

## CYBERMOBBING - Ein Einblick in die Prävention



Jeder Zweite leidet unter Cybermobbing. Eine neuere Studie der ETH Zürich zu Gewalterfahrungen zeigt, dass rund die Hälfte der Jugendlichen im Kanton Zürich bereits mindestens einmal eine Form von Cybermobbing erlitten haben. 40% gaben an, es selbst einmal verübt zu haben. Die Bandbreite ist vielfältig: Von Textnachrichten mit beleidigenden oder bedrohenden Inhalten über das Verbreiten von unangenehmen Gerüchten in sozialen Netzwerken wie etwa Instagram bis hin zur Veröffentlichung von intimen Videoaufnahmen auf öffentlichen Plattformen wie Youtube. Insgesamt sind die verschiedenen Formen von Cybermobbing mit Häufigkeiten von 5-30% heutzutage ähnlich verbreitet wie traditionelle Mobbingformen (Ribeaud, 2015).

Die JAMES-Studie zeigte, dass Jugendliche unter der Woche im Durchschnitt zwei Stunden pro Tag im Internet verbringen.

An den Wochenenden und in den Ferien sind es bis zu drei Stunden. 97% der Befragten 12-19jährigen benutzen ein Smartphone und 89% sind bei mindestens einem sozialen Netzwerk angemeldet (Willemse et al., 2014). Aufgrund dieser Ergebnisse zur Mediennutzung ist es nicht erstaunlich, dass Cybermobbing immer mehr zunimmt.

### Was ist Cybermobbing?

Eine wichtige Voraussetzung Cybermobbing verstehen zu können, liegt im Verständnis des traditionellen Mobbing (Kowalski, Limber & Agatson, 2008). Der Begriff „Mobbing“ kommt ursprünglich aus dem Englischen: „To mob“ bedeutet schikanieren, anpöbeln (Alsaker, 2000). Mobbing wird oft definiert als ein aggressiv gerichteter Akt oder ein Verhalten, welches durch ein Individuum oder eine

Gruppe regelmässig über eine bestimmte Zeit gegen ein Opfer gerichtet ist. Demnach stellt Mobbing eine Unterform von Aggression dar. Für das Opfer ist es schwierig, sich dagegen zu schützen (Whitney & Smith, 1993; Olweus, 1999). Laut Kowalski et al. (2008) entspricht Cybermobbing deshalb einer Form des traditionellen Mobbings.

Es kann zwischen verbalem und psychischem Cybermobbing unterschieden werden. Verbales Cybermobbing meint, jemanden zu beleidigen, zu beschimpfen, zu erpressen oder zu bedrohen. Unter psychischem Cybermobbing versteht man unter anderem, über einen Mitschüler Gerüchte und Lügen zu verbreiten, peinliche oder intime Fotos oder Videos ins Internet hochzuladen oder Hassgruppen gegen jemanden zu bilden (Katzner, 2014).

### Was unterscheidet Mobbing von Cybermobbing?

Im Vergleich zum traditionellen Mobbing bleibt beim Cybermobbing der Täter meist unbekannt. Der *hohe Anonymitätsgrad* führt zu mehr Angst bei den Opfern, da sie keine Lösungsstrategien sehen und die Täter schwer zu identifizieren sind. Ein weiterer Unterschied besteht darin, dass traditionelles Mobbing zeitlich begrenzt stattfindet, bei Kindern also hauptsächlich im und um den schulischen Rahmen. Opfer von Cybermobbing können

„ *Jedes Verhalten, das von Individuen oder Gruppen mittels elektronischer oder digitaler Medien ausgeführt wird und wiederholt feindselige oder aggressive Botschaften vermittelt, die die Absicht verfolgen, anderen Schaden oder Unbehagen zu bereiten.* Tokunaga, 2010

unter Umständen 24 Stunden den Belästigungen ausgesetzt sein. Auch können schädigende Inhalte womöglich ein *unbegrenztes Publikum* in kürzester Zeit erreichen. Die Folge ist ein nie wirklich endendes Mobbing und eine Schutzlosigkeit der Opfer, da die Täter „bis ins Kinderzimmer kommen“ (Katzner, 2014).

Kowalski et al. (2008) definieren als einen weiteren Unterschied die „*Angst vor der Strafe*“, die Opfer (insbesondere Kinder) von Cybermobbing haben, wenn sie ihren Eltern von den Belästigungen berichten. Eine nahe liegende Initiative von Seiten der Eltern wäre, dem Kind das Mobiltelefon wegzunehmen und ihm den Internetzugang zu untersagen. Obwohl diese Geräte die Belästigungen ermöglichen, dienen sie dem Kind heutzutage als Schlüsselemente zu anderen sozialen Kontakten. Folglich wäre das Verbot von Compu-

ter und Mobiltelefonen eine zusätzliche Strafe für das Opfer.

### Mögliche Folgen des Cybermobbing

Inzwischen belegen viele Studien, dass die Folgen von Cybermobbing für die Opfer häufig schwerwiegend sind und lange nachwirken (Ybarra & Mitchell, 2007). Als kurzfristige Belastungen können Gefühle wie Wut, Frustration, Schmerz und Verängstigung sowie psychosomatische Beschwerden auftreten. Längerfristig kann es zu einer dauerhaften Traumatisierung (Gefühl des Nicht-vergessen-Können) und zu depressiven Symptomen kommen. Auch trauen sich viele Cybermobbingopfer nicht mehr, in die Schule oder einen Supermarkt zu gehen, denn jeder könnte peinliche Einträge oder Fotos im

Internet gesehen haben. Häufig sind bei Kindern und Jugendlichen starke Verhaltensänderungen zu beobachten wie sozialer Rückzug, Rückzug aus der Online Welt, Wutanfälle und Leistungsabfall in der Schule. Hinzu kommt selbstverletzendes Verhalten bis hin zum Suizid (Katzer, 2014). Als Beispiel ist der Fall der kanadischen Schülerin Amanda Todd zu nennen, welcher für weltweites Aufsehen sorgte. Vor ihrem Suizid im Oktober 2012 hat sie ein Video auf Youtube gestellt, in welchem sie schweigend anhand geschriebener Zettel ihre Geschichte des über Jahre anhaltenden Cybermobbing erzählte (siehe Links).



*Amanda Todd im Internet*

## Tipps für Schulleiter/innen & Lehrpersonen

Erstellen Sie einen *Verhaltenskodex* zur Nutzung und zum Umgang mit neuen Medien an der gesamten Schule: Darin sollten Regeln für die Benutzung des Mobiltelefons, des Internets etc. vereinbart werden.

*Regeln* Sie den Umgang mit Handy und Internet: Handyverbote während des Unterrichts sind sinnvoll.

Integrieren Sie das *Thema im Unterricht*: Cybermobbing darf nicht totgeschwiegen werden, jeder Fall sollte ernst genommen werden!

Fördern Sie die *positive Nutzung der Neuen Medien im Unterricht*: Ein respektvoller Umgang im Internet sowie Themen der Internetsicherheit und des Datenschutzes thematisieren.

*Sprechen Sie mit den Beteiligten* und binden Sie die Eltern ein: Opfer und Täter sollten befragt werden und anschliessend wird gemeinsam eine Lösung gesucht oder eine Wiedergutmachung vereinbart. Auch die Eltern sollten sofort miteinbezogen und auf das Thema sensibilisiert werden.

Suchen Sie *Hilfe von aussen*: Workshops durch Polizeibeamte und Fachpersonen im Bereich der neuen Medien können über einen sicheren und verantwortungsbewussten Umgang mit Internet und Mobiltelefon bei der Bewusstseinsbildung an Schulen helfen.

Wenden Sie sich an die *Polizei*: Bei Drohungen, Erpressungen und Nötigungen sollte auf jeden Fall die Polizei eingeschaltet werden! Die dem Cybermobbing zu Grunde liegenden Handlungen können strafrechtlich erfasst werden. Kinder sind ab dem 10. Lebensjahr strafmündig! (siehe Links)



### Einblick in die eigene Präventionsarbeit mit Schulklassen

Bereits im Studium der Psychologie interessierte ich mich für den Bereich der digitalen Medien. Ich widmete meine Lizentiatsarbeit im Herbst 2009 dem noch neuen Thema Cybermobbing. Zusammen mit meiner Studienkollegin führten wir die Erste schweizweite Studie unter Jugendlichen durch. Wir erforschten die Häufigkeit, Risiken und Konsequenzen von Cybermobbing an Schulen in der Ostschweiz.

Unser Fazit für die Prävention war, dass diese in frühem Alter und eventuell geschlechtsspezifisch anzusetzen ist, da die Täter häufiger männlich und die Opfer tendenziell häufiger weiblich waren. Für essentiell hielten wir die Sensibilisierung der Eltern und Lehrpersonen für das Thema. Nach meinem Studium erhielt ich nebst der Arbeit als Schulpsychologin die

Möglichkeit, für die Firma New Media Concept als Medienexpertin im Bereich Cybermobbing tätig zu sein. Hierfür entwickelte ich ein Präventionsprogramm, welches für Kinder und Jugendliche in unterschiedlichen Klassenstufen zugeschnitten ist. Der Leitgedanke bei der Entwicklung des Workshops war, diesen möglichst interaktiv zu gestalten und die Kinder für eine aktive Mitarbeit zu gewinnen.

Nach dem Einstieg anhand eines kurzen Videoclips zum Thema Cybermobbing folgt ein erster Theorieinput. Dieser soll klären, was man unter Cybermobbing genau versteht, welche Erscheinungsformen vorkommen und welche zentralen Unterschiede zum traditionellen Mobbing bestehen. Damit das Ganze nicht zu theoretisch bleibt, werden zusammen Beispiele erarbeitet. Hier berichten die Kinder häufig über persönliche Erlebnisse und Erfahrungen.



Nach diesem ersten Teil folgt ein Film. Dieser von *Childnet International* produzierte und sehr zu empfehlende Video-Clip „Let's fight it together“ beschreibt anhand des Leidenswegs von einem Jungen namens Joe, wie Cybermobbing entsteht und das Leben eines Betroffenen zerstören kann (siehe Links). Danach folgt eine Gruppenarbeit, bei welcher die Kinder zwischen einem Rollenspiel oder der Erarbeitung von Ideen zu den Folgen des Cybermobbings wählen können. Bei den Rollenspielen schlüpfen sie in eine fiktive Cybermobbing-Geschichte. Das Ziel dieser Übung ist, konkret zu erfahren, wie man sich beispielsweise als Opfer von Cybermobbing fühlt. Neben dem Spassfaktor kommen die Kinder in eine Aktivität und Lernen im Erleben.

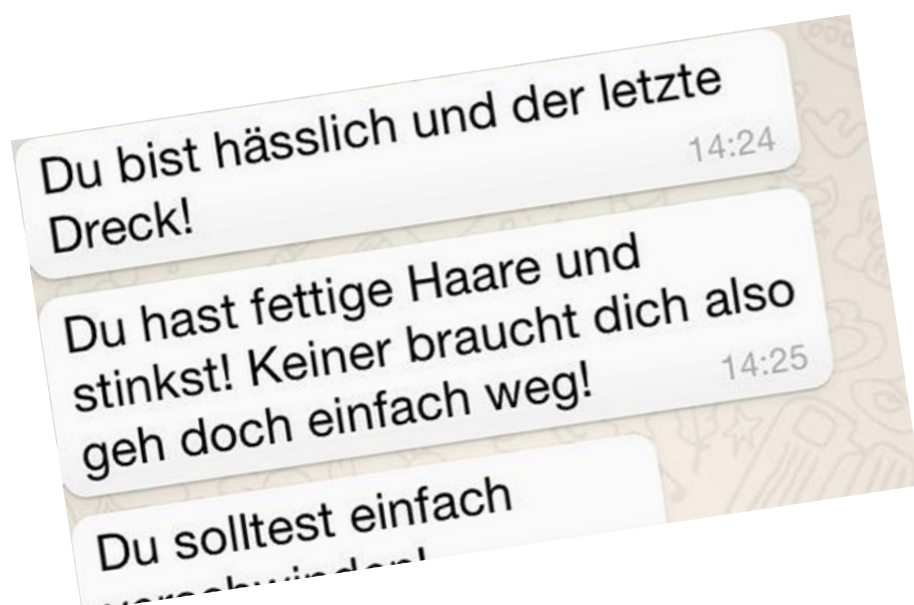
An die von den Kindern erarbeiteten Folgen von Cybermobbing knüpft ein weiterer Theorieinput, unter anderem zu den gesetzlichen Grundlagen. In einem letzten Teil geht es darum, wie sich die Kinder schützen können, wenn Cybermob-

bing auftritt. Zum Schluss des Workshops bietet sich die Möglichkeit einer Diskussion und einer Frage- und Feedbackrunde. In dieser Runde wurden die Rollenspiele von den Klassen häufig als sehr positiv bewertet.

Bedeutend für die Präventionsarbeit sind die allgemeine Förderung von Medienkompetenz und die Vermittlung sozialer und kommunikativer Kompetenzen. Schlussendlich sollen die Kinder lernen, wie man im Internet respektvoll miteinander umgeht und wo die Grenzen sind. Dafür ist der Einbezug des familiären und persönlichen Umfeldes wie Eltern, Familie und Freunde ebenso essentiell wie die Sensibilisierung innerhalb der Schule.

### Der SPD in Kontakt mit Cybermobbing – Ein Fallbeispiel

Linus (Name geändert) wurde bereits in der Unterstufe von anderen Schülern in



der Klasse gehänselt, sodass die soziale Integration erschwert war. In der Mittelstufe setzte sich das Mobbing fort und Linus litt zusätzlich unter körperlichen Symptomen wie Bauchschmerzen und Appetitlosigkeit. Die Mutter schätzte den Leidensdruck von Linus als inzwischen sehr hoch ein. Die Schulsozialarbeiterin wurde eingeschaltet und versuchte mit der Klasse zu arbeiten, jedoch führte dies nicht zum erhofften Erfolg. Die zuständige Schulpsychologin empfahl zusammen mit der Schulsozialarbeiterin eine Querversetzung in eine 6. Klasse eines anderen Schulhauses, um Linus zu entlasten und ihm die Chance zu geben, neu in einer Klasse starten zu können.

Die Versetzung erwies sich als erfolgreich und das gesamte Schuljahr verlief ruhig, bis ein paar Wochen vor den Sommerferien ein Klassenchat via Smartphone in der zukünftigen Oberstufenklasse startete. In der neuen Aufteilung wurden Kinder von beiden Schulhäusern gemischt, d.h. Linus sollte erneut mit Mitschülern aus seiner früheren Klasse zusammen kommen. Einige Jungen begannen im Klassenchat Linus über einen längeren Zeitraum zutiefst zu beleidigen und zu bedrohen. Andere aus dem Klassenchat stachelten die Täter an, indem sie mit lachenden Emoticons oder sonstigen Kommentaren die Aussagen der Täter verstärkten. Die Täter schrieben bspw.: „Linus, du Missgeburt, ich ficke deine Mutter! Am besten gehst du dich gleich selbst begraben, ich

“ **Die Mutter reagierte sofort und machte Screenshots.** ”

schlage dich sowieso kaputt. Ich würde bereits heute beten, dass du überlebst!“. Ein weiterer Auszug aus dem Chatverlauf: „Linus du Bastard, solche Leute wie du sollten von Hitler vergast werden! Du stinkst! Bald kommen wir zu dir und verhauen dich!“.

Linus zeigte alles beschämt seiner Mutter, welche sofort reagierte und Screenshots davon machte. Die Mutter wandte sich völlig aufgelöst erneut an die zuständige Schulpsychologin, welche anriet, sich beim Dienst der Jugendintervention der Kantonspolizei Zürich zu melden und dringend die Schule zu informieren. Der im Bezirk zuständige Polizeibeamte reagierte umgehend, nachdem die Mutter Anzeige betreffend Bedrohung, Beleidigung, Ehrverletzung und Missbrauch des Telefons erstattet hatte.

Erst jetzt war es strafrechtlich möglich, die Täter und ebenso die Mittäter zusammen mit den Eltern auf den Polizeiposten vorzuladen. Die Schulpsychologin organisierte zeitgleich eine Helfersitzung mit der Schule und den Eltern, um über die weitere Schullaufbahn von Linus zu entschei-

den. Es wurde beschlossen, dass Linus aufgrund enormer psychischer Belastung und der Unmöglichkeit einer Reintegration in eine andere Schulgemeinde versetzt wird. Anhand dieses tragischen Beispiels wird ersichtlich, wie wichtig ein schnelles Reagieren von Seiten der Eltern, der Schule und des SPD ist. Der

Einbezug der Polizei war ein wichtiger Schritt, um auf strafrechtlicher Ebene handeln zu können. Der SPD nahm die Rolle als vermittelnde Instanz zwischen Eltern, Schule und der Polizei ein.

Jeannine Schläpfer

## Links & Buchtipps

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

Gute Informationen, Tipps, Anleitungen & Materialien zu diversen Themen für Eltern und Lehrpersonen

[www.jungedundmedien.ch](http://www.jungedundmedien.ch)

Informative Seite des Bundesamtes für Sozialversicherungen

[www.schaugenau.ch](http://www.schaugenau.ch)

Gute Informationen zu digitalen Medien aus der Schweiz

[www.saferinternet.at](http://www.saferinternet.at)

Gute Unterrichtsmaterialien für Lehrpersonen

[www.newmediaconcept.ch](http://www.newmediaconcept.ch)

Verschiedenste Angebote im Präventionsbereich Digitale Medien

[www.cybercrime.admin.ch/kobik/de/home/gefahren/ehrverletzungsdelikte/cyberbullying.html](http://www.cybercrime.admin.ch/kobik/de/home/gefahren/ehrverletzungsdelikte/cyberbullying.html)

Beschreibungen der Schweizer Rechtsgrundlagen zu Cybermobbing

Mobbing und Cybermobbing – wirksam vorbeugen und eingreifen (M. Steves, 2015): Grosse Vielfalt an konkreten Arbeitsblättern für den Unterricht

Cybermobbing- Wenn das Internet zur W@ffe wird (C. Katzer, 2014): Sehr gutes Fachbuch zum Thema Cybermobbing

## Filme

[www.youtube.com/watch?v=vOHXGNx-E7E](http://www.youtube.com/watch?v=vOHXGNx-E7E): Videoclip Amanda Todd

[www.youtube.com/watch?v=hYrDbGzZVUQ](http://www.youtube.com/watch?v=hYrDbGzZVUQ): Videoclip Let's fight it together

[www.youtube.com/watch?v=xluu-lpyVS0](http://www.youtube.com/watch?v=xluu-lpyVS0): Videoclip Setze ein Zeichen!



## Literatur

- Alsaker, F. D. & Brunner, A. (2000). Switzerland. In Smith, P.K., Morita, Y., Junger Tas, J., Olweus, D., Catalona, R. & Slee, P. (Eds.), *The Nature of school bullying – Across national perspective* (pp. 250-263). London: Routledge.
- Katzer, K. (2014), *Cybermobbing. Wenn das Internet zur W@ffe wird*. Berlin Heidelberg 2014: Springer Verlag.
- Kowalski, R. M., Limber, S. P. & Agatson, P. W. (2008). *Cyber Bullying. Bullying in the digital age*. Malden, Oxford, Victoria: Blackwell Publishing.
- Olweus, D. (1993). Victimization by peers: Antecedent and long-term outcomes. In: K.H. Rubin & J. B. Asendorf (Hrsg.), *Social withdrawal, inhibition, and shyness* (pp. 315-341). Hillsdale (NY): Erlbaum.
- Ribeaud, D. (2015). *Entwicklung von Gewalterfahrungen Jugendlicher im Kanton Zürich 1999-2014. Forschungsbericht*. Zürich: Professur für Soziologie, ETH Zürich.
- Tokunaga, R. S. (2010). Following you home from school: A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization. *Computers in Human Behaviour*, 26, 277-287.
- Whitney, I. & Smith, P.K. (1993). A survey of the nature and extent of bullying in junior/middle and secondary schools. *Educational Research*. 35, 3-25.
- Willemse, I., Waller, G., Genner, S., Suter, L., Oppliger S., Huber, A.-L. & Süss, D. (2014). *JAMES – Jugend, Aktivitäten, Medien – Erhebung Schweiz*. Zürich: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften.
- Ybarra, M. L., & Mitchell, K. J. (2007). Prevalence and frequency of Internet harassment instigation : Implications for adolescent health. *Journal of Adolescent Health*, 41, 189-195.