

(CYBER-)MOBBING

Ein Ratgeber für Jugendliche



WAS IST MOBBING?

Hey, Du Opfer!



Mobbing ist, wenn jemand regelmäßig von anderen geärgert, verletzt oder bloßgestellt wird und sich nicht aus eigener Kraft aus dieser Situation befreien kann.

Geh sterben!



Das trifft bei Mobbing zu:

- regelmäßige Vorfälle
- gezielt auf eine Person
- über längeren Zeitraum
- Betroffene können verletzt, beleidigt, bedroht, erpresst, ausgegrenzt und lächerlich gemacht werden.
- Über Betroffene können Lügen und Unwahrheiten verbreitet werden.
- Mobbing kann jeden treffen.

WAS IST CYBERMOBBING?



Cybermobbing ist, wenn jemand Mobbing über Medien wie z.B. Smartphones, Tablets und PCs erfährt.

Das trifft bei Cybermobbing zu:

- Soziale Netzwerke und Onlinespiele können als Plattform dienen.
- Angriffe sind meist erniedrigender als bei Mobbing ohne soziale Netzwerke.
- Es können schnell viele Personen erreicht werden.
- unkontrollierbare Weiterverbreitung
- Die Anzahl der Beteiligten ist meist höher.
- Die Verursachenden handeln manchmal anonym.

TIPPS FÜR BETROFFENE

-  Auch wenn es dir wahrscheinlich gerade schwerfällt oder du dich nicht traust: Es muss dir nicht peinlich sein, mit Erwachsenen oder Freunden darüber zu reden!
-  Erwachsene müssen dir Schutz bieten und helfen, damit es dir bald besser geht!
-  Denke nicht an mögliche Strafen von deinen Eltern. Sie wollen dich lieber unterstützen!
-  Deine Eltern bemerken sicher schon, dass es dir nicht gut geht. Rede mit ihnen, denn sie haben bestimmt Ideen, um dir zu helfen!
-  Sperre/blockiere die verantwortlichen Personen auf dem Smartphone und in sozialen Netzwerken!
-  Auch wenn es dich verletzt oder kränkt: Antworte nicht auf provozierende Nachrichten, denn genau dies wollen die Verursacher/-innen!
-  Beleidige die Verursacher/-innen nicht, denn dadurch hören sie nicht auf und du machst dich womöglich ebenfalls schuldig oder gibst ihnen einen Grund, weiterzumachen!

Unternimm etwas dagegen!

-  Sichere/dokumentiere Beweise (z.B. durch Screenshots) und zeige diese deinen Unterstützerinnen und Unterstützern!
-  Sprich dich mit deinen Eltern ab, ob ihr (z.B. bei Beleidigungen, Erpressung oder Nötigung) Kontakt zur Polizei aufnehmt!
-  Du hast Rechte, wenn du von (Cyber-)Mobbing betroffen bist!
-  Warte nicht zu lange, Erwachsenen oder Freundinnen und Freunden von deiner Situation zu erzählen, denn je früher du dir Hilfe holst, desto schneller kann dir geholfen werden!
-  Auch wenn du dich ganz hilflos fühlst: Es gibt immer Möglichkeiten, sich zu schützen! Von selbst hört (Cyber-)Mobbing meist nicht auf!

Empfehlungen von Expertinnen und Experten der Fokusgruppe „(Cyber-)Mobbing“ im Landkreis Lörrach (2018)

WAS SOLL ICH NUR TUN?



Soll ich warten,
bis es aufhört?

Soll ich mich
jemandem
anvertrauen?

Niemand darf mich
so behandeln!

Ich werde etwas
dagegen
unternehmen!



Redest du mit keinem,
hört es meist nicht auf!



Sobald du mit jemandem redest,
kann gemeinsam eine Lösung
gefunden werden!



WEM VERTRAUE ICH MICH AN?

Vereine

Vertrauenslehrer

Papa

Mama

Verwandte/Bekannte



Trainer

Klassenlehrerin

Schulsozialarbeiterin

Schwester

Bruder

Freundin

Beratungsstellen

Familie/Freunde/Bekannte:

- Wir schützen und stärken dich!
- Wir spenden dir Trost und Geborgenheit!
- Wir stehen hinter dir und sind immer für dich da!



DEN WEG GEMEINSAM GEHEN!

Beratungsstelle

- Wir wissen, was bei (Cyber-) Mobbing zu tun ist!
- Wir beraten und unterstützen dich und deine Familie ohne Moralpredigten!
- Wir haben Schweigepflicht und du kannst offen reden!



Schule

- Wir suchen gemeinsam Lösungsideen speziell für dich!
- Wir sprechen alle Schritte mit dir ab!
- Wir begleiten dich während des gesamten Zeitraums!

Wir helfen!



Polizei

- Wir Jugendsachbearbeiter/-innen haben viel Erfahrung im Umgang mit (Cyber-)Mobbing!
- Wir erklären dir und deinen Eltern, was deine Rechte sind und was ihr tun könnt, damit (Cyber-)Mobbing aufhört!
- Nachdem der Sachverhalt umfassend ermittelt wurde, wird die Anzeige der Staatsanwaltschaft vorgelegt!

HILFEN IM LANDKREIS LÖRRACH



- 1**
Villa Schöpflin gGmbH
 Zentrum für Suchtprävention
 Franz-Ehret-Straße 7; 79541 Lörrach / Tel.: 07621-914909-0
 E-Mail: info@villa-schoepflin.de
- 2**
Psychologische Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche des Landkreises Lörrach
 Luisenstraße 35; 79539 Lörrach / Tel.: 07621-410-5353
 E-Mail: psychologische.beratungsstelle@loerrach-landkreis.de
 Außenstellen in Schopfheim, Rheinfelden und Weil am Rhein
- 3**
Schulpsychologische Beratungsstelle Lörrach
Anmeldung über das Sekretariat
 Am Alten Markt 2; 79539 Lörrach / Tel.: 07621-91419-60
 E-Mail: spbs@ssa-loe.kv.bwl.de
- 4**
Polizeipräsidium Freiburg / Kriminalprävention
 Die Zuständigkeiten richten sich nach Ihrem Wohnort.
 Jugendsachbearbeiter/-innen gibt es in Lörrach, Weil am Rhein, Rheinfelden und Schopfheim
 Tel.: 07621-1500-641
 E-Mail: freiburg.pp.praevention@polizei.bwl.de
- 5**
St. Elisabethen-Krankenhaus
Abteilung Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie Lörrach (KJPP)
 Markus-Pflüger-Straße 10-12; 79539 Lörrach / Tel.: 07621-171-4805
 E-Mail: kjp-pia@elikh.de

Kontaktfeld


 GEMEINSAM ZUKUNFT GESTALTEN
LANDKREIS LÖRRACH
Villa Schöpflin :