

UMGANG MIT CYBERMOBBING

JG-Fachkonzept

Stand 2022



IM MITTELPUNKT DER MENSCH

IMPRESSUM:

Herausgeber: Josefs-Gesellschaft gGmbH | Gestaltung: Stefanie Schulz, www.brandElements.de, Karlsruhe
Druck: Josefs-Druckerei im Josefsheim, Bigge | Köln, März 2022

INHALT

SEITE

03	Einleitung
04	Definition
05	Formen des Cybermobbings
06	Relevanz
07	Folgen
08	Prävention
08	Verhalten
09	Intervention
09	Rechtliche Grundlage
10	Dos and Don'ts für Betroffene
10	Dos and Don'ts für Vertrauenspersonen
11	Quellenverzeichnis

EINLEITUNG

Ziel des Fachkonzepts „Umgang mit Cybermobbing“ ist es, unsere Mitarbeitenden aus dem Bereich Rehabilitation im Zusammenhang mit Cybermobbing-Fällen bei unseren Leistungsnehmenden aufzuklären.

Es beschreibt zunächst die verschiedenen Formen des Cybermobbings und welche Folgen diese mit sich bringen. Zudem gibt das Fachkonzept konkrete Hilfestellungen zu den Themen Prävention, Verhalten und Intervention mit an die Hand.

DEFINITION

In der heutigen Zeit spielt sich ein Großteil des Lebens online ab. Dadurch ergeben sich auch für Mobbing neue Möglichkeiten und Formen. Cybermobbing bezeichnet Mobbing, das durch Nutzen von elektronischen Kommunikationsmitteln erfolgt.

Das Mobbing geschieht absichtlich, systematisch und häufig über einen längeren Zeitraum. Das Ziel ist es, das Opfer zu verletzen, zu bedrohen oder zu beleidigen. Um das Mobbing durchzuführen, nutzen die Täter jegliche Formen von internetfähigen Geräten. Cybermobbing wird in den meisten Fällen mit Jugendlichen in Verbindung gebracht. Jedoch sind auch viele Erwachsene von diesem Thema betroffen. Jeder kann zum Opfer von Cybermobbing werden. Meist ist Cybermobbing die Fortsetzung von Mobbing auf der Straße, in der Schule oder bei der Arbeit. Gründe dafür können banale Dinge, wie z. B. das Aussehen, bestimmte Verhaltensweisen, persönliche Konflikte oder Neid, sein. Cybermobbing kann auch unbewusst stattfinden. Nicht jeder Mensch hat das gleiche Empfinden über Witze oder Dinge, die witzig sein sollen. Beleidigungen und Fotos können ohne böse Absicht ins Internet gestellt werden und trotzdem kann die Wirkung auf das Opfer verletzend sein.



- **Cybermobbing kann bewusst und unbewusst stattfinden.**
- **Cybermobbing erfolgt über elektronische Kommunikationskanäle systematisch, langfristig und absichtlich.**

FORMEN DES CYBERMOBBINGS

Cybermobbing kann sich in unterschiedlichen Formen äußern. Diese werden im Folgenden genauer erläutert:

Flaming

Der Täter gibt Beleidigungen, Beschimpfungen und provozierende Aussagen von sich, die nicht auf eine spezielle Person bezogen werden. Täter hoffen, dass eine Person zurückpöbelt und dadurch die eigentliche Diskussion vergessen wird und eine grundlose Pöbelei entsteht.

Harassment

Beschimpfungen werden von dem Täter, meist über persönliche Kommunikationskanäle, an das Opfer gerichtet.

Denigration

Der Täter postet oder schreibt falsche oder beleidigende Aussagen über eine Person. Das Ziel ist es, dem Ruf des Opfers zu schaden und die Beziehungen des Opfers zu Freunden zu zerstören.

Impersonation

Identitätsdiebstahl

Outing/Trickery

Es werden Posts veröffentlicht, um dem Ruf der betroffenen Person zu schaden. Trickery bezeichnet dabei das Entlocken von persönlichen Informationen zur Verbreitung. Dem Opfer werden falsche Informationen über den Empfängerkreis seiner preisgegebenen Informationen gemacht.

Exclusion

Das Opfer wird aus verschiedenen Kommunikationskanälen vom Täter ausgeschlossen.

Happy Slapping

Der Täter begeht körperliche Angriffe auf eine für den Täter bekannte oder unbekannt Person. Die Angriffe werden gefilmt und von dem Täter im Internet veröffentlicht. Die Angriffe können von Verprügeln bis zur Bewusstlosigkeit bis zu einer Vergewaltigung gehen.

Cybergrooming

Cybergrooming bezeichnet digitale sexuelle Gewalt in Form von Missbrauch oder Nötigung gegenüber Minderjährigen.

Cyberstalking

Der Täter versetzt das Opfer durch systematische Bedrohung in Angst. Dazu können verschiedene Wege genutzt werden (z. B. Versenden von Spam-E-Mails/Viren, wiederholte Belästigung durch anonyme Telefonanrufe / unerwünschte SMS / Nachrichten über Chat, Ausspionieren über soziale Netzwerke, Kontaktaufnahme mit Freunden oder Bekannten der betroffenen Person über Internet/SMS, Veröffentlichung von Websites mit Bildern und persönlichen Daten des Opfers).

Cyberthreats

Dabei handelt es sich um Drohungen über E-Mails, Messengerdienste oder die sozialen Netzwerke gegenüber einem Opfer, um diesem physisch zu schaden.

RELEVANZ

Durch die Verbreitung von sozialen Medien und technischen Kommunikationsmitteln findet Mobbing zunehmend im digitalen Raum statt. Opfer von Cybermobbing haben, im Gegensatz zu Opfern des normalen Mobbings, häufig nicht die Möglichkeit, sich dem Mobbing zu entziehen, da es 24 Stunden am Tag stattfinden kann.

Durch die Anonymität des Internets ist die Hemmschwelle gering, eine Person zu mobben. Täter bekommen durch die Reichweite von Social Media mehr Publikum und Aufmerksamkeit. Mehr Personen haben die Möglichkeit, sich am Mobbing zu beteiligen.

Häufig haben Täter Hilfe von Mitläufern (im virtuellen Kontext Bystander). Bystander können verschiedene Positionen einnehmen. Durch passives Verhalten wird der Mobbende in seinem Handeln bestärkt. Entsteht keine Gegenreaktion der Bystander, interpretiert der Mobbende dies als eine stillschweigende Zustimmung. Bystander können auf der Gegenseite auch die Rolle der Helfenden einnehmen. Das Opfer wird durch die Bystander gestärkt. Der Täter bekommt Widerstand. Die Anonymität durch das Internet wirkt dabei für Täter und Bystander als ein enthemmender Faktor.

Opfer haben nicht die Möglichkeit, ihre Täter „face to face“ zu konfrontieren. Ggf. wissen Opfer nicht, um wen es sich handelt. Die Konsequenzen, die für die Opfer entstehen, sind Tätern häufig nicht bewusst. Durch den öffentlichen Zugang zum Internet hat eine Vielzahl an Menschen Zugriff auf die Mobbingattacken, wodurch das Opfer weiter gedemütigt wird. Hat ein Täter einmal Inhalte über sein Opfer öffentlich verbreitet, lassen sich diese nicht mehr oder nur schwer aus dem Internet löschen.



- **Cybermobbing kann jeden treffen.**
- **Cybermobbing findet 24 Stunden am Tag statt.**
- **Durch die sozialen Medien wird Cybermobbing für die Öffentlichkeit zugänglich.**
- **Was einmal im Internet veröffentlicht ist, lässt sich nur schwer oder gar nicht löschen.**

FOLGEN

Cybermobbing hat in den meisten Fällen weitreichende und langanhaltende Folgen für das Opfer. Folgen äußern sich bei jedem Opfer individuell. Cybermobbing bringt oftmals körperliche und psychische Folgen für die Opfer mit sich, die sich zu langfristigen physischen und psychischen Schäden entwickeln können. Verbreitet sind die Vereinsamung der Opfer und der Rückzug aus ihrem sozialen Umfeld.



Einhergehen mit Cybermobbing können unter anderem:

- **Depressionen**
- **Angststörungen und körperliche Symptome (z. B. Bauchschmerzen, Kopfschmerzen)**
- **Verringerung des Selbstbewusstseins, Minderwertigkeitsgefühle**
- **abfallende Konzentrationsleistung**
- **Abnahme der Leistungsfähigkeit**
- **Selbstverletzungen**
- **Suizid**

Tritt das Cybermobbing bereits im Kindes- und Jugendalter auf, können sich die Folgen durch das gesamte Leben ziehen.


Folgen hat Cybermobbing nicht nur für die Opfer, sondern ebenfalls für die Täter. Diese können sich durch juristische Konsequenzen, schulische Sanktionen oder eine Umkehr der Opfer-Täter-Rolle äußern. Die Täter weisen meist Probleme auf, mit sozialen Konflikten umzugehen oder problemorientierte Lösungswege zu finden. Das gewalttätige Verhalten kann sich langfristig bis in das Erwachsenenalter ziehen. Ebenfalls kann es bei Tätern zu einer Abhängigkeit von Alkohol und Suchtmitteln führen.

Nicht selten hat Cybermobbing den Effekt, dass die Opfer aufgrund der geringen Hemmschwelle durch die Anonymität im Internet später selber zu Tätern werden. Die Rollen sind im Cybermobbing häufig nicht klar abgegrenzt. Attacken vom Täter können zu Gegenattacken des Opfers führen und dadurch einen Tausch der Rollen hervorrufen.

PRÄVENTION

Um Cybermobbing zu verhindern, ist es wichtig, Kinder, Jugendliche und Erwachsene für das Thema zu sensibilisieren. Mit den eigenen Daten sollte im Netz sparsam umgegangen werden. Hierzu sollten die eigenen Privatsphäre-Einstellungen in den sozialen Netzwerken überprüft und ggf. geändert werden. Je mehr eine Person über sich selber im Netz veröffentlicht, desto angreifbarer wird sie für potentiell Cybermobbing.

Um diese Kompetenzen zu schulen, eignen sich Rollenspiele, Projekte und aktive Medienarbeit. Themen können unter anderem Datensicherheit und -sparsamkeit, eigene und fremde Urheberrechte und Persönlichkeitsrechte, Verhaltensregeln im Netz, Privatsphäre sowie gesundheitliche, soziale und rechtliche Folgen sein. Bei teilnehmenden Personen muss ein Selbstvertrauen zum richtigen Umgang mit Medien geschaffen werden sowie eine Schulung zum Konfliktverhalten stattfinden.

DOS FÜR DAS INTERNET 
Möglichst wenig über die eigene Person erzählen und zeigen
Persönliche Daten und Privatsphäre schützen
Nicht alles glauben, was im Internet steht, eigene Recherche aus verschiedenen Quellen
Mobbing gegen die eigene Person keine Beachtung schenken
Respektvoller Umgang
Gesundes Misstrauen gegenüber Personen im Internet
Sich und andere vor drastischen Inhalten schützen
Den eigenen Wert nicht an Likes und Posts messen
Abschalten und hin und wieder eine Pause einlegen

VERHALTEN

Ist Cybermobbing aufgetreten, ist es wichtig, Ruhe zu bewahren. Betroffene sollten den Mobber blockieren und die Person beim Netzwerk und ggf. bei der Polizei melden. Betroffene sollten nicht auf die Nachrichten des Täters eingehen und sich nicht provozieren lassen. Beweise sollten gesichert werden, z.B. durch Screenshots. Mit den Beweisen, aber auch ohne Beweise sollten sich Betroffene an eine Vertrauensperson wenden. Vertrauenspersonen können die Familie, Freunde, Betreuer, Lehrer etc. sein. Wichtig ist, die Einstellungen zur Privatsphäre zu schützen. Die Einstellungen sollten regelmäßig kontrolliert werden, um zu wissen, welche Informationen der Mobbende sehen kann.

Betroffene sollten sich über ihre Rechte informieren und sich ggf. Unterstützung von einer Vertrauensperson holen. Wichtig ist es, nicht das Selbstvertrauen zu verlieren.

INTERVENTION

Kommt das Gefühl auf, dass eine Person aus dem eigenen Umfeld gemobbt wird, ist es wichtig zu handeln. Anzeichen, die viele Betroffene unter anderem aufweisen, sind:

- Rückzug und Isolation von der Außenwelt
- häufige Beschwerden, z. B. Kopfschmerzen, Bauchschmerzen oder andere körperliche Beschwerden
- gehen nicht mehr gerne zur Schule oder zur Arbeit oder möchten gar nicht mehr dorthin
- blocken bei Gesprächen über auffällige Verhaltensänderungen ab
- Leistungsabfall in der Schule oder bei der Arbeit
- Schlafstörungen

Als Vertrauensperson ist es wichtig, sofort zu reagieren und die betroffene Person mit ihren Problemen ernst zu nehmen. Von der Vertrauensperson sollten keine Schuldzuweisungen gegenüber dem Opfer erfolgen. Es sollte mit allen Beteiligten gesprochen werden. Sowohl das Opfer als auch der Täter sowie die Bystander sollten die Möglichkeit bekommen, sich zu dem Thema aus ihrer Sicht zu äußern. Wichtig ist, dass das Opfer nicht zu einem Gespräch mit dem Täter/ den Bystandern gezwungen wird.

Eine Möglichkeit, mit dem Thema umzugehen, ist, nach dem „No Blame Approach“ vorzugehen. Der Ansatz basiert auf einer lösungsorientierten Methode, mit Verzicht auf Schuldzuweisungen und Bestrafungen. Das Ziel des Ansatzes ist es, das Mobbing schnell und nachhaltig zu stoppen. Die Auswirkungen des Handelns sollen dem Täter durch die gemeinsame und lösungsorientierte Problemlösung, verdeutlicht werden.

RECHTLICHE GRUNDLAGE

Cybermobbing ist als Begriff nicht im Strafgesetzbuch (StGB) aufgeführt. Die Handlungen, die mit Cybermobbing einhergehen, stellen separate Straftaten dar, die nach dem StGB geahndet werden.

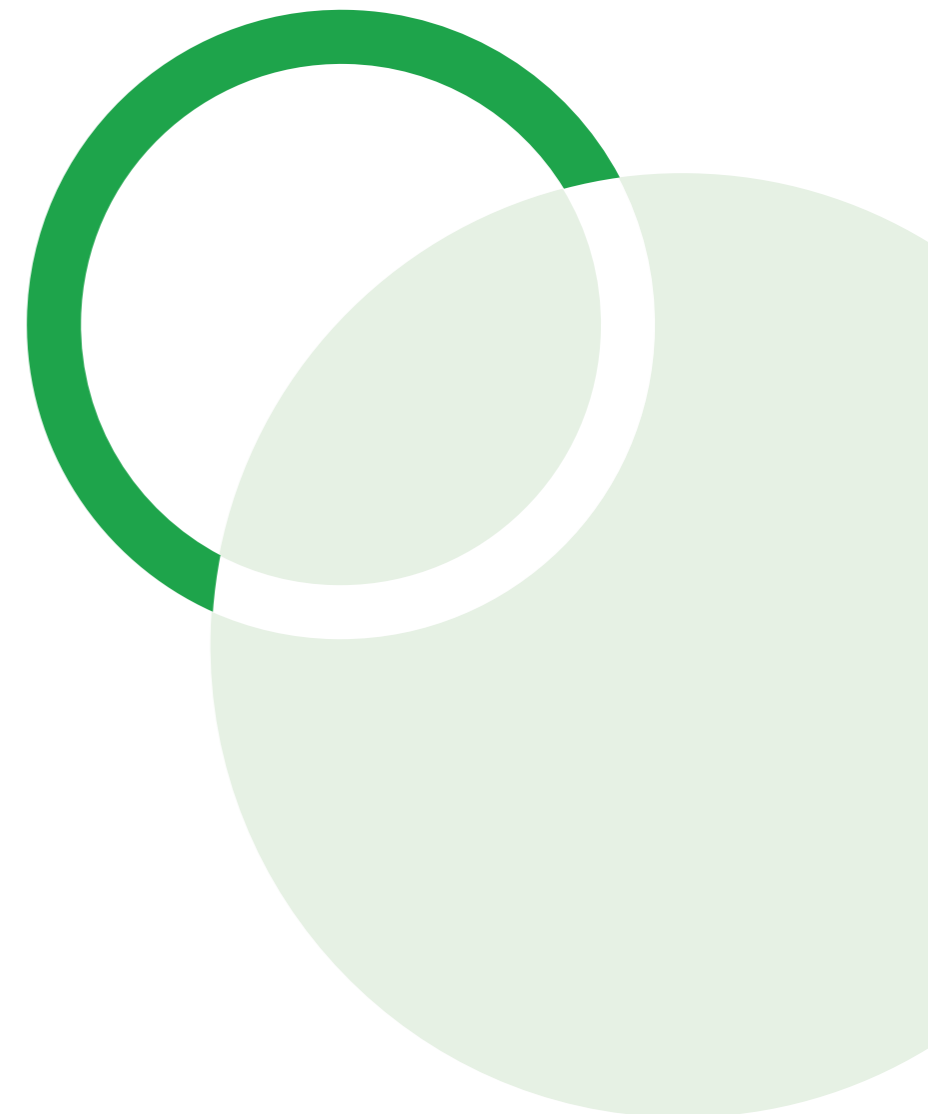
Dazu zählen unter anderem:

- Beleidigungen (§185 StGB)
- üble Nachrede (§186 StGB)
- Verleumdung (§187 StGB)
- Verletzung des höchstpersönlichen Lebensbereichs durch Bildaufnahmen (§201a StGB)
- Nötigung (§240 StGB)
- Bedrohung (§241 StGB)
- Nachstellung (§238 StGB)
- Gewaltdarstellung (§131 StGB)
- Körperverletzung (§223 StGB)

Kinder unter 14 Jahren gelten als strafunmündig. Bei Jugendlichen wird das Jugendgerichtsgesetz (JGG) angewandt. Zwar steht im JGG der Erziehungsgedanke im Vordergrund, dennoch können insbesondere bei Körperverletzung Freiheitsstrafen von bis zu fünf Jahren, bei schwerer Körperverletzung sogar bis zu zehn Jahren verhängt werden.

DOS AND DON'TS FÜR BETROFFENE

✓ Dos	✗ Don'ts
Mobber blockieren	Auf den Mobber eingehen
Ruhe bewahren	In Panik verfallen
Nachrichten ignorieren	Nachrichten beantworten
Keine Diskussion zulassen	Diskussionen zulassen
An eine Vertrauensperson wenden	Alleine mit dem Thema fertig werden
Beweise sichern z.B. durch Screenshots	Nachrichten löschen
Über die eigenen Rechte informieren	
Vorfall melden (dem Webseitenbetreiber und ggf. der Polizei)	
Inhalte löschen lassen	Mobbing hinnehmen
Distanz zum Vorfall aufbauen	Zurückmobben
Selbstvertrauen nicht verlieren	Selbstzweifel



DOS AND DON'TS FÜR VERTRAUENSPERSONEN

✓ Dos	✗ Don'ts
Mit der betroffenen Person sprechen	Schulduweisungen
Verständnis zeigen	Medienverbot
Keine Vorwürfe machen	Zum Gespräch mit dem Mobber zwingen
Beweise sichern	Zu früh wieder wegschauen
Praktische Hilfe (Melden und Entfernen von Inhalten, Mobber blockieren)	Kontakt zu Mobber / Eltern des Mobbers / gesetzlichen Betreuer des Mobbers aufnehmen
Schule / Betreuer / Arbeitgeber / Polizei informieren	Nachrichten löschen
Vorfall melden (dem Webseitenbetreiber und ggf. der Polizei)	Distanz zum Vorfall aufbauen

QUELLENVERZEICHNIS

Böhm, Wolfgang et al. (2017): Cybermobbing ist nicht cool! Projektbericht und Handlungsempfehlungen für Maßnahmen der Prävention und Intervention bei Vorfällen von Cybermobbing. Landesinstitut für Schule und Medien Berlin-Brandenburg (LISUM), Ludwigsfelde.

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend: Was ist Cybermobbing? Online: BMFSFJ: Was ist Cybermobbing?

Dr. Beitzinger, Franz; Dipl.-Ing. MBM Leest, Uwe (2021): Mobbing und Cybermobbing bei Erwachsenen – eine empirische Bestandsaufnahme in Deutschland, Österreich und der deutschsprachigen Schweiz. Bündnis gegen Cybermobbing e. V. Online: Mobbingstudie_Erwachsene_end_2021_fin.pdf (buendnis-gegen-cybermobbing.de).

Feierabend, Sabine; Plankenhorn, Theresa; Rathgeb, Thomas (2016): JIM 2016 Jugend, Information, (Multi-)Media-Basisstudie zum Medienumgang 12- bis 19-Jähriger in Deutschland. Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (mpfs), Stuttgart; online: JIM_Studie_2016.pdf (mpfs.de).

JUUUPOORT e. V.: Cybermobbing – Definition, Beispiele und Hilfe. Online: Cybermobbing: Definition, Beispiele & Hilfe | www.juuuport.de

LANDESMEDIENZENTRUM BADEN-WÜRTTEMBERG: AUF DEM RECHTSWEG GEGEN CYBERMOBBING. Online: Auf dem Rechtsweg gegen Cybermobbing: Cybermobbing kann verschiedene Straftatbestände erfüllen, die das im Grundgesetz verankerte allgemeine Persönlichkeitsrecht betreffen. (lmz-bw.de)

LANDESMEDIENZENTRUM BADEN-WÜRTTEMBERG: BULLYS, BETROFFENE UND BYSTANDER. Online: Bullys, Betroffene und Bystander: Im Zentrum aggressiver Konflikte stehen die aktiven Täterinnen und Täter einerseits und die eher passiven Betroffenen andererseits. Das Verhalten der Bystander kann das Zünglein an der Waage sein. (lmz-bw.de)

LANDESMEDIENZENTRUM BADEN-WÜRTTEMBERG: FORMEN VON CYBERMOBBING. Online: Formen von Cybermobbing: Von Beleidigungen über Lügen bis zum Identitätsverlust: Cybermobbing hat viele Gesichter. Die vielfältigen Kommunikationswege ermöglichen öffentliches oder anonymes, direktes oder indirektes Mobbing. (lmz-bw.de)

LANDESMEDIENZENTRUM BADEN-WÜRTTEMBERG: CYBERMOBBING – PRÄVENTION UND INTERVENTION. Online: Cybermobbing – Prävention und Intervention: Wie können Betroffene von Cybermobbing selbst aktiv werden? Wo können sie sich Hilfe holen? Wie sieht gute Präventionsarbeit aus? Wie sollte in einem akutem Fall eingegriffen werden? (lmz-bw.de)

Medienanstalt Rheinland-Pfalz; Landesanstalt für Medien NRW: Was sagt das Gesetz? Online: Was sagt das Gesetz? (klicksafe.de)

Medienanstalt Rheinland-Pfalz; Landesanstalt für Medien NRW: Cyber-Mobbing – was ist das? Online: Cyber-Mobbing – was ist das? (klicksafe.de)

Niedersächsische Landesmedienanstalt (Hrsg.) (2008): Gewalt im Web 2.0; Band 23; Berlin.

Schneider, Christopher; Dipl.-Ing. MBM Leest, Uwe (2017): Cyberlife 2 Spannungsfeld zwischen Faszination und Gefahr, Cybermobbing bei Schülerinnen und Schülern. Bündnis gegen Cybermobbing e. V., Karlsruhe. Online: Cyberlife II (buendnis-gegen-cybermobbing.de).

JOSEFS-GESELLSCHAFT IN KÜRZE

Die Josefs-Gesellschaft gGmbH (JG-Gruppe) ist eines der großen katholischen Sozialunternehmen Deutschlands mit über 10.000 Mitarbeitenden und 39 Beteiligungsgesellschaften bundesweit. In unserer Trägerschaft befinden sich Einrichtungen für Menschen mit Behinderung, Krankenhäuser und Seniorenzentren. Im Vordergrund steht die Arbeit mit und für Menschen. Wir sind darauf bedacht, die nötige Hilfe, Begleitung und Assistenz zu bieten, um ein möglichst selbstbestimmtes, gesundes und aktives Leben zu ermöglichen.