eine große Stütze, um Betroffene zu stärken. Leiten Sie keine weiteren Schritte ein, ohne das Kind oder den/die Jugendliche\*n selbst miteinzubeziehen.
- Ruhe bewahren:** Vermeiden Sie eine Eskalation und unterstützen Sie den/die Betroffene\*n darin. Niemand sollte vorschnell und/oder emotionsgeladen auf die Attacken reagieren; das kann unter Umständen die Intensität des Mobbings steigern. Wenn übergeordnete Autoritäten und Instanzen, wie z.B. Klassenlehrer\*innen oder Schulleitungen, sich einschalten und klare Grenzen aufzeigen, kann das Problem oft besser gelöst werden.
- Beweise sichern:** Erstellen Sie gemeinsam mit dem/der Betroffenen Kopien oder Screenshots von beleidigenden oder bedrohlichen Nachrichten, Bildern oder Chats.
- weitere Kontaktaufnahme verhindern:** Sperren Sie gemeinsam mit dem Kind bzw. der/dem Jugendlichen Accounts in Apps oder auf Plattformen, blockieren Sie einzelne Handynummern auf dem Smartphone.
- Inhalte und Nutzer\*innen melden:** Nutzen Sie das Meldesystem, das viele Betreiber\*innen von Websites und Apps bieten und zeigen Sie die Funktionsweise auch dem Kind bzw. der/dem Jugendlichen. So können Profile und beleidigende Inhalte gesperrt und/oder entfernt werden.
- das Umfeld miteinbeziehen:** Cybermobbing ist ein Gruppenphänomen und auch das „Publikum“ trägt Verantwortung. Arbeiten Sie die Geschehnisse gemeinsam auf. So kann auch das Gruppenklima verbessert werden. Beziehen Sie auch weitere Personen wie Eltern, Lehrkräfte oder die Schulleitung ein. Oft können Vermittlungsaktivitäten helfen, da meist eine persönliche Beziehung zwischen Täter\*in und Opfer besteht.
- Expert\*innen aufsuchen:** Vertrauenslehrer\*innen, Sozialarbeiter\*innen, Medienpädagog\*innen, Präventionsbeauftragte der Polizei oder spezielle Beratungsstellen.
- sich selbst einen Überblick über Recht und Gesetz verschaffen:** Cybermobbing an sich ist keine Straftat, kann aber Handlungen, die gegen das Gesetz verstoßen, beinhalten, wie Beleidigungen oder das ungefragte Verbreiten von Bildern und Videos.
- auch über zivil- und strafrechtliche Schritte nachdenken** (siehe rechte Spalte).

## Anlaufstellen für Betroffene und Angehörige:

Persönliche Beratung von der Nummer gegen Kummer – für Kinder und Jugendliche unter 0800 1110333; für Eltern unter 0800 1110550 oder auch online unter: [www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html](http://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html)

Bei JUUUPORT beraten Jugendliche andere Kinder und Jugendliche bei Problemen im Web: [www.juuuport.de/beratung/](http://www.juuuport.de/beratung/)

Onlineberatung für Kinder, Jugendliche und Eltern sowie Beratungsstellendatenbank für Unterstützung vor Ort im ganzen Bundesgebiet vom Fachverband der Erziehungs- und Familienberatungsstellen: [www.bke.de/](http://www.bke.de/)

Beratungsangebot der Polizeilichen Kriminalprävention: [www.polizei-beratung.de](http://www.polizei-beratung.de)

## Was sind mögliche rechtliche Maßnahmen?

Zivilrechtliche Maßnahmen kann man grundsätzlich alleine, ohne Anwalt einleiten. Auch minderjährige Mobber\*innen sind bei zivilrechtlichen Ansprüchen keinesfalls ausgenommen, da die Deliktsfähigkeit nach dem Bürgerlichen Gesetzbuch grundsätzlich schon mit der Vollendung des 7. Lebensjahres beginnt.

- Informelle Aufforderung zur Unterlassung:** Als ersten rechtlichen Schritt sollte der/die Täter\*in per Brief, Mail oder im Gespräch zum Aufhören – einer sogenannten Unterlassung – aufgefordert werden und dabei eine Frist gesetzt bekommen, bis wann die Inhalte gelöscht werden müssen.
- Formelle Abmahnung:** Sollte das Cybermobbing trotzdem nicht enden, gilt es, den/die Täter\*in letztmalig abzumahnern. Die Abmahnung ist eine formelle Nachricht, wenn möglich als Brief, in der deutlich zum Ausdruck gebracht wird, welches Verhalten gemeint ist (am besten mit Belegen). Verbunden ist die Abmahnung ebenfalls mit einer Fristsetzung sowie der Aufforderung, eine rechtsverbindliche Erklärung abzugeben, das Verhalten zu unterlassen: die sogenannte Unterlassungserklärung.
- Die Unterlassungsklage:** Die Unterlassungsklage wird beim Zivilgericht erhoben und dient dazu, den/die Täter\*in dazu verurteilen zu lassen, den in der Abmahnung aufgestellten Forderungen nachzukommen. Kommt es zur Verurteilung, drohen rechtliche Folgen, wenn das Verhalten nicht geändert und die Inhalte nicht gelöscht werden.
- Die einstweilige Verfügung:** Bei dringenden Notfällen stellt die einstweilige Verfügung ein Eilverfahren dar, das bei Gericht beantragt werden kann. Klageverfahren dauern dagegen meist länger. Auch bei der einstweiligen Verfügung muss die Abmahnung vorausgehen. Bei diesem Prozess macht es Sinn, eine\*n Anwalt/Anwältin einzubeziehen.



# Checkliste: Cybermobbing – erkennen, reagieren, vorbeugen

DigiBitS-Code: 42535

Seite 3 von 3

**Strafrechtliche Schritte einleiten:** Meist reichen zivilrechtliche Maßnahmen. Bei besonders schwerwiegenden Fällen – wenn zum Beispiel die Gefahr besteht, dass virtuelle Drohungen in die Realität umgesetzt werden – sollte die Polizei eingeschaltet werden. Wichtig hierfür ist die Dokumentation von Beweisen z.B. via Screenshots. Bei der Beurteilung kann auch ein\*e Anwalt/Anwältin hilfreich sein, um den Fall schließlich vor Gericht zu vertreten.

Weitere Infos zu rechtlichen Schritten von Dipl. Jur. Martin Weißborn unter:  
[www.suxeedo.de/cyber/files/ebook.pdf](http://www.suxeedo.de/cyber/files/ebook.pdf)

Auch iRights.info bietet als Informationsplattform zu rechtlichen Fragen in der digitalen Welt wichtige Tipps zum Umgang mit Cybermobbing: <https://irights.info/artikel/cyber-mobbing-gegenmassnahmen/28563>

## Wie sehen Präventionsmaßnahmen aus?

Eltern und Pädagog\*innen können Kinder und Jugendliche durch Aufklärung und Kompetenzförderung unterstützen.

### Mögliche Präventionsmaßnahmen sind...

- die Förderung von Medienkompetenz**, um den Wert von persönlichen Daten und Datensparsamkeit zu vermitteln sowie technische Schutzmaßnahmen, wie Privatsphäre-Einstellungen, aber auch starke Passwörter zu erklären.
- die Aufklärung über Strafbarkeit**, um zu verdeutlichen, dass Beleidigungen oder das ungefragte Verbreiten von Bildern und Videos auch online strafbar sein können.
- das gemeinsame Aufstellen von Regeln zur Medienutzung**, zum Beispiel auch für den Klassenchat.
- die Stärkung von Selbstvertrauen und Selbstwirksamkeit**, um ein selbstbewusstes und damit wirksames Auftreten in Cybermobbing-Situationen zu fördern.

**die Vermittlung sozialer und kommunikativer Kompetenzen** wie Konflikt- und Kritikfähigkeit, Einfühlungsvermögen und Respekt, um zu verstehen, dass im virtuellen Leben dieselben Regeln für ein gutes Miteinander gelten wie im Alltag und alle hierfür Verantwortung tragen – auch Außenstehende, da sich die meisten Kinder und Jugendliche bei einem Vorfall in dieser Rolle wiederfinden werden.

**Anlaufstellen zu schaffen**, z.B. Medienscouts in der Schüler\*innenschaft, Vertrauensschüler\*innen und -lehrkräfte; aber auch Informationen verfügbar machen zu weiteren Beratungsstellen.

**Fort-, Aus- und Weiterbildung** zum Thema Cybermobbing für Pädagog\*innen und Multiplikator\*innen in der Schüler\*innenschaft, z.B. sogenannte Medienscouts oder Streitschlichter\*innen.

Ausführliche Infos für Pädagog\*innen und Eltern zum Thema Cybermobbing bietet der Ratgeber von Klicksafe unter:  
[www.klicksafe.de/service/materialien/broschueren-ratgeber/ratgeber-cyber-mobbing/](http://www.klicksafe.de/service/materialien/broschueren-ratgeber/ratgeber-cyber-mobbing/)

Das Handbuch „Was tun bei (Cyber)Mobbing?“ von Klicksafe gibt pädagogischen Fachkräften systemische Interventions- und Präventionsmethoden an die Hand sowie Praxisbeispiele zur Bearbeitung des Themas mit Kindern und Jugendlichen:  
<https://www.klicksafe.de/themen/kommunizieren/cyber-mobbing/cyber-mobbing-was-ist-das/modul-was-tun-bei-cyber-mobbing/>

DigiBitS entwickelt freie Materialien zur Förderung von Medienkompetenzen im Fachunterricht. Die Checkliste „Cybermobbing – erkennen, reagieren, vorbeugen“ wurde in Kooperation mit Kaspersky erstellt. Entdecken Sie weitere Unterrichtseinheiten, Tooltips und Checklisten unter [www.digibits.de](http://www.digibits.de)

**DigiBitS** kaspersky  
Digitale Bildung trifft Schule

