

Bis ins Kinderzimmer



Wer heutzutage nicht auf Facebook oder bei Whatsapp ist, wird schnell zum Ausserloker. Doch wer dort mitmischt, ist einer anderen Gefahr ausgesetzt: Cybermobbing heisst das Phänomen, das die Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) als „Verhalten, bei dem Einzelne oder Gruppen mit digitalen Medien anderen mit aggressiven oder feindseligen Nachrichten oder Bildern Schaden zufügen wollen“, definiert. Immer mehr Jugendliche in der Schweiz sind davon betroffen. Vergangenes Jahr trieb es eine 13-Jährige sogar in den Suizid. Von „ausserordentlicher Aggressivität“ und „starkem Handlungsbedarf“ sprach daraufhin Gerichtspsychiater Josef Sachs in einem Bericht der Aargauer Zeitung.

Rund um die Uhr erreichbar



Mit der Kampagne „Wenn Worte wehtun“ will die Stiftung Elternsein den emotionalen Schmerz greifbar machen, den Cybermobbing auslöst. Foto: Schweizer Elternmagazin Fritz+Fränzi

Die Datenlage bestätigt diese Einschätzung: 21 Prozent der Schweizer Jugendlichen zwischen zwölf und 19 Jahren sind gemäss der James-Studie der ZHAW schon einmal im Internet „fertiggemacht worden“, bei den 14- und 15-Jährigen sogar jeder Vierte.

Die Auswirkungen von Cybermobbing seien oft ähnlich zu gewichten wie die von häuslicher Gewalt, so die Einschätzung von Eveline Männel Fretz. Als Beraterin der Hotline „147“ der Stiftung Pro Juventute weiss sie, wie wichtig es ist, Kinder in extremen Belastungssituationen nicht alleine zu lassen, um langfristige psychische Schädigungen oder Suizidalität zu vermeiden. Aus diesem Grund stehen über die Hotline an sieben Tagen die Woche 24 Stunden lang Berater im Schichtdienst bereit. Zwischen 18 und 21 Uhr gibt es ausserdem einen

LiveChat, in dem Jugendliche Rat suchen können. Während die Anfragen über SMS und E-Mail nach Verfügbarkeit der Berater bearbeitet werden, sind Chat und Telefon auch für Akutfälle gedacht und haben Priorität. „Dass wir telefonisch rund um die Uhr zur Verfügung stehen, ist einzigartig“, sagt Männel Fretz. Online-Beratungen gibt es inzwischen mehrere.

Traurigkeit und Emotionalität

Wegen Cybermobbings melden sich ihrer Erfahrung nach vor allem die Mobbingopfer selbst oder deren Freunde. „Ein Freund kann in solch einer Situation eine enorme Unterstützung für den Betroffenen sein. Ich versuche deshalb, den Freunden von Opfern Strategien zu vermitteln, damit ihnen selbst die Luft nicht ausgeht, während sie versuchen zu helfen“, sagt Männel Fretz. Die Ratschläge für das Opfer selbst sind eher konkrete Handlungsanweisungen: Schriftliches Beweismaterial sichern, den Kontakt mit dem Täter abbrechen, nicht auf Erpressungsversuche eingehen, sich Bezugspersonen anvertrauen und Öffentlichkeit verschaffen. An erster Stelle stehe aber eine ganz andere Sache: der Raum für Traurigkeit und Emotionalität des Opfers.



Eveline Männel Fretz ist Sozialarbeiterin und Beraterin bei der Stiftung Pro Juventute. Foto: Pro Juventute

„Schreiben und sprechen sind ein wichtiger Teil, um in die Verarbeitung einer schwierigen Situation zu kommen. Es schafft eine gewisse Distanz zum Erlebten“, sagt die Sozialarbeiterin. „Die meisten, die sich bei uns melden, sind sehr emotional, und wir müssen sie erst mal beruhigen.“

Die Hilfesuchenden würden dabei immer jünger – eine Tendenz, die wohl mit der stärkeren Nutzung von Smartphones bereits in jungem Alter zu erklären ist. Eine erfreuliche Gegentendenz: Der Umgang mit dem Internet werde nach und nach ein wenig bewusster, beobachtet Männel Fretz. So manch Jugendlicher hinterfrage inzwischen die sozialen Medien, verzichte auf den einen oder anderen Kanal oder kommuniziere extra gewaltloser, als es ihnen sogar von manchen Erwachsenen vorgelebt werde. Um solche Entwicklungen zu fördern, setzt die Stiftung Elternsein beim Thema Cybermobbing auf Prävention und engagiert sich publizistisch. Unter anderem unterstützt sie Eltern und Lehrpersonen in erzieherischen und schulischen Fragen. „Altersgerechte Medienanwendung“ sei dabei eines der wichtigsten Themen, welche die Stiftung zehnmal im Jahr im eigenen Elternmagazin sowie neuerdings in einem Zeitschriftenprogramm für Kindergartenkinder behandelt. Verstärkt tauche auch das Thema Cybermobbing im Alltag der Stiftung auf. So sehr schon, dass der Geschäftsführer der

Organisation, Thomas Schlickerieder, es als „gesellschaftlichen Trend“ beschreibt.

„Wenn Worte wehtun“

Hierauf hat die Stiftung Elternsein nun mit der Kampagne „Wenn Worte wehtun“ reagiert. Eltern, Lehrer, Kinder und die Öffentlichkeit sollen so dafür sensibilisiert werden, was unbedacht oder bewusst verletzende Kommentare im Internet anrichten können. Das Herzstück der Kampagne ist ein speziell präpariertes Smartphone mit dem Chatverlauf eines echten Mobbingfalles. Die Stiftung konfrontiert Menschen damit, indem sie sie den Chat lesen lässt. Bei jedem schmerzhaften Kommentar erhält der Proband einen elektrischen Schock, um zu zeigen: Diese Worte lösen Schmerz aus. „Jeder, der solch einen Stromschlag erhalten hat, wird zukünftig anders mit dem Thema umgehen“, ist Schlickerieder sich sicher.



Thomas Schlickerieder ist Geschäftsführer der Stiftung Elternsein.

„Den Leuten soll klarwerden, dass das ein todernstes Thema ist.“ Erste Erfahrungen hat die Stiftung mit der Anwendung bereits in einem Einkaufszentrum gesammelt. Ihr Fazit: „Es besteht unmittelbar grosser Gesprächsbedarf.“ Anfang Juni geht es mit einer Aktionswoche im Einkaufszentrum Glatt bei Zürich weiter, nach den Sommerferien in Schulen in zehn Ortschaften der deutschsprachigen Schweiz.

Neben dieser Installation verbreitet die Stiftung Elternsein in einer Printkampagne Banner und Anzeigen mit einprägenden Bildern: Blutig in Haut geritzte Beleidigungen – erstellt von Maskenbildner Marc Hollenstein, der sonst Filmleichen präpariert. Während diese Massnahmen ganz konkret wachrütteln sollen, steckt hinter der Arbeit der Stiftung etwas viel Grundlegenderes: Wie man miteinander umgehe, sei eine Frage der Werte, die in der Familie vermittelt werden, sagt Schlickerieder. „Menschen mit Empathie werden ihre Kinder so erziehen, dass sie andere Leute nicht ausgrenzen. Und wer Menschen im echten Leben nicht fertigmacht, tut das auch im Internet nicht.“

Ein soziales Phänomen...

Zugleich schränkt Schlickerieder ein: „Mobbing gibt es wahrscheinlich schon so lange, wie es Menschen gibt.“ Die Ursachen seien Langeweile, Aggressionen oder das Bedürfnis, sich stark und mächtig zu fühlen. Cybermobbing gebe es, seit es virtuelle Räume dafür gibt. Und da sei „die Hemmschwelle niedriger, da man dem Opfer nicht mehr in die Augen blicken muss. Ausserdem werden Beleidigungen schneller verbreitet, sind rund um die Uhr zugänglich und verflüchtigen sich nicht wie das gesprochene Wort, da sie schriftlich festgehalten sind“, sagt Schlickerieder.

... und eine Straftat

Das wiederum hat aber auch einen Vorteil: Wer die Beleidigungen zum Beispiel als Screenshots sichert, hat Beweismaterial. Denn was vielen nicht bewusst ist: Cybermobbing ist eine Straftat, die rechtlich verfolgt werden kann. „Beleidigungen, Bedrohungen, Erpressung, das Ignorieren oder der Missbrauch des Rechtes am eigenen Bild – all das sind strafrechtlich relevante Strafbestände“, erklärt Schlickerrieder. Dennoch solle eine Anzeige nur der allerletzte Ausweg sein. Viel wichtiger sei es, dem Kind Unterstützung und Trost zu spenden, es ernst zu nehmen und ihm zuzuhören. „Zusammen hinsetzen und besprechen, was die nächsten Schritte sein sollen, ruhig bleiben und früh die Schule einschalten“, rät Schlickerrieder. Und vor allem: „Niemals zurückpöbeln, die Täter leben von der Rückmeldung der Opfer.“ Spüre das Kind, dass es sich auf die Eltern verlassen kann, sei schon viel gewonnen. Allerdings: „Schwache Eltern werden auch im Ernstfall meist schwach reagieren.“ Deshalb sei es so wichtig, dass Eltern und Lehrer zu reagieren wüssten.

Apps der Kinder ausprobieren

Und doch wüssten sie es oft nicht, „kennen die Apps ihrer Kinder und Schüler nicht einmal“, berichtet Sharmila Egger gemäss ihrer Erfahrung beim Verein Zischtig.ch. Musical.ly, zum Beispiel – eine App, in der Jugendliche eigene Musikvideos hochladen. Oder Snapchat, ein soziales Medium, in dem Nutzer ihre Geschichten erzählen und mitunter sogar (intime) Fragen anonymer Interessierter beantworten. Für viele Jugendliche sei das digitaler Alltag. Vielen Erwachsenen hingegen sei es vollkommen fremd, weshalb sie Probleme und Gefahren nicht erkennen könnten.



Sharmila Egger arbeitet als Medienpädagogin für den Verein Zischtig.ch. Foto: Verein zischtig.ch / Sharmila Egger

Der Verein versucht, sich in die Welt der Jugendlichen zu begeben, und setzt sich gemeinsam mit Schülern mit digitalen Prozessen auseinander. Das Ziel: ein sicherer und gewinnbringender Umgang mit dem Internet. „Meist werden wir kontaktiert, wenn es in einer Schule einen Mobbingfall gegeben hat“, berichtet Egger. Dann würden in den Klassen Interventionen durchgeführt – ohne die Lehrer und oft geschlechterspezifisch. „Die Kinder öffnen sich mehr, wenn sie unter sich sind“, ist Eggers Erfahrung. Die Medienpädagogin erarbeitet gemeinsam mit den Schulklassen Regeln für den Klassenchat und erklärt, wie es im Netz durch fehlende Mimik und Gestik verstärkt zu Missverständnissen kommt. Sie bringt den Kindern bei, wie sie ihre Privatsphäre im Netz schützen können, klärt über die Gesetzeslage auf und ermutigt, anderen zu helfen oder sich selbst zu wehren. Vor allem aber hört sie zu – um dann wiederum an Lehrer und Eltern zu berichten, wo Unterstützung notwendig ist. Viele Kinder hätten Angst, etwas zu verpassen, wüssten aber nicht, wie sie sich schützen können. Ihr Ratschlag für die Eltern: „Probiert die Apps eurer Kinder aus.“ Ihr Ratschlag für die Schüler: „Überleg dir bei

allem, was du im Netz veröffentlichst, ob du es auch am Bahnhof auf einer Leinwand ausgestrahlt sehen wolltest.“

Psychologische (Spät-)Folgen

Wird ein Kind erst mal zum Opfer, können die Folgen schwerwiegend sein. „Wenn das Mobbing heftig wird, kriegt man es ein Leben lang nicht mehr aus dem Kopf“, sagt Egger. Zwar erlebten die meisten Jugendlichen in ihrer Schulzeit einen Mobbingfall – sei es als Täter, Opfer oder Mitläufer –, das gehöre zur Entwicklung dazu. „Aber es sollte wieder aufhören dürfen.“

„Tut es das nicht, kann Cybermobbing durchaus krank machen. Jugendliche Seelen sind sehr verletzlich. Je nachdem, welche Hilfe der junge Mensch aber bekommt, kann er das Trauma verarbeiten“, ist Beraterin Eveline Männel Fretz zuversichtlich. „Meist kommen mehrere Faktoren zusammen. Neben der Unterstützung durch Fachpersonen zählt vor allem das Grundvertrauen zu den Eltern. Schaffen diese es, die Belastung auf mehrere Schultern zu verteilen, ist das wie eine warme Dusche für das Kind. Wird es hingegen alleine gelassen, kann das schlimme psychologische Folgen haben.“ Wie schlimm, das hat der Suizidfall vergangenes Jahr in Spreitenbach gezeigt.

Dieser Beitrag erschien in [DIE STIFTUNG SCHWEIZ](#) 1/2018.