



Informationsblatt 2 für Schüler/-innen

Cyber-Mobbing – Was kann ich dagegen tun?

- 1. Lass dir nichts einreden!** Mobbing ist ein Angriff auf das Selbstwertgefühl. Es kann sogar so weit kommen, dass man selbst denkt, die Täter/innen hätten mit dem, was sie sagen, recht. Auch wenn es nicht einfach ist – sei selbstbewusst und glaub an dich!
- 2. Sperre die, die dich belästigen!** Fast alle Websites und Soziale Netzwerke bieten die Möglichkeit, Personen zu blockieren. Nutze dieses Angebot – du musst dich nicht mit jemandem abgeben, der dich belästigt. Falls das nicht hilft, kannst du auch deine E-Mail Adresse, Handynummer oder Nicknames ändern.
- 3. Antworte nicht!** Reagiere nicht auf Nachrichten, die dich belästigen oder ärgern. Genau das will der/die Absender/in. Schreibst du zurück, „stachelt“ das oft zusätzlich an.
- 4. Sichere Beweise!** Lerne, wie du Kopien von unangenehmen Nachrichten, Bildern oder Chats machen kannst. So kannst du anderen zeigen, was passiert ist. Außerdem kann mit den Beweisen auch der/die Täter/in gefunden werden.
- 5. Rede darüber!** Sprich mit einer Vertrauensperson oder wende dich an eine Beratungsstelle. Lass nicht locker – bestehe darauf, dass etwas unternommen wird! Bei 147 Rat auf Draht erhältst du kostenlos, anonym und rund um die Uhr telefonische Hilfe, wenn du einmal nicht mehr weiter weißt. Auch Online- und Chatberatung ist möglich!
- 6. Melde Probleme!** Nimm Belästigungen nicht einfach hin, sondern informiere gleich die Betreiber der Website. In den Saferinternet.at-Leitfäden für Soziale Netzwerke unter www.saferinternet.at/leitfaden findest du Tipps dazu. In Facebook wird die gemeldete Person nicht darüber informiert, wer sie gemeldet hat! Vorfälle, die illegal sein könnten, kannst du den Behörden melden.
- 7. Unterstütze Opfer!** Wenn du mitbekommst, dass jemand anderer belästigt wird, dann schau nicht weg, sondern hilf ihm/ihr und melde den Vorfall. Wenn der/die Täter/in merkt, dass das Opfer nicht alleine gelassen wird, hören die Beleidigungen oft schnell auf. Es kann schon ausreichen, eine Hate-Gruppe oder einen fiesen Kommentar zu melden.
- 8. Schütze deine Privatsphäre!** Überlege dir genau, was du im Netz von dir preisgibst. Nütze in Sozialen Netzwerken und Messengern die Möglichkeit der Privatsphäre-Einstellungen. Behalte deine Zugangsdaten für dich und verwende sichere Passwörter. Gib intime Fotos nicht aus der Hand. Du hast sonst keine Kontrolle mehr darüber, was damit passiert! Beim Versenden von Nacktbildern kann es sogar sein, dass du dich selbst strafbar machst.
- 9. Kenne deine Rechte!** Wenn du es nicht erlaubst, darf niemand Fotos von dir ins Internet stellen, die dich bloßstellen (z.B. „Sauf-Fotos“). Außerdem darf dich niemand vor anderen verspotten oder beleidigen. Cyber-Mobbing kann für den/die Täter/in rechtliche Konsequenzen haben.
- 10. Unterbrich den Kreis!** Du bekommst ein peinliches Bild zugeschickt. Es verteilt sich rasend schnell. Mach den Anfang und schicke es nicht weiter! Du musst nicht jeden mögen, aber jemanden systematisch auszuschließen und fertig zu machen, ist kein Spaß, sondern eine Form von Gewalt! Auch dann, wenn man einfach zuschaut. Je mehr Mobbing, umso schlechter die Stimmung in einer Gruppe. Trau dich und sorg für gute Stimmung! Behandle andere einfach so, wie auch du behandelt werden möchtest!

© Saferinternet: www.saferinternet.at

