

Material für Lehrer\*innen

# Cybermobbing

---

Hier finden Sie einen Video-Impuls  
zu Cybermobbing von  
Lennart Hesse-Sörnsen  
von JUUUUPORT.de



[link führt zu dem Video auf der Plattform YouTube]

---

## Was ist Cybermobbing?

Der Begriff Cybermobbing bezieht sich auf die gezielte Bedrohung, Beleidigung und Belästigung von Einzelpersonen durch eine oder mehrere Personen im Internet. Die Angriffe müssen mehrmalig und über einen längeren Zeitraum erfolgen. Im Gegensatz zu konventionellem Mobbing verwenden sogenannte Bullies (die Täter\*innen) digitale Medien wie Messenger-Dienste, soziale Plattformen und Websites, um die Opfer zu schädigen. Cybermobbing kann auf verschiedene Arten und Weisen erfolgen: So schikanieren Bullies die Betroffenen beispielsweise, indem sie wiederholt Nachrichten mit Beleidigungen und Beschimpfungen versenden. Inhalt der Nachrichten ist mitunter auch die Androhung körperlicher Gewalt. Teilweise werden Betroffene auch verleumdet, indem Gerüchte und entwürdigende Behauptungen verbreitet werden. Besonders belastend ist es für Betroffene, wenn sie öffentlich bloßgestellt werden: Hierbei stellen Bullies vertrauliche Informationen oder intime Fotos und Videos öffentlich ins Netz. Eine weitere Art des Cybermobbings besteht darin, dass Bullies im Netz die Identität des Opfers annehmen und in seinem Namen beispielsweise Profile auf einer sozialen Plattform anlegen, um so Unwahrheiten zu verbreiten. Auch der gezielte soziale Ausschluss, beispielsweise aus Gruppen oder Chats, stellt eine Form des Cybermobbings dar. (BMBWF Online Quelle)

## Wo begegnet uns Cybermobbing?

Prinzipiell können alle Menschen zu Betroffenen werden, aber auch zu Täter\*innen und – im häufigsten Fall – zu sogenannten Bystander\*innen, also Zuschauenden. Dementsprechend wichtig sind Prävention und Aufklärung, damit Cybermobbing verhindert oder bekämpft werden kann. Es gibt vielfältige Motive, die zu Cybermobbing führen können: Neben Neid auf besondere Leistungen des Opfers sind dies auch Rassismus und Intoleranz, beispielsweise gegenüber einer anderen Religionszugehörigkeit, einer Behinderung oder von der Mehrheit abweichenden Verhaltensweisen. Bystander\*innen spielen eine wichtige Rolle dabei, wie erfolgreich Cybermobbing ist (Beitzinger et al. 2022). Sie tragen einerseits zur Verbreitung von Inhalten im Netz bei: Aktiv, wenn Nachrichten geteilt werden, aber auch passiv, indem nicht eingegriffen wird. Andererseits können Zuschauende dabei helfen, Cybermobbing zu beenden, indem sie die Täter\*innen konfrontieren. Viele haben jedoch Angst, selbst zum Opfer zu werden. Wichtig ist deswegen, die Unterstützung von Lehrer\*innen, Sozialarbeiter\*innen oder Eltern in Anspruch zu nehmen. Dies gilt insbesondere auch für bereits Betroffene. Sie können Cybermobbing selbst etwas entgegensetzen und versuchen, sich nicht provozieren zu lassen. Sie haben jedoch ein Recht auf die Hilfe von Aufsichtspersonen und sollten mit ihrer Problematik nicht allein gelassen werden (Hellicar 2023).

## Cybermobbing als Phänomen im digitalen Raum

Cybermobbing geht mit einigen Besonderheiten gegenüber konventionellem Mobbing einher. Schikane und Ausgrenzung von einzelnen Personen stellten schon immer ein Problem dar, dieses verschärft sich jedoch durch die Möglichkeiten im digitalen Zeitalter. So haben schädigende Inhalte eine unüberschaubar große Reichweite und werden rasend schnell verbreitet (BMFSFJ 2018). Täter\*innen können im Internet anonym agieren, wodurch sie keine sozialen Konsequenzen zu befürchten haben. Zudem haben sie keinen direkten Kontakt zu den Opfern und erhalten kein unmittelbares verbales und nonverbales Feedback. Dies führt zu verminderter Empathie und einer herabgesetzten Hemmschwelle, sich aggressiv zu verhalten. Da digitale Medien inzwischen alle Lebensbereiche durchdringen, werden Betroffene auch im Privatleben von den Attacken verfolgt, was zu einer starken psychischen Belastung führt. Ein weiteres Problem von Cybermobbing besteht darin, dass Inhalte im Netz sehr viel schwerer gelöscht und potenziell auf unübersichtlich vielen Endgeräten gespeichert werden können (ebd.). Um sich zu schützen ist es deswegen u.a. wichtig, dass Kinder und Jugendliche lernen, vorsichtig mit vertraulichen Daten und persönlichem Bildmaterial umgehen (Demokratiewerkstatt Online Quelle).

## 2 Wie fordert Cybermobbing unsere Demokratie heraus?

Cybermobbing widerspricht den demokratischen Grundprinzipien, insbesondere der Meinungsfreiheit und der Gleichheit aller Menschen, die im Grundgesetz verankert sind. Trotzdem ist das Phänomen unter Kindern und Jugendlichen inzwischen weit verbreitet: Laut der Cyberlife Studie des Bündnisses gegen Cybermobbing und der Techniker Krankenkasse vom Oktober 2022 waren 16,7 Prozent der Schüler\*innen zwischen acht und 21 Jahren nach eigenen Aussagen schon einmal Opfer von Cybermobbing. Bei Betroffenen kann dies zu weitreichenden Folgen führen: Sie entwickeln gesundheitliche und psychische Probleme wie Angstzustände, Depressionen, Kopf- und Bauschmerzen (Beitzinger et al. 2022). Studien zeigen zudem: Wenn das Umfeld den Opfern nicht hilft, gehen Schüler\*innen weniger gern in die Schule, was zu Leistungseinbrüchen und Schulabbrüchen oder im schlimmsten Fall zum Suizid führen kann (Hellicar 2023).

Wegen der gravierenden Auswirkungen wird wiederholt über ein Anti-Cybermobbing-Gesetz diskutiert. Bereits jetzt sind viele Handlungen, die zum Cybermobbing zählen, eine Straftat und können entsprechend strafrechtlich verfolgt werden (Landesmedienzentrum Baden-Württemberg: Online Quelle).

## Wie lässt sich Cybermobbing in den Lehrplänen verorten?

Als Expert\*innen für ihre Lehrpläne haben Lehrer\*innen den besten Einblick, welche (über-) fachlichen Kompetenzen sie im Rahmen dieser digital-demokratischen Herausforderungen fokussieren wollen und in welchen inhaltlichen Schwerpunkten sich diese Fragen verorten lassen. Wir möchten Ihnen hier exemplarisch einige thematische Anknüpfungspunkte aus den unterschiedlichen Fächern aufzeigen.

## Folgende Themenfelder könnten dabei angesprochen werden:

- Verantwortung für Andere, Perspektivwechsel (z. B. im Fach Ethik)
- Persönlichkeitsrechte, Gesetze im Bereich Mobbing, Wege von Gesetzesänderungen (z. B. im Fach Politik)
- Psychisches Wohlbefinden, Resilienz (z. B. in den Fächern Biologie, Psychologie, Klassenrat)
- Sicheres Agieren im Netz, Schutz von eigenen Daten und Bildern (z. B. im Fach Deutsch)

## Besondere Potential für und von LdE

Kinder und Jugendliche verbringen einen erheblichen Anteil ihrer Zeit in den sozialen Medien und online-Plattformen und werden dort mit digitalen Herausforderungen auf unterschiedliche Arten und Weisen konfrontiert. Schule erreicht als gesellschaftliche Institution alle Kinder und Jugendliche abseits von Filterblasen und Echokammern und öffnet Räume, in denen sich Schüler\*innen lösungsorientiert und begleitet mit digitalen Themen auseinandersetzen können. Im Sinne von LdE geht es dabei nicht nur um die kognitive Aneignung eines (digitalen) Themas, sondern vor allem um die aktive, reflektierte und handlungsgeleitete Auseinandersetzung mit diesen: indem sie Projekte entwickeln und durchführen, die auf realen Bedarfen beruhen, setzen sich Schüler\*innen tiefgreifend und umfassend mit digitale-demokratischen Themen auseinander und entwickeln gemeinschaftlich und ko-kreativ Lösungsansätze. Durch den handlungsbasierten Ansatz von Lernen durch Engagement wird theoretisches Wissen zur Grundlage des Handelns im Engagement und verknüpft beide Ebenen gezielt miteinander. Wissen und Handeln bedingen und stärken sich im Prozess gegenseitig und wirken als "logische Einheit" für junge Menschen motivierend, da sie sich als informiert, und in ihrem Handeln als wirksam erleben, was wiederum zu einer nachhaltigen Verankerung des Wissens führt (Vansteenkiste et al. 2004).

3

In Hinblick auf Cybermobbing ist es wichtig, dass Lehrer\*innen Räume und Gelegenheiten in der Schule schaffen, um über Bedürfnisse und Ängste ihrer Schüler\*innen ins Gespräch zu kommen, sie aufzuklären, sie zu unterstützen und zu schützen. Dazu gehört neben der Sensibilisierung für Cybermobbing und der Prävention von Cybermobbing im schulischen Alltag der aktive Beitrag zur Gestaltung einer positiven Gemeinschaft im digitalen Raum: Lehrer\*innen können ihrer Schülerschaft mithilfe von LdE dabei unterstützen, Verantwortung für Handeln im digitalen Raum zu übernehmen und so zu einer positiven Online-Community beizutragen, in der sich Schüler\*innen kompetent fühlen und konstruktive Antworten auf Angriffe im Netz finden.

## Ideen für LdE-Projekte zum Thema Cybermobbing

Schüler\*innen setzen sich im Religionsunterricht mit dem Thema individueller Verantwortung und Nächstenliebe auseinander, entwickeln ein Anti-Cybermobbing-Training und organisieren einen Aktionstag für die dritten Klassen der naheliegenden Grundschule. (Angelehnt an das LdE-Projekt des Gymnasium Geretsried, Bayern)

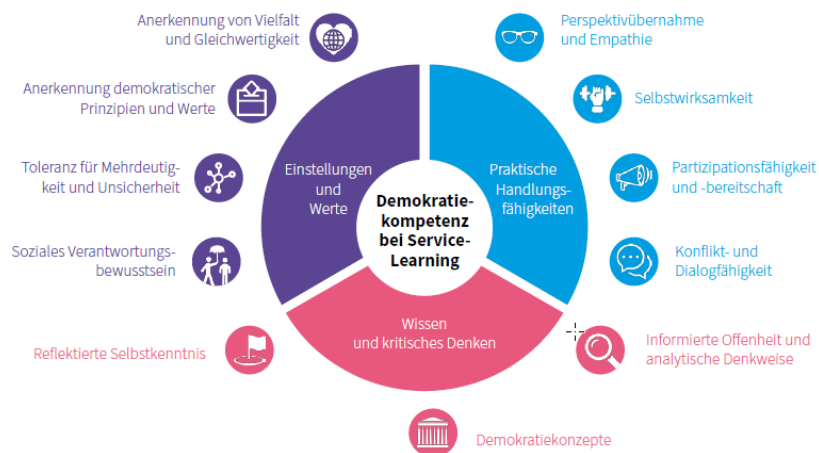
Durch den Anlass eines Cybermobbing-Fall in der Klasse, beschäftigen sich Schüler\*innen der Oberstufe einer Förderschule mit Regeln für das soziale Miteinander in der Klasse sowie sicherem Agieren im Netz und erstellen eine Broschüre zu Umgang mit Social Media, welche sie an soziale Einrichtungen im Umfeld der Schule ausgeben. (Angelehnt an das LdE-Projekt der Schule am Mummelsoll, Berlin)

Schüler\*innen erarbeiten sich im Politik-Gesellschaft-Wirtschaft-Unterricht mit Wegen von Gesetzesänderungen auseinander sowie mit Auswirkungen von Cybermobbing und organisieren eine öffentliche Podiumsdiskussion mit Politiker\*innen zu einem Anti-Mobbing-Gesetz.

## 4

## Anregungen für Fragestellungen im Unterricht

Hier finden Sie einige Fragestellungen als Anregung, um sich im Unterricht mit dem Thema auseinanderzusetzen. Die Fragen orientieren sich an den Teilbereichen des [Demokratiekompetenzmodells](#), das die Stiftung Lernen durch Engagement gemeinsam mit der LMU München entwickelt hat.



## Wissen und kritisches Denken

- Wo begegne ich Cybermobbing?
- Welche Rollen gibt es beim Cybermobbing?
- Was sind typische Merkmale von Cybermobbing? Wie unterscheidet sich dieses vom konventionellen Mobbing?
- Welche rechtlichen Möglichkeiten gibt es gegen Mobbing vorzugehen?
- Was macht es mit mir, wenn ich Zeuge von Cybermobbing werde?
- Welche Auswirkungen hat Cybermobbing auf unser Klassen-/Schulklima?
- Welche Ansprechpersonen/Vorgehensweisen gibt es zu Cybermobbing an unserer Schule?

## Einstellung und Werte

- Wenn ich von Cybermobbing betroffen wäre, welche Reaktionen würde ich mir von anderen Wünschen?
- Welche Verantwortung trage ich, wenn ich (Cyber-)Mobbing beobachte?
- Was verstehen wir als Klassengemeinschaft unter einem respektvollem Umgang?
- Welche Werte im Miteinander sind uns als Schule wichtig?

5

## Praktische Handlungsfähigkeit

- Wie können wir tun, wenn wir Cybermobbing beobachten?
- Was können wir tun, um andere (andere junge Menschen, Eltern, Lehrer\*innen ...) zu dem Thema zu sensibilisieren?
- Welche Regeln geben wir uns für unsere Kommunikation in Klassenchats u.ä. und wie setzen wir diese um? Wie können wir positive Erfahrungen auch an andere Schüler\*innen weitergeben?
- Welche Maßnahmen/welches Verhalten im digitalen Raum/auf Plattformen kann meine Sicherheit erhöhen (z. B. Profile nicht öffentlich schalten u.ä.)?
- Wie können wir uns als Schule zu Cybermobbing öffentlich positionieren?
- Wie können wir als Schüler\*innen zu niedrigschwelligen Hilfsangeboten für andere junge Menschen beitragen?

---

## Video

Schnitt: Natalia Bronny

Für den Experten Impuls danken wir Lennart Hesse-Sörnßen von JUUUUPORT.de. JUUUUPORT.de ist eine bundesweite Online-Beratungsplattform für junge Menschen, die Probleme im Netz haben. Ehrenamtlich aktive Jugendliche und junge Erwachsene aus ganz Deutschland, die JUUUUPORT-Scouts, helfen Gleichaltrigen bei Online-Problemen wie Cybermobbing, Online-Abzocke und Datenklau. Die Beratung via Kontaktformular oder WhatsApp ist datenschutzkonform und kostenlos. Personen zwischen 16-4 Jahren können sich als JUUUUPORT-Scouts ausbilden lassen. Mehr Informationen unter: <https://www.juuuport.de/ueber-juuuport/wir-ueber-uns>

## Quellen

**BMBWF** (Online Quelle). Cybermobbing – Gewalt und Mobbing mit neuen Medien. Online abrufbar unter <https://www.bmbwf.gv.at/Themen/schule/zrp/dibi/inipro/cybermobbing.html> [04.05.2023]

**BMFSFJ** (2018). Hintergrundinformation: Was ist Cybermobbing. Online abrufbar unter <https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/themen/kinder-und-jugend/medienkompetenz/was-ist-cybermobbing-86484> [04.05.2023]

**Beitzinger, F. (et al.)** (2022). Cyberlife IV – Cybermobbing bei Schülerinnen und Schülern. Bündnis gegen Cybermobbing. Online abrufbar unter: <https://www.tk.de/resource/blob/2135626/745900ec03dfdec67269a15dc5b02ff8/tk-studie-cybermobbing-iv-data.pdf> [31.05.2023]

**Demokratiewebstatt** (Online Quelle). Cyber-Mobbing. Online abrufbar unter <https://www.demokratiewebstatt.at/thema/thema-mobbing/cyber-mobbing> [04.05.2023]

**Hellicar, L.** (2023). Cyberbullying – Effects, Prevalence and Support. *MedicalNewsToday* Online abrufbar unter <https://www.medicalnewstoday.com/articles/effects-of-cyberbullying> [04.05.2023]

**Landemedienzentrum Baden-Württemberg** (Online Quelle). Auf dem Rechtsweg gegen Cybermobbing. Online abrufbar unter <https://www.lmz-bw.de/medienbildung/themen-von-a-bis-f/cybermobbing/rechtsweg-gegen-cybermobbing> [31.05.2023]

**Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest** (2021). JIM-Studie 2021 - Jugend, Information, Medien. Online abrufbar unter [https://www.mpfs.de/fileadmin/files/Studien/JIM/2021/JIM-Studie\\_2021\\_barrierefrei.pdf](https://www.mpfs.de/fileadmin/files/Studien/JIM/2021/JIM-Studie_2021_barrierefrei.pdf) [04.05.2023]

**Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest** (2020). JIM-Studie 2020 - Jugend, Information, Medien. Online abrufbar unter [https://www.mpfs.de/fileadmin/files/Studien/JIM/2020/JIM-Studie-2020\\_Web\\_final.pdf](https://www.mpfs.de/fileadmin/files/Studien/JIM/2020/JIM-Studie-2020_Web_final.pdf) [04.05.2023]

**Vansteenkiste, M.** (2004). Motivating Learning, Performance, and Persistence: The Synergistic Effects of Intrinsic Goal Contents and Autonomy-Supportive Contexts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(2), 246–260. Online abrufbar unter: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.87.2.246> [31.05.2023]

## IMPRESSUM

Herausgeberin



Stiftung Lernen durch Engagement – Service-Learning in Deutschland SLIDE gGmbH  
Brunnenstr. 29 | 10119 Berlin  
[www.lernen-durch-engagement.de](http://www.lernen-durch-engagement.de)  
[www.facebook.com/StiftungLdE](https://www.facebook.com/StiftungLdE) | [www.twitter.com//StiftungLdE](https://www.twitter.com//StiftungLdE)

Autorin

Leonie Mikulla, Anna-Lilja Edelstein, Yasmin Fahimi

---

### Hinweise zum Urheberrecht und zur Nutzung der in diesem Dokument enthaltenen Inhalte



#### Texte

Sofern im Dokument nicht anders angegeben, stehen die Texte dieses Dokumentes unter der folgenden Lizenz: Creative Commons Namensnennung-Share Alike 4.0 International Public License, abrufbar unter <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/legalcode.de>. Eine Nutzung der Texte darf nur unter Einhaltung der Lizenzbedingungen der vorgenannten Lizenz erfolgen.

#### Bildmaterial, Icons und Logos

Sofern im Dokument nicht jeweils ausdrücklich angegeben, stehen sämtliches Bildmaterial, Icons und Logos **nicht** unter einer Creative Commons Lizenz. Jede Nutzung von Bildmaterial, Icons und Logos bedarf der vorherigen schriftlichen Zustimmung der Stiftung Lernen durch Engagement. Bitte richten Sie Ihre Lizenzanfragen an: [kommunikation@lernen-durch-engagement.de](mailto:kommunikation@lernen-durch-engagement.de).

Dieses Material ist entstanden im Programm „Lernen durch Engagement – #netzrevolte“. Das Programm wird gefördert von der Freudenberg Stiftung.

