



# Aktiv gegen Cyber-Mobbing

Vorbeugen – Erkennen – Handeln

erst denken,  
dann klicken.



## Unterrichtsmaterialien



**Mit Übungen für den Unterricht (Sekundarstufe I)**



 Bundesministerium  
Bildung, Wissenschaft  
und Forschung

[Saferinternet.at](https://www.saferinternet.at)  
Das Internet sicher nutzen!



Co-funded by  
the European Union



Unter dem Dach von COCO mat – conscious consumers' materials – vereint das Sozialministerium Unterrichtsmaterialien für bewusste Konsument:innen. Saferinternet.at ist COCO mat-Partner des Sozialministeriums.

# Inhalt

## Aktiv gegen Cyber-Mobbing

Vorbeugen – Erkennen – Handeln

<b>Einführung</b>	<b>4</b>		
<b>1</b> Cyber-Mobbing, ein Modebegriff	<b>6</b>	<b>10</b> Opfer, Täter oder beides?	<b>24</b>
<i>Übung 1</i> Konflikt oder Cyber-Mobbing?	<b>7</b>	<i>Übung 10</i> Wie fühlen sich Beteiligte und Betroffene?	<b>25</b>
<b>2</b> Formen von Cyber-Mobbing	<b>8</b>	<b>11</b> Ohne Zuschauer:innen kein Mobbing	<b>26</b>
<i>Übung 2</i> Ein Phänomen, viele Formen?	<b>9</b>	<i>Übung 11</i> Mehr als nur melden oder blockieren	<b>27</b>
<b>3</b> Was sagt das Gesetz?	<b>10</b>	<b>12</b> Zusammenarbeit von Schule und Eltern	<b>28</b>
<i>Übung 3</i> Was ist strafbar?	<b>11</b>	<i>Übung 12</i> Mobbing damals und heute	<b>29</b>
<b>4</b> Warum es zu Cyber-Mobbing kommt	<b>12</b>		
<i>Übung 4</i> Was steckt dahinter?	<b>13</b>	<b>Arbeitsblatt „Konflikt oder Cyber-Mobbing?“ zu Übung 1</b>	<b>30</b>
<b>5</b> Schule ohne Cyber-Mobbing, geht das?	<b>14</b>	<b>Arbeitsblatt „Strafbar oder nicht?“ zu Übung 3</b>	<b>31</b>
<i>Übung 5</i> Peers machen Online-Schulung	<b>15</b>	<b>Arbeitsblatt „So fühle ich mich!“ zu Übung 10</b>	<b>32</b>
<b>6</b> Prävention	<b>16</b>		
<i>Übung 6</i> Die Schatzkiste	<b>17</b>	<b>Hilfreiche Initiativen und Links</b>	<b>33</b>
<b>7</b> Persönliche Konfliktlösungsstrategien entwickeln	<b>18</b>	<b>Tipps für Schüler:innen</b>	<b>34</b>
<i>Übung 7</i> Das tun wir, anstatt zu streiten	<b>19</b>	<b>Tipps für Lehrende</b>	<b>36</b>
<b>8</b> Verhaltensvereinbarungen für Soziale Netzwerke	<b>20</b>	<b>Tipps für Eltern</b>	<b>37</b>
<i>Übung 8</i> Verhaltensvereinbarungen für unsere Klasse	<b>21</b>	<b>Impressum</b>	<b>38</b>
<b>9</b> Der Vorfall – wie im Anlassfall reagieren?	<b>22</b>		
<i>Übung 9</i> Wer hilft mir?	<b>23</b>		

# Einführung



## Warum es gerade an Schulen zu Cyber-Mobbing kommt und warum es wichtig ist, Präventionsarbeit zu leisten

Mit wem die Kinder in eine Klasse kommen, können sie sich meist nicht aussuchen. Dadurch treffen sie zwangsläufig auch auf Menschen, die ihnen nicht sympathisch sind und mit denen ihnen der Umgang schwerfällt. Haben Kinder nicht gelernt, wie sie mit solchen Mitschüler:innen dennoch auskommen können, kann es zu Konflikten bis hin zu Mobbing kommen.

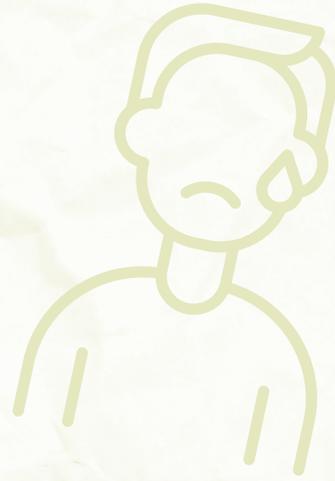
Mit den digitalen Medien hat das Mobbing verstärkt auch den unterrichtsfreien Raum erobert. Cyber-Mobbing, also dem Beleidigen, Bedrohen oder Belästigen via Handy und anderen digitalen Medien, kann man nur schwer entkommen. Denn dieses geht auch nach Unterrichtsende online weiter. Dazu kommt, dass an einem Cyber-Mobbing-Fall meist viele Menschen beteiligt sind. Für das Opfer wird es besonders unerträglich, wenn zwar viele Menschen zusehen, aber nichts dagegen unternehmen. Auch durch Nichtstun macht man sich also schuldig.

Statt um Konflikte in kleineren Kreisen geht es nun oft um hochbelastende Schikanen, die die gesamte Schule oder sogar einen noch größeren Personenkreis betreffen.

## Prävention als Qualitätsmerkmal

Für Schulen gilt es mittlerweile sogar als Qualitätsmerkmal, wenn sich diese aktiv mit dem Thema Cyber-Mobbing befassen, Präventionsmaßnahmen setzen und wissen, wie sie im Anlassfall reagieren. Dazu hat auch die Neueinführung des § 107c des Strafgesetzbuches (StGB) beigetragen. Im Sinne der „geteilten Erziehungsaufgabe“ sind sowohl Lehrende als auch Eltern gefragt: Alle müssen zusammenarbeiten, um die Kinder und Jugendlichen gut zu begleiten und im Fall von Cyber-Mobbing angemessen zu reagieren.





## Kompetentes Handeln im Anlassfall

Ebenfalls zu beobachten ist, dass sich Schulen im akuten Anlassfall in aller Regel um rasches Handeln bemühen. Dass es dabei manchmal auch zu vorschnellen Schlüssen kommt, liegt auf der Hand. Ein Cyber-Mobbing-Fall ist meist sehr komplex und betrifft viele Personen gleichzeitig. Oft nimmt man als außenstehende Person nur einen Teil des Gesamtgefüges wahr und kennt nicht die ganze Geschichte. Es braucht also mitunter viel Zeit, sich einen guten Überblick über die Gesamtsituation zu verschaffen. Zu beachten ist hier, dass sich die Opfer- und Täter:innen-Rollen oft auch umkehren – nämlich dann, wenn ehemalige Opfer sich rächen und dadurch selbst zu Täter:innen werden.

Schnell und gut auf Cyber-Mobbing zu reagieren, kann also auch heißen, dem Konflikt in detektivischer Kleinarbeit auf den Grund zu gehen. Wichtig ist es, die Opfer zu schützen, die Beobachtungen zu dokumentieren und sich im Lehrenden-Team gemeinsam weitere Handlungsschritte zu überlegen und diese regelmäßig zu überprüfen. Das Einbeziehen des Supportsystems von Schulpsycholog:innen, Beratungslehrer:innen oder Schulsozialarbeiter:innen kann hierbei sehr hilfreich sein.

In diesem Handbuch geht es vor allem darum, das Bewusstsein für Cyber-Mobbing zu stärken – nicht nur bei den Schüler:innen selbst, sondern auch bei deren Eltern und Lehrpersonen. Zu verstehen, wo die Grenze zwischen Spaß und Verletzung liegt, welche unterschiedlichen Rollen es in einem Cyber-Mobbing-Fall gibt und wie Prävention helfen kann, ist dafür wichtig.

Neben den theoretischen Einführungen beinhaltet dieses Handbuch jeweils dazu passende Übungsangebote für den Unterricht, die den Einstieg in das Thema und die Reflexion erleichtern.



# Cyber-Mobbing, ein Modebegriff

*Schau mich nicht so an,  
du mobbst mich!*

**S**olche oder ähnliche Sprüche hört man immer öfter unter Jugendlichen, was zeigt, dass der Begriff „Mobbing“ inzwischen zu einer Art Modewort geworden ist. Jeder Konflikt, jede Auseinandersetzung und jede Abneigung gegenüber anderen wird salopp als Mobbing bezeichnet, auch wenn es sich dabei noch lange nicht um Mobbing im eigentlichen Sinne handelt.



## Was ist Cyber-Mobbing?

Der Begriff Cyber-Mobbing (auch „Cyber-Bullying“) bezeichnet **das absichtliche und über einen längeren Zeitraum anhaltende Beleidigen, Bedrohen, Bloßstellen, Belästigen oder Ausgrenzen anderer über digitale Medien**. Ziel dabei ist, eine andere Person fertig zu machen und **Macht auszuüben**.

Cyber-Mobbing findet vor allem **im Internet** (Soziale Netzwerke, Chats, Messenger, E-Mails, Online-Spiele etc.) oder **per Handy** (Nachrichten, lästige Anrufe, Fotos, Videos etc.) statt. Anders als herkömmliches Mobbing kennt Cyber-Mobbing **keine räumlichen Grenzen** und kann somit Tag und Nacht fortgeführt werden. Für die Opfer gibt es **keine Pause**.

## Konflikt vs. Mobbing

Auch ein Streit oder Konflikt zwischen zwei oder mehreren Personen kann mitunter sehr heftig ausfallen. Wenn sich der Kern bzw. der Inhalt des Konflikts von der Sachebene (dem Streitthema) auf die Beziehungsebene verschiebt und eine Person versucht, Unbeteiligte auf ihre Seite zu ziehen und gegen die andere Person aufzuhetzen, kann dies der Beginn von Mobbing sein.

Die Kennzeichen von Mobbing sind die schädigende Absicht, das Machtungleichgewicht (Gruppe versus Einzelperson) sowie sich wiederholende Handlungen, die zum Ziel haben, die betroffene Person zu isolieren.

Im Schulbereich sind (vermeintlicher) Spaß und Langeweile die Hauptgründe für Mobbingtaten sowie oft falsche Vorstellungen von Coolness. Aus Angst in das Mobbinggeschehen hineingezogen zu werden, schauen Mitschüler:innen oft weg und legitimieren damit unbeabsichtigt das Geschehen.

## Warum Cyber-Mobbing meist die Schule betrifft

In aller Regel gehen die **Attacken von Personen aus dem eigenen Umfeld** aus. So ist es naheliegend, dass Cyber-Mobbing vor allem im Schulumfeld auftritt. Hier befinden sich die Kinder in einem Zwangskontext, dem sie bei Problemen nicht so ohne Weiteres entkommen können. Tritt in einer Klasse Cyber-Mobbing auf, so ist meist die gesamte Klasse oder gar Schule davon betroffen. Das kann auch den Unterricht beeinträchtigen.

## 🔗 Link

Themenseite „Cyber-Mobbing“ auf Saferinternet.at: [si.or.at/225](https://www.saferinternet.at/si.or.at/225)

# Konflikt oder Cyber-Mobbing?



ÜBUNG  
1

**Alter:** ab der 5. Schulstufe  
**Material:** Papierstreifen Arbeitsblatt „Konflikt oder Cyber-Mobbing?“ (Seite 30)  
**Dauer:** 1 UE  
**Unterrichtsfächer:** Digitale Grundbildung | Soziales Lernen

## Ziele

- Bewusstsein schaffen für Cyber-Mobbing
- Sich in andere Positionen versetzen können
- Lösungsstrategien kennen

## Themen

#Konflikt #Mobbing #Cyber-Mobbing #Mitgefühl  
#Bewusstseinsbildung #Lösungsstrategien

## Ablauf

Die Schüler:innen reflektieren anhand konkreter Beispiele die Unterschiede zwischen Konflikt und Mobbing.

### Phase 1

Die Schüler:innen bekommen Papierstreifen, auf denen unterschiedliche Situationen geschildert sind.

### Phase 2

Die Schüler:innen ordnen ihre Papierstreifen nun dem Thema „Konflikt“ oder „Mobbing“ zu – dazu kann beispielsweise das Klassenzimmer in zwei Hälften geteilt werden.

### Phase 3

Abschließend diskutieren die Schüler:innen gemeinsam ihre unterschiedlichen Antworten und erarbeiten für jede Situation einen Lösungsansatz. Aus den Lösungsansätzen können dann allgemeingültige Klassenregeln abgeleitet werden.

## Lösungshinweise für die Lehrkraft:

- Gestern noch waren Anna und Duygu beste Freundinnen, doch heute streiten sie wie wild. *[eher Konflikt]*
- Marco wird von seiner Clique aus dem beliebten Online-Spiel ausgeschlossen. *[möglicher Beginn von Mobbing]*
- Ariane verbreitet ein Nacktfoto ihrer Mitschülerin. *[kann Grundlage für Cyber-Mobbing sein, wenn nicht eingegriffen wird]*
- Über Murat gibt es seit drei Tagen eine Hassgruppe mit fünfzehn Mitgliedern und drei Beiträgen. *[eher noch Konflikt, da nur wenige Beiträge]*
- Max und Paul streiten sich in der Klassen-WhatsApp-Gruppe über das letzte geschossene Tor beim gestrigen Fußballspiel. *[Konflikt]*
- Valerie hat beim Umziehen in der Turngarderobe ein Foto ihrer Schulkollegin gemacht und dieses dann über Snapchat – mit vielen Stickers verschönt – an die gesamte Klasse verschickt. *[möglicher Beginn von Mobbing]*
- Wally ist schlecht gelaunt und beschimpft alle Mitglieder der Klassengruppe. *[eher Konflikt]*
- Stefan gibt Johannes niemals „Likes“ auf Instagram, obwohl er die Bilder eigentlich gut findet. Denn Stefans Freunde mögen Johannes nicht. *[kann Indiz für Mobbing sein]*
- Noah möchte nicht im Hintergrund von Annas TikTok-Beitrag zu sehen sein, er beschimpft sie daher in den Direktnachrichten. *[Konflikt]*
- Sigrid hat den Snapchat-Streak von 538 Tagen unterbrochen, weil sie kein WLAN und auch kein Guthaben hatte. Wanda ist jetzt tödlich beleidigt und glaubt Sigrid nicht, dass sie das nicht absichtlich gemacht hat. *[Konflikt]*
- Max dreht Paul in MS Teams zum Spaß immer wieder die Kamera und das Mikro ab. *[könnte Anzeichen von Mobbing sein, wenn es häufig vorkommt und sich Pauls Verhalten ändert]*



Arbeitsblatt auf Seite 30

# Formen von Cyber-Mobbing

Cyber-Mobbing erfolgt meist über mehrere Medienkanäle gleichzeitig. Zusätzlich werden die Opfer oft auch offline gemobbt. Die Art, wie gemobbt wird, ist primär vom Alter der Beteiligten abhängig.



## Beschimpfungen und Beleidigungen

- öffentlich sichtbare Beleidigungen und boshafte Kommentare in Sozialen Netzwerken und Messenger-Diensten
- Verspottung in Direktnachrichten und beleidigende Telefonanrufe mit unterdrückter Nummer

## Drohungen und Erpressung

- anonyme Anrufe mit verstellter Stimme
- Drohungen (bis hin zu Morddrohungen) via Instagram, WhatsApp und anderen Plattformen
- gehackte Online-Profilen, die mit peinlichen Inhalten verunstaltet werden
- Erpressung mit Nacktfotos oder -videos („Entscheidungsbaum Sextortion“, PDF: [si.or.at/158](https://si.or.at/158))

## Unangenehme Anmache und sexuelle Belästigung

- offensive Anmache unter Pseudonym
- gezieltes Einwirken auf Personen im Internet mit dem Ziel der Anbahnung sexueller Kontakte („Cyber-Grooming“: [si.or.at/159](https://si.or.at/159))

## Verbreitung von persönlichen Informationen und Gerüchten

- Gerüchte und Falschinformationen in Sozialen Netzwerken

## Veröffentlichung gefälschter, intimer oder peinlicher Fotos

- spontanes Weiterleiten peinlicher Fotos
- mit Bildbearbeitungsprogrammen verunstaltete Fotos
- intime Nacktaufnahmen, welche aus Rache oder verletztem Stolz geteilt werden

## Ausschluss aus Online-Aktivitäten

- systematisches Ausschließen aus (Online-)Spiele-Teams
- systematisches Ausschließen aus Freundeslisten in Sozialen Netzwerken und aus Online-Gruppen
- systematisches Behindern von Online-Schulaktivitäten

## Identitätsdiebstahl

- missbräuchliche Verwendung persönlicher Daten (z. B. zum Bestellen von Waren im Internet)
- Fake-Profilen unter dem Namen des Opfers (z. B. zum Verbreiten von Falschinformationen und Beleidigungen)

## Gewalt-Videos

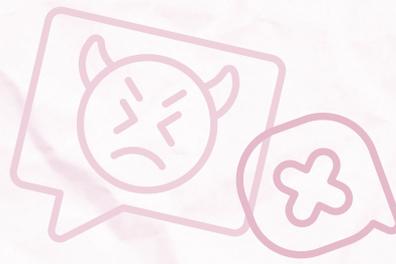
- physische Gewalt, die mit dem Handy gefilmt und anschließend auf sozialen Plattformen veröffentlicht wird (Stichwort „Smack Cam“ oder „Happy Slapping“)

## Link

Webwise – „Cyberbullying Hub“: [si.or.at/689](https://si.or.at/689)



# Ein Phänomen, viele Formen?



ÜBUNG  
2

**Alter:** ab der 6. Schulstufe  
**Dauer:** 1 UE  
**Unterrichtsfächer:** Digitale Grundbildung | Soziales Lernen

## Ziele

- Cyber-Mobbing einordnen können
- Sich in andere Positionen versetzen können
- Lösungsstrategien kennen

## Themen

#Gruppendynamiken #Grenzen #Schulalltag #Cyber-Bullying #Cyber-Mobbing



## Ablauf

Die Schüler:innen diskutieren gemeinsam anhand eines Videoclips die Grenzen von Spaß und Mobbing.



## Tipp

Nutzen Sie die Begleitmaterialien zum Video auf Childnet International: [si.or.at/161](https://www.childnet-international.org/si.or.at/161)

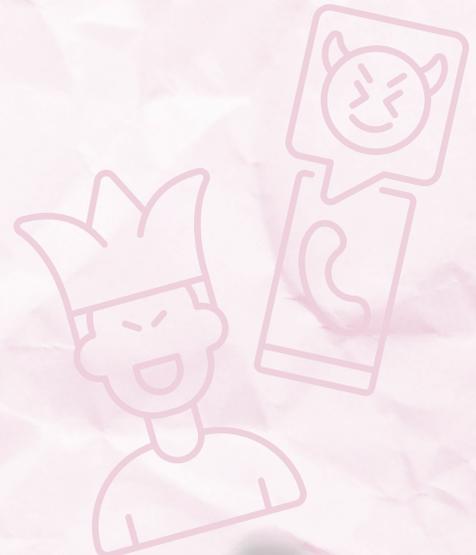
## Phase 1

Die Schüler:innen schauen sich das englischsprachige Video „Gone too far“ ([si.or.at/160](https://www.childnet-international.org/si.or.at/160)) an.

## Phase 2

Die Lehrperson diskutiert nun mit den Schüler:innen über das Gesehene. Grundlage können folgende Fragen bilden:

- Ist das Video realistisch?  
Könnte so etwas auch an unserer Schule passieren?
- Wo wurde die Grenze überschritten?
- Warum wurde Jason gemobbt?
- Warum wird generell gemobbt?
- Wie hat Jason auf das Mobbing reagiert?  
Was hätte er anders machen können?  
Hätte er das Mobbing verhindern können?
- Was würdest du Mobbing-Opfern raten?  
Was können sie tun?  
An wen sollen sie sich wenden?  
Was kannst du tun, um zu helfen?





**M**obbing führt nicht nur zu einem großen Leidensdruck bei den Opfern, die Handlungen können für die Täter:innen auch rechtliche Konsequenzen haben. Dessen sind sich viele Schüler:innen nicht bewusst.

## Links

- RIS Strafgesetzbuch § 107c: [si.or.at/151](https://www.ris.bka.gv.at/151)
- Saferinternet.at – „Was sagt das Gesetz zu Cyber-Mobbing?\": [si.or.at/181](https://www.saferinternet.at/181)

## Was besagt der Cyber-Mobbing-Paragraf?

Von Cyber-Mobbing im strafrechtlichen Sinne spricht man dann, wenn jemand eine andere **Person über einen längeren Zeitraum** (z. B. mehrere Wochen) hindurch **in ihrer persönlichen Ehre verletzt** (z. B. durch Beschimpfungen, Beleidigungen, Verspottung etc.) oder **intime Bilder bzw. Tatsachen** (z. B. Nacktfotos, persönliche Krankheitsgeschichten usw.) **öffentlich macht**. Die Handlungen müssen via elektronische Kommunikationsmittel (z. B. Handy) oder im Internet erfolgen und mindestens zehn Personen erreichen. Für eine Strafbarkeit wegen Cyber-Mobbing müssen die Handlungen der Täterin bzw. des Täters geeignet sein, eine **Person in ihrer Lebensführung unzumutbar zu beeinträchtigen** (Beispiel: Das Opfer will die Schule wechseln oder zieht sich aus seinem Sozialleben vollkommen zurück.). Das Strafausmaß für Cyber-Mobbing kann in schwerwiegenden Fällen bis zu drei Jahre Haft erreichen.

## Weitere gesetzliche Bestimmungen

- **Stalking** (§ 107a StGB): Während sich Cyber-Mobbing in der Regel in größeren Gruppen abspielt, findet Cyber-Stalking meist zwischen zwei Personen statt.
- **Üble Nachrede** (§ 111 StGB) und **Beleidigung** (§ 115 StGB)
- **Verhetzung** (§ 283 StGB): Hier geht es um massive Beleidigungen wegen der Zugehörigkeit zu einer gewissen Gruppe (Nationalität, Religion, Geschlecht, ethnische Herkunft usw.)
- **Unbefugte Bildaufnahmen** (§120a StGB): Hier geht es um heimlich gemachte Nacktfotos (z. B. in Umkleekabinen) oder Fotos von Intimbereichen („Up-Skirting“)
- **Pornografische Darstellungen Minderjähriger** (§ 207a StGB): wenn z. B. pornografische Nacktaufnahmen von Minderjährigen unerlaubterweise verbreitet werden: [si.or.at/179](https://www.ris.bka.gv.at/179)
- **Cyber-Grooming** (§ 208a StGB): Anbahnung von Sexualkontakten zu Unmündigen: [si.or.at/177](https://www.ris.bka.gv.at/177)
- **Datenverwendung in Gewinn- oder Schädigungsabsicht** (§ 63 Datenschutzgesetz)
- Die **Jugendschutzgesetze der österreichischen Bundesländer** enthalten ebenfalls rechtliche Bestimmungen gegen Cyber-Mobbing.

# Was ist strafbar?

**Alter:** ab der 8. Schulstufe  
**Material:** Arbeitsblatt „Strafbar oder nicht?“ (Seite 31)  
**Dauer:** 1–2 UE  
**Unterrichtsfächer:** Digitale Grundbildung | Soziales Lernen | Politische Bildung

## Ziele

- Gesetzliche Verbote kennen
- Die eigenen Rechte kennen
- Gesetzliche Rahmenbedingungen einschätzen lernen

## Themen

#Gesetz #Verbot #Rechte #Konsequenzen #Strafen

### Ablauf

Die Schüler:innen reflektieren anhand konkreter Beispiele gesetzliche Rahmenbedingungen in Österreich.

### Anmerkung

Letztendlich entscheidet ein Gericht, ob eine Handlung wirklich strafbar ist oder nicht. Es geht daher nur um eine Einschätzung.

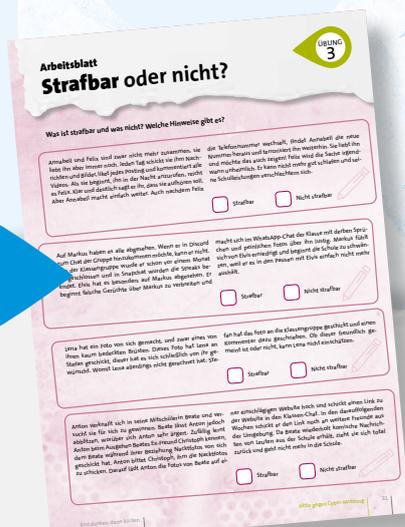
### Phase 1

Die Schüler:innen lesen die Beispiele auf dem Arbeitsblatt und versuchen diese in „strafbar“ oder „nicht strafbar“ einzuordnen. Lassen Sie die Schüler:innen ihre Antworten begründen.

### Phase 2

Nun diskutieren die Schüler:innen gemeinsam über ihre Antworten und reflektieren die Schwierigkeiten bei der Zuordnung.

Arbeitsblatt auf Seite 31



## Lösungshinweise für die Lehrkraft:

- (§107a StGB) Annabell und Felix sind zwar nicht mehr zusammen, sie liebt ihn aber immer noch. Jeden Tag schickt sie ihm Nachrichten und Bilder, liket jedes Posting und kommentiert alle Videos. Als sie beginnt, ihn in der Nacht anzurufen, reißt es Felix. Klar und deutlich sagt er ihr, dass sie aufhören soll. Aber Annabell macht einfach weiter. Auch nachdem Felix die Telefonnummer wechselt, findet Annabell die neue Nummer heraus und terrorisiert ihn weiterhin. Sie liebt ihn und möchte das auch zeigen! Felix wird die Sache irgendwann unheimlich. Er kann nicht mehr gut schlafen und seine Schulleistungen verschlechtern sich.
- (§107c StGB) Auf Markus haben es alle abgesehen. Wenn er in Discord zum Chat der Gruppe hinzukommen möchte, kann er nicht, denn der Zugang wird ihm verwehrt. Aus der Klassengruppe wurde er schon vor einem Monat ausgeschlossen und in Snapchat wurden die Streaks beendet. Elvis hat es besonders auf Markus abgesehen. Er beginnt falsche Gerüchte über Markus zu verbreiten und macht sich im WhatsApp-Chat der Klasse mit derben Sprüchen und peinlichen Fotos über ihn lustig. Markus fühlt sich von Elvis erniedrigt und beginnt die Schule zu schwänzen, weil er es in den Pausen mit Elvis einfach nicht mehr aushält.
- (nicht strafbar) Lena hat ein Foto von sich gemacht, und zwar eines von ihren kaum bedeckten Brüsten. Dieses Foto hat Lena an Stefan geschickt, dieser hat es sich schließlich von ihr gewünscht. Womit Lena allerdings nicht gerechnet hat: Stefan hat das Foto an die Klassengruppe geschickt und einen Kommentar dazu geschrieben. Ob dieser freundlich gemeint ist oder nicht, kann Lena nicht einschätzen.
- (§107c StGB) Anton verknallt sich in seine Mitschülerin Beate und versucht sie für sich zu gewinnen. Beate lässt Anton jedoch abblitzen, worüber sich Anton sehr ärgert. Zufällig lernt Anton beim Ausgehen Beates Ex-Freund Christoph kennen, dem Beate während ihrer Beziehung Nacktfotos von sich geschickt hat. Anton bittet Christoph, ihm die Nacktfotos zu schicken. Darauf lädt Anton die Fotos von Beate auf einer einschlägigen Website hoch und schickt einen Link zu der Website in den Klassen-Chat. In den darauffolgenden Wochen schickt er den Link noch an weitere Freunde aus der Umgebung. Da Beate wiederholt anzügliche Nachrichten von Leuten aus der Schule erhält, zieht sie sich total zurück und geht nicht mehr in die Schule.

# Warum es zu Cyber-Mobbing kommt

**A**nlässe und Auslöser für Cyber-Mobbing können vielfältig sein. Meistens stehen die Angriffe im Zusammenhang mit einer längeren Vorgeschichte, wie z. B. ungelösten Konflikten oder auseinandergegangenen Beziehungen.



## Anlässe und Auslöser

- Mit wem man in eine Klasse kommt, kann man sich nicht aussuchen. So müssen die Schüler:innen auch **lernen**, mit **Personen**, die ihnen **nicht sympathisch** sind, **auszukommen**.
- Da die Schüler:innen einer Klasse meist auch online miteinander vernetzt sind, enden die **Konflikte** nicht mit dem Unterricht, sondern werden häufig **online fortgeführt**. Manchmal fällt das Streiten hier sogar leichter, da man sich gegenseitig nicht sieht.
- Kindern und Jugendlichen **fehlen oft Konfliktlösungsstrategien**, um selbst aus problematischen Situationen herauszukommen.
- Auch **Langeweile** kann zum Problem werden – vor allem dann, wenn die Grenze zwischen Spaß und Ernst überschritten wird.
- Online herrscht häufig eine **derbe Sprache** im Umgang der Jugendlichen untereinander. Da ist die Grenze zu Mobbing oft fließend.
- Auch **interkulturelle Konflikte** können ein Ausgangsproblem sein.
- Online eskalieren Konflikte deutlich schneller, vor allem dann, wenn gerade **viele Personen Zeit haben und sich Aggressionen aufgestaut haben** (z. B. wegen **Druck in der Schule**).
- Die Entwicklung der einzelnen Schüler:innen passiert nicht in der gleichen Geschwindigkeit: Bei manchen setzt die **Pubertät** früher ein als bei anderen, die Interessen ändern sich und Freundschaften formieren sich neu.
- **Zerbrechen Freundschaften** oder Liebesbeziehungen, entstehen unter Umständen auch Rachegefühle.
- Cyber-Mobbing funktioniert vor allem dort gut, wo es ein **großes Publikum** gibt, das entweder mitmacht oder aus anderen Gründen nichts dagegen unternimmt.



## Was verstärkend wirken kann:

- fehlende Ansprechpersonen (Lehrende, Unterstützungspersonen in der Schule) oder die Erfahrung, dass diese in der Vergangenheit nicht hilfreich waren
- mangelnde Zivilcourage bei den Zuschauer:innen (teils auch aus Angst, selbst zum Opfer zu werden)
- wenn Eltern die Konflikte der Kinder weiterführen

## Link

Saferinternet.at-Flyer für Jugendliche „Cyber-Mobbing“: [si.or.at/226](http://si.or.at/226)



# Was steckt dahinter?

ÜBUNG  
4

**Alter:** ab der 6. Schulstufe  
**Dauer:** 1–2 UE + Hausübung  
**Unterrichtsfächer:** Digitale Grundbildung | Soziales Lernen | Politische Bildung | Sprachen

## Ziele

- Gründe für Cyber-Mobbing erklären können
- Verständnis für Beteiligte aufbringen
- Prävention planen

## Themen

#Cyber-Mobbing #Hintergründe #Verständnis #Empathie #Prävention



### Ablauf

Die Schüler:innen recherchieren, analysieren und reflektieren typische Cyber-Mobbing-Fälle.

### Phase 1

Im ersten Schritt recherchieren die Schüler:innen z. B. im Rahmen der digitalen Grundbildung nach Cyber-Mobbing-Fällen, die in Medien, Sozialen Netzwerken oder auch Filmen vorkommen. Alternativ dürfen auch eigene Mobbing-Szenarien erfunden werden.

### Phase 2

Die Schüler:innen diskutieren nun, welche Gründe jeweils hinter den Mobbing-Fällen stecken könnten. Dann überlegen sie gemeinsam, welcher der Gründe am häufigsten genannt wird.

### Beispiele für Gründe und beschleunigende Faktoren:

- zerbrochene Freundschaften
- interkulturelle Konflikte in der Klassengemeinschaft
- Spaß, der die persönliche Grenze einer Person übertritt
- sozialer Status der Beteiligten, Geltungsbedürfnis und Streben nach Macht
- Eltern oder Lehrende, die das Mobbing verstärken

### Phase 3

Abschließend überlegen die Schüler:innen, was getan hätte werden können, um diese Fälle zu verhindern. Diese Strategien können gesammelt und in allgemeine Regeln überführt werden, die auf Plakaten im Schulgebäude aufgehängt werden.



# Schule ohne Cyber-Mobbing, geht das?



## Faktoren, die Cyber-Mobbing an Schulen begünstigen

- Die Schule ist ein Zwangskontext, man sucht sich seine Klassenkamerad:innen nicht aus.
- In der Schule gibt es bereits eine Mobbing-Kultur. Potenzielle Anzeichen für Konflikte werden geleugnet.
- Mobbing beginnt unter den Lehrenden/Erwachsenen und setzt sich in den Klassen fort.
- Prozesse, die dem Mobbing entgegensteuern, werden durch die Haltung „Bei uns kommt so etwas nicht vor!“ verhindert. Konflikte werden zu spät behandelt.
- Lehrende leiden unter verhaltensauffälligen Schüler:innen und unterstützen sie wenig bei ihrer Problemlösung.
- Es fehlen entsprechende Begleitstrukturen, wie z. B. das Vorhandensein und das zeitgerechte Einbeziehen von Beratungslehrer:innen oder Schulsozialarbeiter:innen.
- Eltern verstärken die Konflikte zusätzlich, indem sie sich selbst daran beteiligen.

## Faktoren, die Cyber-Mobbing erschweren

- Es herrscht ein wertschätzendes Schulklima. Auch zwischen Schüler:innen und Lehrenden.
- Der Umgang mit Konflikten und Schwierigkeiten wird als Teil des Alltags gesehen.
- Lehrende sind Ansprechpersonen, die Direktion nimmt ihre Führungsrolle wahr.
- Prävention findet regelmäßig statt.
- Es gibt unterstützende Systeme (z. B. Schulsozialarbeiter:innen und/oder Peer-Programme).
- Es wird im Verdachtsfall schnell reagiert. Es gibt Personen, die wissen, was zu tun ist und die entsprechenden Prozesse unterstützen können.
- Es gibt eine gute Zusammenarbeit zwischen allen Schulpartner:innen.

## Auf welche Kriterien Schulen achten sollten

- **Haltung:** Konflikte gehören zum Alltag dazu, sie müssen bearbeitet werden. Den Schüler:innen muss geholfen werden, diese lösen zu können.
- **Ruf der Schule:** Die Qualität einer Schule erkennt man u. a. auch daran, dass sie sich pro-aktiv mit dem Thema Cyber-Mobbing beschäftigt.
- **Rollen:** Es gibt klare Ansprechpersonen, wenn es zu einem Cyber-Mobbing-Fall kommt.
- **Reflexion:** Um nicht vorschnell zu agieren, wird die jeweilige Situation umfassend abgeklärt und die Opfer werden geschützt. Erst dann werden aktive Maßnahmen getroffen.
- **Weiterbildung:** Es ist wichtig, dass sowohl Lehrende als auch Direktor:innen am Ball bleiben und sich regelmäßig weiterbilden – auch was Soziale Netzwerke betrifft.

## Link

Saferinternet.at-Artikel „Gleich und gleich gesellt sich gerne“: [si.or.at/227](https://www.saferinternet.at/de/227)

## Rechtlicher Hintergrund

- § 2 SchOG – geteilte Erziehungsaufgabe zwischen Eltern und Schule ([si.or.at/230](https://www.saferinternet.at/de/230))
- § 107c StGB – Cyber-Mobbing ([si.or.at/231](https://www.saferinternet.at/de/231))

# Peers machen Online-Schulung

ÜBUNG  
5

**Alter:** ab der 8. Schulstufe, in manchen Fällen auch früher  
**Dauer:** 1 UE  
**Unterrichtsfächer:** Digitale Grundbildung | Soziales Lernen | Politische Bildung | Sprachen

## Ziele

- Vernetzung der Peers untereinander
- Gemeinschaftsgefühl stärken
- Wissen erarbeiten und weitergeben

## Themen

#Konflikt #Mobbing #Mitgefühl #Peers #Mediation #Prävention

## Vorbemerkung

Sind an der Schule bereits Peer-Mentor:innen oder Streitschlichter:innen aktiv, so eignen sich diese sehr gut für die Online-Schulung. Diese ist auch eine Möglichkeit für die Peers, sich am Schuljahresbeginn den jüngeren Schüler:innen bekannt zu machen und sich als Ansprechpersonen (auch für andere Themen) vorzustellen. Aber auch andere Schüler:innen können diese Schulung gestalten.

## Ablauf

Eine Gruppe an Schüler:innen bereitet für andere Schüler:innen eine Schulung vor, führt sie durch und bespricht sie nach. Die Schüler:innen werden dabei von kompetenten Erwachsenen begleitet.

### Phase 1

Die Schüler:innen wählen selbst Themen, die für sie oder ihre Peers relevant sind. Die Rahmenbedingungen für die Schulung (für wen, wie lange, mit welcher Unterstützung etc.) werden von den Begleitpersonen vorgegeben.

### Phase 2

Die Schulung wird möglichst interaktiv umgesetzt. Anregungen für Methoden gibt es hier: [www.peerbox.at](http://www.peerbox.at)

### Phase 3

Nach der Schulung wird empfohlen, eine gemeinsame Reflexion der Peer-Mentor:innen mit der Lehr-/ bzw. Fachkraft in Form von konstruktivem Feedback durchzuführen.

Für die Mentor:innen geht es vor allem um folgende Fragen:

- Welche Themen nehmen wir für unsere Beratungen mit?
- Was hat uns überrascht? Mit welchen Themen hätten wir nicht gerechnet?
- Mit welchen Themen sollten wir uns noch beschäftigen?

**E**rst dann einzugreifen, wenn das (Cyber-)Mobbing schon voll im Gange ist, ist oft zu spät. Auch wenn Konflikte beigelegt werden können, hinterlassen sie ihre Spuren. Es ist daher ganz entscheidend, Präventivmaßnahmen zu setzen, die Konflikte gar nicht erst so groß werden lassen. Gut gelingende Präventionsarbeit setzt bei

der gesamten Schule an. Hierbei können die Schulsozialarbeiter:innen und Beratungslehrer:innen durch Workshops mit präventivem Charakter zum Thema Teambuilding und Klassengemeinschaft unterstützen und somit Lehrkräfte entlasten.

## Ziele von Präventionsmaßnahmen

### Für Lehrende:

- verbessertes Schulklima
- steigende Wertschätzung zwischen Lehrpersonen und Schüler:innen
- erhöhte Aufmerksamkeit für Cyber-Mobbing-Situationen
- kompetenter Umgang mit kritischen Situationen

### Für Schüler:innen:

- Stärkung der Klassengemeinschaft
- verbesserte Beziehungen untereinander
- Erlernen eines konstruktiven Umgangs mit Konflikten

## Umsetzung von Präventionsmaßnahmen

### Schulintern



#### Vorteil:

nachhaltiges und schnelles Reagieren ist möglich, steigert die Qualität der Schule



#### Nachteil:

braucht Ressourcen für die Aus- und Weiterbildung der Lehrpersonen, Schulsozialarbeiter:innen und Beratungslehrer:innen

### Externe Organisation



#### Vorteil:

erfahrene Personen sind im Einsatz, wenig Knowhow an der Schule nötig



#### Nachteil:

keine Verankerung in der Schule, wenig Nachhaltigkeit, Kosten fallen an

## 📌 Links

- hepi – Zentrum für Persönlichkeitsbildung: [www.hepi.at](http://www.hepi.at)
- Schulpsychologie – die psychologische Beratung für Schülerinnen und Schüler, Lehrkräfte und Erziehungsberechtigte: [www.schulpsychologie.at](http://www.schulpsychologie.at)
- CYBERHELP – Mehrsprachige Website zum Thema Cyber-Mobbing: [cyberhelp.eduskills.plus/](http://cyberhelp.eduskills.plus/)
- Better Internet For Kids – Materialien für den Unterricht in verschiedenen Sprachen: [si.or.at/170](http://si.or.at/170)

# Die Schatzkiste

ÜBUNG  
6

**Alter:** ab der 3. Schulstufe  
**Material:** Papier, Kuverts  
**Dauer:** 1 UE  
**Unterrichtsfächer:** Digitale Grundbildung | Soziales Lernen | Sprachen | KV-Stunden

## Ziele

- Eigene Gefühle kennen und benennen
- Konstruktives Feedback geben und entgegennehmen können

## Themen

#Klassengemeinschaft #Wertschätzung #Feedback #Gefühle #Prävention

## Vorbemerkung

Diese Übung eignet sich besonders für neue Klassen- oder Projektgemeinschaften. Gibt es in der Klasse bereits viele ungelöste Konflikte, ist die Übung nicht empfehlenswert.

### Ablauf

Die Schüler:innen geben sich gegenseitig positives Feedback in ihre Schatzkisten (z. B. Kuverts).

### Phase 1

Da es vielen Schüler:innen schwerfällt, ein positives Feedback mit Aussagekraft zu formulieren, ist es hilfreich, Anregungen an die Tafel zu schreiben: „An dir mag ich besonders, ...“ oder „Ich finde gut, dass ...“. Auch positive und wertschätzende Begriffe können im Vorfeld gemeinsam gesammelt werden.

Beispiele: humorvoll, sanft, hilfsbereit, fantasievoll, einzigartig, sportlich, enthusiastisch, fröhlich, charmant, einfühlsam, begeisterungsfähig, motivierend, schön, stark, klug, ...

### Phase 2

Nun schreibt jede Person für alle anderen ein positives Feedback und steckt es in die entsprechenden Schatzkisten.

### Phase 3

Jetzt dürfen alle ihre Schatzkiste öffnen und lesen, welches Feedback sie bekommen haben. Abschließend reflektieren die Schüler:innen gemeinsam mit der Lehrperson, welche Rückmeldungen besonders hilfreich sind, worauf man bei einem guten Feedback achten muss und wie man auf Komplimente angemessen reagieren kann.

# Persönliche Konfliktlösungsstrategien entwickeln

Vielen Kindern und Jugendlichen fehlen Strategien, wie sie mit ihren eigenen Gefühlen umgehen können. Cyber-Mobbing wird da manchmal als eine Art „Konfliktlösung“ gesehen.



## Funktionen von Cyber-Mobbing

- **Entlastung:** Mobbing dient als Ventil für aufgestaute Aggressionen.
- **Anerkennung:** Mobbing wird eingesetzt, um Anerkennung zu erfahren, gerade dann, wenn diese den Jugendlichen in anderen Bereichen fehlt (z. B. fehlende Anerkennung durch die Familie oder schlechte schulische Leistungen).
- **Stärkung des Gemeinschaftsgefühls:** Mobbing geschieht meist in Gruppen nach dem Motto „Gemeinsam sind wir stark!“. Die Täter:innen gelten meist als respekt-einflößend und cool.

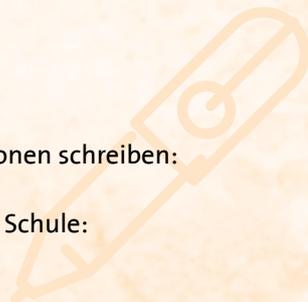
## Alternativen zu Cyber-Mobbing

Damit es gar nicht erst zu Cyber-Mobbing kommt, ist es wichtig, darauf zu achten, dass Aggressionen gezielt abgebaut werden können und die Jugendlichen andernorts Anerkennung bekommen. Dabei brauchen die Schüler:innen Unterstützung:

- Wie kann man sich abreagieren? Wie reagiert man auf Kränkungen oder Provokationen? Wie kommuniziert man mit anderen, ohne zu streiten? Wie geht man mit Meinungsverschiedenheiten um?
- Wie kann man Anerkennung bekommen, ohne sich über andere zu stellen? Wie könnte diese anstatt durch Mobbing erlangt werden?
- Wie lässt sich das Gemeinschaftsgefühl auf positive Weise stärken?

## Ideen für den Unterricht

- Dialoge für vorgegebene Konfliktsituationen schreiben: [ssi.or.at/153](https://www.ssi.or.at/153) (PDF, Universität Potsdam)
- E-Learning-Sequenz zu Konflikten in der Schule: [ssi.or.at/157](https://www.ssi.or.at/157) (zebis)



# Das tun wir, anstatt zu streiten

ÜBUNG  
7

**Alter:** ab der 5. Schulstufe  
**Dauer:** 1 UE  
**Unterrichtsfächer:** Digitale Grundbildung | Soziales Lernen | Sprachen | KV-Stunden

## Ziele

- Sich selbst besser kennen lernen
- Eigene Konfliktlösungsstrategien kennen und erarbeiten

## Themen

#Konflikt #Streit #Alternativen #Prävention #Konfliktlösung

### Ablauf

Die Schüler:innen diskutieren über eigene Erfahrungen mit Konflikten und mögliche Auslöser für Streitigkeiten. Am besten wird die Übung mit Beispielen eingeleitet.

#### Phase 1

Die Schüler:innen gehen in Kleingruppen zusammen – lassen Sie die Schüler:innen selbst wählen, mit wem sie zusammenarbeiten wollen. Nun erzählen sich die Schüler:innen gegenseitig von Konfliktsituationen und wie sie diese lösen konnten.

Eine Person schreibt für alle mit:

- Wie wurde der Konflikt gelöst?
  - Welcher konfliktlösende Satz wurde gesagt?
  - Was wurde getan? Wer hat unterstützt?
- (Nur notieren, was geholfen hat, nicht den Streit selbst).

#### Phase 2

Nun bespricht die Klasse gemeinsam, welche Konfliktlösungsstrategien sie kennt. Dazu werden die einzelnen Geschichten verkürzt und anonymisiert vorgetragen.

Beispiele:

Das ärgert mich	Das kann ich tun
Ich werde nicht beachtet.	Ich spreche es konkret an: „Ich fühle mich nicht beachtet.“
Ich werde ausgeschlossen.	Ich spreche es konkret an: „Ich fühle mich ausgeschlossen. Ich würde gerne mit euch mitmachen.“
Meine Familie wird beleidigt.	Ich bitte: „Lasst meine Familie bitte aus dem Spiel, die hat damit nichts zu tun.“

Die gemeinsamen Erkenntnisse werden auf der Tafel festgehalten. Folgende Aspekte können vorkommen:

- Ich-Botschaften anstatt Anschuldigungen
- („Ich fühle mich nicht beachtet.“ anstatt „Du beachtest mich nicht!“)
- Taten und Gründe für Verletzungen benennen, anstatt allgemein zu beschimpfen
- konkrete Wünsche äußern, anstatt auf die Erfüllung dieser zu warten
- andere ausreden lassen und zuhören
- zwischen zwei Seiten vermitteln, ohne selbst Partei zu ergreifen

#### Phase 3

Die Schüler:innen denken sich nun selbst jeweils mindestens 3 Situationen aus, die sie verärgern könnten.

Beispiele:  
 ausgeschlossen werden; nicht beachtet werden; beschimpft, ausgelacht oder angestarrt werden

Diese verbinden sie dann mit ihren Lösungsstrategien aus Phase 2.

# Verhaltensvereinbarungen für Soziale Netzwerke

**D**amit der Schulalltag möglichst reibungsfrei bleibt, braucht es gute Umgangsformen. Dabei helfen Regeln für die Kommunikation – sowohl offline als auch online. Solche miteinander zu entwickeln, ist ein erster wichtiger Schritt zu einem guten Umgang miteinander.

## Lehrende

- Wann kommunizieren Lehrende online mit ihren Schüler:innen? Wann sind sie wie erreichbar und wann nicht?
- Wie kommunizieren Lehrende online mit den Eltern? Wann sind sie wie erreichbar und wann nicht?
- Wie kommunizieren Lehrende untereinander?
- Wie verhalten sich Lehrende, wenn sie Fehlverhalten oder Konflikte von Schüler:innen mitbekommen (z.B. Schwänzen, Schummeln, Streit, Mobbing, ...)?
- Trennung von Beruflichem und Privatem: Wie können Lehrende diese Bereiche trennen? Wie gehen sie mit privaten Inhalten im Internet um? Welche Inhalte sind okay, welche nicht?
- Pausengestaltung in der Schule organisieren (auch ohne digitale Medien)

## Link

Regelplakat für Tablet-Klassen [si.or.at/233](http://si.or.at/233)  
(Medien Monster)

## Eltern

- Umgang in Online-Elterngruppen mit Informationen über Personen, die darin enthalten sind (z.B. Kritik an Lehrenden und Schüler:innen)
- Umgang mit Konflikten der Kinder untereinander (z.B. Klassenvorständin bzw. -vorstand kontaktieren und nicht die Eltern der Kinder).
- Welche Informationen dürfen Eltern über die Schule der Kinder veröffentlichen (z.B. Fotos von anderen Kindern)?

## Schüler:innen

- Wo und wie kann man online Kritik an der Schule und den Lehrpersonen üben?
- Umgang miteinander in WhatsApp-Gruppen
- Verantwortung in Online-Gruppen für die Klasse (z.B. ein Admin mit Verantwortung, statt alle zu Admins zu machen)
- Umgang mit Fotos – Erlaubnis zum Veröffentlichen einholen
- Was tun, wenn illegale Inhalte die Runde machen? (Löschen!)
- Inhalte, die nicht stimmen – nicht weiterschicken, ohne die Quelle zu überprüfen

# Verhaltensvereinbarungen für unsere Klasse

**Alter:** ab der 5. Schulstufe  
**Dauer:** 1–2 UE  
**Unterrichtsfächer:** Digitale Grundbildung | Soziales Lernen | Politische Bildung | Sprachen | KV-Stunden

## Ziele

- Den Umgang miteinander (auch in der unterrichtsfreien Zeit) reflektieren
- Präventiv überlegen, wie man mit Konflikten in der Klasse umgeht
- Rollen, Aufgaben und Abläufe hinterfragen und klären

## Themen

#Regeln #Zusammenleben #Miteinander #Verhaltensvereinbarungen #Rollen #Verantwortung

### Ablauf

In dieser Übung geht es darum, gemeinsame Regeln für die Klasse festzulegen. Die Inhalte werden von den Schüler:innen selbst vorgegeben.

### Phase 1

Im ersten Schritt wird das Ziel des guten Zusammenlebens in der Klasse besprochen. Dafür sammeln die Schüler:innen alle erdenklichen Situationen, in denen es rund um ihre Klasse zu Konflikten kommen kann. Dabei werden auch unterrichtsfreie Zeiten, Online-Begleitungen und Schulveranstaltungen miteinbezogen. Diese Sammlung wird von den Schüler:innen moderiert und auf einem Flipchart oder in einem Online-Tool (z. B. Padlet) festgehalten.

### Phase 2

Nun geht es darum, die dahinterliegenden Themen herauszukristallisieren, z. B. Streit zwischen zwei Personen, Streit mit vielen Personen, Konflikt mit Lehrpersonen etc. Die einzelnen Themen werden an Gruppen verteilt, welche jeweils eine Regel zum Umgang mit diesen festlegt. Die Regeln werden für alle auf Plakaten sichtbar gemacht.

### Phase 3

Damit sich alle an die Regeln halten können, ist es wichtig, dass Konsens herrscht. Daher gehen nun alle Schüler:innen an den Regeln vorbei und bewerten diese (einverstanden = Häkchen, nicht einverstanden = Rufzeichen, Unklarheiten = Fragezeichen). Anschließend gehen die Schüler:innen in neue Gruppen zusammen und überlegen sich Alternativvorschläge für jene Regeln, über die noch Uneinigkeit herrscht. Diese werden erneut im Plenum diskutiert und schließlich verbindlich auf einem Plakat festgehalten.

# Der Vorfall – wie im Anlassfall reagieren?

**E**ine Schülerin meldet ihrem Klassenvorstand, dass ein Mädchen in ihrer Klasse wahrscheinlich online gemobbt wird. Sie ist sich nicht hundertprozentig sicher, da sie selbst nicht mit der Schülerin befreundet ist. Sie möchte aber auf keinen Fall, dass so etwas in ihrer Klasse um sich greift.

## 1. Beobachten und dokumentieren

- die Situation aufmerksam verfolgen und Beobachtungen schriftlich festhalten
- sich einen Überblick über die Klassengemeinschaft verschaffen, auch im Klassenteam (Lehrende besprechen die Situation)
- das Opfer schützen, z. B. durch vermehrte Pausenaufsicht in seinem Umfeld
- Klarheit darüber gewinnen, wer aller involviert ist

## 2. Klären

- persönliche Gespräche mit den Betroffenen
- Mobbing-Kriterien im Lehrenden-Team klären:
  - Schädigungsabsicht und Machtungleichgewicht
  - längerer Zeitraum
  - Ohnmacht
  - Motive

Was tun?

## 3. Mobbing-Verdacht erhärtet sich

- Planung und Durchführung der Intervention, unterstützt durch kompetente Personen der Schule (ausgebildete Lehrpersonen, Schulsozialarbeiter:innen, ...) bzw. externe Personen (z. B. Mediator:innen, Schulpsycholog:innen etc.)
- Überprüfung der Interventionsmaßnahmen nach angemessenem Zeitraum (z. B. nach ein paar Wochen)

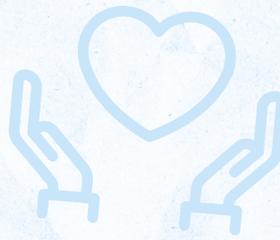
## 4. Mobbing-Verdacht erhärtet sich nicht

- Klassengemeinschaft stärken
- Präventionsmaßnahmen einleiten bzw. fortsetzen
- Verhaltensvereinbarungen überprüfen oder anpassen
- Person, die den Verdacht geäußert hat, im Handeln bestärken

### Quelle

„Mobbing an Schulen – Ein Leitfaden für die Schulgemeinschaft im Umgang mit Mobbing“ (PDF, [si.or.at/171](https://www.ssi.or.at/171))

# Wer hilft mir?



ÜBUNG  
9

**Alter:** ab der 5. Schulstufe  
**Dauer:** 1 UE + Hausübung  
**Unterrichtsfächer:** Digitale Grundbildung | Soziales Lernen | Politische Bildung | Sprachen | KV-Stunden

## Ziel

→ Beratungsangebote kennen

## Themen

#Hilfesuchen #Hilfe #Beratung #Gemeinschaft

### Ablauf

Die Schüler:innen informieren sich über diverse Beratungsstellen und bereiten die Informationen für alle zugänglich auf.

#### Phase 1

Die Schüler:innen recherchieren zu den Beratungsstellen (siehe Linkliste) und beantworten dazu folgende Fragen:

- An wen richtet sich das Angebot der Organisation?
- Mit welchen Themen kann ich mich dorthin wenden?
- Was wird angeboten (Telefonberatung, Online-Beratung, persönliche Beratung, Chat etc.)?
- Wie lauten die Kontaktdaten (Öffnungszeiten, Adresse, Telefonnummer etc.)?

#### Phase 2

Die gesammelten Informationen werden von den Schüler:innen so aufbereitet, dass sie im Bedarfsfall allen zur Verfügung stehen (Plakat, Blog, Schulseite, Handout, ...).

### Beratungsstellen

- [www.rataufdraht.at](http://www.rataufdraht.at)
- [www.jugendinfo.at](http://www.jugendinfo.at)
- [www.jugendportal.at](http://www.jugendportal.at)
- [www.stopline.at](http://www.stopline.at)
- [www.kija.at](http://www.kija.at)
- [www.opfer-notruf.at](http://www.opfer-notruf.at)
- [www.familienberatung.gv.at](http://www.familienberatung.gv.at)
- [www.bundeskriminalamt.at](http://www.bundeskriminalamt.at)
- [www.schulpsychologie.at](http://www.schulpsychologie.at)
- [www.antworten.at](http://www.antworten.at)
- [www.mona-net.at](http://www.mona-net.at)

### Tipp

Diese Übung eignet sich auch, um Schulsozialarbeiter:innen, Beratungslehrer:innen, Schulpsycholog:innen und andere unterstützende Personen mit ihren Angeboten den Schüler:innen persönlich vorzustellen.

# Opfer, Täter oder beides?

Cyber-Mobbing findet nicht im Verborgenen statt, sondern in einer Online-Öffentlichkeit. Es lebt von gruppenspezifischen Prozessen. Ohne Publikum ist Cyber-Mobbing für die Mobbenden wenig zufriedenstellend. Daher können die Zuschauer:innen den Fall verschlimmern, aber auch stoppen.

Eine weitere Besonderheit von Cyber-Mobbing ist, dass die Rollen meist nicht eindeutig sind. So können Opfer zu Täter:innen werden und umgekehrt. Daher ist auch bei der Beurteilung der Beteiligten Vorsicht geboten.

## Wer ist am Cyber-Mobbing beteiligt?

- **Opfer:** Jene Personen, die Zielscheibe von Hass, Ausgrenzung und Beschimpfung werden. Opfer haben in der Regel keine typischen Merkmale – es kann wirklich jede/n treffen. Es hängt mehr von der Gruppendynamik der Klasse ab als von den potenziellen Opfern.
- **Täter:innen:** Jene Personen, die aktiv eine oder mehrere Personen schikanieren. Sie tun dies meist mit der Unterstützung anderer Personen. Täter:innen erleben durch ihr Tun einen Mehrwert, ihr Handeln bringt ihnen Aufwertung und Bestätigung.
- **Mitläufer:innen:** Sie unterstützen die Aktivitäten der Täter:innen aktiv. Sie setzen die „Gefällt mir“-Zeichen online, sie kommentieren befürwortend oder setzen eigene Aktionen im Sinne der Täter:innen.
- **Verteidiger:innen:** Diese sind mit den Vorgängen nicht einverstanden und stehen auf der Seite des Opfers. Nicht immer ist dies dem Opfer bewusst oder bekannt. Manche Verteidiger:innen setzen sich aber auch aktiv für die Opfer ein: Sie melden die Fälle an Lehrpersonen, in Sozialen Netzwerken oder schreiben bestärkende Direktnachrichten an die Opfer.
- **Zusehende:** Ohne sie ist Cyber-Mobbing unwirksam. Nur wenn ausreichend Menschen die Beschimpfungen sehen und zur Kenntnis nehmen, sind die Täter:innen auch erfolgreich. Sie nehmen also eine entscheidende Rolle ein. Oft greifen sie nicht ein, weil sie fürchten, dadurch selbst zum Opfer zu werden. In diesem Fall hilft es, sie zu ermutigen, zumindest anonym für das Opfer einzustehen – zum Beispiel über anonyme Meldungen an die Schule oder in Sozialen Netzwerken.
- **Lehrende und Eltern:** Eltern können z. B. einen Vorfall verschlimmern, indem sie auf andere Kinder losgehen. Lehrende können die Situation der Opfer durch Nichtstun oder auch unüberlegtes Reagieren verschlimmern. Unterlassene Hilfestellung durch Erwachsene kann auf die Opfer ebenfalls wie ein Mitmachen wirken.

## Link

Saferinternet.at-Flyer für Jugendliche „Zivilcourage – traue dich und greif ein!“: [si.or.at/163](https://si.or.at/163)



# Wie fühlen sich Beteiligte und Betroffene?

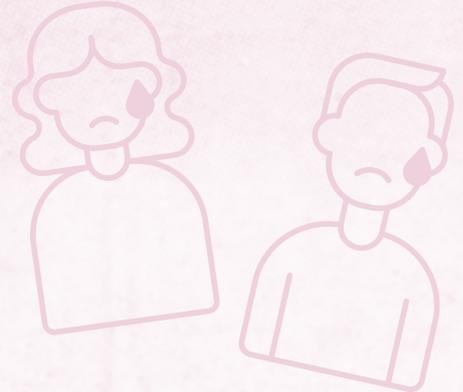
**Alter:** ab der 6. Schulstufe  
**Material:** Arbeitsblatt „So fühle ich mich!“ (Seite 32)  
**Dauer:** 2 UE  
**Unterrichtsfächer:** Digitale Grundbildung | Soziales Lernen | Politische Bildung | Sprachen | KV-Stunden

## Ziele

- Förderung von Empathie
- Ausdruck und Bewertung von Gefühlen

## Themen

#Gefühle #Betroffene #Empathie #Mitgefühl



## Ablauf

Die Schüler:innen versuchen sich in die Position aller Beteiligten an einem Mobbing-Fall zu versetzen.

### Phase 1

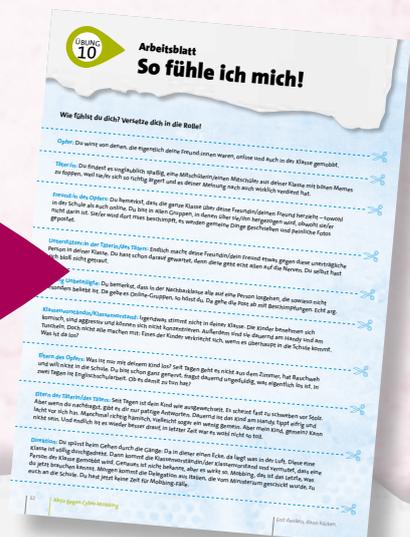
Die Schüler:innen finden sich in Kleingruppen zusammen. Die Gruppengröße richtet sich nach der Anzahl der Rollenbeschreibungen. Jede Schülerin bzw. jeder Schüler startet mit einem Zettel, auf dem eine Rolle beschrieben ist, und notiert darauf, wie sich die beschriebene Person fühlt. Dafür haben die Schüler:innen zwei Minuten Zeit, dann wird der Zettel weitergereicht. Das geht so lange, bis der Zettel wieder bei der Ausgangsperson ist. Die Schüler:innen dürfen sich an den Beschreibungen ihrer Kolleg:innen orientieren, sie müssen aber etwas Neues hinzufügen.

### Phase 2

Nun liest jede Schülerin bzw. jeder Schüler vor, was auf ihrem bzw. seinem Zettel notiert wurde. Gemeinsam wird – von denen, die wollen – reflektiert, welche Gefühle diese Übung bei den Beteiligten hervorruft.



Arbeitsblatt auf Seite 32



# Ohne Zuschauer:innen kein Mobbing



Cyber-Mobbing ist abhängig von einem großen Publikum. Nur wenn es von möglichst vielen Menschen wahrgenommen wird, kann es seine volle Wirksamkeit entfalten. Dabei macht es wenig Unterschied, ob sich die Zuschauenden aktiv am Geschehen beteiligen oder wegschauen, nicht eingreifen und still hoffen, dass es von allein wieder aufhört. Auch durchs Nichtstun macht man sich schuldig.

## Gründe fürs Wegschauen und Nichtstun

- Angst, sich einzumischen und sich dadurch selbst angreifbar zu machen („Ich könnte das nächste Opfer sein.“)
- Gefühl, nicht dafür verantwortlich zu sein („Es geht mich nichts an.“)
- keine Partei ergreifen zu wollen
- Mobbing durch Nicht-Beachtung der Täter:innen ins Leere laufen lassen („Es geht vorbei.“)

Für jemand anderen Partei zu ergreifen und sich einzusetzen, passiert eher unter Freund:innen, Verwandten oder anderen Jugendlichen, denen man sich nahe fühlt (auch kulturelle Nähe).

## Was Zuschauer:innen machen können

- an das Soziale Netzwerk melden (eine Anleitung hierzu gibt es unter [www.saferinternet.at/leitfaden](http://www.saferinternet.at/leitfaden))
- Hilfe holen und relevante Personen informieren (z. B. Lehrende, Eltern oder andere Vertrauenspersonen)
- Betroffene unterstützen (z. B. durch Privatnachrichten)
- sich mit anderen Zuschauenden zusammenschließen, um gemeinsam dagegen vorzugehen
- öffentliche Gegenrede, vor allem um die anderen Zuschauenden zu beeinflussen

Wichtig ist, dass den Zuschauer:innen bewusst ist, dass sie durch ihr Nichtstun ebenfalls eine entscheidende Rolle in dem Konflikt einnehmen.

# Mehr als nur melden oder blockieren

ÜBUNG  
11

**Alter:** ab der 6. Schulstufe  
**Dauer:** 1 UE + Hausübung  
**Unterrichtsfächer:** Digitale Grundbildung | Soziales Lernen | Politische Bildung | Sprachen | KV-Stunden

## Ziele

- Förderung von Empathie
- Handlungsmöglichkeiten kennen

## Themen

#Zivilcourage #Empathie #Handeln #Lösungsstrategien



### Ablauf

Die Schüler:innen schreiben in Einzelarbeit oder als Hausübung einen Aufsatz, anhand dessen im Unterricht diskutiert wird.

### Aufgabenstellung für den Aufsatz

Beschreibe eine Online-Situation, in der eine Person von anderen gemobbt wird. Überlege dabei, ob die beteiligten Personen einander kennen oder nicht. Beschreibe das Alter und die Hintergründe der Personen und was genau passiert.

Suche im zweiten Schritt nach einer Lösung für die gemobbte Person. Binde dabei ihre Freundinnen und Freunde, Familie und Lehrende ein. Was können diese tun? Wie können sie helfen? Welche Möglichkeiten haben Personen, die sehen, dass jemand online gemobbt wird?

Anregungen: Jugendlichen-Flyer „Zivilcourage – trau dich und greif ein!“: [sj.or.at/163](https://www.sj.or.at/163) (PDF)

### Alternative

Lassen Sie die Schüler:innen ein Plakat, einen Podcast oder ein Video zum Thema erstellen.

### Diskussion in der Klasse

- Welche Möglichkeiten wurden in den Aufsätzen aufgezeigt?
- Welche weiteren Möglichkeiten fallen den Schüler:innen noch ein?
- Welche Schwierigkeiten sehen die Schüler:innen?



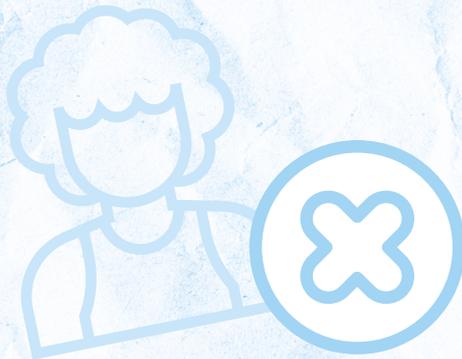
# Zusammenarbeit von Schule und Eltern

## Was können Eltern tun, wenn sie merken, dass ihr Kind gemobbt wird?

- zum Kind stehen und während der gesamten Krise begleiten
- gemeinsam nach Lösungen suchen
- die Schule informieren und mit dieser weitere Schritte besprechen (im Idealfall aber nicht gegen den Willen des Kindes!)
- Beweise sichern (z. B. in Form von Screenshots, am besten mit Datum)
- dafür sorgen, dass die Diffamierungen gelöscht werden (z. B. durch Melden in Sozialen Netzwerken)

## Was können Eltern tun, wenn sie bemerken, dass ihr Kind andere mobbt und belästigt?

- zum eigenen Kind stehen – trotz möglicher ablehnender Gefühle gegenüber dessen Verhalten
- kein Entschuldigen oder Kleinreden der Taten durch die Eltern
- gemeinsam nach Lösungen suchen, um aus der aktuellen Situation wieder herauszukommen
- Konsequenzen für die Handlungen setzen
- eventuelle Änderungen der Lebenssituation, sodass Erfolgserlebnisse auch ohne Machtgefälle möglich sind
- sich an eine Beratungsstelle wenden (siehe Kapitel „Hilfreiche Initiativen und Links“ Seite 33)



## Konsequenzen für Täter:innen:

- Wiedergutmachung (Beiträge entfernen, bei Opfer entschuldigen, Inhalte richtigstellen, ...)
- Kürzung der Online-Zeiten in der Freizeit der Kinder
- unter Aufsicht von Lehrpersonen: Täter:innen führen Schulungen zur Internet-Sicherheit für Jüngere durch

## Was können Eltern präventiv tun?

- mit den Kindern über ihre digitale Lebenswelt im Gespräch bleiben und Interesse zeigen
- Sicherheitseinstellungen der Sozialen Netzwerke regelmäßig mit den Kindern überprüfen ([www.saferinternet.at/leitfaden](http://www.saferinternet.at/leitfaden))
- einen konstruktiven Umgang mit Gefühlen und Konflikten von klein auf üben und vorleben
- Selbstbewusstsein stärken und eine realistische Einschätzung der eigenen Fähigkeiten unterstützen

# Mobbing damals und heute



ÜBUNG  
12

**Alter:** ab der 5. Schulstufe  
**Dauer:** 1 UE + Hausübung  
**Unterrichtsfächer:** Digitale Grundbildung | Soziales Lernen | Politische Bildung | Sprachen | Geschichte und Sozialkunde

## Ziele

- Unterschiede und Gemeinsamkeiten von damals und heute kennen
- Das eigene Erleben in Relation bringen

## Themen

#Geschichte #Empathie #Hilfe #Synergien #Muster #Lösungsstrategien

### Ablauf

Die Jugendlichen befragen ältere Personen in ihrem Umfeld und vergleichen deren Erzählungen mit ihren eigenen Erfahrungen.

### Phase 1

Die Schüler:innen interviewen ihre Großeltern oder andere ältere Verwandte und befragen sie zu ihrer Erfahrung mit Mobbing:

- Hast du als Kind oder in deiner Jugend Mobbing erlebt?
- Wie war das? Wie hat sich Mobbing abgespielt?
- Welche Lösungen gab es? Gab es überhaupt Lösungen? Was war hilfreich?

### Phase 2

Nun erzählen die Schüler:innen ihren Interviewpartner:innen von sich selbst:

- Heute passiert Mobbing so ...
- Wenn mir etwas passieren würde, könnte ich mich an diese Personen wenden ...
- An Schulen gibt es heute folgende Möglichkeiten ...
- Diese Lehrkraft/Person ist bzw. wäre an unserer Schule besonders hilfreich ...

### Phase 3

Abschließend stellen die Schüler:innen ihre Ergebnisse für ihre Mitschüler:innen dar – z. B. als Präsentation, Infografik, Video oder Podcast.





# Arbeitsblatt

# Konflikt oder Cyber-Mobbing?

**Handelt es sich um einen Konflikt oder Mobbing? Warum?**

Gestern noch waren Anna und Duygu beste Freundinnen, doch heute streiten sie wie wild.



Marco wird von seiner Clique aus dem beliebten Online-Spiel ausgeschlossen.



Ariane verbreitet ein Nacktfoto ihrer Mitschülerin.



Über Murat gibt es seit drei Tagen eine Hassgruppe mit fünfzehn Mitgliedern und drei Beiträgen.



Max und Paul streiten sich in der Klassen-WhatsApp-Gruppe über das letzte geschossene Tor beim gestrigen Fußballspiel.



Valerie hat beim Umziehen in der Turngarderobe ein Foto ihrer Schulkollegin gemacht und dieses dann über Snapchat – mit vielen Stickers verschönt – an die gesamte Klasse verschickt.



Wally ist schlecht gelaunt und beschimpft alle Mitglieder der Klassengruppe.



Stefan gibt Johannes niemals „Likes“ auf Instagram, obwohl er die Bilder eigentlich gut findet. Denn Stefans Freunde mögen Johannes nicht.



Noah möchte nicht im Hintergrund von Annas TikTok-Beitrag zu sehen sein, er beschimpft sie daher in den Direktnachrichten.



Sigrid hat den Snapchat-Streak von 538 Tagen unterbrochen, weil sie kein WLAN und auch kein Guthaben hatte. Wanda ist jetzt tödlich beleidigt und glaubt Sigrid nicht, dass sie das nicht absichtlich gemacht hat.



Max dreht Paul in MS Teams zum Spaß immer wieder die Kamera und das Mikro ab.



## Was ist strafbar und was nicht? Welche Hinweise gibt es?

Annabell und Felix sind zwar nicht mehr zusammen, sie liebt ihn aber immer noch. Jeden Tag schickt sie ihm Nachrichten und Bilder, liket jedes Posting und kommentiert alle Videos. Als sie beginnt, ihn in der Nacht anzurufen, reicht es Felix. Klar und deutlich sagt er ihr, dass sie aufhören soll. Aber Annabell macht einfach weiter. Auch nachdem Felix

die Telefonnummer wechselt, findet Annabell die neue Nummer heraus und terrorisiert ihn weiterhin. Sie liebt ihn und möchte das auch zeigen! Felix wird die Sache irgendwann unheimlich. Er kann nicht mehr gut schlafen und seine Schulleistungen verschlechtern sich.

Strafbar

Nicht strafbar



Auf Markus haben es alle abgesehen. Wenn er in Discord zum Chat der Gruppe hinzukommen möchte, kann er nicht. Aus der Klassengruppe wurde er schon vor einem Monat ausgeschlossen und in Snapchat wurden die Streaks beendet. Elvis hat es besonders auf Markus abgesehen. Er beginnt falsche Gerüchte über Markus zu verbreiten und

macht sich im WhatsApp-Chat der Klasse mit derben Sprüchen und peinlichen Fotos über ihn lustig. Markus fühlt sich von Elvis erniedrigt und beginnt die Schule zu schwänzen, weil er es in den Pausen mit Elvis einfach nicht mehr aushält.

Strafbar

Nicht strafbar

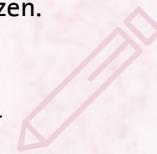


Lena hat ein Foto von sich gemacht, und zwar eines von ihren kaum bedeckten Brüsten. Dieses Foto hat Lena an Stefan geschickt, dieser hat es sich schließlich von ihr gewünscht. Womit Lena allerdings nicht gerechnet hat: Ste-

fan hat das Foto an die Klassengruppe geschickt und einen Kommentar dazu geschrieben. Ob dieser freundlich gemeint ist oder nicht, kann Lena nicht einschätzen.

Strafbar

Nicht strafbar



Anton verknallt sich in seine Mitschülerin Beate und versucht sie für sich zu gewinnen. Beate lässt Anton jedoch abblitzen, worüber sich Anton sehr ärgert. Zufällig lernt Anton beim Ausgehen Beates Ex-Freund Christoph kennen, dem Beate während ihrer Beziehung Nacktfotos von sich geschickt hat. Anton bittet Christoph, ihm die Nacktfotos zu schicken. Darauf lädt Anton die Fotos von Beate auf ei-

ner einschlägigen Website hoch und schickt einen Link zu der Website in den Klassen-Chat. In den darauffolgenden Wochen schickt er den Link noch an weitere Freunde aus der Umgebung. Da Beate wiederholt komische Nachrichten von Leuten aus der Schule erhält, zieht sie sich total zurück und geht nicht mehr in die Schule.

Strafbar

Nicht strafbar



# So fühle ich mich!

## Wie fühlst du dich? Versetze dich in die Rolle!

**Opfer:** Du wirst von denen, die eigentlich deine Freund:innen waren, online und auch in der Klasse gemobbt.

**Täter:in:** Du findest es unglaublich Spaßig, eine Mitschülerin/einen Mitschüler aus deiner Klasse mit bösen Memes zu foppen, weil sie/er sich so richtig ärgert und es deiner Meinung nach auch wirklich verdient hat.

**Freund:in des Opfers:** Du bemerkst, dass die ganze Klasse über deine Freundin/deinen Freund herzieht – sowohl in der Schule als auch online. Du bist in allen Gruppen, in denen über sie/ihn hergezogen wird, obwohl sie/er nicht darin ist. Sie/er wird dort mies beschimpft, es werden gemeine Dinge geschrieben und peinliche Fotos gepostet.

**Unterstützer:in der Täterin/des Täters:** Endlich macht deine Freundin/dein Freund etwas gegen diese unerträgliche Person in deiner Klasse. Du hast schon darauf gewartet, denn diese geht echt allen auf die Nerven. Du selbst hast dich bloß nicht getraut.

**Bislang Unbeteiligte:** Du bemerkst, dass in der Nachbarklasse alle auf eine Person losgehen, die sowieso nicht besonders beliebt ist. Da gebe es Online-Gruppen, so hörst du. Da gehe die Post ab mit Beschimpfungen. Echt arg.

**Klassenvorständin/Klassenvorstand:** Irgendwas stimmt nicht in deiner Klasse. Die Kinder benehmen sich komisch, sind aggressiv und können sich nicht konzentrieren. Außerdem sind sie dauernd am Handy und am Tuscheln. Doch nicht alle machen mit: Eines der Kinder verkriecht sich, wenn es überhaupt in die Schule kommt. Was ist da los?

**Eltern des Opfers:** Was ist nur mit deinem Kind los? Seit Tagen geht es nicht aus dem Zimmer, hat Bauchweh und will nicht in die Schule. Du bist schon ganz genervt, fragst dauernd ungeduldig, was eigentlich los ist. In zwei Tagen ist Englischschularbeit. Ob es damit zu tun hat?

**Eltern der Täterin/des Täters:** Seit Tagen ist dein Kind wie ausgewechselt. Es scheint fast zu schweben vor Stolz. Aber wenn du nachfragst, gibt es dir nur patzige Antworten. Dauernd ist das Kind am Handy, tippt eifrig und lacht vor sich hin. Manchmal richtig hämisch, vielleicht sogar ein wenig gemein. Aber mein Kind, gemein? Kann nicht sein. Und endlich ist es wieder besser drauf, in letzter Zeit war es wohl nicht so toll.

**Direktion:** Du spürst beim Gehen durch die Gänge: Da in dieser einen Ecke, da liegt was in der Luft. Diese eine Klasse ist völlig durchgedreht. Dann kommt die Klassenvorständin/der Klassenvorstand und vermutet, dass eine Person der Klasse gemobbt wird. Genauer ist nicht bekannt, aber es wirkt so. Mobbing, das ist das Letzte, was du jetzt brauchen kannst. Morgen kommt die Delegation aus Italien, die vom Ministerium geschickt wurde, zu euch an die Schule. Du hast jetzt keine Zeit für Mobbing-Fälle.

# Hilfreiche Initiativen und Links

TIPPS

- **Rat auf Draht:** Notruf für Kinder und Jugendliche – rund um die Uhr, anonym und kostenlos. Per Telefon (einfach 147 wählen), Online-Beratung oder Chat: [www.rataufdraht.at](http://www.rataufdraht.at)
- **Saferinternet.at-Privatsphäre-Leitfäden:** [www.saferinternet.at/leitfaden](http://www.saferinternet.at/leitfaden)
- **Saferinternet.at-Jugendlichen-Flyer:** [si.or.at/165](http://si.or.at/165)
- **Jugendportal:** [www.jugendportal.at](http://www.jugendportal.at)
- **Kinder- und Jugendanwaltschaften Österreichs:** Die KIJA bietet Beratung und Information in den Bundesländern: [www.kija.at](http://www.kija.at)

Für  
Jugendliche

Für  
Lehrende

- **BMBWF:** Cybermobbing: Gewalt und Mobbing mit neuen Medien: [si.or.at/166](http://si.or.at/166)
- **Schulpsychologie:** Leitfäden zur Prävention von und Umgang mit Cyber-Mobbing im Schulbereich: [si.or.at/167](http://si.or.at/167)
- **Saferinternet.at:** „Cyber-Mobbing“: [www.saferinternet.at/themen/cyber-mobbing](http://www.saferinternet.at/themen/cyber-mobbing)
- **makeITsafe:** Peer-Ausbildung: [www.makeitsafe.at](http://www.makeitsafe.at)
- **Kinder- und Jugendanwaltschaften Österreichs:** Die KIJA bietet Beratung und Information in den Bundesländern: [www.kija.at](http://www.kija.at), z. B. [www.kija-ooe.at](http://www.kija-ooe.at)
- **Zentrum polis:** Aktiv gegen Cybermobbing: [si.or.at/168](http://si.or.at/168)
- **Gewaltinfo.at:** Zusammenleben ohne Gewalt, Beratung finden und Informationen bekommen: [www.gewaltinfo.at](http://www.gewaltinfo.at)

- **Plattform Eltern für Kindergesundheit (PEkG):** [www.pekg.at](http://www.pekg.at)
- **Elternseite von Rat auf Draht:** [www.elternseite.at](http://www.elternseite.at)
- **Saferinternet.at-Video-Elternratgeber „Frag Barbara!“:** [www.fragbarbara.at](http://www.fragbarbara.at)
- **Familienberatungsstellen:** [www.familienberatung.gv.at](http://www.familienberatung.gv.at)
- **Internet Ombudsstelle:** Hilft kostenlos bei der Entfernung von unerwünschten Fotos im Internet oder Fake-Accounts: [www.ombudsstelle.at](http://www.ombudsstelle.at)
- **Gewaltinfo.at:** [www.gewaltinfo.at](http://www.gewaltinfo.at)

Für  
Eltern



# Tipps für Schüler:innen

## Du bist Opfer von Cyber-Mobbing

- **Antworte nicht** auf Nachrichten, die dich belästigen oder ärgern. Dadurch wird die Situation meist nur schlimmer.
  - **Nimm die Inhalte nicht ernst** – du bist okay so wie du bist. Mobbing zielt darauf ab, etwas zu kritisieren und schlecht zu machen – das hat nichts mit dir zu tun!
  - **Bewahre die Nachrichten auf!** Du musst sie nicht lesen, sie sind aber ein guter Beweis für die Belästigungen. Mache Screenshots von Fake-Profilen, Chatverläufen oder Hassgruppen. Am besten so, dass auch das Datum sichtbar ist.
  - **Melde Probleme.** Nimm Belästigungen und anstößige oder illegale Inhalte nicht einfach hin, sondern melde sie an die Sozialen Netzwerke und Seitenbetreiber:innen.
  - **Sperre die Absender:innen.** Nutze dafür die schrittweisen Anleitungen: [www.saferinternet.at/leitfaden](http://www.saferinternet.at/leitfaden).
  - **Wende dich an eine Vertrauensperson.** Meistens ist es eine große Erleichterung, Probleme mit einer anderen Person zu teilen. Dies können deine Eltern, Freund:innen, Lehrer:innen, Schulsozialarbeiter:innen, Jugendbetreuer:innen oder auch Beratungsstellen sein.
  - **Suche dir Menschen oder Hobbys, die dich stärken** und wo du dich wohlfühlst.
- (Mehr dazu auf Rat auf Draht: [si.or.at/164](http://si.or.at/164))



## Du bist aktiv am Cyber-Mobbing beteiligt

- Auch wenn du etwas lustig findest, kann es für die betroffene Person verletzend sein.
- **Niemand verdient es, schlecht gemacht zu werden.** Finde einen anderen Weg, um mit deinen Gefühlen umzugehen.
- **Cyber-Mobbing ist strafbar!** Wirst du angezeigt, kann dir dein Handy zur Beweissicherung weggenommen werden und du kannst auch viele Jahre später noch Schwierigkeiten (z. B. bei der Jobsuche) bekommen.
- Wenn du in diese Situation unfreiwillig reingerutscht bist: **Zieh dich aus der Situation zurück.** Schreib keine weiteren Nachrichten, leite keine Inhalte mehr weiter und tu nichts, was das Mobbing weiter befeuert. **Hol dir dazu Unterstützung** bei einer Vertrauensperson.
- Wenn du nur mitmachst, um selbst nicht gemobbt zu werden: Nur weil du mitmachst, heißt es nicht, dass es dich selbst nicht treffen kann. **Wo einmal Mobbing entsteht, kann es immer wieder entstehen.**
- **Fühle dich in die andere Person ein** und stell dir die Frage: Wie würde es mir gehen, wenn mich jemand so behandelt?
- **Sag „Stopp!“:** Oft entwickelt sich Mobbing schleichend und schießt weit über das Ziel hinaus. Du darfst auch „Stopp!“ sagen und deine Meinung ändern – das zeigt wahre Größe!
- **Versuche die Sache nicht zu rechtfertigen, sondern wieder in Ordnung zu bringen.** Schuld haben nicht die Opfer, sondern die Täter:innen.
- **Eine Entschuldigung ist das Mindeste, was angebracht ist.** Denke auch über andere Formen der Wiedergutmachung nach.

## Du beobachtest Cyber-Mobbing

- Sei dir bewusst: Cyber-Mobbing funktioniert nur, weil viele zuschauen und nichts tun. **Lass das nicht zu.**
- **Schreibe den betroffenen Personen Privatnachrichten:** Schreibe den Opfern, dass du hinter ihnen stehst; den Täter:innen, dass sie mit dem Mobbing aufhören sollen.
- **Hol Hilfe:** Informiere die Lehrenden, Schulsozialarbeiter:innen, Beratungslehrer:innen und/oder Eltern, von denen du denkst, dass sie helfen können.
- **Melde Cyber-Mobbing** in Sozialen Netzwerken. Trage so dazu bei, dass diese in ähnlichen Fällen schneller reagieren können.
- **Mach den Täter:innen klar, dass du ihr Handeln nicht gut findest.**
- Wenn du dir unsicher bist, was du tun kannst, **beratschlage dich mit Freund:innen** oder Erwachsenen in deinem Umfeld.
- Bedenke: Wegschauen, die Gruppe verlassen, nichts tun – damit machst du selbst mit.
- **Nichts sagen wird oft als Zustimmung verstanden.** Überlege, wie du klar machen kannst, dass das Verhalten nicht okay ist. Poste z. B. den Hinweis in die Gruppe, dass Cyber-Mobbing strafbar ist und es gut wäre, vorsichtig zu sein.
- Wenn du Angst hast, selbst gemobbt zu werden, **hole dir Unterstützung.** Sprich dich mit anderen Mitwissenden ab – gemeinsam fällt es oft leichter „Stopp!“ zu sagen.



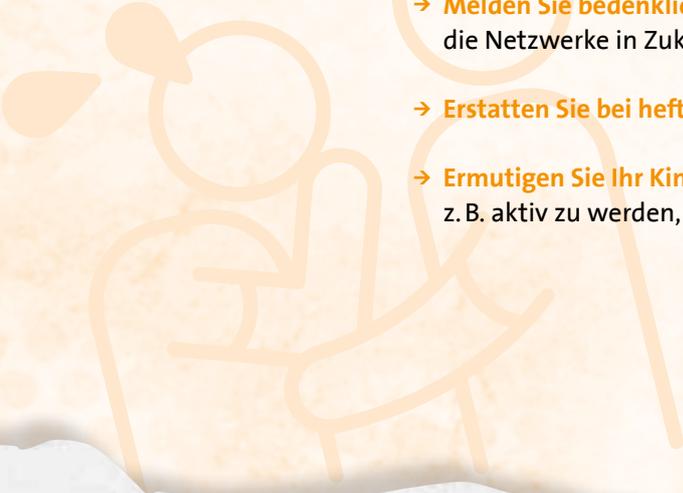
# Tipps für Lehrende

## Prävention

- Schaffen Sie ein **wertschätzendes Klima** in der Schule.
- **Beziehen Sie eine klare Position:** Abwertung und Mobbing sind ein No-Go!
- Erarbeiten Sie **Konfliktlösungsmechanismen**.
- Stellen Sie sicher, dass es in der Schule **kompetente Ansprechpersonen** für die Schüler:innen gibt.
- Nehmen Sie den **Online-Raum als Teil der Klasse wahr** und erarbeiten Sie auch dafür **Klassenregeln**.
- Sorgen Sie für eine **Weiterbildung der Lehrenden**, um im Anlassfall kompetent reagieren zu können.
- **Nehmen Sie Meldungen ernst!** Verschaffen Sie sich (im Team) einen Überblick, ob es sich tatsächlich um (beginnendes) Mobbing handelt.

## Im Anlassfall

- Schauen Sie nicht weg und **handeln Sie in Absprache mit den Betroffenen**.
- Machen Sie sich ein Bild und dokumentieren Sie Vorfälle und Reaktionen gut **ohne dabei überstürzt zu reagieren**.
- **Beziehen Sie gemeinsam Position** und sprechen Sie sich mit Ihren Kolleg:innen ab.
- Führen Sie **Einzelgespräche mit den Eltern**, um sich ein umfassendes Bild zu machen. Gehen Sie dabei nicht auf Konfrontation.
- **Arbeiten Sie mit der ganzen Klasse**. Ein Fokus auf die betroffene Person kann das Mobbing möglicherweise verschlimmern.
- **Setzen Sie klare Sanktionen**.
- **Ein Schulwechsel sollte als letzter Ausweg gesehen werden**. Eine Lösung mit allen Beteiligten ist ein Zeichen von Schulqualität.

- 
- **Stehen Sie zu Ihrem Kind** und versuchen Sie gemeinsam Lösungen zu finden.
  - **Nehmen Sie Ihr Kind ernst** und begleiten Sie es in dieser schwierigen Situation.
  - **Nehmen Sie Ihrem Kind die Angst**, dass Hilfe zu holen die Situation verschlimmert.
  - **Überlegen Sie mit Ihrem Kind**, wer für Lösungen hilfreich sein kann (Klassenvorständin bzw. -vorstand, Vertrauenslehrer:innen, Schulsozialarbeiter:innen, Direktion)
  - **Sichern Sie Beweise**. Auch solche, wo Ihr Kind vielleicht nicht nur gut dasteht. Machen Sie Screenshots oder speichern Sie entsprechende Dateien ab.
  - **Holen Sie sich professionelle Hilfe**, wenn Sie sich unsicher sind.
  - **Wahren Sie die Intimsphäre Ihres Kindes** – bieten Sie stattdessen an, gemeinsam die Situation im Blick zu behalten und beim Einordnen zu helfen.
  - **Überprüfen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind die Privatsphäreinstellungen** in den Sozialen Netzwerken.
  - **Überlegen Sie gemeinsam, welche Strategien Ihr Kind noch anwenden kann**, um sich bestmöglich zu schützen (z. B. „Stopp!“ sagen, Schlagfertigkeit einüben).
  - **Schauen Sie gemeinsam auf das Verhalten Ihres Kindes**: Was kann es tun, um online möglichst wenig Angriffsfläche zu bieten?
  - **Melden Sie bedenkliche Postings** in Sozialen Netzwerken. Nur so können die Netzwerke in Zukunft besser und schneller reagieren.
  - **Erstatten Sie bei heftigen Fällen Anzeige bei der Polizei**.
  - **Ermutigten Sie Ihr Kind, auch online Zivilcourage zu zeigen**. Dazu zählt z. B. aktiv zu werden, wenn man merkt, dass andere online gemobbt werden.
- 

## Impressum

### Unterrichtsmaterial Aktiv gegen Cyber-Mobbing

Vorbeugen – Erkennen – Handeln

Österreichisches Institut für angewandte Telekommunikation (ÖIAT)  
7. Auflage 2023

#### Medieninhaber, Herausgeber und Sitz der Redaktion:

Saferinternet.at/Österreichisches Institut für angewandte Telekommunikation  
Ungargasse 64–66/3/404, 1030 Wien

#### Redaktion:

DI<sup>in</sup> Barbara Buchegger, M.Ed., Mag.<sup>a</sup> Frederica Summereder, BA

#### Lektorat:

Mag.<sup>a</sup> Kristina Falschlehner

#### Pädagogische und didaktische Beratung:

Dr.<sup>in</sup> phil. Marlena Koppendorfer,  
Katharina M. Sterlinger, MA, Schulsozialarbeit – Verein Spektrum Salzburg

#### Design, Satz:

Confici® · Kreativbüro ([www.confici.at](http://www.confici.at))

#### Hersteller:

Gutenberg Druck – Kooperationspartner der Print Alliance HAV Produktions GmbH, 2540 Bad Vöslau

#### Rückfragen und Nachbestellungen:

Saferinternet.at/Österreichisches Institut für angewandte Telekommunikation  
Ungargasse 64–66/3/404, 1030 Wien  
Website: [www.saferinternet.at](http://www.saferinternet.at)  
E-Mail: [office@saferinternet.at](mailto:office@saferinternet.at)  
Telefon: +43 1 595 21 12-0

#### Urheberrecht:

Dieses Werk steht unter der Creative Commons-Lizenz CC BY-NC 3.0 AT:  
Namensnennung ([www.saferinternet.at](http://www.saferinternet.at), [confici.at](http://confici.at)) – Nicht kommerziell  
([www.creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/at](http://www.creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/at)).

Die alleinige Verantwortung für diese Veröffentlichung liegt bei den Autorinnen.  
Die Europäische Union haftet nicht für die Verwendung der darin enthaltenen Informationen.

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr:

Eine Haftung der Autorinnen von Saferinternet.at/Österreichisches Institut für angewandte Telekommunikation ist ausgeschlossen.

#### Finanziert von:

Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung  
Europäische Union – „CEF Telecom Safer Internet“-Programm



Partner von Saferinternet.at



Co-funded by  
the European Union

 Bundeskanzleramt

 Bundesministerium  
Bildung, Wissenschaft  
und Forschung

 Bundesministerium  
Finanzen

 Meta

