

!!!Hilfe bei Cybermobbing!!!

Als Opfer von Cybermobbing:

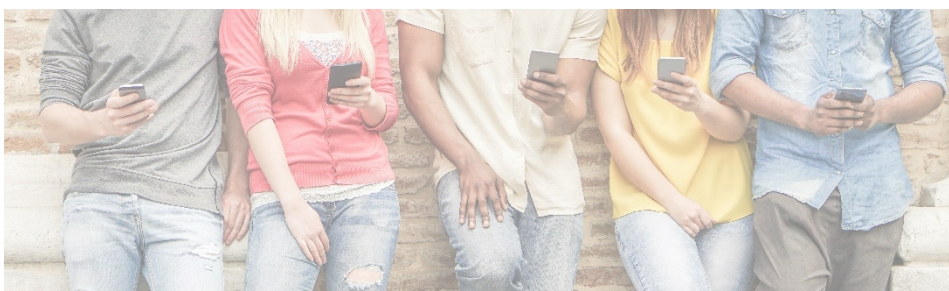
- **Nicht reagieren:** Es kann schwer sein, aber versuche, nicht auf beleidigende oder bedrohliche Nachrichten zu antworten. Ignoriere den Täter, um die Eskalation zu verhindern.
- **Beweise sammeln:** Mach Screenshots von Nachrichten oder Beiträgen, um Beweise für das Cybermobbing zu sichern. Diese können später hilfreich sein.
- **Blockieren und melden:** Blockiere den Täter, um den Kontakt zu beenden, und melde den Vorfall auf der jeweiligen Plattform oder bei den zuständigen Behörden.
- **Hole dir Unterstützung:** Sprich mit einem Vertrauenslehrer, deinen Eltern oder einem anderen Erwachsenen deines Vertrauens über das Geschehene. Sie können dir bei der Bewältigung und dem Umgang mit der Situation helfen.
- **Vertraulich bleiben:** Denk daran, dass du nicht alleine bist, und teile deine Erfahrungen mit Freunden oder anderen Schülern, nur mit denen, den du vertraust.

Als Zeuge von Cybermobbing:

- **Unterstütze das Opfer:** Biete dem Opfer deine Unterstützung und deinen Trost an. Lass sie wissen, dass du für sie da bist.
- **Nicht teilnehmen:** Beteilige dich nicht am Mobbinggeschehen und verbreite keine negativen Informationen weiter. Es ist wichtig, die Situation nicht zu verschlimmern.
- **Melde den Vorfall:** Melde den Vorfall auf der betreffenden Plattform oder bei einer Vertrauensperson in der Schule. Das kann dazu beitragen, angemessene Maßnahmen zu ergreifen.
- **Kläre auf:** Informiere dich über die Gefahren des Cybermobbings und sensibilisiere andere Schüler für das Thema. Bildung und Aufklärung sind Schlüssel zur Prävention.
- **Handelt gemeinsam:** Ermutigt euch als Schüler, zusammenzustehen und als Gemeinschaft gegen Mobbing und Cybermobbing vorzugehen. Das kann ein wirksames Mittel sein, um Mobbing einzudämmen.

Vertraue auf dein Gefühl, kommt dir etwas „komisch“ vor, oder verhält sich jemand ungewöhnlich in deinem Umfeld, such dir Hilfe und spreche das Problem an! Es ist wichtig, Cybermobbing ernst zu nehmen und die Hilfe von Erwachsenen und Schulpersonal in Anspruch zu nehmen, so kannst du helfen und andere unterstützen.

Du bist nicht allein!





Adressen und Anlaufstellen bei Cybermobbing:

Auf der Webseite **Juuuport** kannst du dich telefonisch, im Chat oder per WhatsApp beraten lassen. Die JUUUPORT-Scouts, sind Jugendliche und junge Erwachsene aus ganz Deutschland, die Dir vertraulich und kostenlos helfen.

<https://www.juuuport.de>



Die Nummer gegen Kummer hilft dir bei allen Sorgen, Fragen, und Problemen. Die Telefonische Beratung ist, montags bis samstags von 14 Uhr bis 20 Uhr. Anonym und kostenlos in ganz Deutschland.

116111

Im Netz findest du die Nummer gegen Kummer unter:

<https://www.nummergegenkummer.de>



Bei **Jugendnotmail** findest du professionelle Psycholog*innen mit denen du anonym und kostenlos telefonieren und chatten kannst. Du findest sogar eine App für dein Smartphone im Store.

<https://jugendnotmail.de>



Auf der Webseite **Jugendschutz.net** kannst du online die Webseite mit Verstößen melden, du musst nur die Adresse der Seite kopieren und kannst diese anonym melden.

<https://www.jugendschutz.net/verstoss-melden>



Auf der Webseite **Hass-im-netz.de**, kannst du Kommentare oder Webseiten mit Verstößen melden und dich beraten lassen, dir Hilfe holen.

<https://www.hass-im-netz.info/melden.html>



In der Schule können dir die Digitalen Helfer, die UBUS-Kraft und dein Vertrauenslehrer helfen.

Melde Strafbare Inhalte!

Wehre Dich, keiner hat das Recht jemand anderen zu Mobben, weder im Netz noch im echten Leben.

Du bist nicht allein...

