



tip

jugendinformation
augsburg



Leben A - Z

(Cyber-)Mobbing

- Nein Danke!

www.jugendinformation-augsburg.de

Was ist Mobbing überhaupt? Und was versteht man unter Cybermobbing? Wie kann man sich davor schützen und was kann man unternehmen, wenn man selbst betroffen ist? In diesem Infoblatt haben wir die wichtigsten Informationen zum Thema Mobbing, Präventionsmöglichkeiten und Unterstützungsmöglichkeiten zusammengestellt.

Was ist Mobbing?

Der Begriff Mobbing kommt aus dem Englischen (to mob = angreifen, attackieren, belästigen, schikanieren, über jemanden herfallen). Im Englischen wird auch der Begriff Bullying verwendet. Beide Begriffe haben dieselbe Bedeutung.

Schädigungsabsicht: Mobbing ist zielgerichtetes, aggressives Handeln gegen eine Person, mit der Absicht, diese zu schädigen.

Wiederholungsaspekt: Es geschieht wiederholt, systematisch und über einen längeren Zeitraum.

Machtungleichgewicht: Die schädigende Person strebt nach Erhöhung des eigenen sozialen Status.

Hilflosigkeit: Die betroffene Person kann sich aus dieser entstandenen unterlegenen Position nicht mehr selbst befreien.

So kann Mobbing aussehen:

Physisches Mobbing: Schubsen, Treten, Schlagen, Bespucken, Festhalten, Beschädigen

Verbales Mobbing: Beschimpfen, Beleidigen, Erpressen, sich lustig machen

Relationales Mobbing: Ausgrenzen, Gerüchte verbreiten, Ignorieren

Sexualisiertes Mobbing: Demütigungen und/oder Gerüchte zur sexuellen Orientierung

Cybermobbing

Darunter versteht man das absichtliche Beleidigen, Bedrohen, Bloßstellen oder Belästigen anderer, mithilfe von Internet- und Mobiltelefondiensten, über einen längeren Zeitraum hinweg. Diese Form des Mobbings wird oft als noch schwerwiegender empfunden, weil man als Betroffene*r auch zuhause keine Ruhe hat und die Ausführenden oft anonym bleiben.

Was kannst du tun, wenn du dich gemobbt fühlst?

- ✓ Vertraue dich unbedingt jemandem an, egal ob Freund*in, Eltern, Lehrkräften oder anderen Erwachsenen. Wenn dir eine Person nicht helfen kann, hör nicht auf und sprich unbedingt weitere Personen an, solange bis dir jemand hilft!
In diesem Infoblatt findest du auch Anlaufstellen, an die du dich wenden kannst.
- ✓ Tausche dich mit anderen Betroffenen aus. Ihr könnt gegenseitig voneinander lernen, wie man am besten mit bestimmten Situationen umgeht. Es gibt Selbsthilfegruppen zum Thema Mobbing in Augsburg.
- ✓ Versuche nicht auf Beleidigungen oder Provokationen zu reagieren, auch wenn es schwerfällt. So erreichen die Täter*innen ihr Ziel nicht und verlieren hoffentlich die Motivation. Bleib in der Situation cool, aber wende dich danach an eine Vertrauensperson, um die Mobbingattacke offen zu legen.

- ✓ Suche dir Verbündete und Unterstützung! Sicher gibt es Freund*innen, die gegen das Mobbing sind, sich aber nicht gleich trauen, dich in Schutz zu nehmen. Baue deinen Kontakt zu diesen Personen aus und meide die, die dich mobben.
- ✓ Lege ein Mobbing-Tagebuch an, in dem du in einem bestimmten Zeitraum jeden Vorfall notierst (Datum, Uhrzeit, Namen der Täter*innen, eventuell Namen von Zeug*innen). Dies hilft, die Situation klarer zu sehen, gezielte Maßnahmen zu treffen und diese anschließend zu prüfen.

Und speziell bei Cybermobbing?

- ✓ Passwörter/PINS sollten niemals an andere weitergegeben werden - auch nicht an Freund*innen! Generell sollten deine Passwörter möglichst sicher sein (mindestens 8 Zeichen lang, mit Groß- und Kleinbuchstaben, Ziffern und Sonderzeichen, wie ?!%+...).
- ✓ Du solltest mit deinem Benutzernamen oder auf deinem Profil, z.B. bei Instagram oder TikTok, möglichst nichts über deine eigene Person (Namen, Adresse usw.) preisgeben.
- ✓ Achte deine Privatsphäre! Das eigene Profil sollte man so weit sichern, dass nicht jeder Einblick erhält. Beachte also die Sicherheitseinstellungen.
- ✓ Viele Webseiten und soziale Netzwerke bieten die Möglichkeit, unangemessene Beiträge über einen „Melde-Button“ zu melden oder zu sperren. Nutze diesen.
- ✓ Sichere die Beweise! Vor allem im Internet ist es einfach, Beschimpfungen oder Bedrohungen mit einem Mausklick zu löschen. Damit die Täter*innen aber belangt werden können, solltest du Bilder und beleidigende Nachrichten zum Beispiel durch Screenshots (Bildschirmfotos) speichern.

Rechtliche Aspekte?

Bevor du rechtliche Schritte einleitest, solltest du erst versuchen, das Problem anders zu lösen. Dafür kannst du dir auch Hilfe holen. Wo genau, erfährst du noch in diesem Infoblatt.

Einen juristischen Begriff des Mobblings gibt es nicht, trotzdem hat Mobbing verfassungs-, zivil- und strafrechtliche Relevanz. Das bedeutet man kann rechtliche Maßnahmen ergreifen, um dagegen vorzugehen.

Verfassungsrechtlich stellt Mobbing einen Eingriff in das allgemeine Persönlichkeitsrecht und das Recht auf körperliche und seelische Unversehrtheit dar. Die arbeitsgerichtliche Rechtsprechung beschreibt Mobbing als „systematisches Anfeinden, Schikanieren oder Diskriminieren von Arbeitnehmern untereinander oder durch Vorgesetzte“ und das Opfer hat einen Erfüllungsanspruch gegenüber dem Arbeitgeber auf Unterlassung bzw. Verhinderung des Mobblings. Strafrechtlich können, nach den Gegebenheiten des jeweiligen Einzelfalles, Verhaltensweisen die als Mobbing zu werten sind, als Körperverletzung, Beleidigung, üble Nachrede oder Nötigung geahndet werden.

Eine rechtliche Erstberatung bekommst du kostenlos in der Rechtsberatung vom tip, die jeden zweiten Mittwoch von 15 bis 17 Uhr bei uns stattfindet. (Aktuelle Termine unter www.jugendinformation-augsburg.de)

Wohin kann ich mich als Jugendlicher wenden?

Du kannst dich an deine Klassenleitung bzw. an die Vertrauens- und Betreuungslehrkräfte an deiner Schule wenden. Einige Schulen haben auch Schulsozialarbeiter*innen und Schulpsycholog*innen, die dich unterstützen können. Wichtig ist, dass du der Person vertraust. Natürlich kannst du auch erst mit deinen Eltern sprechen, die dann Kontakt zur Schule aufnehmen können.

Vor Ort

Deutscher Kinderschutzbund Kreisverband Augsburg e. V.

Anlaufstelle für Kinderschutz
Volkhartstraße 2, 86152 Augsburg
Tel.: 0821 455 406-21

anlaufstelle@kinderschutzbund-augsburg.de

www.kinderschutzbund-augsburg.de

Bietet Beratung persönlich, telefonisch oder per E-Mail (auch anonym).

Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen Gesundheitsamt Stadt Augsburg

Tel. 0821 324-20 16

shg.gesundheitsamt@augsburg.de

www.augsburg.de/selbsthilfegruppen

Übersicht über Selbsthilfegruppen in Augsburg, u.a. zum Thema Mobbing.

Staatliche Schulberatungsstelle für Schwaben

Beethovenstraße 4, 86150 Augsburg
Tel.: 0821 50 91 60

schulberatung.schwaben@augsburg.de

www.schulberatung.bayern.de

Vermitteln an die zuständigen Schulpsycholog*innen, die die Betroffenen, Eltern und Schulen beraten und unterstützen.

WEISSER RING e. V.

Mobil: 0151 55 16 47 52

augsburg@mail.weisser-ring.de

<https://augsburg-bayern-sued.weisser-ring.de/>

Beistand und persönliche Betreuung für Opfer von Straftaten. Sprechstunde nach telefonischer Vereinbarung.

Deutschlandweit

Nummer gegen Kummer e.V.

Kostenlose Telefonnummer: 116 111

www.nummergegenkummer.de

Anonyme & kostenlose, telefonische Beratung (Mo bis Sa von 14 – 20 Uhr) und Online-Beratung

JUUUPORT-Scouts von JUUUPORT e. V.

www.juuuport.de

Das sind Jugendliche und junge Erwachsene, die vertraulich und kostenlos bei Problemen wie Cybermobbing, Cybergrooming, Mediensucht oder Abzocke unterstützen.

Bke-Jugendberatung der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e. V.

www.bke-beratung.de → Jugendberatung Forum, Mailberatung, Einzel-, Gruppen- und Themenchats, anonym, kostenfrei und datensicher.

Opfer-Telefon (WEISSER RING)

Kostenlose Telefonnummer: 116 006

<https://weisser-ring.de/>

Anonyme & kostenlose, telefonische Beratung (Mo bis So von 7 – 22 Uhr) und Online-Beratung für Opfer von Straftaten.

Projektanbieter für Schulen, Multiplikator*innen und Pädagogische Fachkräfte

BRÜCKE e.V. Augsburg

Gesundbrunnenstraße 3

86152 Augsburg

Tel.: 0821 455 400-0

info@bruecke-augsburg.de

www.bruecke-augsburg.de

→ Maßnahmen & Projekte

Präventive Maßnahmen

- Soziale Gruppenarbeit für Kinder
- MEGA - Mit Einander gegen Gewalt und Aggression (Prävention an Schulen)
- Konflikttraining (Gruppenangebot für gewaltbereite Jugendliche)

Staatliche Schulberatungsstelle für Schwaben

Beethovenstraße 4

86150 Augsburg

Tel.: 0821 50 91 60

schulberatung.schwaben@augsburg.de

www.schulberatung.bayern.de

→ Themen und Anlässe → Mobbing und Cybermobbing

- Projekt „Gemeinsam Klasse sein“ für weiterführenden Schulen: Anmeldung über die Staatliche Schulberatungsstelle Augsburg per Mail an gegen.mobbing@augsburg.de
- Fortbildungen für Lehrkräfte und Schulsozialpädagog*innen
- Maßnahmen zur Mobbingprävention und -intervention für Schulen
- Handlungsleitfaden für Schulleiter*innen und Lehrkräfte „Mit Mut gegen Mobbing“ (Broschüre)

Medienstelle Augsburg des JFF

Willy-Brandt-Platz 3

86153 Augsburg

Tel.: 0821 324-29 09

msa@jff.de

www.medienstelle-augsburg.de

- Aktive Medienarbeit mit Schulklassen zum Thema Mobbing und Ausgrenzung
- Methoden, Projektideen und Materialien zu den Themen Datenschutz, Persönlichkeits- und Urheberrechten im social web und Konflikte im Netz

Kommissariat 42

Kriminalpolizeiliche Prävention

Gögginger Straße 43

86159 Augsburg

Tel.: 0821 323-37 73

[kripo-beratungsstelle-](mailto:kripo-beratungsstelle-augsburg@polizei.bayern.de)

augsburg@polizei.bayern.de

www.polizei.bayern.de

→ Schützen und Vorbeugen → Beratung → Kriminalpolizeiliche Beratungsstellen → Schwaben Nord

- Vortrag und Workshops für Schüler*innen zu Gefahren der neuen Medien; speziell Cybermobbing
- Vorträge für Eltern und Lehrkräfte zu Gefahren der neuen Medien, sowie Gewalt und Mobbing
- Infomaterial zum Thema

Erzieherischer Kinder- und Jugendschutz Amt für Kinder, Jugend und Familie

Halderstraße 23

86150 Augsburg

Tel.: 0821 324-29 60 oder

Tel.: 0821 324-34 492

jugendschutz@augzburg.de

www.augsburg.de/jugendschutz

- Initiierung, Förderung, Begleitung und Durchführung von Präventionsprojekten für Kinder und Jugendliche
- Workshops und Unterrichtseinheiten an Schulen zu den Themen Mobbing, Cyber-Mobbing und Team-Building
- Beratung und Vernetzung für Lehr- und Fachkräfte aus dem sozialen Bereich
- Fortbildungsseminare wie „No Blame Approach“ und „Freiburger Sozialtraining und systemische Mobbingintervention“

KJF Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung Augsburg

Jesuitengasse 21

86152 Augsburg

Tel.: 0821 455 410-0

eb.augsburg@kjf-kjh.de

www.kjf-kinder-jugendhilfe.de

→ Wo Sie uns finden → Augsburg

Angebote im Bereich Mobbing:

- Einzelfallberatung für Jugendliche, Eltern, Lehrkräfte
- Interventionen an Schulen
- Elternabende, Vorträge

Fachstelle Medienpädagogik Amt für Kinder, Jugend und Familie

Halderstraße 23

86150 Augsburg

Tel.: 0821/324-2974 oder

Tel.: 0821/324-2858

medienpaedagogik@augzburg.de

www.augsburg.de/medienpaedagogik →

Augsburger Medienscouts

Ausbildung von Schüler*innen zu „Augsburger Medienscouts“; diese vermitteln Mitschüler*innen Medienkompetenz und stehen als Ansprechpartner*innen zur Verfügung; sie arbeiten dabei präventiv zum Thema Cybermobbing an den Schulen.

Aktion Jugendschutz Landesarbeitsstelle Bayern e.V.

Fasaneriestr. 17

80636 München

Tel.: 089/121573-18

www.bayern.jugendschutz.de

- Information für Fachkräfte & Eltern
- Fortbildungen für Fachkräfte
- Beratung und Vermittlung von Unterstützung
- Material zum Thema
- Schulung zu „No Blame Approach“ und „Freiburger Sozialtraining und systemische Mobbingintervention“

Literaturtipps zum Ausleihen in der Stadtbücherei

Tipp: Die mit Sternchen * markierten Bücher haben die Signatur „tip-Pädagogik“ und befinden sich im Bücherregal neben dem tip (2. OG Stadtbücherei Zentrale). Einfach am tip vorbei, auf das Regal mit den Gesellschaftsspielen zu gehen und nach rechts abbiegen.

- 1) Elpers, Michael (2023): Wenn Kinder unter Kindern leiden: Prävention und Akuthilfe für Eltern bei Mobbing und Stalking. ISBN: 9783407867513
- 2) Theisen, Manfred (2022): Social Media, Cybermobbing: deine Daten im Web. ISBN: 9783743210158
- 3) Munafò, Mauro (2021): Fake news, Cybermobbing und Internet-Hass: wie erkennen und wie sich dagegen wehren?. ISBN: 9783038765455
- 4) Schrödel, Tobias (2021): WTF!?: so tickt das Netz. ISBN: 9783401606002
- 5) Laude, Christine (2021): Mobbing und Cybermobbing in der Schule: Gewalt erkennen und wirksam beenden mit dem No Blame Approach. ISBN: 9783957791412
- 6) Schubarth, Wilfried (2020): Gewalt und Mobbing an Schulen: Möglichkeiten der Prävention und Intervention. ISBN: 9783170391468
- 7) Duddek, Daniel (2020): Sei stark wie ein Löwe: wie Eltern ihre Kinder vor Mobbing wappnen. ISBN: 9783499002724
- 8) Vujicic, Nick (2020): Sei stark! Selbstbewusst gegen Mobbing, Ausgrenzung... und was dich sonst runterzieht. ISBN: 9783765543333
- 9) Ems, Jonas (2020): Schattenseiten – Tage der Wahrheit. (Jugendroman) ISBN: 9783960170532
- 10) Lidner, Nicole (2019): Jura für Kids: eine etwas andere Einführung in das Recht; mit: Recht in der Schule. ISBN: 9783406736728
- 11) Bärsch, Tim (2019): Gedisst Gehatet Gemobbt: Das Anti-Mobbing-Buch für Schulklassen, Sport- und Jugendgruppen mit Extrateil zum Thema Cybermobbing. ISBN: 9783749481255 *
- 12) Pöhm, Matthias (2018): Schlagfertig auf dem Schulhof – Anti-Mobbing: wie man Mobbern clever Paroli bietet. ISBN: 9783952368022 *
- 13) Eichenberg, Christiane (2018): Chancen und Risiken digitaler Medien für Kinder und Jugendliche: Ein Ratgeber für Eltern und Pädagogen. 9783801726478 *



Linktipps

www.klicksafe.de → klicksafe Themen
Informationen und Materialien für Jugendliche, Eltern und pädagogische Fachkräfte, unter anderem zu Cybermobbing und Cybergrooming.

(EU-Initiative zur Förderung der Online-Kompetenz)

<https://www.schau-hin.info/cybermobbing>
Medienratgeber für Erziehungsberechtigte
(Initiative von BMFSFJ, ARD, ZDF und AOK)

<https://bayern-gegen-gewalt.de> → Infos & Einblicke → Formen von Gewalt → psychische Gewalt
(Bayerisches Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales)

<https://www.jugendschutz.net/themen/social-media/artikel/cybermobbing-was-tun>
→ Themen → Social Media → Artikel zum Thema → Cybermobbing – Was tun?
Möglichkeit Verstöße auf Social Media zu melden, wenn man die Betreiber der Dienste kontaktiert hat und zur Löschung aufgefordert hat, aber nichts passiert.

<https://www.kjf-augsburg.de/news/artikel/kjf-erziehungsberaterin-zu-mobbing-wie-koennen-eltern-helfen/>
Tipps fürs Eltern zum Thema Mobbing, von der Erziehungsberaterin, der KJF Augsburg (Katholische Jugendfürsorge der Diözese Augsburg e. V.)

Quellen:

Bundeszentrale für politische Bildung www.hanisauland.de → Wissen → Lexikon → M → Mobbing

Bayerisches Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales <https://bayern-gegen-gewalt.de> → Infos & Einblicke → Formen von Gewalt → psychische Gewalt

Schulberatung Bayern www.schulberatung.bayern.de → Themen und Anlässe → Mobbing

Deutscher Bundestag (Gesetzliche Regelungen in Deutschland zum Schutz vor Mobbing am Arbeitsplatz)

<https://www.bundestag.de/resource/blob/508950/893e1796a595656906475166940b8a6a/WD-6-016-17-pdf-data.pdf>

Stand 12/2024

Kontakt

tip – Jugendinformation Augsburg

eine Einrichtung des Stadtjugendring

Ernst-Reuter-Platz 1 | 86150 Augsburg

Tel.: 0821/455 22 56 | **E-Mail:** tip@sjr-a.de

www.jugendinformation-augsburg.de

Öffnungszeiten siehe Homepage

[tip_jugendinformation_augsburg](https://www.instagram.com/tip_jugendinformation_augsburg)



[tipJugendinformationAugsburg](https://www.facebook.com/tipJugendinformationAugsburg)



+49 821 455 22 56



tip
jugendinformation
augsburg

... in der
Stadtbücherei Zentrale