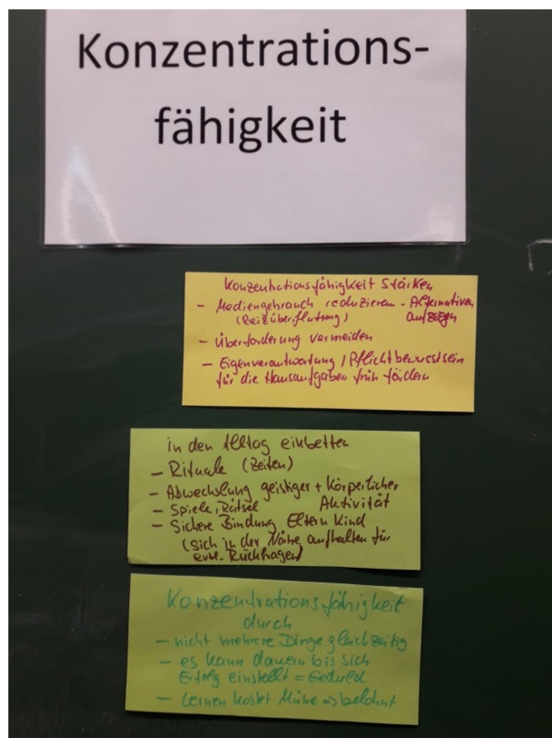


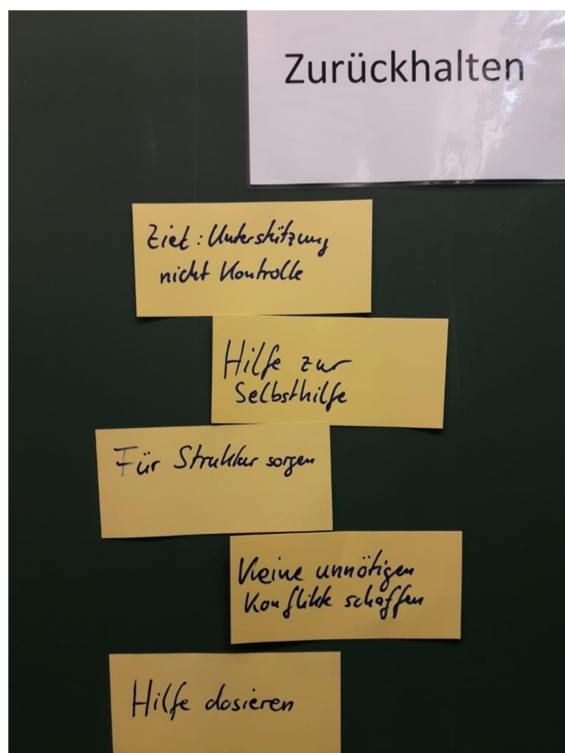
Konzentrationsfähigkeit



Lernen kostet Mühe, Geduld haben

➔ Das Lernen wird belohnt

Zurückhalten



Eltern müssen sich immer mehr zurücknehmen, um von Kontrolle zu Unterstützung zu gelangen

Teil 2: Medien¹

Präventionsarbeit Cybermobbing - Infotext

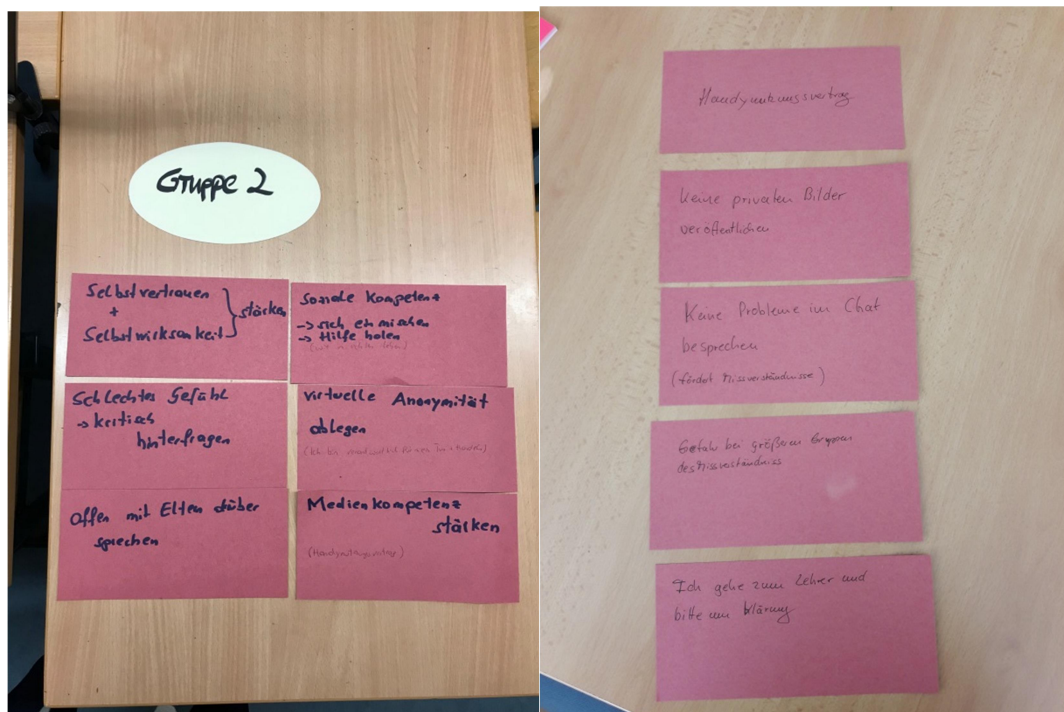
Auch wenn es keinen vollständigen Schutz gegen Cyber-Mobbing gibt, können einige Vorsichtsmaßnahmen dabei helfen, Cyber-Mobbing bestmöglich vorzubeugen. Gefragt ist dabei auch eine gewisse Neugier, sich mit technischen Entwicklungen auseinanderzusetzen, um Medienwelten von Kindern und Jugendlichen möglichst vorurteilsfrei begegnen zu können. Auch sollte man sich klarmachen, dass das Themenfeld Cyber-Mobbing eng mit weiteren Themen und Kompetenzen wie Datenschutz oder dem sozialen Lernen (unter anderem Einfühlungsvermögen, Konflikt- und Kritikfähigkeit, Fähigkeit zum Perspektivenwechsel, Toleranz und Respekt) zusammenhängt. Somit können vorbeugende Maßnahmen nicht losgelöst von diesen betrachtet oder geplant werden. Entsprechend bilden die 1) Förderung von Medienkompetenz, die 2) Stärkung von Selbstvertrauen und Selbstwirksamkeit sowie die 3) Vermittlung sozialer und kommunikativer Kompetenzen die drei wesentlichen Säulen der Präventionsarbeit gegen Cyber-Mobbing. Um Cyber-Mobbing bestmöglich zu verhindern, sollte man sich über Cyber-Mobbing, mögliche Warnzeichen und Möglichkeiten zur Vorbeugung informieren und diese an Kinder und Jugendliche weitergeben. Ein regelmäßiger Austausch über Medienerfahrungen in Familie und Schule oder Gespräche mit anderen Eltern sind ebenfalls sinnvoll. Ein guter Schutz vor unangenehmen Überraschungen im (mobilen) Internet sind Selbstbewusstsein, das Gefühl etwas bewirken zu können und eine gesunde Portion Misstrauen. Kinder und Jugendliche sollten dazu ermutigt werden, sich eine eigene Meinung zu bilden, diese zu vertreten und „Nein“ zu sagen, wenn von ihnen Dinge verlangt werden, die sie nicht mitmachen möchten. Vielfach hilft dabei dem eigenen „Bauchgefühl“ zu vertrauen. Schlechte Gefühle sind häufig ein guter Anzeiger dafür, dass in der Online-Kommunikation etwas schief läuft. Schon junge Internetnutzer sollten verstehen, dass im virtuellen Leben dieselben Regeln für ein Miteinander gelten wie im Alltag. Wer chattet, mailt, über Apps Nachrichten verschickt oder in sozialen Netzwerken unterwegs ist, sollte sich stets klarmachen: Auch am anderen Ende sitzt ein Mensch mit Gefühlen, den Beleidigungen verletzen. Diese Person sollte man so behandeln, wie man selbst behandelt werden möchte – mit Respekt. Man sollte Kinder und Jugendliche darin bestärken, sich einzumischen oder Erwachsenen Bescheid zu sagen, wenn andere im Internet beleidigt werden. In jedem Fall sollte der Betroffene informiert werden. Zudem sollte man mit Kindern darüber sprechen, dass auch ein Weiterleiten oder „Liken“ (Inhalte mit „Gefällt mir“ kennzeichnen) von beleidigenden Inhalten problematisch ist und Cyber-Mobbing sein kann. Gemeinsam verabredete Regeln haben für die sichere Mediennutzung eine große Bedeutung. So wissen Kinder und Jugendliche, was erlaubt ist und worauf man bei der Internet- und Handynutzung achten sollte. Hier kann ein zwischen Eltern und Kindern geschlossener Vertrag (siehe Handynutzungsvertrag aus dem vorherigen Elternseminar) helfen. Beachtet werden sollte dabei, dass aus Angst vor Medienverböten Kinder gegebenenfalls versuchen, internetbezogene Probleme und Sorgen allein zu bewältigen. Dies führt in den allermeisten Fällen zu klarer Überforderung. Auch jüngeren Menschen sollte der Wert persönlicher Daten und Fotos klar sein. Generell gilt: Je mehr man von sich veröffentlicht, desto angreifbarer wird man! Allerdings kann die eigene Datensparsamkeit Cyber-Mobbing durch andere nicht verhindern; trotzdem fällt zumindest die Angriffsfläche kleiner aus. Vor allem bei Handys und anderen mobilen Geräten ist die Gefahr größer, Inhalte unüberlegt aus der Situation heraus zu versenden.

¹ Informationstexte zusammengestellt von S. Thiel

Dies sollte mit Kindern und Jugendlichen besprochen werden nach dem Motto „Besonders unterwegs gilt – erst prüfen, dann senden!“ Bei jüngeren bzw. noch unerfahrenen Nutzern ist es sinnvoll, sich neue Angebote zunächst gemeinsam anzuschauen. Hierbei sollte besprochen werden, worauf man achten

und wie bei Problemen reagiert werden sollte. Auch das gegebenenfalls empfohlene Mindestalter des Anbieters sollte geprüft werden.

Wie kann ich als Elternteil Cybermobbing präventiv begegnen?



Was versteht man unter Cyber-Mobbing? - Infotext

Unter Cyber-Mobbing (hier wird der Begriff synonym zu Cyber-Bullying, E-Mobbing u.A. verwendet) versteht man das absichtliche Beleidigen, Bedrohen, Bloßstellen oder Belastigen anderer mit Hilfe moderne Kommunikationsmittel – meist über einen längeren Zeitraum. Cyber-Mobbing findet entweder im Internet (z.B. durch E-Mails, in sozialen Netzwerken wie Facebook, durch Videos auf Portalen wie Youtube) oder per Handy (z.B. durch WhatsApp oder lästige Anrufe) statt. Teilweise handelt der Täter – den man "Bully" nennt – anonym, so dass das Opfer nicht weiß, von wem die Angriffe stammen. Gerade bei Cyber-Mobbing unter Kindern und Jugendlichen kennen Opfer und TäterInnen sich einander aber meist auch in der „realen“ Welt. Die Opfer haben fast immer einen Verdacht, wer hinter den Attacken stecken konnte. Cyber-Mobbing geht in der Regel von Personen aus dem eigenen Umfeld aus – der Schule, dem Wohnviertel, dem Dorf... Fälle, in die gänzlich Fremde involviert sind, sind wenig verbreitet.

Die wesentlichen Unterschiede zum „einfachen“ – Face to Face-Mobbing:

- Cybermobbing ist ein Eingriff in das Privatleben, der rund um die Uhr stattfindet und nicht an der eigenen Haustür endet (außer man nutzt keine sogenannten neuen Medien).
- Die Tragweite der Informationsverbreitung ist durch die vielfältigen Möglichkeiten sowie die Schnelligkeit der neuen Medien kaum zu überschauen.
- Die Täter, sogenannte "Cyber-Bullies" können unerkant handeln und wagen sich nicht selten durch diese Anonymität in großer Sicherheit. Oftmals ist seine dargestellte Identität stark abweichend von der Realität.
- Das Alter sowie das äußere Erscheinungsbild sind für Cyber-Mobbing keine ausschlaggebenden Kriterien. Es kann sowohl zwischen Gleichaltrigen (Mitschüler) als auch zwischen unterschiedlichen Altersstufen (Schüler-Lehrer) erfolgen.
- Es besteht die Möglichkeit des unbeabsichtigten Cyber-Mobbings, da unbedachtes bzw. nicht den Konsequenzen bewusstes Handeln zu verletzenden Reaktionen bei dem Betroffenen führen kann. Diese Reaktionen sieht der Täter in der Regel nicht und ist sich dem Ausmaß nicht bewusst.

Anzeichen von Mobbing/ Cyber-Mobbing: Viele Betroffene von Cyber-Mobbing ...

- ... ziehen sich sozial zurück, werden zurückhaltender und verschlossener, erzählen weniger von Schule und Arbeit, die Fröhlichkeit verschwindet.
- ... leiden unter Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Appetitlosigkeit oder anderen körperlichen Beschwerden.
- ... zeigen psychische Reaktionen (Niedergeschlagenheit, fehlendes Selbstvertrauen, fehlende Lebensfreude, Vertrauensverlust, Minderwertigkeitsgefühle, Angst, Depressionen), die auch längerfristig anhalten können.
- ... gehen nur noch extrem ungern oder mit Bauchschmerzen in die Schule oder zur Arbeit, schulische oder berufliche Leistungen fallen ab, die Konzentrationsfähigkeit lässt nach oder Interessen verändern sich.

- ... sind nicht mehr gerne im Internet, schließen Anwendungen wie Soziale Netzwerke, wenn jemand hinzu kommt oder wirken verstört, nachdem sie aufs Handy geschaut haben.
- ... und gleichzeitigem herkömmlichen Mobbing kommen mit leichten Blessuren oder beschädigten Gegenständen und Kleidungsstücken nach Hause. In einigen Fällen nehmen Täterinnen und Täter dem Opfer auch Gegenstände oder Geld ab (das sogenannte „Abziehen“).
- ... blocken Gespräche über Verhaltensänderungen oder sonstige Auffälligkeiten konsequent ab, spielen sie herunter, reagieren mit Scham oder weichen den Fragen aus.

