

CYB ER MOB BING

⚠ Triggerwarnung – Bitte vorher lesen

Dieses Material behandelt Themen wie Hate Speech, Fake News, Diskriminierung und verletzende Sprache. Es kann belastend sein – vor allem, wenn man selbst schlechte Erfahrungen im Internet gemacht hat.

Wenn es dir unangenehm wird, ist es okay: Mache eine Pause, rede mit jemandem oder wende dich an eine Beratungsstelle wie juuport.de. Du bist nicht allein und es ist stark, dir Hilfe zu holen und darüber zu sprechen.

• Hast du schon mal was von Cybermobbing mitbekommen – vielleicht bei anderen oder sogar selbst erlebt?

➡ Schule dich im Umgang mit Cybermobbing mit dem interaktiven Lernmodul [Kein Spaß](#) von Internet ABC.



• Wie fühlst du dich, wenn du online unterwegs bist – z. B. auf WhatsApp, Instagram, TikTok? Sicher oder manchmal auch unsicher?

➡ Die [Erste-Hilfe-App](#) von Klicksafe bietet wertvolle Unterstützung und konkrete Verhaltenstipps für Betroffene.



• Warum fällt es manchen leichter, andere online zu beleidigen oder bloßzustellen als im echten Leben?

➡ Diese Problematik nennt man Online-Enthemmungseffekt. Dieser [Beitrag](#) der Amadeu Antonio Stiftung erklärt, was dahintersteckt.



• Welche Tipps kannst du selbst einer betroffenen Person geben?

➡ ARD Alpha gibt im Video [Cybermobbing? Was Du tun kannst!](#) Tipps, wie du Betroffenen helfen kannst.



• Wo kann man sich hinwenden, wenn man schnelle Hilfe und eine vertrauliche Beratung braucht?

➡ Für schnelle und anonyme Hilfe bei Cybermobbing kannst du dich z. B. an Cybermobbing-Hilfe.de wenden.



• Was müsste sich ändern, damit sich alle im Netz sicherer und respektvoller fühlen können?

➡ Du willst was tun? Schon kleine Dinge machen einen Unterschied – z. B. nicht mitlachen, wenn jemand fertiggemacht wird. Oder einer betroffenen Person zeigen: Du bist nicht allein.



CYBERMOBBING

CYBERMOBBING

CYBERMOBBING