

INFORMATION

zur Pressekonferenz

LH-Stv.in Mag.^a Christine Haberlander

Frauenlandesrätin

und

DIⁱⁿ Barbara Buchegger M.Ed.

Pädagogische Leitung Saferinternet.at

Primar Dr. Kurosch Yazdi-Zorn

Leiter des Klinikzentrum Psychiatrie am Kepler Uniklinikum

am 27. März 2023

zum Thema:

**Tatort Internet:
STOP #HassimNetz**

Impressum

Medieninhaber & Herausgeber:
Amt der Oö. Landesregierung
Direktion Präsidium
Abteilung Presse
Landhausplatz 1 • 4021 Linz

Tel.: (+43 732) 77 20-11412
Fax: (+43 732) 77 20-21 15 88
landeskorrespondenz@ooe.gv.at
www.land-oberoesterreich.gv.at

Rückfragen-Kontakt:

Julian Staltner (+43 732) 77 20-17124, (+43 664) 600 72 17124

Thematik Cybermobbing derzeit aktueller denn je

Erst vor wenigen Wochen schockierte der Fall der ermordeten Luise nicht nur ganz Deutschland. Eine 12- und eine 13-Jährige sollen die 12 Jahre alte Luise getötet haben. Einem Bericht zufolge wurde das Opfer in den Wochen vor ihrem Tod von den beiden Täterinnen gemobbt. Auch jener österreichische Fall der Ärztin aus Seewalchen, die über Monate hinweg mit Hassnachrichten bombardiert wurde, schlug medial hohe Wellen. Sie hatte das aggressive Verhalten von Impfgegnern öffentlich kritisiert und wurde in Folge dessen von unzähligen Täterinnen und Tätern aus der vermeintlichen Anonymität des Internets heraus drangsaliert.

„Viele Fälle zeigen mittlerweile, dass Mobbing sogar töten kann. Wir müssen jeden einzelnen Fall von Mobbing, und vor allem vom vermeintlich anonymen Cybermobbing, ernst nehmen. Jeder Angriff im Netz ist einer zu viel. In Oberösterreich hat Gewalt weder physisch, verbal noch digital einen Platz. Am 1. Jänner 2021 trat das Gesetzespaket „Hass im Netz“ in Kraft. Mit diesem Maßnahmenpaket sollte klargestellt werden, dass das Internet kein rechtsfreier Raum ist, sondern auch hier unser Rechtsstaat gilt. Es gilt nun, die Wirksamkeit dieser Gesetze zu evaluieren!“, so LH-Stellvertreterin Haberlander.

Eine Studie von IMAS im Auftrag des Frauenreferats des Landes Oberösterreich aus dem Jahr 2021 mit dem Ziel, die Ansichten der Oberösterreicher/innen im Alter von 14 bis 50 Jahren bezüglich Cybermobbing demoskopisch zu erheben, zeigt klar, dass Rund die Hälfte der Befragten die Betroffenheit von Cybermobbing bei Mädchen im Alter von 10 bis 15 Jahren als sehr häufig einschätzt (49%). Weitere 39 Prozent meinen, diese Zielgruppe ist eher häufig betroffen. Danach folgen Mädchen oder Frauen im Alter von 16 bis 25 Jahren, die 33 Prozent als sehr häufig und 52 Prozent als eher häufig betroffen einstufen, vor Buben im Alter von 10 bis 15 Jahren (33 % sehr häufig und 44 Prozent eher häufig). Männer über 25 Jahren werden in dieser Abfrage als am wenigsten betroffen eingeschätzt.

Im Jahr 2022 präsentierte Saferinternet.at gemeinsam mit Jugendstaatssekretärin Claudia Plakolm eine aktuelle Studie zum Thema Cybermobbing. Diese wurde vom Institut für Jugendkulturforschung und Kulturvermittlung im Auftrag von Saferinternet.at und ISPA - Internet Service Providers Austria durchgeführt. Bei der Online-Umfrage wurden 400 Jugendliche im Alter von 11 bis 17 Jahren repräsentativ nach Alter, Geschlecht und Bildungshintergrund befragt. Ergänzt wurde die Studie mit Praxiserfahrungen aus Saferinternet.at-Workshops. Diese Studie zeigt, dass 17% aller Jugendlichen bereits Opfer von Cybermobbing geworden sind. Betroffen können Kinder und Jugendliche auf unterschiedlichste Weise sein: Lügen und Gerüchte in sozialen Netzwerken, wiederholte Beleidigungen über Messenger-Dienste oder Ausgrenzungen im Online-Unterricht. Knapp die Hälfte der Befragten gibt an, dass Online-Schikanen während der Pandemie zugenommen haben.

Der Kampf gegen Cybermobbing fußt im Wesentlichen auf 3 Säulen:

1. Strafen und rechtliche Durchsetzung

Im seit 2021 neuen Gesetzespaket wurden in einer komplizierten Querschnittsmaterie die Rechtsschutzmöglichkeiten von vom Hass im Netz Betroffenen gestärkt. Diese Maßnahme ist begrüßenswert und wichtig, zur effektiven Bekämpfung muss aber auch die praktische Umsetzung funktionieren. Melden Betroffene - im überwiegenden Teil der Fälle handelt es sich um Frauen - verbale Übergriffe, die bis hin zu Morddrohungen gehen, unterbleibe oftmals die behördliche Ausforschungs- und Verfolgungstätigkeit. Anträge auf Feststellung der Identität bleiben oft wochenlang liegen, die Ermittlungen verlaufen meist ohne Erfolg. Auch die Verfolgung von bekannten mutmaßlichen Täterinnen und Täter verläuft schleppend.

Mit in Kraft treten des Hass-im-Netz-Bekämpfungsgesetzes (HiNBG) am 01.01.2021 wurden grundlegende Regeln zum Persönlichkeitsrecht und ein vereinfachtes Unterlassungsverfahren gegen Hasspostings eingeführt. Es wurden Gesetzesstellen im

ABGB, der ZPO, im StGB und der StPO abgeändert und modifiziert und auch neu geschaffen.

„Diese Neuerungen bedürfen einer Evaluierung, damit die Wirkungen und vor allem die praktische Umsetzung der Bestimmungen konkret betrachtet werden und sodann Adaptierungen vorgenommen werden. Vom Hass im Netz Betroffene sind bei der gerichtlichen Geltendmachung ihrer Ansprüche nach wie vor mit Hürden konfrontiert. Es fehlt eine gewisse Transparenz, welche Behörde mit welchen Aufgaben beschäftigt ist“, so **Haberlander**

2. Bewusstseinsbildung und Prävention

Kampagne des Frauenreferats zur Bewusstseinsbildung

Überall dort, wo sich Jugendliche online bewegen, wie beispielsweise Messenger-Dienste, Spieleplattformen oder Soziale Medien, kann es zu Cybermobbing kommen. Häufig genannt werden in der erwähnten Studie von Saferinternet.at in diesem Zusammenhang von Jugendlichen Plattformen, auf denen öffentlich kommuniziert wird: Instagram (56%), gefolgt von TikTok (42%), Facebook (36%) und Snapchat (32%). Messenger-Dienste liegen mit 30% nur an fünfter Stelle der häufigsten Cybermobbing-Plattformen, obwohl fast alle Befragten WhatsApp nutzen.

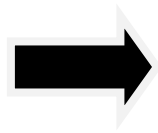
„Das Frauenreferat des Landes Oberösterreich setzt die Kampagne gegen Hass im Netz zur Bewusstseinsbildung und zur besseren Information 2023 fort“, betont **Haberlander** und führt weiter aus: *„Ich appelliere auch an die Zivilcourage der Oberösterreicherinnen und Oberösterreicher, die mit ihrem Verhalten einen wichtigen Beitrag leisten können, etwa durch das Melden von Online-Inhalten oder Postings mit beleidigenden Inhalten. Es ist wichtig, mit dem Thema offen umzugehen und es offen anzusprechen.“*

Die Kampagne gegen Hass im Netz wird auch im Jahr 2023 über die Online-Kanäle Facebook, Instagram und Snapchat ausgespielt. In einer ersten Welle wird in einem Zeitraum von 2 Wochen die Kampagne reaktiviert und die bekannten Sujets mit Informationen zu den Folgen von Hass im Netz gezeigt.

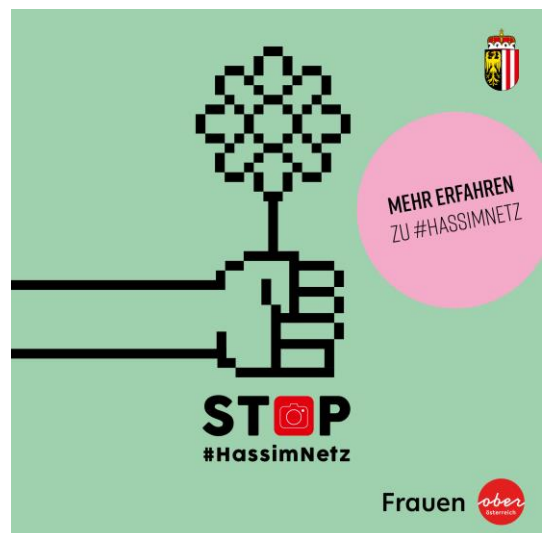
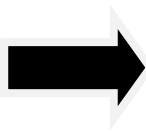


Neu ist heuer die Erweiterung der Kampagne in einer zweiten Welle, welche im Anschluss für einen Zeitraum von 4 Wochen ausgespielt wird. Hier soll eine **positive Umkehrung der Sujets als Animation** einen Aufruf zu mehr Zivilcourage darstellen. Die dazugehörigen Postingtexte sollen andere Wege der Kommunikation aufzeigen und zu einem respektvolleren Umgang im Netz aufrufen.

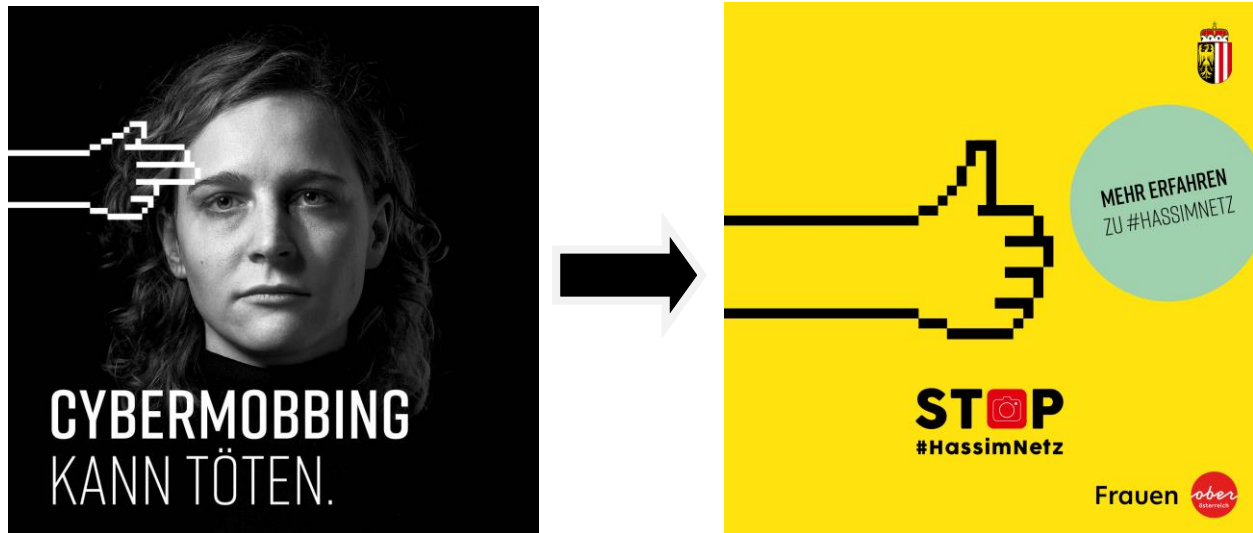
„Jemandem ein Lächeln ins Gesicht zaubern statt ausgrenzen. Setz dich ein und stopp #HassimNetz“



- „Freundliche Gesten statt verletzender Worte. Setz dich ein und stopp #HassimNetz“



„Daumen hoch statt Bemerkungen, die runterziehen. Setz dich ein und stopp #HassimNetz“



Auf einer Landingpage auf der Homepage des Frauenreferates sind zahlreiche Anlaufstellen in Oberösterreich gebündelt aufgeführt, um zu garantieren, dass auf einen Blick die richtige Adresse und damit rasche Hilfe gefunden werden kann. Da besonders Kinder und Jugendliche für das Thema sensibilisiert werden müssen, werden die bekannten Plakate auch wieder über die Bildungsdirektion an die oberösterreichischen Schulen verschickt und dort nach den Osterferien plakatiert. **DI Buchegger** führt dazu aus: *„Der gute Ruf einer Schule leidet nicht dadurch, dass Cyber-Mobbing vorgekommen ist, sondern dadurch, dass es nicht ernst genommen wird.“*

„Wir wollen Information und Aufklärung rund um dieses Thema bieten und auch die Anlaufstellen für Betroffene bündeln und einen guten Überblick bieten“, so die **LH-Stellvertreterin**.

Die Plakate zu dieser Kampagne stehen auf der Homepage des Frauenreferates unter www.frauenreferat-ooe.at jederzeit zum Download zur Verfügung.

Prävention erfolgt über mehrere Ansätze

Für die Prävention von Cybermobbing und auch zur Unterstützung der Opfer müssen mehrere Ansätze gleichzeitig verfolgt werden: Einerseits müssen Eltern, Schulen sowie Pädagoginnen und Pädagogen weiter in Bezug auf das Phänomen sensibilisiert werden. Sowohl Eltern sollten über die Möglichkeit des Cybermobbings mit ihren Kindern sprechen, als auch sollte es Teil der Vermittlung von Medienkompetenz an Schulen sein. Wenn das Thema nicht tabuisiert wird, ist die Wahrscheinlichkeit höher, dass Opfer sich ihren Eltern oder Lehrkräften anvertrauen.

Andererseits sollte im Falle des Bekanntwerdens eines Falles, das Umfeld dies ernst nehmen und dem Problem nachgehen. Ein gutgemeinter Ratschlag an das Opfer, einfach nicht mehr online zu kommunizieren, ist nicht hilfreich, da die junge Generation sich nicht komplett gegen diese Form der Kommunikation abschotten kann und will. Stattdessen sollten Eltern die Schule informieren und dort gemeinsam mit der Schulpsychologie den Fall und generell das Thema möglichst aufarbeiten. In dramatischen Fällen sollte Anzeige erstattet werden.

„Wichtig ist, nicht zu schweigen. Man sollte aber nicht direkt dem/r Täter/in (online) antworten, denn das kann die Person noch zusätzlich motivieren, weiter zu mobben, sondern sich an Vertrauenspersonen zu wenden. Für Minderjährige gilt: Eltern involvieren und mit der Schulpsychologie oder den Lehrkräften reden. Für Erwachsene gibt es Beratungsstellen (z.B. Krisenhilfe OÖ, Frauenberatung, ...), nach entsprechender Beratung die Möglichkeit einer polizeilichen Anzeige. Wichtig ist aber auch die Prävention: Von Vornherein nur so wenige private Daten wie möglich veröffentlichen, keine privaten Fotos an unbekannte Personen schicken, und vieles mehr“, betont Yazdi-Zorn.

3. Unterstützung für Betroffene

Cybermobbing bringt psychische Auswirkungen mit sich

Cybermobbing-Angriffe versuchen meist, das Selbstwertgefühl der Opfer zu schädigen. Da Betroffene keine Möglichkeit haben, den Schikanen zu entgehen, ziehen sie sich in der realen Welt zurück und meiden aus Scham ihre Sozialkontakte. Der Rückzug aus den sozialen Netzwerken hingegen ist oft keine gangbare Lösung, da sie für viele aus dem täglichen Leben nicht mehr wegzudenken sind und dies heutzutage vor allem eines bedeuten würde: noch mehr Einsamkeit.

Die psychischen Folgen von Cybermobbing reichen von gestörtem Selbstbewusstsein über Angst und Hilflosigkeit bis zu Rückzug und sozialer Isolation. Jugendliche Opfer im schulischen Umfeld verzeichnen häufig einen Leistungsabfall. Konzentration und Motivation leiden. Vielfach treten zusätzlich physische Probleme wie Kopf- oder Magen-Darm-Schmerzen auf. Langzeitfolgen von Cybermobbing können unter anderem Schlafstörungen, Angststörungen, Panikattacken und Depressionen sein. Bei Erwachsenen kommt zu den psychischen und körperlichen Belastungen auch oftmals die Sorge um die private und berufliche Zukunft hinzu.

Leider kommt es immer wieder vor, dass Cybermobbing-Opfer Suizid begehen. Sie verzweifeln an der Dauer und Schwere der Angriffe gegen ihre ureigenste Persönlichkeit und oft auch an der Anonymität der Täterinnen oder Täter und sehen keinen Ausweg mehr.

Trotz des enormen Leidensdrucks suchen Opfer vielfach keine professionelle Hilfe. Schwerwiegende Konsequenzen von Cybermobbing, wie Depression, schwindendes Selbstwertgefühl, Alkohol- oder Suchtmittelkonsum, Probleme im privaten und beruflichen Umfeld oder sogar Suizidgedanken benötigen dringend fachliche Unterstützung.

„Meist entstehen Gefühle von Hilflosigkeit, Ängste, Scham. Das Selbstwertgefühl kann stark beeinträchtigt werden. Dadurch trauen sich viele Opfer nicht darüber zu reden und unterwerfen sich schweigend dem Mobbing. In extremen Fällen führt dies zu Depressionen und eventuell zu Suizidgedanken. Auf der anderen Seite kann es zu einem späteren Zeitpunkt auch zu einem Opfer-Täter-Umkehr kommen: Manchmal wird der Frust später auf andere Personen abgelassen und gemobbte Personen mobben später andere Personen. Die Wandlung vom Opfer zum Täter kann kurzfristig das Gefühl der Hilflosigkeit aufheben. Langfristig kommt es aber zu einer Gewaltspirale in der online-Kommunikation“, führt **Primar Kurosch Yazdi-Zorn** vom Kepler Universitätsklinikum aus.

Angebote für Betroffene, Lehrpersonal und Eltern in Oberösterreich

Das Thema Cybermobbing ist nicht nur für Jugendliche, sondern auch für PädagogInnen und Eltern eine große Herausforderung.

Die Bildungsdirektion/Schulpsychologie ist Teil der Plattform Gewaltprävention, die den Bereich Bildung/Schule mittels gezielter Projekte und Programme zum Thema Gewalt- und Suchtprävention abdeckt. Die “Plattform Gewaltprävention OÖ” – www.gewaltpraevention-ooe.at – besteht aus den fünf wesentlichen Anbietern von mobbing- und gewaltpräventiven Leistungen in Oberösterreich. Diese Online-Plattform stellt Angebote für Eltern, Lehrer/innen und Schüler/innen vor und bündelt alle oberösterreichischen Anlaufstellen auf einen Blick.

Die wichtigsten Maßnahmen auf einen Blick:

1. Bildungsdirektion OÖ / Schulpsychologie

- Faustlos – Programm zur Gewaltprävention an VS

An über 150 VS gibt es einen Medienkoffer „Faustlos“. Dazu gibt es immer wieder Veranstaltungen zum Umgang mit diesen Utensilien. Jeweils 1 – 2 Lehrer/innen pro

Schule sowie Schulpsychologinnen und Schulpsychologen Schulaufsichtspersonen nehmen an den Schulungen teil.

- Workshops zu Radikalisierung – Deradikalisierung an den oö. Schulen
 - (De)Radikalisierung/Gewalt/Praxis Schule
 - Gewalt/Radikalisierung
 - Gewalt und Kommunikation/Interkulturelle Begegnungen
 - Gewalt und Lösungsstrategien

2. Bildungsdirektion OÖ gemeinsam mit der Education Group

- Medienfit – Workshops für Volksschule-PädagogInnen in OÖ

In jeder Bildungsregion werden seit dem Schuljahr 2016/17 dazu Workshops angeboten.

- Vernetzungstreffen für Gewalt-Schule-Medien-MultiplikatorInnen mit den Themen:
 - Die digitale Verführung. Zum Verhältnis von Gewalt, Schule, Medien
 - Digitalisierung als Chance für Persönlichkeitsentwicklung im Raum Schule
 - Das Digitale in der Schule. Neue Technologien. Alte Ängste.
 - Saferinternet: Digitale Grundbildung mit Leben erfüllen
 - Sexting in der Schule
- Volksschul-Stammtisch Medien/Pädagogik/Didaktik
- Webtools 4Teachers

3. Mobbingberatungsstelle der Kinder- und Jugendanwaltschaft OÖ. (KIJA)

- Das Workshopangebot der Gewaltpräventionsstelle umfasst folgende Bereiche:
 - Workshops „Kinder- und Jugendrechte“
 - Workshops „Mobbing- und Gewaltprävention“
 - Workshops „Mein Körper gehört mir“
 - Workshop I: Kinderrechte - „Meine Rechte – Deine Rechte“
Die wichtigsten Kinderrechte und deren Bedeutung werden anhand verschiedener Übungen und Spiele sowie selbstgestalteten Plakaten mit den Schülerinnen und Schüler erarbeitet.

4. Institut Suchtprävention

- zusammen.wachsen: Unterrichtsprogramm für die 1. - 4. Schulstufe
Dieses Programm beruht auf dem von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfohlenen Ansatz der Förderung der Lebenskompetenzen von Kindern und Jugendlichen.
- Plus: Unterrichtsprogramm für die 5. - 8. Schulstufe
Das Programm unterstützt Kinder und Jugendliche bei der Entwicklung sozialer und emotionaler Kompetenzen, die es ihnen ermöglichen, mit sich selbst und mit anderen gut umgehen zu können.

5. Kriminalprävention

- Kinderpolizei
- All Right – Alles, was Recht ist
- Click & Check
- Look @yourLife
- Projekt „Clever & Cool“ für 8. und 9. Schulstufe (gemeinsam mit Suchtprävention)
- Lehrerfortbildungen zum sicheren Umgang mit digitalen Verführungen und Cybermobbing (gemeinsam mit EduGroup)

Auch die im Auftrag des Frauenreferat des Landes Oberösterreich ins Leben gerufene Online Frauenberatung Oberösterreich bietet eine Anlaufstelle für Betroffene. Diese Form der Beratung hilft vor allem jenen, denen es leichter fällt, ihre Gedanken niederzuschreiben als auszusprechen. Onlineberatung ist eine erste Orientierung in schwierigen Lebenssituationen und ist professionell, rund um die Uhr, schnell, anonym und kostenlos: www.frauenberatung-ooe.at

Saferinternet.at unterstützt Kinder, Jugendliche, Eltern und Lehrende beim sicheren, kompetenten und verantwortungsvollen Umgang mit digitalen Medien. Unterrichtsmaterial „Aktiv gegen Cyber-Mobbing“ kann kostenlos bestellt und heruntergeladen werden. Weitere Leitfäden und Flyer sowie der Eltern-Videoratgeber

„Frag Barbara!“ runden das Angebot ab. Auch das ISPA-Kinderbuch „Der Online-Zoo“ und die gleichnamige Videoreihe behandeln unter anderem das Thema Cybermobbing. Alle Angebote und Download- sowie Bestellmöglichkeiten finden sich auf www.saferinternet.at.

Zusätzlich bietet Saferinternet.at maßgeschneiderte Workshops in Schulen oder bei Elternabenden sowie kostenlose Ratgeber, Broschüren und vieles mehr an. Saferinternet.at ist die österreichische Informationsstelle im Safer Internet Netzwerk der EU (Insafe) und wird vom ACR-Institut ÖIAT in Kooperation mit der ISPA umgesetzt. Die Finanzierung erfolgt durch das „Digital Europe/Safer Internet“-Programm der EU-Kommission, das Bundeskanzleramt, das Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung, das Bundesministerium für Digitalisierung und Wirtschaftsstandort sowie Sponsoren aus der Wirtschaft wie A1, Facebook und Huawei.

Weitere Anlaufstellen

Mehr zum Thema Cybermobbing und Hass im Netz findet man auf der Homepage des Frauenreferates des Landes Oberösterreich unter www.frauenreferat-ooe.at oder in der nachfolgenden Linksammlung:

www.frauenberatung-ooe.at

An die Online Frauenberatung Oberösterreich können sich Mädchen und Frauen (auch Freunde, Bekannte und Verwandte, die jemanden helfen wollen) aus Oberösterreich wenden. Sie bekommen dort kompetente Beratung und Unterstützung zu allen Themen der Gewaltbetroffenheit sowie auch zu anderen frauenspezifischen Anliegen in verschiedenen Lebenssituationen.

www.jugendservice.at

Jugendliche die Beratung und Hilfe auch zum Thema Cybermobbing brauchen, können sich an die Ansprechpartner*innen der JugendService-Zentren des Landes OÖ wenden.

www.kija-ooe.at

Die Kinder- und Jugendanwaltschaft Oberösterreich bietet spezielle Beratungs- und Informationsangebote zu Cybermobbing an.

www.kija.at

Die Kinder- und Jugendanwaltschaften Österreichs bieten spezielle Beratungs- und Informationsangebote in den Bundesländern.

www.saferinternet.at

Unterstützt vor allem Kinder, Jugendliche, Eltern und LehrerInnen bei der sicheren Internetnutzung und liefert hilfreiche Tipps zum Thema Cybermobbing.

www.ombudsmann.at

Der Internet Ombudsmann hilft bei der Entfernung von unerwünschten Fotos im Internet oder Fake-Accounts.

<https://www.edugroup.at/bildung/medienratgeber/cybermobbing.html>

Informationen und Unterrichtsmaterialien sowie Tipps für Eltern und Jugendliche.

<https://www.edugroup.at/bildung/medienratgeber/hass-im-netz.html>

Informationen und Unterrichtsmaterialien sowie Tipps für Eltern und Jugendliche.

www.rataufdraht.at

Notruf für Kinder und Jugendliche – rund um die Uhr, anonym und kostenlos. Per Telefon (einfach 147 wählen); Online-Beratung oder Chat.

www.schulpsychologie.at

Unterstützung und Beratung bei Konflikten in der Schule.

www.krisenhilfeooe.at

Rat und Hilfe bei psychischen Krisen rund um die Uhr (0732/2177)

www.gewaltpraevention-ooe.at

Plattform Gewaltprävention ist der Zusammenschluss der fünf wesentlichen Anbieter des Landes Oberösterreich für Mobbing- und Gewaltprävention an Schulen. Beratung, Workshops, Fortbildung, Infomaterial, Vorträge, Präventionsprojekte für Schüler*innen, Eltern und Lehrer*innen.

www.jugendschutz-ooe.at

Workshops für oö. Schulklassen zum Thema Cybermobbing

11 Schritte gegen Cybermobbing oder Hass im Netz

#1 – Nicht alles glauben!

Besonders extreme oder fragwürdige Aussagen sollten kritisch geprüft werden. Dazu nutzt man am besten verschiedene Medien und Suchmaschinen und vergleicht unterschiedliche Informationen.

#2 – Nicht mit machen!

Nicht jedes Posting muss tatsächlich geteilt werden, nur weil es wütend oder Angst macht. Sind Aussagen in einem Posting beleidigend oder herabwürdigend, sollte sachlich klargestellt werden, dass Hasspostings nicht in Ordnung sind.

#3 – Privatsphäre schützen!

Eine richtige Nutzung der Privatsphäre-Einstellungen auf sozialen Netzwerken verhindert etwa, dass gänzlich Fremde ungefragt Kontakt aufnehmen oder auf nachteiligen Fotos verlinken können.

#4 – Persönliche Daten schützen!

Die Passwörter für Social Media Accounts sollten sorgfältig ausgewählt und an niemanden verraten werden.

#5 – Die Rechte kennen!

Niemand darf ohne Zustimmung Bilder von einem anderen Menschen ins Internet stellen, erst recht nicht, wenn sie peinlich oder demütigend sind. Auch Verspotten und Beleidigen im Netz ist verboten.

#6 – Nicht auf belästigende Nachrichten antworten!

Eine Reaktion auf die Nachricht ist oftmals genau das, was sich die Absenderin oder der Absender wünscht. Das stachelt die Aggression vielleicht weiter an.

#7 – Unerwünschte Absender blockieren!

Auf fast allen Websites und sozialen Medien können andere Nutzer blockiert werden. Zudem können Nicknames, Handy-Nummern oder Mail-Adressen geändert werden, um Belästigungen zu vermeiden.

#8 – Probleme melden!

Mit der Meldefunktion auf sozialen Netzwerken können die Betreiber der Website über anstößige Nachrichten oder Belästigungen informiert werden.

#9 – Beweise sicherstellen!

Verletzende oder beleidigende Nachrichten sollten dokumentiert werden, z.B. durch Screenshots. Sie können später das Cybermobbing beweisen.

#10 – Hilfe holen!

Alleine fühlt man sich schnell hilflos ausgeliefert. Unterstützung und Solidarität von Vertrauenspersonen (z.B. Freundinnen und Freunde, Kolleginnen und Kollegen, Lehrerinnen und Lehrer, Eltern) hilft, dieses Gefühl zu überwinden. Auch Beratungsstellen können helfen.

#11 – Anzeige erstatten!

Vorfälle, die strafbar sein könnten, können bei jeder Polizeidienststelle gemeldet werden.