Wenn das Handy zur Waffe wird

Cybermobbing ist für betroffene Jugendliche und deren Angehörige extrem belastend. Doch wie kommt es überhaupt dazu? Wie lässt sich das üble Treiben stoppen? Und welche Rolle spielt die Schule?

Text: Mirjam Oertli Bilder: Mara Truog / 13Photo

Mobbing im Netz macht nicht halt vor der Haustüre und sorgt daher für Dauerstress.

Die Fotografin **Mara Truog** hat die Bilder in diesem Dossier zusammen mit Jugendlichen inszeniert. «Sie haben das so perfekt gemacht», sagt die Bernerin, nur die Täter habe niemand spielen wollen. Truog lebt mit ihrer Familie in Zürich.

Private Fotos einer Mitschülerin ungefragt an andere schicken, verletzende Nachrichten im Klassenchat posten, jemanden per Sprachnachricht demütigen: Dass es Kinder und Jugendliche gibt, die im Netz gemein behandelt oder gar gemobbt werden, ist leider Realität.

Zwei von fünf Jugendlichen im Alter von 12 bis 19 Jahren haben schon einmal erlebt, dass Falsches oder Beleidigendes in Chats über sie verbreitet wurde. Das zeigt die James-Studie 2022 der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW). James steht für Jugend, Aktivitäten, Medien – Erhebung Schweiz. Auch auf die Frage «Wollte dich schon mal jemand im Internet fertig machen?» antworteten fast 30 Prozent der Studienteilnehmenden mit Ja.

«Der Umgangston ist online rauer geworden», sagt Gregor Waller, Medienpsychologe und Co-Projektleiter der James-Studien. Man sehe dies auch daran, dass die Ja-Antworten auf die erwähnte Frage in den letzten sechs Jahren um fast zehn Prozent gestiegen seien. Was allerdings nicht heisse, dass es auch mehr Cybermobbing-Fälle gebe. Schliesslich könne auch jemand mit Ja antworten, der einmal im Netz beleidigt worden ist oder Hänseleien erleben musste. Dies gilt jedoch noch nicht als Mobbingfall. «Unsere Untersuchungen zeigen aber klar, dass Jugendliche ihre Geräte heute insgesamt länger nutzen. Mehr Zeit im Netz bedeutet mehr Risiko für Cybermobbing», sagt Waller.

Keine einheitliche Definition

Andere Studien nennen konkrete Zahlen zu Cybermobbing. So kommt die «EU Kids Online Schweiz 2019»-Studie zum Ergebnis, dass ein bis fünf Prozent der befragten 9- bis 16-Jährigen von Cybermobbing betroffen sind. Die Studie ist Teil eines multinationalen Forschungsprogramms, das den Umgang mit dem Internet und den erlebten Risiken von Jugendlichen in zahlreichen europäischen Ländern untersucht.

Diese Zahl, so Studienautor Martin Hermida, sei in den letzten Jahren konstant geblieben und entspreche jenen in anderen Ländern Europas. «Das Bezeichnende an Cybermobbing ist nicht, dass es in der von uns erfassten Schwere >>>

«Mehr Zeit im Netz bedeutet mehr Risiko für Cybermobbing.»

Gregor Waller, Medienpsychologe

Jugendliche, die gemobbt werden, lassen sich aus Scham oft nichts anmerken, obwohl sie enorm leiden.

Eltern erleben oft viel Macht- und Hilflosigkeit, wenn ihr Kind gemobbt wird.

Dem Publikum kommt eine zentrale Rolle zu: Würde niemand hinschauen, hätten Mobbende keine Resonanz.

>>> extrem oft vorkommt. Sondern dass es, wenn es vorkommt, für Betroffene extrem schlimm ist», sagt Hermida. Die Studie klassifiziert virtuelle Gemeinheiten dann als Cybermobbing, wenn diese mindestens einmal wöchentlich stattfinden. 13 Prozent der befragten Jugendlichen gaben an, dass sie gelegentliches gemeines Verhalten in der digitalen Welt erleben.

Wann also ist das «Fick dich!» per Whatsapp, ein «OMG, du hässliche Schlampe» unter dem Insta-Foto oder ein verunstaltetes oder intimes Bild, das weiterverbreitet wird, «nur» gemein? Und wann wird es zum Cybermobbing?

«Wie schlimm etwas empfunden wird, hängt nicht allein von der Häufigkeit der Attacken ab, sondern auch vom individuellen Kontext und subjektiven Empfinden», sagt Martin Hermida. «Es kann auch sein, dass ein Kind nur alle zwei Monate online gemobbt wird, aber trotzdem stark darunter leidet.»

Es gibt keine einheitliche Definition von Cybermobbing. Die Schweizerische Kriminalprävention spricht von mehreren Täterinnen oder Tätern, die eine Person via Internet oder Handy über einen längeren Zeitraum absichtlich beleidigen, bedrohen, blossstellen oder belästigen. Nach anderen Definitionen kann die Aggression auch von einer einzelnen Person ausgehen. Viele Beschreibungen lehnen sich an Definitionsmerkmale des traditionellen Mobbings an – wie Machtungleichgewicht, Absicht und Wiederholung. Fraglich bleibt, ob sich diese problemlos auf Cybermobbing übertragen lassen.

Scham, Angst und Wut

«Wenn man Cybermobbing auf Kriterien wie ‹wiederholt› oder ‹längerfristig› reduziert, stehen mir die Haare zu Berge», sagt die Elternberaterin Christelle Schläpfer aus Winterthur. Mit virtuellen Gemeinheiten könne man jemanden innert zehn Tagen kaputt machen. «Da kann man nicht warten, bis sich Vorfälle x-mal wiederholen.» Als Mobbingexpertin begleitet Schläpfer Eltern und Schulen, zeigt in Kursen und Vorträgen, was Mobbing und Cybermobbing auslösen können: «Scham, Angst, Wut und bleibende Wunden.»

Cybermobbing passiert oft, ohne dass Eltern oder Lehrpersonen davon wissen. Kinder und Jugendliche, die online gemein behandelt werden, weihen der «EU Kids Online Schweiz 2019»-Studie zufolge am ehesten einen Freund oder eine Freundin ein. 20 Prozent erzählen es niemandem. Laut der Studie des Bündnisses gegen Cybermobbing gehört es oft zur «Überlebensstrategie» Betroffener, sich nichts anmerken zu lassen. Anzeichen, die es doch gibt, sind diffus: Niedergeschlagenheit etwa, ein Leistungsabfall oder häufige Absenzen in der Schule, Kopf- oder Magenschmerzen, ein Rückzug in andere Welten oder Wut.

Von vielen Lehrpersonen hört Christelle Schläpfer Sätze wie: «Ich bin ja nicht im Klassenchat drin. Wie soll ich etwas merken?» Dieses Argument lässt die ehemalige Gymilehrerin nicht gelten. «Wenn ich feinfühlig bin und meine Schülerinnen und Schüler kenne, merke ich, wenn etwas mit der Klassendynamik nicht stimmt. Wenn beispielsweise ein Kind nicht mehr in Gruppenarbeiten eingebunden ist oder oft ausgelacht wird.» Die Expertin stellt in Schulungen für Lehrpersonen zudem fest, dass viele ein falsches Bild von Mobbing oder Cybermobbing haben. «Oft wollen sie es lösen wie einen Konflikt zwischen zwei Parteien. Doch damit giesst man Öl ins Feuer.»

Eine perfide Dynamik

Bei Mobbing geht es nicht um Meinungsverschiedenheiten zwischen Person A und Person B. Mobbing beruht auf einer Eigendynamik, die überall und jederzeit entstehen kann. Es ist eine besondere Form von Gewalt, die in verschiedenen Varianten auftreten kann: verbal, physisch und psychisch. Täterinnen und Täter von Cybermobbing verfolgen das Ziel, sich selbst besser zu fühlen, indem sie eine andere Person blossstellen oder abwerten.

Neben Täter und Opfer kommt dem Publikum eine zentrale Rolle zu. Schaute niemand hin, hätten Mobbende keine Resonanz und würden das Interesse bald verlieren. Dabei gehören neben Mitläufern, die teilnehmen oder «applaudieren», auch jene Zuschauenden dazu, die scheinbar unbeteiligt sind. «Auch sie tragen dazu bei, dass es nicht >>>

>>> aufhört», sagt Schläpfer. «Durch ihr Schweigen geben sie die Erlaubnis zum Weitermachen.»

Es sind komplexe gruppendynamische Prozesse, die Mobbing und Cybermobbing auszeichnen und die sich teilweise über Jahre hinweg fortsetzen. «So entstehen die meisten Cybermobbing-Fälle aus herkömmlichem Mobbing, das schon in unteren Schulstufen begann und dort nicht sauber gelöst wurde», sagt Schläpfer.

Ausweitung in den digitalen Raum

Dem stimmen Bettina Dénervaud und Pascal Kamber zu. Die beiden Mobbing-Fachpersonen haben 2019 die Fachstelle «Hilfe bei Mobbing» gegründet. Sie ist im Raum Bern und Luzern beheimatet und bietet in der ganzen deutschsprachigen Schweiz Beratung für Eltern, Seminare für Schulen sowie Interventionen vor Ort an. «Oft wird Cybermobbing isoliert betrachtet», sagt Dénervaud. Doch ohne klassisches Mobbing mit Augenrollen, Ausschliessen und allem, was dazugehört, entstehe selten Cybermobbing. «Von wenigen Ausnahmen abgesehen, etwa wenn Hatespeech Kreise zieht, kennen sich Mobbende und Betroffene.»

Wenn Jugendliche gemobbt werden, schreibt die EU-Plattform Klicksafe.de auf ihrer Website, sei davon auszugehen, dass dies sowohl offline als auch online stattfinde: «Die analoge und die digitale Welt von Kindern und Jugendlichen überschneiden sich nahtlos und müssen daher gemeinsam betrachtet werden.»

Oft lassen sich Mobbing und Cybermobbing nicht trennen. Pascal Kamber gibt ein Beispiel: Werde ein Mobbingopfer auf dem Pausenplatz verprügelt, entstehe davon schnell ein Video, das auf Tiktok verbreitet werde. «Das Digitale wirkt dabei als Katapult, wie ein verlängerter Arm, der das klassische Mobbing schlimmer macht.» Dénervaud kennt eine Familie, die umzog, weil ihr Kind gemobbt wurde. Ein anderes betroffenes Kind habe seiner Mutter mehrmals gesagt, es wäre besser, es wäre nicht mehr da.

Während klassisches Mobbing oft früh beginnt – Kamber berät regelmässig Eltern von Kindergartenkindern –, erweitern Smartphones bloss die Möglichkeiten. Wer «nur» offline gemobbt wird, hat wenigstens im geschützten Zuhause Verschnaufpausen. Cybermobbing dagegen bedeutet Dauerbelastung und Dauerstress während 24 Stunden am Tag. «Oft sagen Eltern: ‹Schalt doch einfach das Gerät aus›», sagt Dénervaud. «Aber das Kind weiss ja, dass die Beleidigungen weiterlaufen. Und irgendwann muss es wieder einschalten. Kann es das nur mit Herzklopfen, bringt ihm Ausschalten nichts.»

Jungs mobben öfter als Mädchen

Der Klassenchat ist laut Kamber ein klassischer Ort, an dem über analoges Mobbing hinaus gemobbt wird. Direkte Nachrichten und soziale Medien sind der «EU Kids Online Schweiz 2019»-Studie zufolge die häufigsten Kanäle für Attacken, im Vergleich weniger bedeutend sind Onlinespiele. Betrachtet man allerdings nur die Antworten der Jungs, zeigt sich, dass Spiele für sie der häufigste Cybermobbing-Schauplatz sind. Auch Pascal Kamber kennt Beispiele: «Die Betroffenen werden als Einzige nicht zum Spiel eingeladen, in Rollenspielen ausgeschlossen oder fertig gemacht.» >>>

Ohne klassisches Mobbing mit Augenrollen und Ausschliessen entsteht selten Cybermobbing.

Online sind herabsetzende Nachrichten schnell geschrieben.

Zuerst die Schläge auf dem Pausenplatz, dann das Video davon auf Tiktok.

«Online kann ich Dinge äussern, die ich mich sonst nicht zu sagen traute.»

Christelle Schläpfer, Elternberaterin

>>> Mädchen sind laut Studien dagegen fast doppelt so häufig wie Jungs von sexueller Belästigung sowie beleidigenden und falschen Äusserungen im Netz betroffen. Mobbende seien allerdings häufiger Jungs als Mädchen.

Die heftigsten Cybermobbing-Fälle, mit denen Pascal Kamber in letzter Zeit zu tun hatte, drehten sich um Sexting. Er schildert die Geschichte eines jugendlichen Paares, das sich getrennt hatte. Aus Rache oder Enttäuschung verbreitete der junge Mann daraufhin Nacktbilder seiner Ex-Freundin. «Für die Betroffene ist das die Hölle, selbst wenn es zur Anzeige kommt», sagt Dénervaud. «Das Wissen darum, dass ihre Bilder vielleicht noch irgendwo im Netz sind, ist unerträglich und schambehaftet.»

Mobbing als Zeitvertreib

Die eine typische Cybermobbing-Geschichte gibt es nicht. Zu komplex sind die Zusammenhänge, zu individuell die Hintergründe jedes Falles. Neben Demütigungen, Happy Slapping, Ausschluss oder Sexting kommt es vor, dass Gerüchte verbreitet werden, dass gedroht oder verleumdet wird. Zum virtuellen Mobbing gehören zudem Cyberstalking und Identitätsdiebstähle, etwa via ein geknacktes oder gefaktes Social-Media-Profil. Ein besonders perfides Beispiel lieferte vor einigen Jahren ein 14-Jähriger aus Bayern, der nach einer Reihe von Cybermobbing-Attacken online eine Todesanzeige für einen seiner Mitschüler aufgab.

Was verleitet Kinder und Jugendliche zu solchen Gemeinheiten? Manchmal sind es schlicht Spass oder Langeweile, die Kinder andere Kinder anfeinden lässt – Mobbing als Methode zum Zeitvertreib also. Ein Grund kann auch der Wunsch nach Macht und Status sein. Manchmal jener nach Rache: Nicht selten kommt es vor, dass Betroffene die Vorzeichen umkehren und selbst mobben. Rund ein Fünftel der Cybermobberinnen und -mobber war gemäss der Studie des Bündnisses gegen Cybermobbing früher selbst Opfer von Mobbing.

Beim Mobben über das Netz locken zusätzlich die grosse Reichweite und die Einfachheit, mit der sich austeilen lässt. Die Abwesenheit des Gegenübers und die mögliche Anonymität senken die Hemmschwelle. «Ich kann plötzlich Dinge äussern, die ich mich sonst nicht zu sagen traute», sagt Christelle Schläpfer. «Erwachsene wissen ja selbst, wie einfach es ist, online einen spitzen Kommentar zu schreiben.»

Das grössere Publikum und damit der höhere Öffentlichkeitsgrad der Demütigungen: Das >>>

«Mobbing muss dort aufgelöst werden, wo es entstanden ist. Das ist meist in der Schulklasse.»

Bettina Dénervaud, Fachberaterin Mobbing

>>> macht Cybermobbing gegenüber «analogem» Mobbing noch perfider. Kommt hinzu, dass sich Chatverläufe, Fotos oder Videos verbreiten und lokal speichern lassen. Für Betroffene gibt es keinen «geschützten» Raum, keine Pause und oft keine Möglichkeit, ihr soziales Gefüge zu verlassen. Sie sind der Situation ausgeliefert.

Das Risiko für Depressionen, Selbstverletzungen und auch Suizidalität sei denn auch um ein Vielfaches erhöht, wenn zu Mobbing Cybermobbing hinzukomme, sagt Bettina Dénervaud. Auch das Alter vieler Betroffener, mitten in der Pubertät, trage zur erhöhten Verletzlichkeit bei.

Die schwierige Rolle der Schule

Spätestens seit dem tragischen Tod der 13-jährigen Céline aus Spreitenbach AG sind auch hierzulande die Folgen von Cybermobbing in unserem Bewusstsein. Im August 2017 nahm sich die Schülerin das Leben. Zuvor war sie in sozialen Medien massiv blossgestellt, angefeindet und bedroht worden.

Was können Eltern und Schulen tun, um das virtuelle Fertigmachen zu stoppen? Christelle Schläpfer, Bettina Dénervaud und Pascal Kamber erleben bei Eltern betroffener Kinder viel Macht- und Hilflosigkeit. Doch Eltern, darin sind sich die drei Fachleute einig, können Cybermobbing allein nicht stoppen. «Mobbing muss dort aufgelöst werden, wo es entstanden ist», sagt Dénervaud, «und das ist meist in der Schulklasse.» An den Schulen ziehe man sich allzu oft aus der Pflicht, sagt die Expertin. «Man hofft, dass es von allein besser wird. Doch das tut es nie.» Schlimmstenfalls werde die Schuld beim Opfer gesucht und das Mobbing quasi legitimiert: «Wenn das Mädchen oder der Junge nicht so komisch wäre, gäbe es kein Mobbing.» Die dramatischen Folgen von Mobbing bis ins Erwachsenenalter würden ausgeblendet.

Ein Argument, das Christelle Schläpfer oft hört, lautet: «Das passiert auf dem Schulweg und dieser liegt nicht in unserer Verantwortung.» Doch wo sonst, wenn nicht in der Schule, kann man Mobbing bekämpfen? «Dazu müssten Lehrpersonen aber mit mehr Know-how und Instrumenten ausgestattet werden», sagt die Expertin. Eine Gegenüberstellung, wie sie oft gemacht werde, sei für Betroffene der Horror und nicht zielführend. «Mobber sind nicht kooperativ. Eher streiten sie alles ab. Nachher sagen sie zu ihrem Opfer: ‹Du Petze, wegen dir werde ich bestraft.› Und machen weiter, teilweise noch schlimmer und subtiler.»

Wenn Schläpfer mit einer Schulklasse arbeitet, greift sie auf metaphorische Methoden zurück, sucht etwa über Geschichten oder Filme den Zugang zu Kindern und Jugendlichen. Auch sensibilisiert sie die Schülerinnen und Schüler mit Gruppenarbeiten und Diskussionsrunden für Themen der Sozialkompetenz und Empathie.

Schläpfer, Dénervaud und Kamber nutzen gerne den No Blame Approach gegen Cybermobbing. Der in den 1990er-Jahren in England entwickelte Ansatz funktioniert ohne Anschuldigungen. Denn aus Anschuldigungen und Strafen, so Kamber, entstehe selten >>>

Mobbing beruht auf einer Eigendynamik, die jederzeit entstehen kann.

Damit es gar nicht erst zu Cybermobbing kommt, ist mehr Aufklärungsarbeit vonnöten.

Mobbing und Cybermobbing sollten bereits in der pädagogischen Ausbildung stärker thematisiert werden.

>>> Positives. Das bedeute keineswegs, dass man auf eine Anzeige verzichte. «Sobald Straftaten vermutet werden, sollte man die Polizei beiziehen.» Gleichzeitig müsse man aber dafür sorgen, dass sich die Situation dadurch nicht verschlimmere. Auch deshalb ersetzt eine strafrechtliche Verfolgung nie die sorgfältige pädagogische Begleitung eines Falls.

Prävention lohnt sich

Noch besser wäre es, wenn es nie zum Cybermobbing käme. Dénervaud und Kamber wünschen sich bereits in pädagogischen Ausbildungen einen stärkeren Fokus auf Mobbing und Cybermobbing. Würden Schulleitende, Lehrpersonen und Sozialarbeitende von Beginn an stärker ermächtigt und befähigt, Mobbing zu erkennen und gezielt zu handeln, würde sich der einzelne Fall gar nicht zu Cybermobbing ausweiten, sagt Bettina Dénervaud.

Im Schulalltag braucht es laut Schläpfer drei Dinge: Prävention, Prävention, Prävention. Stattdessen höre sie heute oft: «An unserer Schule gibt es kein Mobbing.» Oder: «Wir haben keine Zeit.» Dabei, so die Expertin, würde sich die Investition lohnen. Trete ein Fall auf, brauche dies viel mehr Zeit. «Und letztlich sollte die Schule ein sicherer Ort sein.»

Im Lehrplan 21 sind Themen wie die Folgen medialer und virtueller Handlungen sowie Chancen und Risiken der Mediennutzung im Kompetenzbereich «Medien und Informatik» aufgeführt. «Oft wird bloss ein Vortrag der Polizei organisiert. Das ist besser als nichts», sagt Pascal Kamber. «Ist damit das Thema abgehakt, wirkt das allerdings nicht nachhaltig.»

Die Fachleute erleben aber auch Schulen, die sich intensiv mit Cybermobbing auseinandersetzen. Oft seien dafür einzelne, sehr engagierte Personen verantwortlich, sagt Kamber. Dass Schulen vermehrt und systematischer mit Projekten und Aktionswochen dranbleiben, sei unerlässlich. «Nur so erhält das Thema Cybermobbing die nötige Aufmerksamkeit. Und nur so erzielt man präventiv Wirkung.» <<<

Mirjam Oertli

ist freie Journalistin und lebt mit ihrer Familie in Luzern. Sie ist bestürzt darüber, wie perfid Cybermobbing sein kann. Selbst würde sie wohl schnell den Kopf verlieren, wären ihre Kinder mit digitaler Hetze konfrontiert. Nach der Recherche zu diesem Dossier weiss sie, wie wichtig es ist, ruhig und sachlich zu bleiben. Insgeheim hofft sie, dieses Wissen nie anwenden zu müssen.

«Geh dich umbringen»

Erschreckend willkürlich und für die Betroffenen qualvoll: Marco Ribeiro und die Mutter von Lisa schildern, was es heisst, gemobbt zu werden und auf **wenig Verständnis** zu stossen.

Aufgezeichnet von Mirjam Oertli

Ich erzähle

«Dreimal war ich kurz davor, mir das Leben zu nehmen»

Erst offline, dann auch online: Der 20-jährige Marco Ribeiro aus Thusis GR wurde über Jahre gemobbt. Eltern, Schule und Polizei reagierten darauf ungeschickt bis abweisend.

«Ich wurde beleidigt, gedemütigt, schikaniert. Von der 1. Klasse bis zur 3. Oberstufe, erst auf dem Pausenplatz, dann im Internet. Am Anfang dachte ich, ich sei halt einfach nicht so beliebt. Mit der Zeit merkte ich, dass es weit darüber hinausgeht. Ich hatte keine Kollegen, war ausgeschlossen und musste mir laufend dumme Sprüche anhören. Später kamen Schläge dazu.

Irgendwann in der 5. Klasse kamen Instagram und erste Klassenchats in unserer Schule auf. Einmal postete ich ein Ferienfoto von meiner Mutter und mir. ‹Geh dich umbringen›, las ich bald darunter. Und: ‹Du bist so hässlich wie deine Mutter.› Immer wieder haben sie Fotos von mir verunstaltet, mit Geschlechtsteilen auf dem Gesicht, mit Teufelshörnern auf dem Kopf, mit allem Möglichen, und diese dann auf ihren Profilen veröffentlicht. Wenn ich sie blockierte oder ihre Konten meldete, erstellten sie Zweit- oder Fake-Accounts.

Wenn ich meine Lehrpersonen über die neuesten Vorfälle informierte, reagierten sie, indem sie das Thema mit der ganzen Klasse besprachen. ‹Ich bring dich um, wenn du das noch einmal machst›, wurde mir danach per Sprachnachricht mitgeteilt.

Einmal, nachdem meine Eltern den Kontakt mit der Schule gesucht hatten, kam der Lehrer ins Schulzimmer und sagte: ‹Marco fühlt sich gemobbt. Daher sitzt der Schulpsychologe heute hier und schaut zu.› Natürlich machte an diesem Tag niemand etwas. Schlimm war aber, dass ich danach quasi als Lügner dastand. Überhaupt fühlten sich meine Termine mit Fachpersonen immer ein wenig an, als müsste ich mich rechtfertigen. Als würde ich die Leute dazu einladen, mich zu mobben.

‹Ignorier es einfach›, haben meine Eltern gesagt und nicht begriffen, dass das nicht geht. Jedes Mal, wenn ich zum Beispiel aus dem Klassenchat aussteigen wollte, fügte man mich neu hinzu.

Bild: Mara Truog / 13Photo

Während seiner gesamten Schulzeit wurde Marco Ribeiro gemobbt.

Einmal bin ich zur Polizei gegangen. Die Mobber hatten Fotos von mir aus meinem Instagram-Profil ausgedruckt und im Schulzimmer aufgehängt. Sie schossen mit Pfeilen darauf, und als ich reinkam, drehten sie sich zu mir um und taten, als wollten sie auch auf mich schiessen. Mir brannte die Sicherung durch. Ich rannte durchs Dorf und traf verheult beim Polizeiposten ein. Nur, um zu hören, ich müsse das Problem mit dem Lehrer klären. Da fühlte ich mich sehr allein.

Dreimal war ich kurz davor, mir das Leben zu nehmen. Aber irgendwie schaffte ich es durch diese schlimme Zeit und schloss die Schule ab. Was ich danach erlebte, war ein Kulturschock. Es jagte mir Angst ein, dass in der Lehre alle so nett waren. Erst mit der Zeit konnte ich akzeptieren, dass man mich anscheinend mag.»

«Termine mit Fachpersonen fühlten sich immer ein wenig an, als müsste ich mich rechtfertigen.»

Ich erzähle

«Hoffentlich wirst du vergewaltigt»

Die 14-jährige Lisa* wurde geohrfeigt und gefilmt und mit gefakten Sexfotos und Hassnachrichten gedemütigt. Mutter Sonja* über die seelische Not ihrer Tochter und die eigene Hilflosigkeit in einer schweren Zeit.

«Es begann in der Oberstufe. Die ersten Wochen lief es gut. Dann muss sich ein Mädchen aus einer anderen Klasse meine Tochter als ‹Opfer› ausgesucht haben. Aus heiterem Himmel verpasste sie Lisa Ohrfeigen, während andere die Szene filmten. Darauf folgten weitere Attacken. Lisa war jeweils so fertig, dass sie daheim sofort ins Bett ging. Bald waren die Filmchen auf Snapchat und in den Gruppenchats. Ich dürfe nichts unternehmen, flehte sie mich an. ‹Sonst passiert noch Schlimmeres.›

Als es kurz darauf zum Streit mit ihren Freundinnen kam, wandten sich auch diese gegen sie und das Gemobbe schwappte in Lisas eigene Klasse über. Man habe alles unter Kontrolle, hiess es, als ich Kontakt mit der Schule aufnahm. Die Schulsozialarbeiterin habe mit dem schlagenden Mädchen gesprochen und mit Lisas Klasse gearbeitet.

Lisa wurde weiter bedroht: ‹Wegen dir hat die andere jetzt Ärger. Pass auf, sonst verprügeln wir dich wieder.› Weil sie Angst vor Attacken auf dem Schulweg hatte, musste ich sie fahren. Dann kam ein Anruf der Schulsozialarbeiterin. Ein etwas aufreizendes Foto von Lisa, das sie mal einer Freundin geschickt hatte, war in Umlauf geraten. Doch nicht nur dies. Es kursierten auch Sexfotos und ein pornografisches Video, in das ihr Gesicht ‹montiert› worden war. In der Schule wurde gelacht, gejohlt, gerufen: ‹Geil machst du das! Darf ich auch mal?› Dies war der Moment, in dem meine Tochter sagte, sie gehe nicht mehr zur Schule. Daraufhin zog sie sich komplett zurück.

Wir sprachen mit der Lehrperson, der Schulsozialarbeiterin, dem Schulleiter. Irgendwann war Lisa bereit, den Unterricht wieder zu besuchen. Bis ihr jemand aus der Klasse schrieb, alle hassten sie, sie solle verrecken und werde hoffentlich wieder verprügelt. Ein anderes Mal hiess es: ‹Geh dich ritzen.› Und: ‹Hoffentlich wirst du vergewaltigt.› Davon haben wir Screenshots an die Schule geschickt. Gehört haben wir nichts.

Lisa fiel immer mehr in ein Loch, wollte nicht mehr essen, war aggressiv. Der Schulpsychologe rollte derweil Lisas vorhergehende Schulzeit auf. Sie habe doch früher schon wenig Kolleginnen gehabt. Als ob die Schuld für die Situation bei ihr läge.

Ich fühlte mich oft machtlos und nicht ernst genommen. Als alleinerziehende Mutter bin ich selbst an Grenzen gestossen, bekam Kopfschmerzen und fand keine Ruhe mehr.

Zum Glück hat sich die Situation inzwischen etwas beruhigt. Seit einiger Zeit wird Lisa einzelbeschult, bis eine neue Lösung gefunden ist. Sicher ist, dass sie nicht in eines der Schulhäuser des Bezirks zurückkehrt.

Dass alle diese Fotos und Filme, diese Demütigungen gesehen haben, ist verstörend. Früher war Lisa ein fröhliches Kind. Heute sieht man sie kaum mehr lachen. Und sie ist misstrauisch geworden. Was ich gelernt habe? Ich würde heute viel schneller Hilfe und Unterstützung suchen.»

** Namen von der Redaktion geändert*

Die Vorgänge um ihre Tochter brachten auch die Mutter an ihre Grenzen.

Bild: ZVG

Anzeige

Lernstudio

KLEINE KLASSEN, GROSSE ERFOLGE.

In unserer Tagesschule erkennen wir Potenziale und ermöglichen engagiertes und gezieltes Lernen in kleinen Klassen.
Beratung, Eignungsabklärung und Schnuppern jederzeit möglich.

www.lernstudio.ch

Wird mein Kind im Netz gemobbt?

Jedes fünfte Kind, das Cybermobbing erlebt, erzählt niemandem davon. Am ehesten noch weihen Betroffene einen Freund oder eine Freundin ein. Eltern sollten daher auf subtile Anzeichen oder Veränderungen im Verhalten ihres Kindes achten, wenn sie vermuten, dass es Mobbing im Netz erfährt:

- Ihr Kind zieht sich zurück, erzählt plötzlich weniger von der Schule oder den Freundinnen und Freunden, trifft diese nicht mehr, wirkt sozial isoliert.
- Es kann sich plötzlich nur noch schlecht konzentrieren.
- Es bringt auf einmal schlechtere Noten heim.
- Es fängt an, gewisse Situationen zu meiden. Vielleicht geht es immer später zur Schule, damit es die anderen auf dem Weg nicht antrifft. Oder es möchte auf einmal nicht mehr sein Hobby ausüben, zum Sport oder in die Pfadi gehen.
- Es kann nicht einschlafen oder hat nachts Albträume. Oder es leidet plötzlich häufig unter Kopf- oder Bauchschmerzen.
- Vielleicht getraut es sich plötzlich nicht mehr, das Handy zu verwenden. Oder es schliesst Anwendungen, wenn Sie ins Zimmer kommen. Möglicherweise wirkt es traurig, ängstlich, verstört oder wütend, nachdem es am Handy oder Computer war.
- Es wirkt nicht mehr fröhlich, eher nervös, ängstlich oder deprimiert.
- Es will nicht mehr zur Schule.

Diese Anzeichen können auf Cybermobbing hinweisen.

Wichtig ist: Bleiben Sie aufmerksam, fragen Sie sachlich nach. Und lassen Sie nie die Möglichkeit ausser Acht, dass Ihr Kind selbst mobbt.

7 Tipps, wie Eltern richtig reagieren

Ihr Kind ist von Cybermobbing betroffen? Behalten Sie einen kühlen Kopf und überstürzen Sie nichts. Gehen Sie stattdessen Schritt für Schritt vor:

1. Bewahren Sie Ruhe, fragen Sie nach
Fragen Sie Ihr Kind sachlich nach den Vorfällen. Reagieren Sie keinesfalls impulsiv, indem Sie etwa die Eltern des (vermuteten) Täters kontaktieren. Besprechen Sie das weitere Vorgehen mit Ihrem Kind, tun Sie nichts über seinen Kopf hinweg. Geben Sie ihm stattdessen Rückhalt und sagen Sie ihm, dass es keine Schuld trägt.

2. Erstellen Sie ein Protokoll, sichern Sie Beweise
Erstellen Sie gemeinsam ein Protokoll aller Vorfälle. Sichern Sie alle Beweisstücke, zum Beispiel in Form von Screenshots oder Ausdrucken. Beides ist wertvoll, falls Sie später eine Anzeige einreichen.

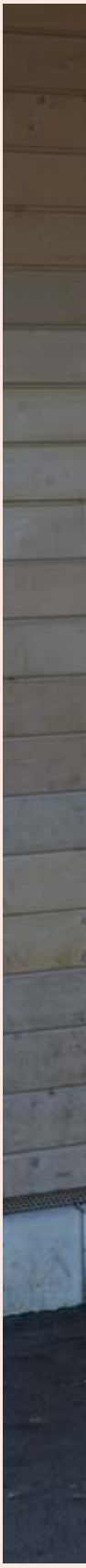
3. Blockieren Sie den Täter, löschen Sie beleidigende Inhalte
Lassen Sie Ihr Kind nicht (mehr) auf Attacken im Netz eingehen und sperren Sie den oder die Mobbenden. Stellen Sie Privatsphäre-Einstellungen in sozialen Medien so ein, dass nur noch enge Freundinnen und Freunde Posts sehen können. Wenn beleidigende Fotos oder Videos veröffentlicht wurden, löschen Sie diese soweit möglich oder lassen Sie sie vom Plattformbetreiber löschen, nachdem Sie alles gesichert haben.

4. Kontaktieren Sie die Schule
Suchen Sie – falls es sich um Vorfälle im Schulumfeld handelt – das Gespräch mit der Klassenlehrperson oder dem Schulsozialdienst. Betrifft es eher den Musikunterricht, die Pfadi oder den Sport? Fragen Sie nach. Klären Sie ab, welche Beobachtungen gemacht wurden.

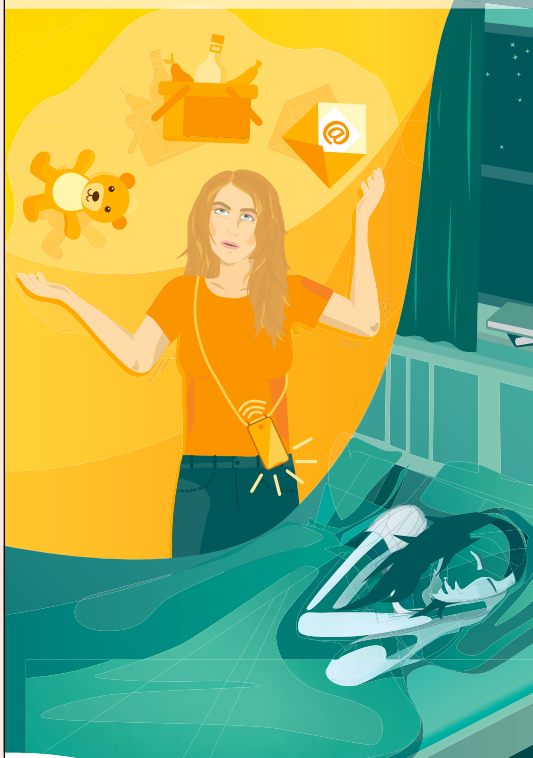
5. Suchen Sie professionelle Hilfe
Eltern fühlen sich oft machtlos, wenn sie erfahren, dass ihr Kind online gemobbt wird. Holen Sie sich professionelle Beratung, um diesem Gefühl zu entkommen und sich über das weitere Vorgehen abzustimmen. Besprechen Sie die nächsten Schritte mit der Schule. Bestehen Sie darauf, dass das Vorgefallene aufgearbeitet wird.

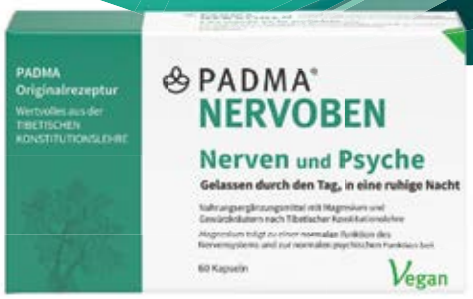
6. Lassen Sie sich beraten: Anzeige, ja oder nein?
Alles, was offline strafbar ist – Nötigung, Erpressung, Drohungen –, ist es auch online. Lassen Sie sich beraten, ob eine Anzeige ratsam ist. Bei der Opferhilfe etwa erhalten Sie ausführliche Informationen über Ihre Rechte als Opfer im Strafverfahren.

7. Vermitteln Sie Ihrem Kind Normalität
Bei allem Aufruhr: Respektieren Sie den Selbstschutz Ihres Kindes, etwa wenn es mal nicht über das Vorgefallene sprechen möchte. Vermitteln Sie ihm Normalität, beispielsweise indem Sie Dinge unternehmen, die Sie auch sonst machen oder an denen es Freude hat.



MultitasQueen





Da brauchts
NERVEN und
GELASSENHEIT

Magnesium trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems und zu einer normalen psychischen Funktion bei.

Tibetische Rezepturen
aus der Schweiz. Natürlich!

PADMA

Die gesundheitlichen Folgen

Kopfschmerzen, Bauchweh, Schlafstörungen, Nervosität, Appetitlosigkeit: Die Liste möglicher körperlicher Reaktionen auf Cybermobbing ist lang. Und lässt sich ergänzen mit zahlreichen psychischen und sozialen Auswirkungen wie Aggressionen, Niedergeschlagenheit, erschüttertem Selbstvertrauen, Leistungsabfall, Schulabsentismus, sozialem Rückzug und Einsamkeit.

Neben einem erhöhten Depressionsrisiko und einem verstärkten Angsterleben wird auch selbstverletzendes und suizidales Verhalten als Folge von Cybermobbing beschrieben. Gemäss der Studie des Bündnisses gegen Cybermobbing äusserte fast ein Viertel der von Cybermobbing betroffenen Kinder und Jugendlichen Suizidgedanken. Rund 15 Prozent griffen aus Verzweiflung zu Alkohol oder Tabletten.

Kurzfristige Folgen – sich verletzt fühlen oder verängstigt sein – treten dabei akut in der Belastungssituation auf. Andere, teilweise gravierende mentale Gesundheitsprobleme, halten oft dauerhaft an.

Als wie belastend Kinder und Jugendliche Cybermobbing erleben, hängt von verschiedenen Faktoren ab. Wie viele Leute die Attacken mitbekommen haben. Oder wie intensiv die digitalen Übergriffe stattfinden. Besonders emotional belastend ist es gemäss Studien für Betroffene, wenn Attacken sexuelle Aspekte beinhalten.

Häufig überschneidet sich das Profil des Mobbenden mit dem des Opfers. Die Täter sind oft hyperaktiv, narzisstisch und gewaltbereit, leiden unter Depressionen und weisen ein geringes Selbstbewusstsein und Empathievermögen auf.

Glossar

Sexting, Doxing, Happy Slapping – kurz erklärt

Unter **Cybermobbing** versteht man das wiederholte, absichtliche Beleidigen, Bedrohen, Blossstellen oder Belästigen einer Person über digitale Medien.

Bei **Cyberstalking,** einer Art des Cybermobbings, wird eine Person beharrlich verfolgt und belästigt. Dabei wird auf deren Sicherheitsgefühl abgezielt: Die Person soll sich ernsthaft physisch, psychisch oder sozial bedroht fühlen.

Von einem **Cyberthreat** spricht man, wenn einer Person mit psychischem Druck oder körperlicher Gewalt bis hin zum Mord gedroht wird.

Happy Slapping bedeutet das Filmen von (meist unerwarteter) körperlicher Gewalt gegen eine einzelne Person mit dem Ziel, die Videos im Netz zu verbreiten.

Mit **Sexting** ist das Versenden von sexuell eindeutigen Nachrichten, Fotos oder Videos gemeint. Zunächst findet Sexting meist zwischen einem Liebespaar statt. Die Nachrichten, Fotos oder Videos werden später im Rahmen von Cybermobbing gegen die betroffene Person verwendet.

Doxing bezeichnet die Offenlegung von persönlichen Daten – Name, Adresse, Telefonnummer – über eine Person im Internet ohne deren Zustimmung.

Hatespeech bedeutet so viel wie «Hassrede» und bezeichnet hasserfüllte Kommentare, Snaps, Tweets und Posts. Während Cybermobbing sich in der Regel gegen Individuen richtet, werden mit Hatespeech meist bestimmte Gruppen von Menschen beleidigt, verleumdet oder diffamiert.

Nicht mit Cybermobbing zu verwechseln ist **Cybergrooming.** Der Begriff bezeichnet das Verhalten einer erwachsenen Person, die sich im Internet das Vertrauen von Kindern und Jugendlichen erschleicht, mit dem Ziel, einen sexuellen Missbrauch vorzubereiten.

Ist Cybermobbing strafbar?

In der Schweiz gilt Cybermobbing offiziell nicht als Straftat. Im Strafgesetzbuch gibt es bisher keinen eigenständigen Artikel dazu. Anders als beispielsweise in Österreich, wo seit 2016 ein Cybermobbing-Artikel im Gesetz verankert ist.

Für den Bundesrat ist klar: Cybermobbing ist strafbar. Zu diesem Schluss kommt ein Bericht, den die Landesregierung im Oktober 2022 verabschiedet hat. Das geltende Strafrecht schütze Mobbingopfer ausreichend. Das gelte sowohl für Mobbinghandlungen im Internet als auch für solche, die in der physischen Welt stattfinden.

Straftaten, die bei Cybermobbing vorliegen können, sind etwa Erpressung oder Nötigung. Beide gelten als Offizialdelikte, auch dann, wenn sie im Netz stattgefunden haben. Sie werden als schwere Straftat eingestuft, welche die Behörden von Amtes wegen verfolgen, das heisst auch ohne Anzeige.

Im Gegensatz dazu stehen die Antragsdelikte. Diesen gehen die Behörden nur nach, wenn jemand Anzeige erstattet. Ein Antragsdelikt, das bei Mobbing im Netz vorliegen kann, ist beispielsweise das «unbefugte Eindringen in ein Datenverarbeitungssystem, beispielsweise das Hacken eines Accounts». Weitere mögliche Strafbestände: Datenbeschädigung, üble Nachrede, Verleumdung, Beschimpfung, Verletzung des Geheim- oder Privatbereichs durch Aufnahmegeräte, unbefugtes Beschaffen von Personendaten oder Drohung.

Strafmündig sind Kinder und Jugendliche in der Schweiz ab dem zehnten Geburtstag. Von 10 bis 18 Jahren unterstehen sie dem Jugendstrafrecht.

BRACK.CH

LIEFERT AUSLAUF-SCHUTZ.

61.95 0.30/1 Stück
Pampers | Windeln
Baby Dry Maxi, Grösse 4
Art. 1518523

ENTDECKEN

Die Vielfalt von Pampers
Pampers Windeln für die unterschiedlichsten Bedürfnisse Ihres Kindes. Das gesamte Sortiment von Pampers finden Sie auf **brack.ch/pampers**

Preise inkl. MwSt., Preisänderungen und Irrtümer vorbehalten. Preise sind reguläre BRACK.CH-Verkaufspreise vom 14. August 2023.
BRACK.CH AG | Hintermättlistrasse 3 | 5506 Mägenwil | brack.ch | mail@brack.ch | +41 62 889 80 80 | /brack.ch @brack @brackch

Infos, Rat und Hilfe

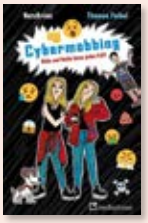
- Schulungen, Beratungen und Interventionen zu Mobbing und Cybermobbing bieten der gemeinnützige Verein **Zischtig.ch** (*www.zischtig.ch*), die **Fachstelle Hilfe bei Mobbing** *(www.hilfe-bei-mobbing.ch)* und **Edufamily** *(www.edufamily.ch)* an.
- Der **Elternnotruf** unterstützt Eltern kostenlos und rund um die Uhr per Telefon (0848 354 555), E-Mail, Chat und vor Ort. Alle Infos unter: *www.elternnotruf.ch*
- Mit **147.ch** bietet **Pro Juventute** Beratung und Hilfe für Kinder und Jugendliche rund um die Uhr via Notrufnummer 147, Chat oder E-Mail, vertraulich und anonym: *www.147.ch*
- Die **Opferhilfe** unterstützt alle Menschen, die in der Schweiz durch eine Straftat körperlich, psychisch oder sexuell verletzt worden sind. Auf *www.opferhilfe-schweiz.ch* finden Sie eine Übersicht über alle kantonalen Opferhilfe-Beratungsstellen. Betroffenen wie auch Angehörigen von Opfern und ihnen nahestehenden Personen bieten die Opferhilfe-Beratungsstellen Unterstützung.
- Umfassende Informationen zu Cybermobbing sowie zur Rechtslage bietet die Website der **Schweizerischen Kriminalprävention:**
  www.skppsc.ch/de/themen/internet/cybermobbing
  Hier lassen sich zwei Broschüren mit dem Titel **«My little Safebook»** – eine für Jugendliche und eine für Eltern und Erziehungsberechtigte – kostenlos herunterladen. Sie informieren über Cybermobbing, sexuelle Übergriffe und Abo-Fallen im Internet und zeigen auf, wie man sich schützen kann.
  › PDF-Download (2015, 28 Seiten) für Eltern:
  www.skppsc.ch/de/download/my-little-safebook
  › PDF-Download (2018, 28 Seiten) für Jugendliche:
  www.skppsc.ch/de/download/my-little-safebook-jugendliche
- Im Medienkurs «Hate Speech und Cybermobbing» von **Swisscom** lernen Jugendliche (7.–9. Klasse), Hassreden im Internet zu erkennen und sich davor zu schützen. Weitere Medienkurse, Unterrichtsmaterialien und Infos: *www.swisscom.ch/campus*
- Cybermobbing ist ein aktueller Schwerpunkt von **Jugend und Medien,** der nationalen Plattform des Bundes zur Förderung der Medienkompetenz. Im Mai hat Jugend und Medien mit «Not a Joke – Gib Mobbing keine Chance» eine Präventionskampagne lanciert. Die Plattform bietet ausserdem ausführliche Informationen, Empfehlungen und weiterführende Links zum Thema Cybermobbing: *www.jugendundmedien.ch/themen/cybermobbing*
- Die **EU-Initiative** Klicksafe fördert Onlinekompetenz und unterstützt Erziehungsberechtigte mit Infos und Präventionsmaterialien zu allen Themen rund um Sicherheit im Netz: *www.klicksafe.de.*
  Klicksafe hat im September 2020 eine kostenlose Cybermobbing-Erste-Hilfe-App für Jugendliche lanciert. Sie kann in allen gängigen App-Stores heruntergeladen werden.

Zum Weiterlesen

Für Eltern und Lehrpersonen

Christine Laude: Mobbing und Cybermobbing in der Schule. Gewalt erkennen und wirksam beenden mit dem No Blame Approach.
Info 3 2021, 140 Seiten, 26 Fr.
Mobbing und Cybermobbing sind Phänomene, die den Schulalltag von Kindern und Jugendlichen massiv belasten können – bis hin zu Krankheit oder gar Suizid. Aber was genau ist Mobbing? Wie grenzt man es ab von alltäglichen Konflikten, wie kann man vorbeugen? Und wie kann man ohne Schuldzuweisungen Mobbing auflösen?

Für Kinder und Jugendliche



Thomas Feibel: Cybermobbing. Hilda und Hulda lösen jeden Fall!
Medhochzwei 2021, 101 Seiten, ca. 16 Fr.
In ihrem ersten Abenteuer gehen die zwei Spürnasen Hilda und Hulda dem Thema Cybermobbing auf den Grund. In packenden Mitratekrimis nehmen sie ihre jungen Leserinnen und Leser mit auf eine digitale Reise. Für Kinder ab 8 Jahren.

Thomas Feibel:
Mach deinen Medienführerschein.
Carlsen 2019, 64 Seiten, ca. 12 Fr.
Das Mitmachbuch des Medienjournalisten und Fritz+Fränzi-Kolumnisten Thomas Feibel schult die Medienkompetenz von Kindern.
Für Kinder ab 8 Jahren.

Manfred Theisen: Einfach erklärt – Social Media – Cybermobbing – Deine Daten im Web.
Loewe Sachbuch 2022, 176 Seiten, ca. 20 Fr.
Was machen Influencer? Wo lauern im Internet Gefahren? Was hat es mit Verschwörungstheorien auf sich? Wie funktionieren Datenschutz und Urheberrecht? Und wie kann ich mich vor Cybermobbing schützen? Dieses Sachbuch bietet einen umfassenden Einblick in die vielfältige Welt der Medien. Für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren.

Isabell Prophet: Social Media.
Carlsen Klartext 2023, 224 Seiten, ca. 15 Fr.
Welche Unternehmen stecken hinter Instagram, Tiktok und Co.? Wie wirkt sich Social Media auf unsere Psyche aus? Kann man sich gegen Cybermobbing schützen? Und wird man als Influencerin reich? Die Autorin erklärt anschaulich, welche Mechanismen Social Media prägen und wie wir uns sicher im Netz bewegen können. Für Jugendliche ab 13 Jahren.

Budget

SÜSSER PANDA. SÜSSER PREIS.

Cleuer gekauft

Fr.
0.90

MIGROS
macht meh für d'Schwiiz

«Steigen Eltern zu impulsiv ein, verlieren sie das Kind»

Medienpädagoge Joachim Zahn über den rauen Umgangston im Netz, was Eltern tun können, um Cybermobbing vorzubeugen, und was sie lassen sollten, wenn es doch passiert. *Interview: Mirjam Oertli*

Herr Zahn, haben Sie in der Medien- und Erziehungsberatung vermehrt mit Cybermobbing-Fällen zu tun?
Was ich feststelle, sind eher Verschärfungen. Etwa, dass Cybermobbing häufig bereits in unteren Primarschulklassen vorkommt. Diese Kinder haben oft noch nicht die Resilienz von Jugendlichen, die zumindest eher mit einem «Idiot, gang hei!» reagieren können. Auch sehen wir eine zunehmende Sexualisierung. Wir hatten kürzlich einen Fall, da haben Kinder andere Kinder genötigt, sich wie in einem Porno zu bewegen. Das haben sie gefilmt und gegen die Beteiligten verwendet. So etwas gab es früher nicht.

Warum hat sich die Situation verschärft?
Viele Kinder erhalten heute früher ein Smartphone. Dort sehen sie teilweise Dinge, die ihrem Alter nicht entsprechen. Kommt hinzu, dass Algorithmen Inhalte pushen, auch unangemessene, wenn sie Klicks bringen. Gleichzeitig spüren Kinder früh die Aufmerksamkeitsökonomie, die unsere Gesellschaft prägt. Sie merken: Ich bin jemand, wenn ich auffalle. Und wenn ich etwas Extremes tue, falle ich eher auf.

Dies in einem Alter, in dem sie Dinge ausprobieren und Grenzen suchen.
Ja. Und noch ohne klar verinnerlichte Werteordnung. Allerdings scheint diese auch bei vielen Erwachsenen zu wanken, wenn man den rauen Umgangston im Netz sieht. Kinder nehmen das auf und testen selbst, wie etwa eine homophobe Aussage wirkt. Natürlich wissen sie nicht, was sie da sagen. Trotzdem ist es problematisch. Früher hat man Sprüche an Wände gekritzelt. Heute schreibt man sie ins Netz.

Was können Eltern tun, um ihr Kind vor Cybermobbing zu schützen?
Sie sollten sich zunächst ihrer Vorbildwirkung bewusst sein. Sich also fragen, wie sie selbst online unterwegs sind, und vorleben, was sie sich für ihre Kinder wünschen. Ansonsten ist es schwierig, allgemeingültige Tipps zu geben. Strengen Eltern etwa, die alles kontrollieren oder lange Zeit kein Handy zulassen, würde ich raten, es unaufgeregter anzugehen.

Also birgt es auch Risiken, kein Handy zuzulassen oder zu viel zu kontrollieren?
Es ist ein Fakt, dass Medien und ihre Anwendung für Kinder ab einem gewissen Alter zum sozialintegrativen Faktor geworden sind. Es klingt schräg, aber ein Kind kann auch zu wenig online sein. Wenn es gar nicht mitreden kann, ist es aussen vor. Passiert ihm doch einmal Ungutes im Netz, getraut es sich zudem nicht, zu seinen strengen Eltern zu gehen.

Laisser-faire in der Medienerziehung ist aber auch keine Lösung.
Richtig. Ein Handy ist eine potente Sache und der Umgang muss erlernt werden. Am besten ist es, wenn Eltern ihr Kind die mediale Welt entdecken lassen, es dabei aber begleiten. Sie sollten sich öfters mit ihm hinsetzen und die Apps und Möglichkeiten zusammen anschauen. Dabei können sie ihm auch zeigen, wie ein Profil auf privat gestellt wird, wie jemand blockiert oder gemeldet werden kann. Eltern sollten ihrem Kind klar vermitteln, dass es mit jedem Problem zu ihnen kommen kann. Oder zur Lehrerin oder zum Schulsozialarbeiter. Es soll wissen, dass es sich jederzeit Hilfe holen kann. Und dass man sich nicht aufregen oder das Handy verbieten wird.

Oft verschweigt ein Kind seinen Eltern, dass es gemobbt wird. Wie merken Eltern, dass etwas nicht stimmt?
Das Verhalten eines gemobbten Kindes kann sich verändern. Manchmal sind es kleine Dinge. Vielleicht geht es immer später zur Schule, um keine Zeit auf dem Pausenplatz verbringen zu müssen. Oder es isst nicht mehr richtig, kann nicht gut schlafen oder wirkt deprimiert.

Wie geht man vor, wenn sich der Verdacht auf Cybermobbing erhärtet?

«Kinder merken: Ich bin jemand, wenn ich auffalle. Und wenn ich Extremes tue, falle ich eher auf.»

Man fragt nach, ganz sachlich, und nennt Mobbing als mögliche Ursache für die Verhaltensänderung. Stimmt die Vermutung, versucht man herauszufinden, was vorgefallen ist. Um der Machtlosigkeit zu entkommen, raten wir Eltern zu professioneller Unterstützung. Hilfreich ist auch ein Protokoll mit den Vorfällen, falls möglich mit Screenshots. Gleichzeitig sollten Eltern respektieren, wenn ihr Kind erst einmal nicht weiter darüber reden will. Kinder brauchen in einer solchen Situation viel Normalität, um ihre Batterien aufzuladen.

Gibt es Dinge, die Mütter und Väter keinesfalls tun sollten?

Oft wollen Eltern das Problem sofort lösen. «Wir rufen jetzt die Müllers an und sagen, dass das nicht geht!» Steigt man so impulsiv ein, hat man das Kind verloren. Stattdessen sollte man Respekt zeigen vor seiner berechtigten Angst, dass ein Anruf bei den Eltern der Mobbenden alles schlimmer macht. Es ist besser, als nächsten Schritt die Lehrperson zu kontaktieren und sie zu fragen, was sie beobachtet hat.

In welchem Fall ist es ratsam, die Polizei einzubeziehen?

Was offline verboten ist, ist es auch online. Dazu zählen arge Beleidigungen, Drohungen, Nötigung, Erpressung, Verbreitung von Unwahrheiten oder Kommentare gegen Hautfarbe oder sexuelle Orientierung. Ist so etwas online vorgekommen, kann eine Anzeige sinnvoll sein. Viele Eltern sorgen sich, dass eine Anzeige die Situation verschlimmert. Unsere Erfahrung zeigt aber: Familien, die sich wehren, sind «schlechtere Opfer».

Wie verhalte ich mich, wenn mein Kind selbst mobbt?

Auch dann ist es wichtig, erst sachlich zu fragen: «Was ist passiert?» Selbst wenn das Kind richtig Mist gebaut hat, sollte man nicht gleich ein Handyverbot verhängen. Wirkungsvoller ist es, seine Einsicht zu wecken, dass so etwas nicht geht, und sein Motiv hinter dem Mobben zu ergründen. Kann man darauf adäquat eingehen, ist das nachhaltiger als jede Strafe.

Cybermobbing muss dort angegangen werden, wo es entsteht, sagen Fachleute. Machen Schulen genug?

Schulen können auf Entwicklungen nur reagieren, hinken daher teilweise hinterher. Mit dem Lehrplan 21 wurde schweizweit ein Medienunterricht eingeführt. Und die Schulsozialarbeit wurde verstärkt. Dies sind einzelne von vielen nötigen Schritten, um Cybermobbing zu begegnen. Schulen leisten ihren Teil, wegen teilweise ungenügender Ressourcen aber mit unterschiedlichem Erfolg. Wir sollten deshalb politisch die Weichen so stellen, dass genügend Mittel da sind. Letztlich tragen wir als Gesellschaft die Verantwortung für den Schutz unserer Kinder.

«Unsere Erfahrung zeigt: Familien, die sich wehren, sind ‹schlechtere Opfer›.»

Zur Person

Joachim Zahn ist Medienpädagoge von Zischtig.ch. Der gemeinnützige Verein setzt sich für Medienbildung von Kindern und Jugendlichen und für mehr Prävention ein.

Bild: Maria Schiffer / Plainpicture

Im nächsten Heft:

Patchwork

Immer mehr Familienhaushalte in der Schweiz sind bunt zusammengewürfelt – Tendenz steigend. Was macht eine erfolgreiche Patchworkfamilie aus? Was sind häufige Streitpunkte – und wie gehen die Betroffenen damit um? Unser Dossier im Oktober.