CYBERSAFE Leitfaden für Workshop-Leiter

Das Problem Cyber-Gewalt gegen Mädchen im Klassenzimmer angehen

Als Leitfaden und zur Unterstützung bei der Veranstaltung von Workshops mithilfe des CYBERSAFE Online Tools

Enthält 4 verschiedene Workshop-Pläne

CYBERSAFE
810264 — CYBERSAFE — REC-AG-2017/REC-RDAP-GBV-AG-2017
WP3 - Educational Intervention Guidelines

Erarbeitung dieses Dokuments: Januar 2020 - März 2021
Datum der Veröffentlichung: April 2021
Überarbeitete Neuveröffentlichung: Juli 2021

Autor: International Child Development Initiatives

In Kooperation mit:

Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union

Dieses Dokument wurde im Rahmen des Programms "Rechte, Gleichstellung und Unionsbürgerschaft" (2014-2020) von der Europäischen Union gefördert.
"Der Inhalt dieses Berichts gibt ausschließlich die Meinung des Autors wieder und liegt in dessen alleiniger Verantwortung. Die Europäische Kommission übernimmt keine Verantwortung für die Verwendung der darin enthaltenen Informationen."

Contents

1. Einführung: Das CYBERSAFE TOOLKIT 4

TEIL 1: ALLGEMEINE INFORMATIONEN 6

2. Was ist Cyber-Gewalt gegen Mädchen? 7

2.1 Die vier Hauptarten von Cyber-Gewalt gegen Mädchen 8

2.2 Gründe und Folgen von Cyber-Gewalt gegen Mädchen 9

2.3 Sicheres, verantwortungsvolles Verhalten im Internet vermitteln 12

3. Wie das CYBERSAFE Toolkit verwendet wird 14

3.1 Benötigte Ressourcen 14

3.2 Aufbau des Workshops 15

3.3 Das CYBERSAFE Online Tool 16

3.4 Eine geschützte Umgebung schaffen 19

3.5 Ihren Schülern Sicherheit geben 22

TEIL 2: WORKSHOP-PLÄNE 24

Workshop-Plan 1: Der nicht einvernehmliche Austausch sexueller Bilder 25

Workshop-Plan 2: Ausbeutung, Nötigung und Drohungen 30

Workshop-Plan 3: Sexualisiertes Mobbing 35

Workshop-Plan 4: Unerwünschte Sexualisierung 40

Anhang 1: Offline-Workshops 45

Aktivität 2: Den "Grooming"-Prozess verstehen 45

Aktivität 3: Sich trauen, um Hilfe zu bitten 46

Anhang 1a: Workshop 1 - Inhalte für Offline-Workshops 47

Anhang 1b: Workshop 2 - Inhalte für Offline-Workshops 51

Anhang 1c: Workshop 3 - Inhalte für Offline-Workshops 56

Anhang 1d: Workshop 4 - Inhalte für Offline-Workshops 61

1. Einführung: Das CYBERSAFE TOOLKIT

Dieser *Leitfaden für Workshop-Leiter* ist Teil des CYBERSAFE Toolkits. Zusammen mit dem *Online Tool* bildet es ein praktisches, interaktives und spielbasiertes Lernprogramm für Schüler zwischen 13 und 16 Jahren und befasst sich mit dem Problem der **Cyber-Gewalt gegen Mädchen**.

Inhalt des CYBERSAFE Toolkits

1. **Leitfaden für Workshop-Leiter** (dieses Dokument). Er enthält:

- Teil 1. Allgemeine Informationen: Enthält Hintergrundinformationen über das Problem der Cyber-Gewalt gegen Mädchen, Anweisungen darüber, wie das Online Tool zu benutzen ist, und praktische Richtlinien zur Veranstaltung von Workshops.
- Teil 2. Workshop-Pläne: Enthält vier verschiedene Workshop-Pläne. Bei jedem der Workshops liegt der Fokus auf einer der vier Hauptarten von Cyber-Gewalt gegen Mädchen. Jeder Plan enthält den Workshop-Aufbau, wichtige Informationen, mit deren Hilfe die Diskussionen gelenkt werden können, und wird in Verbindung mit dem Online Tool genutzt, wie weiter unten beschrieben.

2. Das **CYBERSAFE Online Tool** ist ein spielbasiertes Lerntool, das während des Workshops eingesetzt werden soll. Es enthält für jeden Workshop zwei verschiedene Szenarien, die mittels zwei Arten von Aktivitäten helfen sollen, Diskussionen zum Thema anzuregen: Dilemmas, über die die Teilnehmer abstimmen sollen, und Rollenspiele.

In ganz Europa spielt die digitale Technologie eine zentrale Rolle im sozialen Leben junger Menschen. Sie ermöglicht es ihnen, mit Gleichaltrigen in Kontakt zu treten, zu lernen, zu erforschen und sich auszudrücken. Ein großer Teil ihres sozialen Lebens findet online statt. Dies bietet viele positive Möglichkeiten, kann aber auch Schaden anrichten. "Fehltritte" können sofort aufgezeichnet, schnell verbreitet und von einem breiten Publikum gesehen werden. Inhalte können unbegrenzt online zirkulieren.

Die Ziele des CYBERSAFE Toolkits

Allgemeine Ziele:

- Das Bewusstsein für Cyber-Gewalt gegen Mädchen bei jungen Menschen (zwischen 13 und 16 Jahre) schärfen.
- Sicheres und verantwortungsvolles Verhalten im Netz fördern.

Schüler, die an diesem Lernprogramm teilgenommen haben:

- können (Anzeichen für) Cyber-Gewalt gegen Mädchen erkennen.
- verstehen, was für eine emotionale Wirkung und andere mögliche Folgen Cyber-Gewalt gegen Mädchen für alle Beteiligten haben kann.
- wissen, wie man Cyber-Gewalt gegen Mädchen verhindern kann.
- wissen, wie sie sich auf angemessene, unterstützende und positive Weise verhalten können, wenn sie selbst oder jemand anderes mit Cyber-Gewalt konfrontiert wird.

CYBERSAFE steht für **gesunde Beziehungen und die Gleichbehandlung der Geschlechter online**. Das Toolkit bietet Informationen und Werkzeuge zur Vorbereitung und Veranstaltung von vier Workshops zu diesen Themen, um Teenager zu verantwortungsvollem Verhalten online zu ermutigen und ihnen dabei Unterstützung zu bieten.

Das CYBERSAFE Toolkit wurde entwickelt für **Lehrer und andere Fachkräfte, die mit jungen Menschen arbeiten**, und das Problem der Cyber-Gewalt, einschließlich sexueller Belästigung online und Online-Sicherheit, im Klassenzimmer oder einer anderen Umgebung behandeln möchten.

CYBERSAFE Workshops sind für **Jungen und Mädchen im Alter von 13 - 16 Jahren** konzipiert. Diese Altersgruppe nutzt das Internet sehr stark zur Kommunikation und zum Knüpfen von Beziehungen. Sowohl Jungen als auch Mädchen können bei der Cyber-Gewalt gegen Mädchen eine Rolle spielen, und zwar als Opfer, Täter oder unbeteiligter Zuschauer.[1]

[1] Während Erwachsene Begriffe wie Opfer, Täter und Zuschauer verwenden, können junge Menschen mit diesen Begriffen möglicherweise nicht viel anfangen. Daher versuchen wir diese Begriffe so gut es geht zu vermeiden. Als Workshop-Leiter sollten Sie sich darüber Gedanken machen, wie sie sich während des Workshops beim Diskutieren dieser Konzepte ausdrücken.

TEIL 1: ALLGEMEINE INFORMATIONEN

2. Was ist Cyber-Gewalt gegen Mädchen?

Ziel dieses Kapitels ist es, den Workshop-Leitern Hintergrundinformationen zum Thema Cyber-Gewalt und ihren verschiedenen Ausprägungen zu liefern. Diese Informationen sind sehr nützlich, um während des Workshops Diskussionen anzuregen.

Bei **Gewalt im Internet** oder "Cyber-Gewalt" handelt es sich um einen Sammelbegriff für die verschiedenen Arten von Gewalt und Belästigungen, zu denen es bei der Verwendung von digitalen Endgeräten kommen kann. Sie existiert in vielen verschiedenen Formen, die von Belästigung, Stalking und Mobbing bis hin zu Hate Speech, Internet-Trollen, Identitätsdiebstahl und Hacking reichen.

CYBERSAFE konzentriert sich auf **Cyber-Gewalt gegen Mädchen**. Mädchen (und Frauen) werden öfter als Jungen (und Männer) zu Opfern extremer Formen von Cyber-Gewalt, vor allem solcher, bei denen sexuelle Aspekte eine Rolle spielen, und die Folgen für ihr Leben können sehr traumatisch sein.

Innerhalb der EU gibt es keine allgemeingültige Definition von Cyber-Gewalt gegen Mädchen und Vorfälle werden oft nicht gemeldet, so dass die tatsächliche Zahl solcher Fälle unbekannt ist. Hier sind allerdings einige Schätzungen:

- Forschungsergebnisse der Weltgesundheitsorganisation zeigen, dass **jede dritte Frau** in ihrem Leben bereits eine Form von Gewalt erlebt hat.[2]
- Laut Schätzungen der EU hat bereits **jede zehnte Frau** (11%) im Alter von 15 Jahren oder älter eine Form von Cyber-Gewalt erlebt. Bei jungen Frauen ist diese Zahl sogar noch höher, **20%** der 18-29-Jährigen haben bereits solche Erfahrungen gemacht.[3]
- In einer Umfrage, die von UNICEF in 30 verschiedenen Ländern durchgeführt wurde, gab **jeder dritte junge Mensch** an, er/sie sei bereits Opfer von Mobbing im Internet geworden.[4]
- Im Rahmen einer Studie in Großbritannien kam heraus, dass **51% der Jugendlichen zwischen 13 und 17 Jahren in Großbritannien** im vergangenen Jahr mitbekommen hatten, wie andere Bilder teilten, auf denen jemand, den sie kannten, nackt oder fast nackt zu sehen war. [5]
- Eine Umfrage von Plan International, für die 14.000 Mädchen (15-25 Jahre) in 22 verschiedenen Ländern befragt wurden, zeigte, dass **58% der Mädchen** bereits sexuelle Belästigung im Internet erlebt hatten, meist auf Facebook oder Instagram. 19% dieser Mädchen nutzten die Plattformen daraufhin weniger oder gar nicht mehr.[6]
- Junge Menschen, die der LGBTI-Gemeinschaft angehören, sind besonders von Cyber-Gewalt gefährdet: **15% der Jugendlichen im Alter von 15-17 Jahren, die zu der LGBTI-Gemeinschaft gehören**, wurden in den vergangenen 12 Monaten auf irgendeine Art online belästigt.[7]

Cyber-Gewalt gegen Mädchen ist ein wachsendes Problem. Immer mehr Menschen haben durch Smartphones und andere digitale Endgeräte Zugang zu Internet und sozialen Medien, was auch dazu führt, dass mehr junge Menschen mit Cyber-Gewalt konfrontiert werden.

---

[2] WHO 2017, "Factsheet: Violence against women", hier verfügbar: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women

[3] European Union Agency for Fundamental Rights (FRA), 2014, "Violence against women: an EU-wide survey", hier verfügbar: http://fra.europa.eu/en/publication/2014/violence-against-women-eu-wide-survey-main-results-report

[4] UNICEF 2019, Pressemitteilung vom 3. September 2019: https://www.unicef.org/press-releases/unicef-poll-more-third-young-people-30-countries-report-being-victim-online-bullying

[5] Project deSHAME 2017, "Young people's experiences of online sexual harassment", hier verfügbar: https://www.childnet.com/ufiles/Project_deSHAME_Dec_2017_Report.pdf

[6] Plan International 2020, "Free to be online?": https://plan-international.org/publications/freetobeonline

[7] FRA 2019, "A long way to go for LGTBI equality", hier verfügbar: https://fra.europa.eu/sites/default/files/fra_uploads/fra-2020-lgbti-equality_en.pdf

2.1 Die vier Hauptarten von Cyber-Gewalt gegen Mädchen[8]

Bei Mädchen ist das Risiko, im Internet Opfer von Gewalt mit sexuellem Hintergrund zu werden, höher als bei Jungen. Diese Form der Gewalt kann auch als sexuelle Gewalt im Internet bezeichnet werden. Sie schließt **alle unerwünschten sexuellen Handlungen auf jeder beliebigen digitalen Plattform** ein.

Die vier Hauptarten von sexueller Gewalt im Internet

1. **Der nicht einvernehmliche Austausch sexueller Bilder (und Videos)**
   Das nicht einvernehmliche Aufnehmen oder Verbreiten sexueller Bilder oder Videos einer Person.
   Beispiel: "**Rachepornos**", bei denen sexuelle Bilder/Videos anfangs einvernehmlich aufgenommen werden, dann jedoch ohne Einverständnis verbreitet werden. *(Es ist wichtig zu erwähnen, dass der Begriff "Racheporno" zwar sehr verbreitet ist, es sich hierbei jedoch um eine fehlerhafte Bezeichnung handelt, da sie fälschlicherweise vermittelt, das Opfer sei in irgendeiner Art und Weise mitverantwortlich)*

2. **Ausbeutung, Nötigung und Drohungen**
   Eine Person erhält sexuelle Drohungen, wird (online) dazu genötigt, sich an sexuellen Handlungen zu beteiligen, oder wird mit sexuellen Inhalten erpresst.
   Beispiel: Bei der "**Sextorsion**" wird die Drohung, sexuelle Inhalte zu veröffentlichen, dazu verwendet, jemanden zu erpressen oder zu nötigen.

3. **Sexualisiertes Mobbing**
   Eine Person wird von eine Gruppe Personen ins Visier genommen und systematisch von dieser ausgeschlossen, indem sexuelle Inhalte verwendet werden, welche die Person erniedrigen, verärgern oder diskriminieren.
   Beispiel: Beim "**Doxing**" werden persönliche Informationen, wie beispielsweise Kontaktdaten, zusammen mit Nachrichten sexueller Natur im Internet veröffentlicht, zum Beispiel "Die ist einfach zu haben".

4. **Unerwünschte Sexualisierung**
   Eine Person erhält unerwünschte sexuelle Angebote, Kommentare und Inhalte.
   Beispiel: Ein Mädchen erhält unerwünschte "**Dickpics**" (Penisfotos).

Jeder der vier Workshops in Teil 2 dieses Dokuments befasst sich eingehender mit einer dieser vier Hauptformen von sexueller Gewalt im Internet und erklärt sie im Detail.

[8] Project DeShame clearly defines (main types of) online sexual violence (or 'online sexual harassment'): https://www.childnet.com/our-projects/project-deshame/defining-online-sexual-harassment
In the CYBERSAFE Toolkit we follow these definitions.

Es ist wichtig, sich bewusst zu machen, dass diese vier Hauptformen von sexueller Gewalt im Internet sich oft überschneiden oder gleichzeitig auftreten. Solche Online-Erfahrungen können sich auch **mit Offline-Erfahrungen überschneiden**, bei denen der Betroffene sexuelle Belästigung, sexuellen Missbrauch, Mobbing, Missbrauch in der Beziehung oder Stalking erlebt.

Sowohl Mädchen als auch Jungen können zu Opfern dieser vier Formen der Cyber-Gewalt werden, doch Mädchen werden viel wahrscheinlicher zur Zielscheibe und solche Vorfälle resultieren für Mädchen öfter in negativen Konsequenzen (z. B. werden Mädchen oft härter verurteilt und ihnen wird eher als Jungen die Schuld dafür gegeben, "zu einem Opfer geworden zu sein").

Opfer kennen die Person, die die Cyber-Gewalt ausübt, oft persönlich, obwohl es ebenso möglich ist, dass diese von einem unbekannten, anonymen Täter ausgeht.

Gewalt online vs. Gewalt offline

Formen von Gewalt gegen Mädchen im Internet können sich oft mit Formen von Gewalt im echten Leben überschneiden und sollten als **zusammenhängend** und als **Ausdruck desselben Phänomens** betrachtet werden. Zum Beispiel kann sexuelle Belästigung im Internet oder Online-Stalking Teil von andauernder (sexueller) Gewalt im echten Leben sein. Außerdem hängt Mobbing im Internet oft mit Vorfällen zusammen, die ihren Ursprung in der Schule haben. Der Online-Aspekt kann Schikane im echten Leben widerspiegeln, die durch digitale Mittel noch verstärkt wird. Er kann auch ein Vorbote für Missbrauch sein, der offline fortgesetzt wird.

2.2 Gründe und Folgen von Cyber-Gewalt gegen Mädchen

Warum kommt es dazu?

Junge Menschen beteiligen sich aus vielerlei Gründen als Cyber-Gewalt gegen Mädchen. Diese Gründe beinhalten:

- **Gruppenzwang:** Sie werden dadurch beliebter und erfahren Zustimmung und Respekt von ihren Freunden. Manchmal haben sie auch Angst davor, selbst zum Opfer zu werden, wenn sie nicht mitmachen.
- **Rache:** Sie wollen jemanden (z. B. eine Exfreundin) beschämen oder sich an jemandem rächen. Oftmals liegt das daran, dass sie verletzt oder unsicher sind.
- **Anonymität:** Das Internet ermöglicht es Menschen, ihre wahre Identität zu verbergen. Menschen tun online Dinge, die sie offline niemals tun oder sagen würden, weil sie denken, es geschehe anonym.
- **Entwicklungsphase:** Während der Pubertät erforschen junge Menschen ihre Sexualität, testen Grenzen aus und gehen schneller Risiken ein, ohne wirklich über die Folgen nachzudenken.
- **Normalisierung:** Oft wird das Handeln nicht als Cyber-Gewalt oder inakzeptables Verhalten erkannt. Jungen Menschen wird oft nicht vermittelt, wie gesunde Beziehungen aussehen.

- **Sich der Folgen nicht bewusst:** Oft beteiligen sie sich, weil sie das Handeln für einen Spaß oder Witz halten und sind sich der emotionalen Folgen nicht bewusst, die ihr beleidigendes Verhalten für andere haben kann. Die emotionalen Folgen sind bei digitaler Kommunikation für gewöhnlich nicht sichtbar.
- **Fehlendes Wissen über Hilfsangebote:** Dieses fehlende Wissen kann dazu führen, dass die Cyber-Gewalt weiter andauert oder sich sogar noch verstärkt.
- **Früherer Missbrauch:** (Junge) Menschen, die bereits häuslichen, sexuellen oder physischen Missbrauch erlebt haben, neigen eher dazu, selbst Gewalt auszuüben, auch online.

"Sexting"

Der Begriff "Sexting" wird oft in Verbindung mit sexueller Gewalt im Internet verwendet. Als Sexting bezeichnet man das **Teilen von sexuellen Nachrichten, Bildern oder Videos.** Wenn dies zwischen zwei (jungen) Menschen geschieht, die sich gegenseitig vertrauen, ist das nicht unbedingt schlecht oder problematisch oder hat etwas mit Gewalt zu tun.

Junge Menschen experimentieren sowohl online als auch offline mit Beziehungen, Liebe und Sex. In den sozialen Medien und Apps finden sie neue Freunde, flirten, gehen romantische Beziehungen ein und senden sich gegenseitig sexuelle Nachrichten. Es ist wichtig, sich bewusst zu machen, das diese Erforschung ihrer Sexualität für gewöhnlich **Teil der normalen sozialen, emotionalen und sexuellen Entwicklung** junger Menschen ist, und dass dieser Online-Kontakt auf positive Weise zu ihrer Entwicklung beitragen kann.

Allerdings **birgt Sexting auch ein Risiko** und junge Menschen müssen über diese Risiken und möglichen Folgen aufgeklärt werden. In einigen Ländern ist es illegal, sexuelle Bilder von Minderjährigen aufzunehmen oder zu besitzen, auch für die Teenager selbst. Des Weiteren beginnen viele Fälle von Cyber-Gewalt mit dem unschuldigen Teilen eines intimen Bildes oder Videos.

Beispiel: Ein Mädchen sendet einem Jungen, dem sie vertraut, ein Nacktbild, doch der Junge verbreitet es ohne ihr Einverständnis weiter. Das Mädchen könnte danach gemobbt werden oder sogar mit der Drohung, ihr Nacktbild an ihre Familie oder Freunde weiterzuleiten, erpresst werden. Und der Junge geht das Risiko ein, strafrechtlich verfolgt zu werden.

Bildungsprogramme und Kampagnen fokussieren sich oft darauf, gänzlich von Sexting, dem anfänglich Teilen intimer Inhalte, abzuraten. Dies könnte junge Menschen jedoch vor den Kopf stoßen, da Sexting für viele von ihnen ein ganz normaler Teil ihres Online-Lebens ist. Dieses Verhalten gibt außerdem **dem Opfer die Schuld**, statt den Fokus auf das inakzeptable Verhalten der Person(en) zu richten, die das Vertrauen des Opfers missbraucht und sein Bild ohne Einverständnis weiterverbreitet haben.

➔ *Als Workshop-Leiter sollten Sie daher Ihren Schüler nicht von jeder Form des Online-Kontakts abraten. Machen Sie ihnen aber bewusst, welche potentiellen Risiken es gibt und was sie tun können, um sich und andere zu schützen.*

Die Auswirkungen auf das Wohlergehen junger Menschen

Die Opfer von Cyber-Gewalt werden oft öffentlich gedemütigt, gemobbt, verspottet, beschämt und stigmatisiert. Dieses Handeln kann signifikante emotionale Auswirkungen haben, sowohl kurz- als auch langfristig. Zu diesen Auswirkungen gehören:

- Geschmälertes Selbstvertrauen
- Ängste und Kummer
- Schuldgefühle und Scham
- Antisoziales Verhalten
- Traumatisierung (und erneute Traumatisierung), psychische Probleme, Depressionen
- Selbstverletzung oder Suizid

Die Tatsache, dass **die Verbreitung von Inhalten einen so viralen Charakter hat**, verstärkt die Auswirkungen von Cyber-Gewalt noch. Was vormals eine rein private Angelegenheit war, kann nun innerhalb von Sekunden mit Millionen anderer Menschen im Internet geteilt werden.

Das Bild oder Video kann für immer im Internet verfügbar bleiben, was dazu führen kann, dass das Opfer **wieder und wieder zum Opfer wird**: Es besteht die Gefahr, dass die missbräuchlichen Inhalte nach dem ersten Vorfall immer wieder im Internet geteilt werden.

Obwohl jede Person Cyber-Gewalt anders erlebt, ist es wichtig anzuerkennen, dass Gewalt online **genauso viel Schaden anrichtet wie offline**. Für gewöhnlich kommt es zwar nicht zu körperlichen Schäden, doch Cyber-Gewalt erreicht ein größeres Publikum, wird oft nicht bestraft und die Inhalte bleiben für immer im Netz.

Cyber-Gewalt kann also emotionale Auswirkungen auf alle Beteiligten haben, selbst auf diejenigen, die sich nur daran beteiligen, und die Täter selbst.

Rechtliche Konsequenzen

Einige Formen von Cyber-Gewalt verstoßen gegen das Gesetz und können auch rechtliche Konsequenzen für alle Beteiligten haben. In europäischen Ländern ist es **illegal, sexuelle Bilder von Minderjährigen (unter 18) aufzunehmen, zu besitzen und zu verbreiten**. Junge Menschen, die dagegen verstoßen, können am Ende strafrechtlich verfolgt werden. Allerdings kommt es in der Realität nicht immer dazu. Es gibt ein wachsendes Bewusstsein dafür, dass Kinder, die zu Opfern werden, nicht für selbst aufgenommene Nacktbilder kriminalisiert werden sollten, und dass junge Menschen nicht ihr Leben lang als vorbestraft gelten sollten, weil sie ein unter Umständen geringfügiges Online-Sexualdelikt begangen haben. In den meisten EU-Ländern werden junge Menschen nur verwarnt, wenn beide Beteiligten unter 18 Jahre alt sind und einvernehmlich Nacktbilder ausgetauscht haben. Die Polizei und die Staatsanwaltschaft sollten eigentlich spezifische Richtlinien zur Verfügung haben, an denen sie sich orientieren können, wenn es zu Fällen von Cyber-Gewalt kommt, an denen Minderjährige beteiligt sind. Dies ist jedoch in vielen EU-Ländern noch nicht der Fall.

Trotzdem ist es aber wichtig, jungen Menschen zu vermitteln, dass sie **immer ein rechtliches Risiko eingehen**, wenn sie sexuelle Inhalte teilen. Vor allem, wenn es dabei um das **nicht-einvernehmliche Teilen von Inhalten, Erpressung, Nötigung oder (Online-) Stalking** geht, kann eine strafrechtliche Verfolgung und anschließende Verurteilung nicht ausgeschlossen werden.

2.3 Sicheres, verantwortungsvolles Verhalten im Internet vermitteln

Die wachsende Verfügbarkeit und Nutzung von Internet, Mobiltelefonen und sozialen Medien eröffnen neue Möglichkeiten von Cyber-Gewalt. Es ist nun wichtiger denn je, unter jungen Menschen ein größeres Bewusstsein dafür zu schaffen, wie man sich im Internet auf **sichere und verantwortungsvolle** Weise verhalten kann; wie man **gesunde Online-Beziehungen** aufbaut und führt; und wie man die **Gleichstellung der Geschlechter im Internet** sicherstellt.

Ein erhöhtes Bewusstsein kann zu Verhaltensänderungen führen. Sobald junge Menschen einmal verstanden haben, was Cyber-Gewalt gegen Mädchen eigentlich ist, welche Auswirkungen sie auf das Opfer haben kann, und welche rechtlichen Folgen auf den Täter zukommen können, sinkt die Wahrscheinlichkeit, dass sie eigene Bilder oder die Bilder anderer ohne nachzudenken teilen. Und wenn sie lernen, wie sich selbst schützen können und was sie tun können, wenn sie Cyber-Gewalt erleben, fühlen sie sich darin bestärkt, etwas dagegen zu unternehmen (z. B. indem sie die Gewalt melden, sich dagegen aussprechen, oder sich Hilfe suchen).

Wenn man über Cyber-Gewalt informiert, kann das leicht zu der Vorstellung führen, es sei sicherer, sich vollständig von der digitalen Welt abzuwenden. Als Workshop-Leiter ist es wichtig, **die richtige Balance zu finden**. Sie sollten jungen Menschen keine Angst vor der Nutzung der Technologie machen, denn es ist sehr wichtig für ihre Entwicklung, dass sie online Kontakte knüpfen und sich beteiligen. Es ist Ihre Aufgabe, ihnen beizubringen, wie sie das auf sichere Art und Weise tun können. Um das effektiv tun zu können, ist es sehr wichtig, dass Sie sich über die folgenden Dinge bewusst sind (und dass sie diese in Ihrem Workshop erkennen und ansprechen, wenn es der Situation angemessen ist):

- **Junge Menschen sind sich oft nicht bewusst, dass sie an Cyber-Gewalt beteiligt sind.** Sie teilen ein Bild oder posten einen Kommentar, weil sie ihn für lustig halten ("War doch nur Spaß") und wissen nicht, oder denken nicht darüber nach, was für Auswirkungen das auf andere haben kann. Ihr Bewusstsein dafür, wie man Cyber-Gewalt erkennt und welche Auswirkungen sie haben kann, kann zu einer Änderung in ihrem Verhalten führen.
- **Junge Menschen ignorieren Cyber-Gewalt oft.** Obwohl viele junge Menschen Cyber-Gewalt erleben oder mitbekommen, melden sie diese oft nicht oder tun nichts dagegen, wie z. B. mit einem Elternteil oder Lehrer darüber zu reden oder dem Opfer beizustehen. Es ist wichtig, junge Leute darauf aufmerksam zu machen, dass das Melden solcher Vorfälle und das Unterstützen des Opfers Optionen sind, und dass es auch noch andere Möglichkeiten gibt, wie sie dabei helfen können, das Problem zu lösen. Junge Menschen müssen vielleicht **Hürden** überwinden, die sie davon abhalten, die Fälle zu melden oder etwas zu unternehmen. Dabei kann es sich z. B. um Scham oder Angst vor möglichen Konsequenzen handeln (wie selbst gemobbt zu werden oder die Schuld zugeschrieben zu bekommen). Diese Hürden sollten ebenfalls während des Workshops behandelt werden.
- **Junge Menschen geben oft dem Opfer die Schuld.** Es kann zu einer anderen Einstellung und einer Verhaltensänderung führen, wenn man das sog. "Victim Blaming" (dem Opfer die Schuld geben) und gewisse Stereotype anspricht, diskutiert und ein Bewusstsein dafür schafft.

Victim Blaming

Opfer werden oft von Gleichaltrigen für **die Gewalt, die sie erleben, verantwortlich gemacht**. Gründe dafür können unbewusste stereotype Annahmen und der Wunsch, dazu zu gehören und akzeptiert zu werden, sein.

Sie geben beispielsweise dem Mädchen die Schuld, das ein Nacktbild versendet oder ein "sexy" Bild gepostet hat, statt die Schuld der Person zu geben, die es ohne Einverständnis weiterverbreitet hat, oder der Person, die sexuelle Kommentare darunter geschrieben hat. Ein typischer Kommentar lautet: "*das Mädchen war so dumm, ihr Nacktbild an ihren Freund zu schicken, sie ist selbst schuld daran, dass das Bild nun überall im Internet zu finden ist*".

Opfer **geben sich auch oft selbst die Schuld**. Wenn es sich beim Opfer um ein Mädchen statt um einen Jungen handelt, ist es wahrscheinlicher, dass das Opfer sich mit einer negativen Reaktion von sowohl männlichen als auch weiblichen Gleichaltrigen konfrontiert sieht, wenn sein Bild verbreitet wird.

Victim Blaming kann dazu führen, dass das Opfer die Belästigung **immer wieder erlebt** und weitere Schäden und Leid verursacht werden.

➔ *Als Workshop-Leiter ist es wichtig, Victim Blaming anzuerkennen und zu behandeln. Ihre Schüler könnten unbewusste Vorurteile oder stereotype Annahmen haben, vor allem, wenn es um Mädchen geht.* ***Unterstützen Sie ihre Schüler dabei, diese Ansichten in Frage zu stellen****.*

Denken Sie daran: Das Wichtigste, das junge Menschen in Bezug auf Cyber-Gewalt lernen können, ist, dass sie immer **mit jemandem darüber reden sollten, dem sie vertrauen**, wenn sie Cyber-Gewalt erleben oder beobachten. Im besten Fall handelt es sich dabei um einen Erwachsenen, z. B. einen Elternteil, Lehrer, Nachbarn, Trainer etc. Es kann aber auch ein Freund oder Mitschüler sein. Sie sollten Ihre Schüler darauf aufmerksam machen, dass sie sich nicht schämen müssen, und dass eine andere Person ihnen dabei helfen kann, das Problem zu lösen und Unterstützung zu finden.

Angst vor der Polizei

Junge Menschen haben oft Angst davor, sich an die Polizei zu wenden, weil sie denken, dass sie in Schwierigkeiten kommen könnten, weil sie durch das Teilen eigener Nacktbilder gegen das Gesetz verstoßen haben.

Als Workshop-Leiter ist es sehr wichtig, auf diese Ängste einzugehen:

- Machen Sie deutlich, dass es zwar illegal ist, sexuelle Bilder von Minderjährigen zu machen, aber dass die Person, die das Bild von sich selbst gemacht hat, nicht strafrechtlich verfolgt wird, wenn sie später Opfer einer Straftat wird, die mit diesem Bild in Verbindung steht.
- Um diese Ängste vor der Polizei abzumildern, können Sie sie den ungefähren **Ablauf solcher Ermittlungsverfahren** skizzieren: In der Regel findet eine Befragung durch einen spezialisierten Ermittler statt, und dann sammelt die Polizei Beweise. Die Polizei hat die Möglichkeit, durch die Nutzung verschiedener Technologien Bilder zu erlangen und herauszufinden, wann und an wen diese Bilder verschickt wurden.
- Raten Sie den Schülern, in Begleitung eines Erwachsenen, dem sie vertrauen, oder eines Freundes zur Polizei zu gehen.

3. Wie das CYBERSAFE Toolkit verwendet wird[9]

In diesem Abschnitt geht es darum, die Leiter mit den nötigen praktischen Hilfsmitteln auszustatten, damit sie einen CYBERSAFE Workshop abhalten können. Aufgrund des Themas dieses Projekts und der Beteiligung junger Menschen ist es sehr wichtig darauf zu achten, dass eine geschützte Umgebung für den Workshop geschaffen wird und die teilnehmenden Schüler sich sicher fühlen können.

3.1 Benötigte Ressourcen

Das CYBERSAFE Toolkit: https://www.stoponlineviolence.eu/online-tool/
Klicken Sie auf den Link, um zum **Leitfaden für Workshop-Leiter** mit vier verschiedenen Workshop-Plänen (dieses Dokument), zum **Online Tool** und zum **CYBERSAFE Poster** zu gelangen. (Lesen Sie den Abschnitt 3.3 Das CYBERSAFE Online Tool für weitere Instruktionen darüber, wie sie Zugang zu dem Tool erhalten.)

Logistik
Klassenzimmer, Digital- oder Smartboard, Internetverbindung (Wi-Fi), Smartphones oder Laptops (eines/einer pro Schüler), CYBERSAFE Poster.

[9] Die Inhalte in diesem Abschnitt basieren auf:
Project deShame (2017), "Step up, speak up. Online sexual harassment teaching guide", hier verfügbar: https://www.childnet.com/ufiles/Teaching_Guide_Step_Up_Speak_Up.pdf

Veranstalter/Assistent

Wir raten Ihnen zu **einem Workshop-Leiter** und **einem Assistenten** pro Workshop. Der Assistent kann Schüler, die während des Workshops eine Pause brauchen oder ein privates Gespräch über ihre Erfahrungen und Gefühle außerhalb der Gruppe führen möchte, begleiten und unterstützen.

Keine Internetverbindung

Wenn keine Internetverbindung verfügbar ist oder wenn im Klassenzimmer keine Smartphones erlaubt sind, können Sie das Online Tool nicht nutzen. Sie können aber dennoch einen Offline-Workshop abhalten. Navigieren Sie zu Anlage 1. Offline-Workshops für weitere Informationen.

3.2 Aufbau des Workshops

Jeder Workshop ist für eine Länge von **1 Stunde und 30 Minuten** konzipiert. Sie können sich aber auch dafür entscheiden, den Workshop über mehrere Schulstunden zu strecken. Dann bleibt mehr Zeit für Diskussionsrunden. Alternativ können Sie auch alle vier Workshops kombinieren, z. B. im Rahmen eines Projekttages oder einer Projektwoche. Wenn Sie den Workshop-Plan bereits durchgearbeitet und noch Zeit übrighaben, können Sie eine der Aktivitäten aus Anhang 1. Offline-Workshops durchführen.

Das **CYBERSAFE Online Tool** bildet die Grundlage des Workshops. Ziel des Online Tools ist es, die Schüler über die verschiedenen Formen von Cyber-Gewalt aufzuklären und, was am wichtigsten ist, eine **Diskussion** anzuregen und zu leiten.

Jeder Workshop folgt demselben Schema

1. **Einführung**
   - Kurze Einführung ins Thema
   - Schaffen einer geschützten Umgebung (Grundregeln, Möglichkeiten, um Vorfälle zu melden und sich Unterstützung zu suchen)

2. **Online Tool: *Abstimmen & Diskutieren***
   - Beginnt mit einem echten Fall von Cyber-Gewalt
   - Die Schüler können anonym über verschiedene Dilemmas abstimmen
   - Die Ergebnisse der Abstimmung werden verwendet, um eine kurze Gruppendiskussion anzuregen
   - Es werden praktische Ratschläge dazu gegeben, wie man Cyber-Gewalt verhindern oder mit ihr umgehen kann

3. **Online Tool: *Rollenspiel***
   - Die Schüler führen mithilfe ihrer Smartphones ein Rollenspiel in kleinen Gruppen durch. Das ermöglicht es ihnen, sich in die Rolle eines Opfers, eines Täters oder eines Zuschauers während einer Situation, in der Cyber-Gewalt geschieht, hineinzuversetzen.
   - Die gemachten Erfahrungen und Beobachten werden in einer Gruppendiskussion besprochen.

4. **Abschluss**
   - Zeit, um das Gehörte noch einmal zu besprechen und zusammenzufassen
   - Möglichkeiten zur Unterstützung und zum Melden von Vorfällen von Cyber-Gewalt werden noch einmal angesprochen

Für detailliertere Informationen zum Aufbau und der Leitung der Workshops sehen Sie sich die Workshop-Pläne in Teil 2 dieses Dokuments an.

3.3 Das CYBERSAFE Online Tool

Das Online Game Tool bietet Szenarien aus dem echten Leben, in denen es zu Cyber-Gewalt gegen Mädchen kommt. Das Tool besteht aus zwei Teilen: "Abstimmen & Diskutieren" und "Rollenspiel"

Anonymität

Bei "Abstimmen & Diskutieren" können Schüler das Online Tool anonym über ihr Smartphone oder ihren Laptop nutzen. Um ihre Privatsphäre sicherzustellen, müssen sie dabei nicht ihren Namen angeben und es ist nicht möglich, mit dem Tool die Antworten zu einzelnen Schülern zurückzuverfolgen. Die anonyme Abstimmung gibt den Schülern die Möglichkeit, ihre Gedanken frei zu äußern, wenn es um sensible Themen in Bezug auf sexuelle Gewalt im Internet geht. Außerdem ermutigt das die Schüler, die sich nicht trauen, ihre Meinung laut in einer Gruppendiskussion auszusprechen. Als Workshop-Leiter ist es wichtig, dass Sie die Anonymität aller Teilnehmer zu jedem beliebigen Zeitpunkt respektieren.

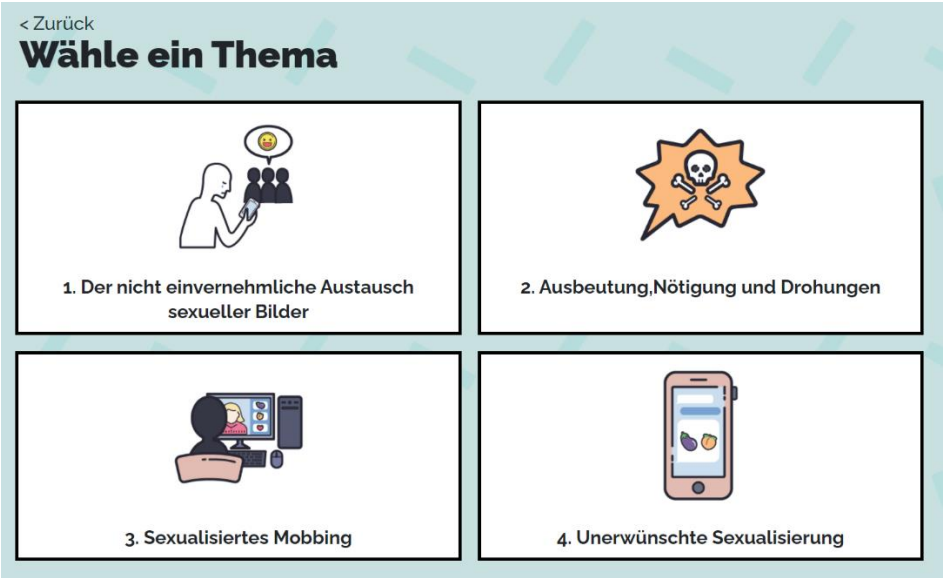
Alle Szenarios im Online Tool basieren auf Fällen aus dem echten Leben. Um die Privatsphäre aller Beteiligten zu respektieren werden aber nicht deren echte Namen verwendet.

Zugang

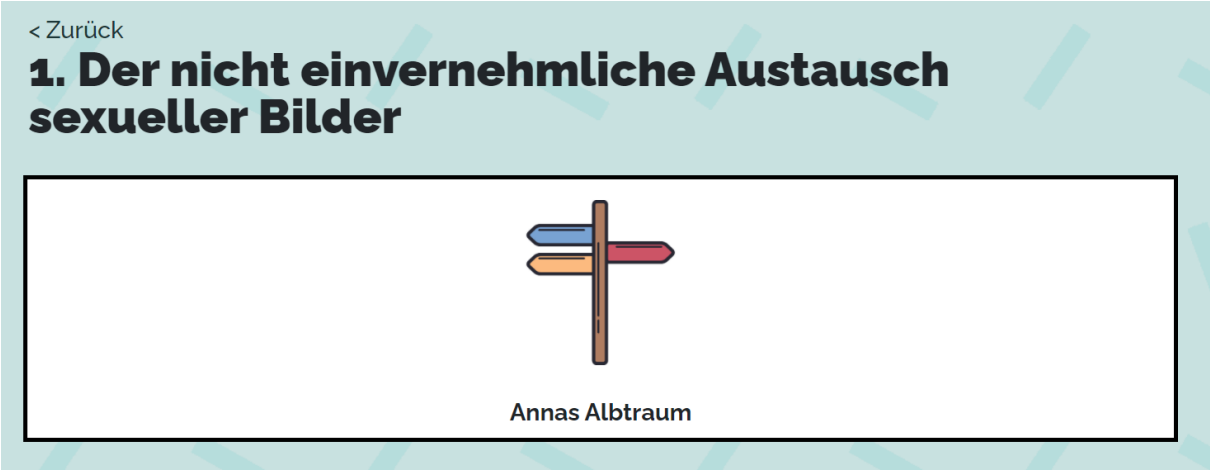
Als **Workshop-Leiter** folgen Sie bitte den folgenden Schritten:

1. Besuchen Sie die URL des Online Tools: https://www.stoponlineviolence.eu/online-tool/
2. Wählen Sie die entsprechende Sprache aus und klicken Sie auf "*Workshop erstellen*"

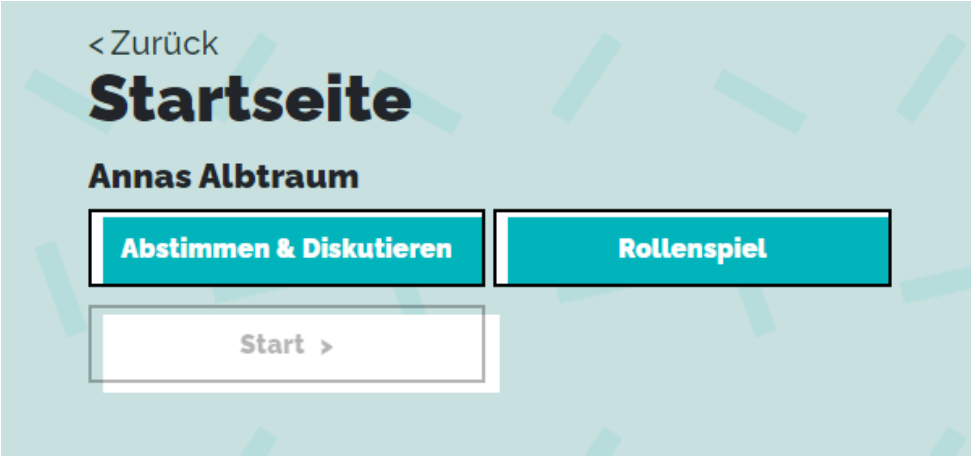
3. Wählen Sie einen Workshop



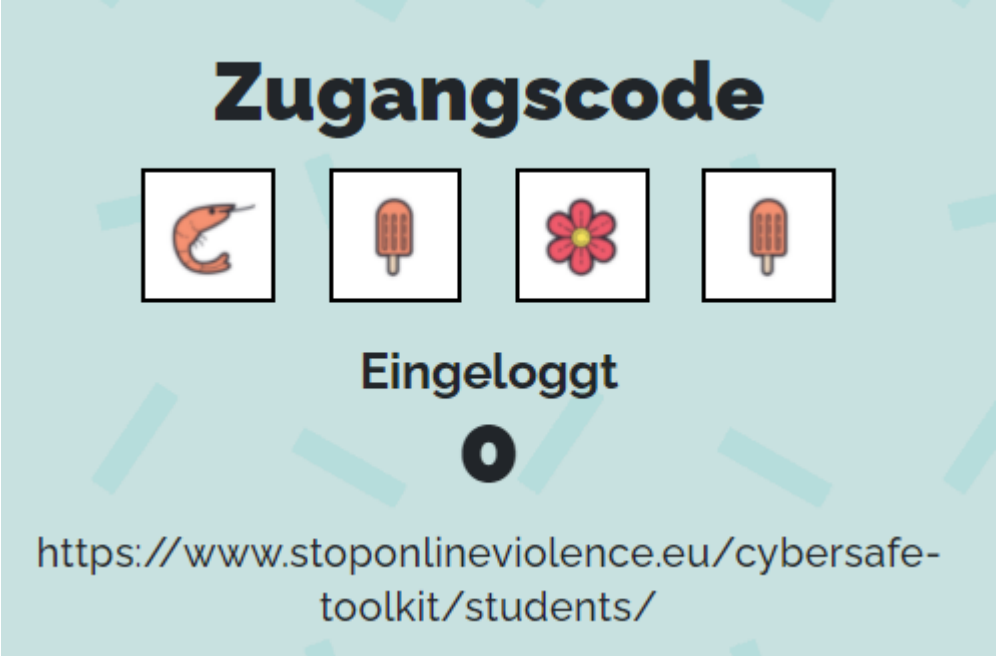
4. Wählen Sie ein Szenario



5. Wählen Sie entweder "*Abstimmen & Diskutieren*" oder "*Rollenspiel*"



6. Dann wird ein Zugangscode für die Schüler generiert, den sie zum Einloggen benötigen. Hier sehen Sie auch, wie viele Schüler sich bereits eingeloggt haben. Sobald jeder eingeloggt ist, klicken Sie auf *"Start"*.



Die Teilnehmer des Workshops müssen den folgenden Schritten folgen:

1. Besuchen Sie die folgende URL, um Zugang zum Online Tool zu erhalten: https://www.stoponlineviolence.eu/online-tool/students

2. Wählen Sie *"Workshop beitreten"*

3. Tippen Sie die Symbole an, die auf dem Bildschirm des Workshop-Leiters zu sehen sind.

Sobald jeder Zugang zum Online Tool hat, folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm.

Video-Tutorials

Für Video-Tutorials darüber, wie Sie auf das Online Tool zugreifen und einem Workshop beitreten können, besuchen Sie bitte:

Tutorial "Abstimmen & Diskutieren": https://youtu.be/5-B5We1YnQ0
Tutorial "Rollenspiel": https://youtu.be/LWJrn3Voz84

3.4 Eine geschützte Umgebung schaffen

Es ist wichtig, dass die Workshops in einer geschützten Umgebung stattfinden, in der Ihre Schüler sich wohl dabei fühlen, mit Ihrer Unterstützung über ihre Gefühle und Vorstellungen zu sprechen.

Als Workshop-Leiter können Sie die folgenden Dinge tun, um eine geschützte Umgebung zu schaffen, in der die Diskussionen ganz frei stattfinden können:

- **Stellen Sie Grundregeln auf**
  Einigen Sie sich mit Ihren Schülern auf einige Grundregeln, die ganz klar festlegen, wie sich die Schüler verhalten und wie die Diskussionen ablaufen sollen. Für eine detailliertere Beschreibung, wie Sie das umsetzen können, sehen Sie sich die Box weiter unten an.

- **Stellen Sie sicher, dass die Teilnahme am Workshop freiwillig ist**
  Schüler sollten nur freiwillig am Workshop teilnehmen. Außerdem sollten die Schüler wissen, dass sie jederzeit eine Pause machen können, sollten sie zu irgendeinem Zeitpunkt nicht mehr am Workshop teilnehmen wollen. Einige Schüler haben vielleicht bereits persönliche Erfahrungen mit den behandelten Themen gemacht und diese könnten emotionale Reaktionen bei ihnen auslösen. Stellen Sie sicher, dass es einen Ort und eine geeignete Aufsichtsperson gibt, wo Schüler eine Pause machen und eventuelle Unterstützung bekommen können, falls sie diese benötigen.

- **Verwenden Sie eine urteilsfreie Sprache**

Obwohl einige Ansichten hinterfragt werden können und auch sollten, ist es sehr wichtig, Schüler nicht an den Pranger zu stellen oder zu verurteilen, wenn sie während des Workshops ihre Gedanken mitteilen. Erkennen Sie an, dass ihre Ansichten relevant sind und unterstützen Sie sie dabei, ihre Gedanken und Schlussfolgerungen in Worte zu fassen. Außerdem sollten Sie es nicht zulassen, dass die Schüler sich gegenseitig verurteilen.

- **Keine echten Namen**
  Wenn Schüler eine persönliche Geschichte über sich selbst oder andere teilen möchten, ist es besser, wenn sie die dritte Person verwenden und über "meine Freundin Sally" oder einfach "einen Freund" oder "jemand, den ich kenne" sprechen, statt die echten Namen der Personen zu verwenden. Falls Schüler das Gefühl haben, über eine sehr persönliche Geschichte reden zu müssen, teilen Sie ihnen mit, wann und wo sie darüber mit einem geeigneten Gesprächspartner sprechen können.

- **Schaffen Sie einen sicheren physischen Ort**
  Ziehen Sie eine alternative Sitzordnung wie z. B. einen Stuhlkreis in Betracht. Das regt zur Diskussion und Beteiligung an. Sie können auch das CYBERSAFE Poster aufhängen, auf dem sich Kontaktinformationen zu Beratungsstellen und anderen Hilfsorganisationen befinden.

- **Stellen Sie eine Fragenbox auf**
  Es könnte sein, dass Schüler sich nicht trauen, ihre Fragen vor der ganzen Gruppe zu stellen. Laden Sie ihre Schüler dazu ein, diese Fragen auf einen Zettel zu schreiben und während des Workshops oder danach in diese Box zu werfen. Wenn sie sich eine individuelle Antwort wünschen, bitten Sie sie darum, ihren Namen darunter zu schreiben. Erklären Sie den Schülern, dass sie anonym gestellte Fragen auf allgemeine Weise während des nächsten Workshops oder zu geeigneter Zeit für die ganze Gruppe beantworten werden (ohne Namen oder Details zu nennen).

Mit Ihren Schülern Grundregeln festlegen

Gewisse Grundregeln sollen eine Umgebung schaffen, in der sich jeder sicher und respektiert fühlt. Sie sind am effektivsten, wenn die Schüler das Gefühl haben, dass sie selbst für diese Regeln verantwortlich sind. Daher ist es sehr wichtig, dass sie die Regeln **selbst diskutieren und beschließen**.

Weiter unten finden Sie ein **Beispiel für eine Reihe von Grundregeln**, die Sie verwenden und mit Ihren Schülern diskutieren und beschließen könnten. Ermutigen Sie sie, sich mit diesen Regeln zu beschäftigen und unter Umständen noch weitere Regeln aufzustellen, bevor Sie fortfahren.

- **Respekt -** "Wir respektieren uns gegenseitig, den Workshop-Leiter und die Themen, über die wir heute sprechen werden. Wir antworten, ohne zu verurteilen."
- **Vertraulichkeit -** "Wir respektieren die Privatsphäre der anderen, sowohl während dieses Workshops als auch danach."
- **Zuhören -** "Wir hören einander und dem Workshop-Leiter zu. Jede Meinung ist wichtig."
- **Beteiligung -** "Wir wollen diesen Workshop so gut nutzen wie wir können, und so gut wir können an den Aktivitäten teilnehmen."
- **Fragen stellen -** "Wir stellen Fragen, wenn wir uns bei einem Thema nicht ganz sicher sind."
- **Unterstützung bei sensiblen Themen -** "Wir bitten um eine Pause oder Unterstützung, wenn uns etwas zu viel wird."
- **Jugendschutz -** "Wenn wir Hilfe brauchen, wissen wir, an wen wir uns in der Schule wenden können.

Der Workshop-Leiter sollte hier auch erklären, wie er/sie damit umgeht, sollte ein Schüler ihm eine persönliche Geschichte anvertrauen, und inwieweit die geteilten Informationen dann vertraulich behandelt werden können.

3.5 Ihren Schülern Sicherheit geben

Sensible Themen

Die Workshop-Szenarios basieren auf Fällen von Cyber-Gewalt gegen Mädchen aus dem echten Leben, daher ist es sehr wahrscheinlich, dass einige Ihrer Schüler oder deren Bekannte bereits solche Erfahrungen machen mussten. Diese Themen in einer Gruppe Gleichaltriger zu besprechen **könnte eine emotionale Reaktion auslösen.**

Gehen Sie sensibel mit den Bedürfnissen Ihrer Schüler um und sagen Ihnen von Anfang an klar, was sie tun können, falls die Teilnahme am Workshop ihnen Sorgen hinsichtlich ihrer Erfahrungen im Internet auslöst oder falls sie sich nach ihrer Teilnahme unwohl fühlen. Machen Sie klar, dass die Schüler mit Ihnen, dem Workshop-Assistenten, einem Lehrer oder einem speziell geschulten Mitarbeiter sprechen können, wenn sie sich unwohl fühlen, und zwar zu jedem Zeitpunkt während des Workshops und danach. Weisen Sie sie auch auf andere Möglichkeiten wie anonyme Beratungsstellen und Organisationen hin, die Unterstützung und Rat in Bezug auf digitale Sicherheit anbieten.

Wiederholen Sie die Optionen für Unterstützung und Hilfe

Sagen Sie Ihren Schülern **vor und nach den Aktivitäten,** wohin Sie sich für weitere Informationen und Unterstützung wenden können. **Erinnern Sie Ihre Schüler** auch in den Tagen und Wochen nach den Aktivitäten noch regelmäßig daran, wo sie sich Hilfe und Unterstützung holen können. Hängen Sie das **CYBERSAFE Poster** im Klassenzimmer auf, auf dem sich Informationen befinden, wo die Schüler Hilfe bekommen können und an welche Hilfsorganisationen sie sich wenden können.

Wenn Schüler sich Ihnen anvertrauen

Denken Sie daran, dass das Ziel des Workshops nicht darin besteht, die Schüler dazu zu bringen, Ihnen persönliche Erfahrungen anzuvertrauen. Aufgrund der problematischen Themen, die behandelt werden, kann es dennoch dazu kommen, dass ein Schüler Ihnen eine eigene negative Erfahrung im Internet anvertraut oder die eines Mitschülers. Sollte das geschehen, **bleiben Sie ruhig und erlauben Sie sich keinerlei Urteil**.

Lassen Sie den Schüler wissen, dass er oder sie richtig gehandelt hat, als er sich Ihnen anvertraut hat, und **danken Sie ihm oder ihr dafür, dass er oder sie Ihnen von dieser Erfahrung berichtet hat**. Halten Sie sich dann an die jeweiligen Jugendschutzrichtlinien Ihrer Schule oder Organisation bzw. Maßnahmen zur Gefahrenabwehr, wie Sie es normalerweise in einer solchen Situation tun würden.

Es ist sehr wichtig für junge Menschen, dass sie verstehen, dass diese Workshops zwar einen Raum dafür bieten, offen und ehrlich zu sein, Sie als Workshop-Leiter und Ihre Schule aber zum Jugendschutz verpflichtet sind. Informieren Sie Ihre Schüler darüber, **dass Sie möglicherweise dazu verpflichtet sind, die Schule zu informieren** (z. B. eine speziell geschulte Lehrkraft), falls sie Ihnen etwas anvertrauen sollten, das in Bezug zu illegalen Aktivitäten steht oder aufgrund dessen jemand zu Schaden kommen könnte. Der jeweilige Schüler kann an diesem Gespräch beteiligt sein, falls er oder sie möchte. Danach wird gemäß der jeweiligen Richtlinien der Schuler weiterverfahren.

Weitere Tipps für das Leiten eines Workshops

- Lesen Sie diesen Leitfaden und den Workshop-Plan bereits vor dem Workshop.
- Stellen Sie sicher, dass Sie mit den Jugendschutzrichtlinien Ihrer Schule oder Organisation vertraut sind, damit Sie wissen, wie Sie sich verhalten müssen.
- Überprüfen Sie, ob die Schule darüber informiert ist, welche Art von Unterstützung sie Schülern anbieten kann, sollten diese nach der Teilnahme am Workshop besorgt oder beunruhigt sein.
- Stellen Sie sicher, dass Sie gut über weitere Hilfsangebote für Teenager informiert sind, wie z. B. landesweite oder lokale (anonyme) Beratungsstellen oder andere Hilfsorganisationen.

TEIL 2: WORKSHOP-PLÄNE

Workshop-Plan 1: Der nicht einvernehmliche Austausch sexueller Bilder

In diesem Workshop liegt der Fokus auf dem "Nicht einvernehmlichen Austausch sexueller Bilder", einer der vier Hauptformen von Cyber-Gewalt, mit denen CYBERSAFE sich auseinandersetzt. Schüler werden lernen, wie sie diese Form der Cyber-Gewalt erkennen, verstehen und verhindern können, und wie sie sich verhalten können, sollte es doch dazu kommen. Der Fokus liegt auf dem potentiellen Opfer, dem Täter und dem Zuschauer.

Vorbereitung auf den Workshop

- Machen Sie sich mit dem Thema vertraut, lesen Sie den Leitfaden für Workshop-Leiter (***Teil 1***) und diesen ***Workshop-Plan***.
- Stellen Sie sicher, dass Sie mit den jeweiligen Jugendschutzrichtlinien Ihrer Schule vertraut sind, damit Sie immer wissen, wie Sie mit einer Situation umzugehen haben.
- Stellen Sie sicher, dass Sie auch über andere Hilfsangebote für Teenager gut informiert sind. Besuchen Sie die CYBERSAFE-Website (www.stoponlineviolence.eu) für weitere Informationen zu landesweiten oder lokalen (anonymen) Beratungsstellen und Hilfsorganisationen in Ihrem Land.
- Informieren Sie Ihre Schüler vor und nach dem Workshop darüber, wohin sie sich für weitere Informationen und Hilfe wenden können. Erinnern Sie sie auch in den Tagen und Wochen nach dem Workshop regelmäßig an diese Optionen. Hängen Sie das CYBERSAFE Poster im Klassenzimmer auf, auf dem sich ebenfalls Kontaktinformationen zu Beratungsstellen und Hilfsorganisationen finden.

Ressourcen

Digital- oder Smartboard, Smartphones (eins pro Schüler), das CYBERSAFE Online Tool, Zugang zum Internet via Wi-Fi.

Sollte es keine Internetverbindung geben oder sollten Schüler ihre Smartphones im Klassenzimmer nicht nutzen dürfen, können Sie das CYBERSAFE Online Tool nicht verwenden. Sie können aber dennoch einen Offline-Workshop abhalten. Siehe Anhang 1. Offline-Workshops für weitere Informationen.

Aufbau des Workshops

Aktivität	Inhalt	Dauer
1. Einführung	Einführung ins Thema Grundregeln	15 Min.
2. Abstimmen & Diskutieren	Die Gruppe stimmt ab und diskutiert, Gruppendiskussion zu jedem Dilemma	40 Min.
3. Rollenspiel	Rollenspiele in kleinen Gruppen, Gruppendiskussion am Ende	20 Min.
4. Abschluss	Hinweise auf Hilfe, Unterstützung und Meldemöglichkeiten	15 Min.
	Gesamtdauer:	**90 Min.**

1. Einführung ins Thema

- Schaffen Sie eine geschützte Umgebung und stellen Sie Grundregeln auf → Siehe *3.4 Eine geschützte Umgebung schaffen*
- Informieren Sie Ihre Schüler darüber, wo sie Unterstützung finden und Vorfälle melden können, und wie sie damit umgehen werden, sollte sich Ihnen einer der Schüler anvertrauen wollen → Siehe *3.5 Geben Sie Ihren Schülern Sicherheit*
- Geben Sie eine kurze Einführung ins Thema. → Nutzen Sie die Informationen weiter unten

Der nicht einvernehmliche Austausch sexueller Bilder[10] bedeutet, dass sexuelle Bilder (oder Videos) von einer Person ohne ihr Einverständnis aufgenommen oder verbreitet werden. In diese Kategorie fallen einige verschiedene Verhaltensmuster, wie z. B.:

- Sexuelle Bilder, die zwar einvernehmlich aufgenommen wurden, aber ohne Einverständnis verbreitet werden (z. B. um "Rache zu nehmen")
- Sexuelle Bilder, die ohne Einverständnis aufgenommen wurden (sog. "Creep Shots", bei denen Frauen ohne ihr Wissen fotografiert werden, oder "Up-Skirting", wobei Frauen heimlich unter den Rock fotografiert oder gefilmt wird)
- Nicht einvernehmliche sexuelle Handlungen (z. B. Vergewaltigungen), die aufgenommen und im Internet verbreitet werden

Eine typische Situation ist folgende: *Ein Mädchen oder ein Junge teilt während eines sexuellen Austauschs ("Sexting") aus freien Stücken ein intimes Foto oder Video mit jemandem. Diese Person teilt es dann ohne Einverständnis mit anderen, entweder via Direktnachrichten-Apps oder über soziale Medien.*

An solche Bilder gelangt man auch, indem man sich in den Computer, Account in den sozialen Medien oder das Smartphone hackt. Junge Menschen können auch zu Opfern solcher Vorfälle werden, indem jemand ein Nacktbild teilt und behauptet, sie seien darauf zu sehen, obwohl das nicht der Wahrheit entspricht.

Sowohl Jungen als auch Mädchen können zum Opfer dieser Art der Cyber-Gewalt werden (oder zum Täter). Sie scheint jedoch öfter Mädchen zu treffen, und wenn es dazu kommt, scheinen Mädchen auch härter verurteilt zu werden als Jungen.

Denken Sie aber daran - Sexting ist nichts Schlimmes!

Der nicht einvernehmliche Austausch sexueller Bilder beginnt in der Regel mit Sexting. Denken Sie jedoch daran, dass Sexting nichts Schlimmes ist, wenn beide Beteiligten es aus freien Stücken tun. Sie sollten dieses Verhalten während des Workshops **nicht verurteilen**.

Sexting wird zu Cyber-Gewalt, wenn jemand ein sexuelles Bild **ohne Einverständnis** der Person, die darauf zu sehen ist, weiterverbreitet. Und genau das ist die Art von Verhalten, auf die Sie sich während des Workshops konzentrieren sollten.

[10] Diese Definition basiert auf dem Project deShame (2017), S. 13.

2. Abstimmen & Diskutieren

Das Ziel der Aktivität "Abstimmen & Diskutieren" ist es, Fälle aus dem echten Leben zu diskutieren, bei denen es zu einem nicht einvernehmlichen Austausch sexueller Bilder kam. So können Schüler ihre Ansichten anonym mitteilen und sich in einem unpersönlichen, geschützten Rahmen an einer Gruppendiskussion beteiligen. Die Schüler werden außerdem praktische Informationen darüber erhalten, wie sie diese Art von Cyber-Gewalt erkennen und verstehen können, und wie sie ihr vorbeugen und mit ihr umgehen können.

Ihre Aufgabe als Workshop-Leiter ist es, das Online Tool zu starten und den Abstimmungsprozess sowie die Gruppendiskussionen zu leiten. Stellen Sie sicher, dass die Schüler sich weiterhin in einer geschützten Umgebung befinden, und vergewissern Sie sich, dass sie die erhaltenen Informationen verstanden haben, indem Sie ihnen Fragen dazu stellen.

Für weitere Informationen zur Einrichtung des Online Tools → siehe 3.3 Das CYBERSAFE Online Tool. Wählen Sie dann "Abstimmen & Diskutieren" und folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm.

- Die Aktivität "Abstimmen & Diskutieren" beginnt mit einem echten Fall von Cyber-Gewalt. Lesen Sie den Text auf dem Bildschirm laut vor.
- **Dilemma-Runde 1:** Das erste Dilemma wird vorgestellt, lesen Sie auch dieses laut vor. Ihr Schüler werden nun mit ihren Smartphones anonym darüber abstimmen. Auf der nächsten Seite werden die Ergebnisse der Abstimmung angezeigt.
- Nutzen Sie die Ergebnisse, um eine Gruppendiskussion zu starten. Fragen Sie Ihre Schüler nicht, wie sie abgestimmt haben! Die Schüler dürfen Ihre Stimme anonym abgeben und während der Diskussion allgemeine Aussagen machen oder in der dritten Person sprechen.
- Nach der Seite mit den Ergebnissen der Abstimmung folgt eine Seite mit praktischen Informationen darüber, wie man in diesem speziellen Fall die Cyber-Gewalt verhindern oder mit ihr umgehen könnte. Lesen Sie auch diesen Text laut vor und vergewissern Sie sich, dass Ihre Schüler ihn verstanden haben und ob sie gerne noch etwas hinzufügen würden.
- Es folgen einige weitere Dilemma-Runden. Versuchen Sie, jede innerhalb von 7 bis 10 Minuten abzuschließen.

3. Rollenspiel

Das Ziel der Rollenspiele ist es, dass die jungen Menschen sich in die Rolle eines Opfers, Täters oder Zuschauers während einer Situation hineinversetzen können, in der es zu einem nicht einvernehmlichen Austausch sexueller Bilder kommt.

Ihre Aufgabe als Workshop-Leiter ist es, diesen Prozess zu erklären und zu überwachen sowie die Gruppendiskussion im Anschluss zu leiten. Stellen Sie sicher, dass die Schüler sich weiterhin in einer geschützten Umgebung befinden, und stellen Sie Ihren Schülern Fragen dazu, um herauszufinden, wie sie sich in ihrer jeweiligen Rolle gefühlt haben und ob sie wissen, wie sie mit einer ähnlichen Situation umgehen würden.

→Siehe auch 3.3 Das CYBERSAFE Online Tool für weitere Informationen zur Einrichtung des Online Tools. Wählen Sie dann "Rollenspiel" aus und folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm.

- Die Schüler führen nun in kleinen Gruppen von 3 Personen ein Rollenspiel durch. Sie verwenden dabei ein Smartphone, das von Schüler zu Schüler weitergereicht wird. Ihnen werden die Rollen des Opfers, des Täters und des Zuschauers zugewiesen und sie wechseln sich dabei ab, den ihrer jeweiligen Rolle zugewiesenen Text vorzulesen.

Die Rollenspiele sind am effektivsten, wenn die 3er-Gruppen den Workshop-Raum verlassen und in einem anderen Raum allein und ungestört die Rollenspiele durchführen können. Falls Sie als Leiter jedoch der Meinung sind, dass bei diesem Szenario die nötige Betreuung nicht gewährleistet werden kann und/oder falls dies gegen Ihre Richtlinien verstößt, können Sie die Gruppen die Rollenspiele auch im Workshop-Raum durchführen lassen. In diesem Fall sollten Sie sicherstellen, dass der Raum genug Platz bietet, damit jede Gruppe ihr Rollenspiel mit etwas Abstand zu den anderen durchführen kann.

- Nach Abschluss der Rollenspiele begeben sich die Schüler wieder zurück zu ihren Plätzen und teilen ihre Beobachtungen und Erlebnisse im Rahmen einer Gruppendiskussion.

Die Gruppendiskussion leiten

Das Online Tool bietet eine Menge Informationen, die Sie nutzen können, wenn Sie die Diskussionen während der Aktivitäten "Abstimmen & Diskutieren" und "Rollenspiel" leiten. Für weitere Informationen siehe Teil 1 dieses Leitfadens, insbesondere die folgenden Abschnitte:

→ *2.2 Gründe und Folgen von Cyber-Gewalt gegen Mädchen,* für weitere Informationen darüber, **warum sich junge Leute am nicht einvernehmlichen Austausch sexueller Bilder beteiligen**, was das für **emotionale Auswirkungen** haben kann und welche **Folgen** er für die Beteiligten haben kann.
→ *2.3 Sicheres, verantwortungsvollen Verhalten vermitteln* Sehen Sie sich die Box über **Victim Blaming** and und gehen Sie darauf ein, sollte es während des Workshops dazu kommen.

Im Folgenden finden Sie einige mögliche weiterführende Fragen:

Würdest du anders darüber denken, wenn das Opfer ein Junge wäre? - um Vorurteile anzusprechen und abzubauen
Würde ein guter Freund dich fragen, ob du dich am Teilen von Nacktfotos einer Person ohne deren Einverständnis beteiligen willst? - um Gruppenzwang zu thematisieren und zu diskutieren
Was ist deiner Meinung nach der Grund dafür, dass Cyber-Gewalt so oft nicht gemeldet wird? - um mögliche Hürden beim Melden solche Vorfälle zu thematisieren und zu diskutieren
Weißt du, wie man auf Instagram, WhatsApp oder einer anderen Plattform ein Bild melden kann? - Sie könnten Ihre Schüler darum bitten, auf ihren Smartphones nachzusehen, wie man es schafft, dass Bilder von Social Media-Plattformen entfernt werden
Wie würdest du einem Freund helfen, wenn ein Nacktbild von ihm oder ihr online geteilt worden ist? - um die Schüler dazu zu ermuntern, einzugreifen und sich gegen dieses Verhalten auszusprechen
Wie würdest du dich als Opfer, Täter oder Zuschauer fühlen, wenn so etwas passieren würde? - um bei den Schülern Verständnis zu schaffen und Mitgefühl für die Betroffenen zu erzeugen

4. Abschluss

- Nun ist es an der Zeit, den Workshop ausklingen zu lassen und die erhaltenen Informationen noch einmal zusammenzufassen.
- Informieren Sie Ihre Schüler darüber, wohin sie sich für Hilfe und Unterstützung wenden können. Erinnern Sie sie auch in den Tagen und Wochen nach dem Workshop regelmäßig an diese Optionen.
- Wie empfehlen außerdem, den Schülern nun etwas Zeit zu geben, damit sie die behandelten Themen nach dem Workshop verarbeiten können und sich nicht überfordert fühlen.

Workshop-Plan 2: Ausbeutung, Nötigung und Drohungen

In diesem Workshop liegt der Fokus auf "Ausbeutung, Nötigung und Drohungen", die zusammen eine der vier Arten von Cyber-Gewalt bilden, mit denen CYBERSAFE sich befasst. Schüler werden lernen, wie sie diese Form der Cyber-Gewalt erkennen, verstehen und verhindern können, und wie sie sich verhalten können, sollte es dazu kommen. Der Fokus liegt auf dem potentiellen Opfer, dem Täter und dem Zuschauer.

Vorbereitung auf den Workshop

- Machen Sie sich mit dem Thema vertraut, lesen Sie den Leitfaden für Workshop-Leiter (***Teil 1***) und diesen ***Workshop-Plan***.
- Stellen Sie sicher, dass Sie mit den jeweiligen Jugendschutzrichtlinien Ihrer Schule vertraut sind, damit Sie immer wissen, wie Sie mit einer Situation umzugehen haben.
- Stellen Sie sicher, dass Sie auch über andere Hilfsangebote für Teenager gut informiert sind. Besuchen Sie die CYBERSAFE-Website (www.stoponlineviolence.eu) für weitere Informationen zu landesweiten oder lokalen (anonymen) Beratungsstellen und Hilfsorganisationen in Ihrem Land.
- Informieren Sie Ihre Schüler vor und nach dem Workshop darüber, wohin sie sich für weitere Informationen und Hilfe wenden können. Weisen Sie Ihre Schüler auch noch in den Tagen und Wochen nach dem Workshop darauf hin, welche Unterstützungsmöglichkeiten es gibt. Hängen Sie das CYBERSAFE Poster im Klassenzimmer auf, auf dem sich ebenfalls Kontaktinformationen zu Beratungsstellen und Hilfsorganisationen finden.

Ressourcen

Digital- oder Smartboard, Smartphones (eines pro Schüler), das CYBERSAFE Online Tool, Internetverbindung via Wi-Fi

Sollte es keine Internetverbindung geben oder sollten Schüler ihre Smartphones im Klassenzimmer nicht nutzen dürfen, können Sie das CYBERSAFE Online Tool nicht verwenden. Sie können aber dennoch einen Offline-Workshop abhalten. Siehe Anhang 1. Offline-Workshops für weitere Informationen.

Aufbau des Workshops

Aktivität	Inhalt	Dauer
5. Einführung	Einführung ins Thema, Grundregeln	15 Min.
6. Abstimmen & Diskutieren	Die Gruppe stimmt ab und diskutiert, Gruppendiskussion zu jedem Dilemma	40 Min.
7. Rollenspiel	Rollenspiele in kleinen Gruppen, Gruppendiskussion am Ende	20 Min.
8. Abschluss	Hinweise auf Hilfe, Unterstützung und Meldemöglichkeiten	15 Min.
	Gesamtdauer:	**90 Min.**

1. Einführung ins Thema

- Schaffen Sie eine geschützte Umgebung und stellen Sie Grundregeln auf→ Siehe *3.4 Eine geschützte Umgebung schaffen*
- Informieren Sie Ihre Schüler darüber, wo sie Unterstützung finden und Vorfälle melden können, und wie sie damit umgehen werden, sollte sich Ihnen einer der Schüler anvertrauen wollen → Siehe *3.5 Geben Sie Ihren Schülern Sicherheit*
- Geben Sie eine kurze Einführung ins Thema. → Nutzen Sie die Informationen[11] weiter unten

Wir sprechen von Cyber-**Ausbeutung, Nötigung und Drohungen**, wenn jemand sexuelle Drohungen online erhält, dazu genötigt wird, sich (online) an sexuellen Handlungen zu beteiligen, oder online mit sexuellen Inhalten erpresst wird.

Personen können getäuscht, manipuliert oder dazu gezwungen werden, sexuelle Handlungen zu vollziehen, die sie eigentlich nicht möchten. Dies kann im Austausch für Geld, Geschenke, Ansehen oder Zuneigung geschehen, oder indem sie dazu gebracht werden, sich schuldig oder nicht sicher zu fühlen oder sich zu schämen.

Diese Art von Cyber-Gewalt kann eine Reihe von Verhaltensweisen miteinschließen, wie z. B.:

- Jemanden online zu belästigen oder zu erpressen, damit diese Personen sexuelle Bilder von sich teilt oder sich an sexuellen Handlungen beteiligt (online oder offline)
- Jemandem mit der Veröffentlichung sexueller Inhalte zu drohen oder die Person damit zu erpressen (**"Sextorsion"**)
- Online-Drohungen sexueller Natur (z. B. Vergewaltigungsdrohungen)
- Andere zu sexueller Gewalt zu animieren
- Jemanden zu sexuellen Handlungen zu überreden und dann Aufnahmen davon zu verbreiten

Cyber-Ausbeutung, Nötigung und Drohungen sind oft Teil andauernder (sexueller) Gewalt im echten Leben (siehe auch Gewalt online vs. Gewalt offline, Seite 9) und kann schwere physische, emotionale und soziale Schäden zur Folge haben.

Eine typische Situation ist folgende: *Ein Mädchen lernt über einen Online-Chat einen Jungen kennen. Am Anfang ist alles gut, er macht ihr Komplimente, und sie beginnt ihm zu vertrauen (das ist die sog. "Grooming"-Phase). Später schickt sie ihm sexuelle Bilder von sich. Dann beginnt er, sexuelle Handlungen vor einer Webcam von ihr zu fordern. Er droht ihr damit, ihre Nacktbilder online zu veröffentlichen, wenn sie nicht tut, was er möchte.*

Sowohl Mädchen als auch Jungen können zum Opfer (oder Täter) dieser Art von Cyber-Gewalt werden, doch bei Mädchen ist das Risiko höher. Sie werden häufig erpresst, damit sie sexuell explizite Inhalte von sich teilen oder für sexuelle Gefälligkeiten. Bei Jungen ist das Risiko jedoch höher, online dazu verführt zu werden, sexuelle Handlungen vor einer Webcam zu vollziehen, und anschließend mit den aufgenommenen Beweisen für Geld erpresst zu werden. In beiden Fällen kann es sich beim Täter auch um einen Erwachsenen handeln.

---

[11] Die Informationen in diesem Abschnitt basieren auf:
Project deSHAME (2017); NSPCC Website, "Child sexual exploitation", hier verfügbar: https://www.nspcc.org.uk/what-is-child-abuse/types-of-abuse/child-sexual-exploitation/ ; Europol (2017) "*Online sexual coercion and extortion as a form of crime affecting children",* hier verfügbar: file:///C:/Users/sarah/Downloads/online_sexual_coercion_and_extortion_as_a_form_of_crime_affecting_children.pdf

Manipulation

Es könnte sein, dass das Opfer nicht bemerkt, dass es gerade ausgebeutet oder zu etwas genötigt wird, da der Täter es vielleicht dazu manipuliert zu denken, dass es sich um normales Verhalten handelt oder sie sich in einer romantischen Beziehung befinden. Fall das Opfer sich an sexuellen Handlungen beteiligt hat, könnte das zur Folge haben, dass es glaubt, die Kontrolle zu haben, sich selbst zu diesen Handlungen entschieden zu haben, und sich eventuell **selbst die Schuld daran gibt**.

Hier sind einige Sätze, die ein Täter sagen könnte:

- *"Wenn du mich wirklich lieben würdest, würdest du mir Nacktbilder von dir schicken"*
- *"Zieh dich nicht so an, jeder wird denken, dass du eine Schlampe bist"*
- *"Wenn du nicht machst, was ich sage, erzähle ich deinen Eltern, dass du Alkohol getrunken hast"*
- *"Wenn du zur Polizei gehst, werden sie dich von deiner Familie wegholen"*
- *"Jeder macht das, es ist total normal"*
- *"Wenn du mich blockierst, teile ich dein Video mit allen deinen Freunden und deiner Familie"*

Als Workshop-Leiter ist es wichtig, dass Sie erklären, wie Manipulation funktioniert, damit Ihre Schüler in der Lage sind, sie zu **erkennen**. Außerdem sollten sie, völlig unabhängig von den Handlungen des Opfers, betonen, dass es nicht seine/ihre Entscheidung war und er/sie **keine Schuld trägt**.

2. Abstimmen & Diskutieren

Das Ziel von "Abstimmen & Diskutieren" ist es, einen echten Fall von Ausbeutung, Nötigung und Drohungen zu besprechen. So können Schüler ihre Ansichten anonym mitteilen und sich in einem unpersönlichen, geschützten Rahmen an einer Gruppendiskussion beteiligen. Die Schüler werden außerdem praktische Informationen darüber erhalten, wie sie diese Art von Cyber-Gewalt erkennen und verstehen können, und wie sie ihr vorbeugen und mit ihr umgehen können.

Ihre Aufgabe als Workshop-Leiter ist es, das Online Tool zu starten und den Abstimmungsprozess sowie die Gruppendiskussionen zu leiten. Stellen Sie sicher, dass die Schüler sich weiterhin in einer geschützten Umgebung befinden, und vergewissern Sie sich, dass sie die erhaltenen Informationen verstanden haben, indem Sie Fragen dazu stellen.

→Siehe auch 3.3 Das CYBERSAFE Online Tool für weitere Informationen zur Einrichtung des Online Tools. Wählen Sie dann "Abstimmen & Diskutieren" und folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm.

- Die Aktivität "Abstimmen & Diskutieren" beginnt mit einem echten Fall von Cyber-Gewalt. Lesen Sie den Text auf dem Bildschirm laut vor.
- **Dilemma-Runde 1**: Nun wird das erste Dilemma vorgestellt. Lesen Sie auch dieses laut vor. Ihre Schüler werden über ihre Smartphones anonym über das Dilemma abstimmen. Auf der nächsten Seite werden die Ergebnisse der Abstimmung angezeigt.
- Nutzen Sie die Ergebnisse, um eine Gruppendiskussion zu starten. Fragen Sie Ihre Schüler nicht, wie sie abgestimmt haben! Die Schüler dürfen Ihre Stimme anonym abgeben und während der Diskussion allgemeine Aussagen machen oder in der dritten Person sprechen.
- Nach der Seite mit den Ergebnissen der Abstimmung folgt eine Seite mit praktischen Informationen darüber, wie man in diesem speziellen Fall die Cyber-Gewalt verhindern oder mit ihr umgehen könnte. Lesen Sie auch diesen Text laut vor und überprüfen Sie, ob Ihre Schüler alles verstanden haben und ob sie dem gerne noch etwas hinzufügen würden.
- Es folgen einige weitere Dilemma-Runden. Versuchen Sie, jede Runde in 7 bis 10 Minuten abzuschließen.

3. Rollenspiel

Das Ziel der Rollenspiele ist es, es den jungen Menschen zu ermöglichen, sich in einer Situation, in der es zu Ausbeutung, Nötigung oder Drohungen kommt, in das Opfer, den Täter oder einen Zuschauer hineinzuversetzen.

Ihre Rolle als Workshop-Leiter ist es, diesen Prozess zu erklären und die anschließende Gruppendiskussion zu leiten. Stellen Sie sicher, dass die Schüler sich weiterhin in einer geschützten Umgebung befinden, und stellen Sie Ihren Schülern Fragen dazu, um herauszufinden, wie sie sich in ihrer jeweiligen Rolle gefühlt haben und ob sie wissen, wie sie mit einer ähnlichen Situation umgehen würden.

→Siehe auch 3.3 Das CYBERSAFE Online Tool für weitere Informationen zur Einrichtung des Online Tools. Wählen Sie dann "Rollenspiel" aus und folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm.

- Die Schüler führen nun in kleinen Gruppen von 3 Personen ein Rollenspiel durch. Sie verwenden dabei ein Smartphone, das von Schüler zu Schüler weitergereicht wird. Ihnen werden die Rollen des Opfers, des Täters und des Zuschauers zugewiesen und sie wechseln sich dabei ab, den ihrer jeweiligen Rolle zugewiesenen Text vorzulesen.
  Die Rollenspiele sind am effektivsten, wenn die 3er-Gruppen den Workshop-Raum verlassen und in einem anderen Raum allein und ungestört die Rollenspiele durchführen können. Falls Sie als Leiter jedoch der Meinung sind, dass bei diesem Szenario die nötige Betreuung nicht gewährleistet werden kann und/oder falls dies gegen Ihre Richtlinien verstößt, können Sie die Gruppen die Rollenspiele auch im Workshop-Raum durchführen lassen. In diesem Fall sollten Sie sicherstellen, dass der Raum genug Platz bietet, damit jede Gruppe ihr Rollenspiel mit etwas Abstand zu den anderen durchführen kann.

- Danach kehren die Schüler an ihre Plätze zurück und teilen ihre Erfahrungen und Beobachtungen in einer Gruppendiskussion.

Die Gruppendiskussion leiten

Das Online Tool bietet eine Menge Informationen, die sie nutzen können, während sie die Diskussionen während der Aktivitäten "Abstimmen & Diskutieren" und "Rollenspiel" leiten. Für weitere Informationen siehe Teil 1 dieses Leitfadens, insbesondere die folgenden Abschnitte:

→ *2.2 Gründe und Folgen von Cyber-Gewalt gegen Mädchen,* für weitere Informationen darüber, **warum sich junge Leute an Ausbeutung, Nötigung und Drohungen beteiligen**, was das für **emotionale Auswirkungen** haben kann und welche **Folgen** es für die Beteiligten haben kann.
→ *2.3 Sicheres, verantwortungsvolle Verhalten vermitteln,* sehen Sie sich die Box über **Victim Blaming** an und gehen Sie darauf ein, sollte es während des Workshops dazu kommen.

Im Folgenden finden Sie einige mögliche weiterführende Fragen:

Würdest du anders darüber denken, wenn es sich bei dem Opfer um einen Jungen handeln würde? - um Victim Blaming und Vorurteile anzusprechen und abzubauen
Was ist deiner Meinung nach der Grund dafür, dass Fälle von Ausbeutung, Nötigung und Drohungen im Internet so oft nicht gemeldet werden? - um mögliche Hürden beim Melden solcher Vorfälle zu thematisieren und zu diskutieren
Wie kannst du eine Person auf Instagram, WhatsApp oder anderen Plattformen, die du verwendest, blockieren? Wie kannst du verhindern, dass Fremde dich kontaktieren? - Bitten Sie Ihre Schüler, dies mit ihren Smartphones zu recherchieren
Wie würdest du einen Freund unterstützen, der online ausgebeutet oder zu etwas genötigt wird? - um die Schüler dazu zu ermutigen, dem Opfer beizustehen und sich gegen das Verhalten auszusprechen
Was könntest du gegen die Situation tun, wenn du selbst das Opfer wärst? - mögliche Antworten: Den Kontakt zu der betreffenden Person abbrechen, mit einem Erwachsenen oder Freund, dem der Schüler vertraut, sprechen, oder das Verhalten der Polizei oder bei einer Beratungsstelle melden

4. Abschluss

- Nun ist es an der Zeit, den Workshop ausklingen zu lassen und die erhaltenen Informationen noch einmal zusammenzufassen.
- Informieren Sie Ihre Schüler darüber, wohin sie sich für Hilfe und Unterstützung wenden können. Erinnern Sie sie auch in den Tagen und Wochen nach dem Workshop regelmäßig an diese Optionen.
- Wie empfehlen außerdem, den Schülern nun etwas Zeit zu geben, damit sie die behandelten Themen nach dem Workshop verarbeiten können und sich nicht überfordert fühlen.

Workshop-Plan 3: Sexualisiertes Mobbing

In diesem Workshop liegt der Fokus auf sexualisiertem Mobbing, einer der vier Hauptarten von Cyber-Gewalt, mit denen CYBERSAFE sich befasst. Schüler werden lernen, wie sie diese Form der Cyber-Gewalt erkennen, verstehen und verhindern können, und wie sie sich verhalten können, sollte es doch dazu kommen. Der Fokus liegt auf dem (potentiellen) Opfer, dem Täter und dem Zuschauer.

Vorbereitung auf den Workshop

- Machen Sie sich mit dem Thema vertraut, lesen Sie den Leitfaden für Workshop-Leiter (***Teil 1***) und diesen ***Workshop-Plan***.
- Stellen Sie sicher, dass Sie mit den jeweiligen Jugendschutzrichtlinien Ihrer Schule vertraut sind, damit Sie immer wissen, wie Sie mit einer Situation umzugehen haben.
- Stellen Sie sicher, dass Sie auch über andere Hilfsangebote für Teenager gut informiert sind. Besuchen Sie die CYBERSAFE-Website (www.stoponlineviolence.eu) für weitere Informationen zu landesweiten oder lokalen (anonymen) Beratungsstellen und Hilfsorganisationen in Ihrem Land.
- Informieren Sie Ihre Schüler vor und nach dem Workshop darüber, wohin sie sich für weitere Informationen und Hilfe wenden können. Weisen Sie Ihre Schüler auch noch in den Tagen und Wochen nach dem Workshop darauf hin, was es für Unterstützungsmöglichkeiten gibt. Hängen Sie das CYBERSAFE Poster im Klassenzimmer auf, auf dem sich ebenfalls Kontaktinformationen zu Beratungsstellen und Hilfsorganisationen finden.

Ressourcen

Digital- oder Smartboard, Smartphones (1 pro Schüler), das CYBERSAFE Online Tool, Internetverbindung via Wi-Fi

Sollte es keine Internetverbindung geben oder sollten Schüler ihre Smartphones im Klassenzimmer nicht nutzen dürfen, können Sie das CYBERSAFE Online Tool nicht verwenden. Sie können aber dennoch einen Offline-Workshop abhalten. Siehe Anhang 1. Offline-Workshops für weitere Informationen.

Aufbau des Workshops

Aktivität	Inhalt	Dauer
9. Einführung	Einführung ins Thema, Grundregeln	15 Min.
10. Abstimmen & Diskutieren	Die Gruppe stimmt ab und diskutiert, Gruppendiskussion zu jedem Dilemma	40 Min.
11. Rollenspiel	Rollenspiele in kleinen Gruppen, Gruppendiskussion am Ende	20 Min.
12. Abschluss	Hinweise auf Hilfe, Unterstützung und Meldemöglichkeiten	15 Min.
	Gesamtdauer:	**90 Min.**

1. Einführung ins Thema

- Schaffen Sie eine geschützte Umgebung und stellen Sie Grundregeln auf → Siehe *3.4 Eine geschützte Umgebung schaffen*
- Informieren Sie Ihre Schüler darüber, wo sie Unterstützung finden und Vorfälle melden können, und wie sie damit umgehen werden, sollte sich Ihnen einer der Schüler anvertrauen wollen → Siehe *3.5 Geben Sie Ihren Schülern Sicherheit*
- Geben Sie eine kurze Einführung ins Thema. → Nutzen Sie die Informationen[12] weiter unten

Wir sprechen von **sexualisiertem Mobbing**, wenn jemand durch den Gebrauch von sexuellen Inhalten, die den Betroffenen erniedrigen, verärgern oder diskriminieren, zur Zielscheibe wird und systematisch von einer Gruppe ausgeschlossen wird.

Diese Art von Cyber-Gewalt kann eine Reihe von Verhaltensweisen miteinschließen, wie z. B.:

- Das Verbreiten von Tratsch, Gerüchten oder Lügen über das sexuelle Verhalten einer Person im Internet
- Beleidigende oder Diskriminierende sexuelle Äußerungen oder Beschimpfungen im Internet
- Sich als eine andere Person auszugeben und deren Ruf durch das Teilen sexueller Inhalte oder das Belästigen anderer (z. B. durch Fake-Profile) zu schaden
- Die nicht einvernehmliche Verbreitung von persönlichen Informationen wie z. B. Kontaktdaten als Aufruf zu sexueller Belästigung ("Doxing")
- Mobbing aufgrund des tatsächlichen oder angenommenen Geschlechts und/oder der sexuellen Orientierung
- Body Shaming
- Jemanden zu "outen" (die sexuelle Orientierung oder Geschlechtsidentität einer Person ohne ihr Einverständnis öffentlich zu machen)

Sexualisiertes Mobbing im Internet überschneidet sich oft mit Mobbing im echten Leben (siehe auch Gewalt online vs. Gewalt offline, Seite 9). Die Anonymität des Internets kann die Hemmschwelle senken und daher zu gemeineren Kommentaren und schlimmeren Mobbingtechniken führen.

Eine typische Situation ist folgende: *Ein Junge postet ein bearbeitetes Bild von einem Mädchen in den sozialen Medien und fügt noch den Kommentar "Wenn du Sex willst, ruf mich an" sowie ihre Telefonnummer hinzu. Daraufhin erhält das Mädchen mehrere Anrufe von Fremden. Viele Klassenkameraden liken und teilen das Bild, und einige schreiben demütigende Kommentare, nennen sie eine "Schlampe" oder eine "Hure". Auch in der Schule fangen sie an, das Mädchen zu mobben.*

Sowohl Jungen als auch Mädchen können zum Opfer dieser Art der Cyber-Gewalt werden (oder zum Täter). Sie scheint jedoch öfter Mädchen zu treffen, und wenn es dazu kommt, scheinen Mädchen auch härter verurteilt zu werden als Jungen.

[12] Die Informationen in diesem Abschnitt basieren auf:
Project deSHAME (2017) *Young people's experiences of online sexual harassment. A cross-country report from Project deSHAME*', Seite 13. Hier verfügbar:
https://www.childnet.com/ufiles/Project_deSHAME_Dec_2017_Report.pdf

Slut Shaming und Stereotype

Das sog. "Slut Shaming" bedeutet, dass **eine Frau oder ein Mädchen angegriffen oder stigmatisiert wird, weil sie sich auf eine Art und Weise verhalten hat, die von anderen als promiskuitiv oder sexuell provokativ verurteilt wird**. Dabei handelt es sich um eine Form des Victim Blaming (siehe auch Victim Blaming, Seite 13) und es geschieht oft in Fällen von sexualisiertem Mobbing.

Slut Shaming wird noch verstärkt durch eine sexistische Einstellung und **stereotype Ansichten zum Thema Geschlechterrollen**, die tief in den strukturellen Beziehungen der Ungleichheit zwischen Männern und Frauen verwurzelt sind. Jungen werden beispielsweise in der Regel bewundert und gelobt, wenn sie sexuell aktiv sind und mehrere Partner haben, wohingegen Mädchen für dasselbe Verhalten verurteilt und schikaniert werden.

Hier sind einige weitere Beispiele für Slut Shaming oder sexuelle Doppelmoral:

- *"Wenn ein Mädchen ein Foto von sich ins Internet stellt, muss sie damit rechnen, verurteilt zu werden!"*
- *"Das hat sie verdient"*
- *"Sie hat das Foto ja selber gemacht, sie ist selber schuld"*
- *"Das Mädchen hätte eben ein wenig klüger handeln müssen"*
- *"Sie sieht so heiß aus, ich gebe ihr 10 Punkte"*

Sowohl Jungen als auch Mädchen scheinen Mädchen härter zu verurteilen, wenn diese Opfer von sexueller Gewalt im Internet werden.

➔ *Schüler könnten nach wie vor unbewusste Vorurteile oder stereotype Annahmen in sich tragen, v. a. bezüglich der Beispielsätze über Mädchen. Es ist wichtig, diese anzuerkennen und auch anzusprechen. Unterstützen Sie Ihre Schüler beim Hinterfragen dieser Ansichten.*

2. Abstimmen & Diskutieren

Das Ziel von Abstimmen & Diskutieren ist es, einen echten Fall von sexualisiertem Mobbing zu besprechen. So können Schüler ihre Ansichten anonym mitteilen und sich in einem unpersönlichen, geschützten Rahmen an einer Gruppendiskussion beteiligen. Die Schüler werden außerdem praktische Informationen darüber erhalten, wie sie diese Art von Cyber-Gewalt erkennen und verstehen können, und wie sie ihr vorbeugen und mit ihr umgehen können.

Ihre Aufgabe als Workshop-Leiter ist es, das Online Tool zu starten und den Abstimmungsprozess sowie die Gruppendiskussionen zu leiten. Stellen Sie sicher, dass die Schüler sich weiterhin in einer geschützten Umgebung befinden, und vergewissern Sie sich, dass sie die erhaltenen Informationen verstanden haben, indem Sie Fragen dazu stellen.

→Siehe auch 3.3 Das CYBERSAFE Online Tool für weitere Informationen zur Einrichtung des Online Tools. Wählen Sie dann "Abstimmen & Diskutieren" und folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm.

- Die Aktivität "Abstimmen & Diskutieren" beginnt mit einem echten Fall von Cyber-Gewalt. Lesen Sie den Text auf dem Bildschirm laut vor.
- **Dilemma-Runde 1**: Nun wird das erste Dilemma vorgestellt. Lesen Sie auch dieses laut vor. Ihre Schüler werden über ihre Smartphones anonym über das Dilemma abstimmen. Auf der nächsten Seite werden die Ergebnisse der Abstimmung angezeigt.
- Nutzen Sie die Ergebnisse, um eine Gruppendiskussion zu starten. Fragen Sie Ihre Schüler nicht, wie sie abgestimmt haben! Die Schüler dürfen Ihre Stimme anonym abgeben und während der Diskussion allgemeine Aussagen machen oder in der dritten Person sprechen.
- Nach der Seite mit den Ergebnissen der Abstimmung folgt eine Seite mit praktischen Informationen darüber, wie man in diesem speziellen Fall die Cyber-Gewalt verhindern oder mit ihr umgehen könnte. Lesen Sie auch diesen Text laut vor und überprüfen Sie, ob Ihre Schüler alles verstanden haben und ob sie gerne noch etwas hinzufügen würden.
- Es folgen einige weitere Dilemma-Runden. Versuchen Sie, jede innerhalb von 7 bis 10 Minuten abzuschließen.

3. Rollenspiel

Das Ziel der Rollenspiele ist es, den jungen Menschen zu ermöglichen, sich in einer Situation, in der es zu sexualisiertem Mobbing kommt, in die Rolle eines Opfers, Täters oder Zuschauers hineinzuversetzen.

Ihre Aufgabe als Workshop-Leiter ist es, diesen Prozess zu erklären und zu überwachen sowie die Gruppendiskussion im Anschluss zu leiten. Stellen Sie sicher, dass die Schüler sich weiterhin in einer geschützten Umgebung befinden, und stellen Sie Ihren Schülern Fragen, um herauszufinden, wie sie sich in ihrer jeweiligen Rolle gefühlt haben und ob sie wissen, wie sie mit einer ähnlichen Situation umgehen würden.

→Siehe auch 3.3 Das CYBERSAFE Online Tool für weitere Informationen zur Einrichtung des Online Tools. Wählen Sie dann "Rollenspiel" aus und folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm.

- Die Schüler führen nun in kleinen Gruppen von 3 Personen ein Rollenspiel durch. Sie verwenden dabei ein Smartphone, dass vom einen zum anderen weitergegeben wird. Ihnen werden die Rollen des Opfers, des Täters und des Zuschauers zugewiesen und sie wechseln sich dabei ab, die zu ihrer jeweiligen Rolle gehörenden Sätze vorzulesen.
  Die Rollenspiele sind am effektivsten, wenn die 3er-Gruppen den Workshop-Raum verlassen und in einem anderen Raum allein und ungestört die Rollenspiele durchführen können. Falls Sie als Leiter jedoch der Meinung sind, dass bei diesem Szenario die nötige Betreuung nicht gewährleistet werden kann und/oder falls dies gegen Ihre Richtlinien verstößt, können Sie die Gruppen die Rollenspiele auch im Workshop-Raum durchführen lassen. In diesem Fall sollten Sie sicherstellen, dass der Raum genug Platz bietet, damit jede Gruppe ihr Rollenspiel mit etwas Abstand zu den anderen durchführen kann.

- Danach kehren die Schüler an ihre Plätze zurück und teilen ihre Erfahrungen und Beobachtungen in einer Gruppendiskussion.

Die Gruppendiskussion leiten

Das Online Tool bietet eine Menge Informationen, die sie nutzen können, während sie die Diskussionen während der Aktivitäten "Abstimmen & Diskutieren" und "Rollenspiel" leiten. Für weitere Informationen siehe Teil 1 dieses Leitfadens, insbesondere die folgenden Abschnitte:

→ *2.2 Gründe und Folgen von Cyber-Gewalt gegen Mädchen,* für weitere Informationen darüber, warum **sich junge Menschen an sexualisiertem Mobbing beteiligten** und welche **emotionalen Auswirkungen** und **Konsequenzen** das für alle Beteiligten haben kann.
→ *2.3 Sicheres, verantwortungsvolle Verhalten vermitteln,* sehen Sie sich die Box über **Victim Blaming** an und gehen Sie darauf ein, sollte es während des Workshops dazu kommen.

Im Folgenden finden Sie einige mögliche weiterführende Fragen:

Würdest du anders darüber denken, wenn es sich bei dem Opfer um einen Jungen handeln würde? - um Victim Blaming und Vorurteile anzusprechen und abzubauen
Was ist deiner Meinung nach der Grund dafür, dass sexualisiertes Mobbing oft nicht gemeldet wird? - um mögliche Hürden beim Melden solcher Vorfälle zu thematisieren und zu diskutieren
Wie kannst du eine Person blockieren und melden, die dich auf Instagram, WhatsApp oder anderen Plattformen, die du verwendest, belästigt? - Bitten Sie Ihre Schüler, das auf Ihren Smartphones zu recherchieren
Wie würdest du einen Freund unterstützen, der gerade sexualisiertes Mobbing durchlebt? - um die Schüler dazu zu ermutigen, dem Opfer beizustehen und sich gegen das Mobbing auszusprechen
Was kann man tun, wenn man Opfer von sexualisiertem Mobbing im Internet wird? - Mögliche Antworten: Den Mobber und/oder die Bilder an Social Media-Administratoren melden, Beweise sammeln, mit einem Erwachsenen, dem man vertraut, oder einem Freund sprechen, sich an die Polizei oder eine telefonische Beratungsstelle wenden

4. Abschluss

- Nun ist es an der Zeit, den Workshop ausklingen zu lassen und die erhaltenen Informationen noch einmal zusammenzufassen.
- Informieren Sie Ihre Schüler darüber, wohin sie sich für Hilfe und Unterstützung wenden können. Weisen Sie Ihre Schüler auch noch in den Tagen und Wochen nach dem Workshop darauf hin, was es für Unterstützungsmöglichkeiten gibt.
- Wie empfehlen außerdem, den Schülern nun etwas Zeit zu geben, damit sie die behandelten Themen nach dem Workshop verarbeiten können und sich nicht überfordert fühlen.

Workshop-Plan 4: Unerwünschte Sexualisierung

In diesem Workshop liegt der Fokus auf unerwünschter Sexualisierung, einer der vier Hauptarten von Cyber-Gewalt, mit denen sich CYBERSAFE befasst. Die Schüler werden lernen, wie sie diese Art der CYBER-Gewalt erkennen, verstehen und ihr vorbeugen können, und wie sie sich verhalten können, sollten sie Erfahrungen damit machen. Der Fokus liegt auf dem (potentiellen) Opfer, Täter und Zuschauer.

Vorbereitung auf den Workshop

- Machen Sie sich mit dem Thema vertraut, lesen Sie den Leitfaden für Workshop-Leiter (***Teil 1***) und diesen ***Workshop-Plan***.
- Stellen Sie sicher, dass Sie mit den jeweiligen Jugendschutzrichtlinien Ihrer Schule vertraut sind, damit Sie immer wissen, wie Sie mit einer Situation umzugehen haben.
- Stellen Sie sicher, dass Sie auch über andere Hilfsangebote für Teenager gut informiert sind. Besuchen Sie die CYBERSAFE-Website (www.stoponlineviolence.eu) für weitere Informationen zu landesweiten oder lokalen (anonymen) Beratungsstellen und Hilfsorganisationen in Ihrem Land.
- Informieren Sie Ihre Schüler vor und nach dem Workshop darüber, wohin sie sich für weitere Informationen und Hilfe wenden können. Weisen Sie Ihre Schüler auch noch in den Tagen und Wochen nach dem Workshop darauf hin, was es für Unterstützungsmöglichkeiten gibt. Hängen Sie das CYBERSAFE Poster im Klassenzimmer auf, auf dem sich ebenfalls Kontaktinformationen zu Beratungsstellen und Hilfsorganisationen finden.

Ressourcen

Digital- oder Smartboard, Smartphones (1 pro Schüler), das CYBERSAFE Online Tool, Internetverbindung via Wi-Fi

Sollte es keine Internetverbindung geben oder sollten Schüler ihre Smartphones im Klassenzimmer nicht nutzen dürfen, können Sie das CYBERSAFE Online Tool nicht verwenden. Sie können aber dennoch einen Offline-Workshop abhalten. Siehe Anhang 1. Offline-Workshops für weitere Informationen.

Aufbau des Workshops

Aktivität	Inhalt	Dauer
13. Einführung	Einführung ins Thema, Grundregeln	15 Min.
14. Abstimmen & Diskutieren	Die Gruppe stimmt ab und diskutiert, Gruppendiskussion zu jedem Dilemma	40 Min.
15. Rollenspiel	Rollenspiele in kleinen Gruppen, Gruppendiskussion am Ende	20 Min.
16. Abschluss	Hinweise auf Hilfe, Unterstützung und Meldemöglichkeiten	15 Min.
	Gesamtdauer:	**90 Min.**

1. Einführung ins Thema

- Schaffen Sie eine geschützte Umgebung und stellen Sie Grundregeln auf→ Siehe *3.4 Eine geschützte Umgebung schaffen*
- Informieren Sie Ihre Schüler darüber, wo sie Unterstützung finden und Vorfälle melden können, und wie sie damit umgehen werden, sollte sich Ihnen einer der Schüler anvertrauen wollen → Siehe *3.5 Geben Sie Ihren Schülern Sicherheit*
- Geben Sie eine kurze Einführung ins Thema. → Nutzen Sie die Informationen[13] weiter unten

Unerwünschte Sexualisierung im Internet bedeutet, dass eine Person unerwünschte sexuelle Anfragen, Kommentare und Inhalte im Internet erhält.

Diese Art von Cyber-Gewalt kann eine Reihe von Verhaltensweisen miteinschließen, wie z. B.:

- Sexualisierte Online-Kommentare (z. B. unter Fotos)
- Sexualisierte virale Kampagnen, die Menschen dazu drängen mitzumachen
- Das Senden von sexuellen Inhalten (Bilder, Emojis, Nachrichten) an eine Person ohne deren Einverständnis
- Unerwünschte sexuelle Annäherungsversuche oder das Fragen nach sexuellen Gefälligkeiten
- "Witze" sexueller Natur
- Das Bewerten anderer aufgrund deren Attraktivität oder (angeblicher) sexueller Aktivität
- Das Retuschieren von Bildern einer Person, um diese zu sexualisieren

Eine typische Situation ist folgende: *Ein Mädchen postet ein (normales) Bild von sich auf Social Media. Andere Menschen schreiben anonym sexuelle und beleidigende Kommentare zu dem Bild. Es kann auch passieren, dass Bilder bearbeitet werden, um sie zu sexualisieren und dann online zu verbreiten.*

Die Social Media-Konten von jungen Menschen sind oft für alle zugänglich, was es für andere sehr einfach macht, die von diesen Menschen geteilten Bilder anzusehen, zu kommentieren und zu teilen. Das kann sehr leicht auf anonyme Weise geschehen, was die Hemmschwelle senken und daher zu noch gemeineren und demütigenderen Kommentaren führen kann.

Sowohl Jungen als auch Mädchen können zum Opfer dieser Art der Cyber-Gewalt werden (oder zum Täter). Sie scheint jedoch öfter Mädchen zu treffen, und wenn es dazu kommt, scheinen Mädchen auch härter verurteilt zu werden als Jungen. Außerdem hat diese Art der Cyber-Gewalt auch dauerhaftere Auswirkungen auf den Ruf von Mädchen als auf den von Jungen.

[13] Die Informationen in diesem Abschnitt basieren auf:
Project deSHAME (2017) *Young people's experiences of online sexual harassment. A cross-country report from Project deSHAME*', page 13. Hier verfügbar:
https://www.childnet.com/ufiles/Project_deSHAME_Dec_2017_Report.pdf

Slut Shaming und Stereotype

Das sog. "Slut Shaming" bedeutet, dass **eine Frau oder ein Mädchen angegriffen oder stigmatisiert wird, weil sie sich auf eine Art und Weise verhalten hat, die von anderen als promiskuitiv oder sexuell provokativ verurteilt wird**. Dabei handelt es sich um eine Form von Victim Blaming (siehe auch Victim Blaming, Seite 13) und es geschieht oft in Fällen von unerwünschter Sexualisierung.

Slut Shaming wird noch verstärkt durch eine sexistische Einstellung und **stereotype Ansichten zum Thema Geschlechterrollen**, die tief in den strukturellen Beziehungen der Ungleichheit zwischen Männern und Frauen verwurzelt sind. Jungen werden beispielsweise in der Regel bewundert und gelobt, wenn sie sexuell aktiv sind und mehrere Partner haben, wohingegen Mädchen für dasselbe Verhalten verurteilt und schikaniert werden.

Hier sind einige weitere Beispiele für Slut Shaming oder sexuelle Doppelmoral:

- *"Wenn ein Mädchen ein Foto von sich ins Internet stellt, muss sie damit rechnen, verurteilt zu werden!"*
- *"Das hat sie verdient"*
- *"Sie hat das Foto ja selber gemacht, sie ist selber schuld"*
- *"Das Mädchen hätte eben ein wenig klüger handeln müssen"*
- *"Sie sieht so heiß aus, ich gebe ihr 10 Punkte"*

Sowohl Jungen als auch Mädchen scheinen Mädchen härter zu verurteilen, wenn diese Opfer von sexueller Gewalt im Internet werden.

2. Abstimmen & Diskutieren

Das Ziel von "Abstimmen & Diskutieren" ist es, einen echten Fall von unerwünschter Sexualisierung zu besprechen. So können Schüler ihre Ansichten anonym mitteilen und sich in einem unpersönlichen, geschützten Rahmen an einer Gruppendiskussion beteiligen. Die Schüler werden auch praktische Informationen darüber erhalten, wie sie diese Art der Cyber-Gewalt erkennen, verstehen und ihr vorbeugen können, und wie sie sich in Fällen von unerwünschter Sexualisierung verhalten können.

Ihre Aufgabe als Workshop-Leiter ist es, das Online Tool zu starten und den Abstimmungsprozess sowie die Gruppendiskussionen zu leiten. Stellen Sie sicher, dass die Schüler sich weiterhin in einer geschützten Umgebung befinden, und vergewissern Sie sich, dass sie die erhaltenen Informationen verstanden haben, indem Sie Fragen dazu stellen.

→Siehe auch 3.3 Das CYBERSAFE Online Tool für weitere Informationen zur Einrichtung des Online Tools. Wählen Sie dann "Abstimmen & Diskutieren" und folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm.

- Die Aktivität "Abstimmen & Diskutieren" beginnt mit einem echten Fall von Cyber-Gewalt. Lesen Sie den Text auf dem Bildschirm laut vor.
- Dann wird das erste Dilemma vorgestellt. Lesen Sie auch dieses laut vor. Ihre Schüler werden über ihre Smartphones anonym über das Dilemma abstimmen. Auf der nächsten Seite werden die Ergebnisse der Abstimmung angezeigt.
- Nutzen Sie die Ergebnisse der Abstimmung um eine kurze Gruppendiskussion anzuregen. Fragen Sie Ihre Schüler nicht, wie sie abgestimmt haben! Die Schüler dürfen Ihre Stimme anonym abgeben. Während der Diskussion können die Schüler auch nur allgemeine Aussagen machen oder in der dritten Person sprechen.
- Nach der Seite mit den Ergebnissen der Abstimmung folgt eine Seite mit praktischen Informationen darüber, wie man in diesem speziellen Fall die Cyber-Gewalt verhindern oder mit ihr umgehen könnte. Lesen Sie auch diesen Text laut vor und überprüfen Sie, ob Ihre Schüler alles verstanden haben und ob sie dem gerne noch etwas hinzufügen würden.
- Es folgen weitere Dilemmas, Abstimmungen und Diskussionsrunden.

3. Rollenspiel

Das Ziel der Rollenspiele ist es, dass die jungen Menschen sich in die Rolle eines Opfers, Täters oder Zuschauers während einer Situation hineinversetzen können, in der es zu einem nicht einvernehmlichen Austausch sexueller Bilder kommt.

Ihre Aufgabe als Workshop-Leiter ist es, diesen Prozess zu erklären und zu überwachen sowie die Gruppendiskussion im Anschluss zu leiten. Stellen Sie sicher, dass die Schüler sich weiterhin in einer geschützten Umgebung befinden, und stellen Sie Ihren Schülern Fragen, um herauszufinden, wie sie sich in ihrer jeweiligen Rolle gefühlt haben und ob sie wissen, wie sie mit einer ähnlichen Situation umgehen würden.

→Siehe auch 3.3 Das CYBERSAFE Online Tool für weitere Informationen zur Einrichtung des Online Tools. Wählen Sie dann "Rollenspiel" aus und folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm.

- Die Schüler führen nun in kleinen Gruppen von 3 Personen ein Rollenspiel durch. Sie verwenden dabei ein Smartphone, das von Schüler zu Schüler weitergereicht wird. Ihnen werden die Rollen des Opfers, des Täters und des Zuschauers zugewiesen und sie wechseln sich dabei ab, den ihrer jeweiligen Rolle zugewiesenen Text vorzulesen.
  Die Rollenspiele sind am effektivsten, wenn die 3er-Gruppen den Workshop-Raum verlassen und in einem anderen Raum allein und ungestört die Rollenspiele durchführen können. Falls Sie als Leiter jedoch der Meinung sind, dass bei diesem Szenario die nötige Betreuung nicht gewährleistet werden kann und/oder falls dies gegen Ihre Richtlinien verstößt, können Sie die Gruppen die Rollenspiele auch im Workshop-Raum durchführen lassen. In diesem Fall sollten Sie sicherstellen, dass der Raum genug Platz bietet, damit jede Gruppe ihr Rollenspiel mit etwas Abstand zu den anderen durchführen kann.

- Danach kehren die Schüler an ihre Plätze zurück und teilen ihre Erfahrungen und Beobachtungen in einer Gruppendiskussion.

Die Gruppendiskussion leiten

Das Online Tool bietet eine Menge Informationen, die Sie nutzen können, wenn Sie die Diskussionen während "Abstimmen & Diskutieren" und "Rollenspiel" leiten. Wenn Sie noch weitere Informationen benötigen, navigieren Sie zu Teil 1 dieses Dokuments, und sehen Sie sich besonders die folgenden Abschnitte an:

→ *2.2 Gründe und Folgen von Cyber-Gewalt gegen Mädchen* für weitere Informationen darüber, warum sich **junge Menschen an unerwünschter Sexualisierung beteiligen**, welche **emotionalen Auswirkungen** das haben kann und welche **Konsequenzen** es für alle Beteiligten nach sich ziehen kann.
→ *2.3 Sicheres, verantwortungsvolles Verhalten im Internet vermitteln,* sehen Sie sich die Box über **Victim Blaming** an und gehen Sie darauf ein, sollte es während des Workshops dazu kommen.

Im Folgenden finden Sie einige mögliche weiterführende Fragen:

Würdest du anders darüber denken, wenn das Opfer ein Junge wäre? - um Vorurteile anzusprechen und abzubauen
Hättest du das Gefühl mitmachen zu müssen, wenn jemand von deinen Freunden so behandelt wird? - um Gruppenzwang zu thematisieren und zu besprechen
Was ist deiner Meinung nach der Grund dafür, dass Cyber-Gewalt so oft nicht gemeldet wird? - um mögliche Hürden beim Melden solche Vorfälle zu thematisieren und zu diskutieren
Weißt du, wie du Bilder oder Kommentare auf Instagram, WhatsApp oder anderen Plattformen melden kannst? - Sie könnten Ihre Schüler darum bitten, online nachzusehen, wie man unerwünschte Kommentare oder Menschen, die sie online belästigen, blockieren kann.
Wie würdest du einen Freund unterstützen, der im Internet sexuell belästigt wird? - um die Schüler dazu zu ermutigen, dem Opfer beizustehen und sich gegen die Belästigung auszusprechen
Wie würdest du dich als Opfer, Täter oder Zuschauer fühlen, wenn so etwas passieren würde? - um bei den Schülern Verständnis zu schaffen und Mitgefühl für die Betroffenen zu erzeugen

4. Abschluss

- Nun ist es an der Zeit, den Workshop ausklingen zu lassen und die erhaltenen Informationen noch einmal zusammenzufassen.
- Informieren Sie Ihre Schüler darüber, wohin sie sich für Hilfe und Unterstützung wenden können. Weisen Sie Ihre Schüler auch noch in den Tagen und Wochen nach dem Workshop darauf hin, was es für Unterstützungsmöglichkeiten gibt.
- Wie empfehlen außerdem, den Schülern nun etwas Zeit zu geben, damit sie die behandelten Themen nach dem Workshop verarbeiten können und sich nicht überfordert fühlen.

Anhang 1: Offline-Workshops

Wenn keine Internetverbindung verfügbar ist oder Schüler im Klassenzimmer keine Smartphones oder Laptops verwenden dürfen, können Sie das CYBERSAFE Online Tool nicht nutzen. Sie können aber dennoch einen Offline-Workshop abhalten.

- Wählen Sie einen Workshop-Plan (1, 2, 3 oder 4) und folgen Sie den Anweisungen des Plans für die **Einführung**.

- Statt das Online Tool für die Aktivität **"Abstimmen & Diskutieren"** zu nutzen, können Sie sie verbal durchführen, indem Sie die Szenarien und Dilemmas aus dem Online Tool laut vorlesen. Sie finden diese in den Anhängen 1a, 1b, 1c, 1d am Ende dieses Dokuments (diese Anhänge entsprechen den Workshop-Plänen 1-4). Die Schüler können über die Dilemmas abstimmen, indem sie die Hand heben. Versuchen Sie, nach jeder Abstimmung eine kurze Diskussion anzuregen. → siehe Anhang 1a, 1b, 1c, 1d

- **"Rollenspiel"** kann durch eine der folgenden Aktivitäten ersetzt werden.
  Übrigens: Sie können diese Aktivitäten auch nutzen, wenn Sie das Online Tool verwenden und noch etwas Zeit am Ende des Workshops übrighaben.

Aktivität 1: Wie viele Menschen kann mein Bild erreichen?

Empfohlen für Workshop 1, 3 und 4

Bitten Sie Ihre Schüler auszurechnen, wie viele Menschen ein Nacktbild oder ein demütigendes Bild, das auf Social Media gepostet wird, erreichen kann, und zwar basierend auf der Zahl an "Freunden", die sie mit einem ihrer Konten haben. Wenn sie beispielsweise 300 Freunde haben, und wir annehmen, dass jeder dieser Freunde noch einmal 300 Freunde hat, könnte das am Ende zu einer Zahl von 90.000 Menschen führen, die dieses Bild teilen.

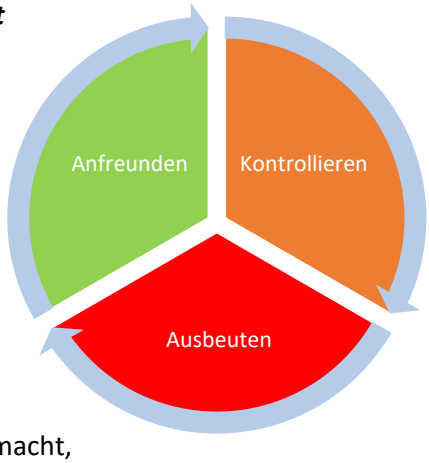
Vergleichen Sie diese Zahl mit der Einwohnerzahl ihrer Stadt und fragen Sie die Schüler, wie sie sich fühlen würden, wenn ihr ganzer Wohnort ein Nacktbild von ihnen sehen würde, oder wenn alle Menschen dort sie im echten Leben ohne Klamotten sehen könnten.

Aktivität 2: Den "Grooming"-Prozess verstehen

Empfohlen für Workshop 2

- Lassen Sie Ihre Schüler in Gruppen eine Liste von Grooming-Taktiken erarbeiten, vor denen man sich in Acht nehmen sollte, und nutzen Sie dafür den "Grooming-Zyklus" weiter unten. Hier einige Beispiele für solche Taktiken:
  - ***Alles geht sehr schnell:*** Die andere Person spricht sehr schnell von Liebe oder einem gemeinsamen Leben mit dir, um dich für sich alleine zu haben.
  - ***Kontrollieren wollen, wie du sprichst, dich verhältst oder denkst:*** Die andere Person versucht, dich von deinen Freunden und deiner Familie zu isolieren, oder sagt dir, dass du deine Kleidung oder dein Aussehen verändern sollst.
  - ***Immer in Kontakt mit dir sein wollen:*** Die andere Person kauft dir ein Handy, das nur für den Kontakt mit ihm/ihr bestimmt ist, und wird wütend oder droht dir sogar, wenn du nicht schnell genug antwortest, und ruft dich ständig an.
  - ***Dir Schuld- oder Schamgefühle einreden oder Angst machen:*** Die andere Person droht, sich selbst oder dich zu verletzen, wenn du nicht tust, was er/sie will, redet dir Schuldgefühle ein, damit du mit ihm/ihr Sex hast oder sexuelle Dinge für ihn/sie tust, oder bringt dich dazu, dich hässlich oder wertlos zu fühlen oder dich für deinen Körper zu schämen.

- ***Dich zu sexuellen Handlungen überreden, die du nicht möchtest:*** Die andere Person ignoriert deine persönlichen Grenzen, bittet dich, ihm/ihr sexuelle Videos oder Fotos zu senden oder zu livestreamen, wie du sexuelle Dinge tust, er/sie erwartet Sex als Gegenleistung für seine/ihre Aufmerksamkeit, Geschenke oder Geld, und redet dir Schuldgefühle ein, wenn du nein sagst.



- Helfen Sie Ihren Schülern zu verstehen, dass Grooming ein fortlaufender Prozess ist, und dabei nie "komplett gut" oder "komplett schlecht". Und das ist es auch, was es so schwierig macht, dieses Verhalten als eine Art der Ausbeutung zu erkennen und ihr zu entkommen, sobald das Opfer einmal in dieser ausbeuterischen Beziehung gefangen ist.

Aktivität 3: Sich trauen, um Hilfe zu bitten

Empfohlen für die Workshop-Pläne 1, 3 und 4

Die Schüler setzen sich in Gruppen zusammen und überlegen sich, welche Hürden es gibt, die Menschen davon abhalten, Cyber-Gewalt zu melden und sich Hilfe zu suchen.

- Bitten Sie zwei Freiwillige, sich vor den anderen Schülern gegenüber aufzustellen. Einer spielt den "Hilfesuchenden" und einer den "Helfer".
- Bitten Sie die Schüler, nun ihre Antworten bzw. Beispiele für solche Hürden zu geben. Bei jeder Antwort stellt sich der Schüler, der sie gibt, zwischen den Hilfesuchenden und den Helfer und stellt so die Hürde visuell dar. Die Reihe von Hürden kann so lange sein, wie Sie möchten.
- Sprechen Sie nun nach und nach über jede der Hürden und wie man sie überwinden kann. Jedes Mal, wenn Sie eine der Hürden überwunden haben, darf sich der Schüler hinsetzten und stellt so visuell das Überwinden der Hürde durch Hilfe und Unterstützung dar.

Hier einige Beispiele für solche Hürden:

- *"Es ist mir zu peinlich das jemandem zu erzählen"*
- *"Ich möchte Hilfe, aber ich weiß nicht, wohin ich mich wenden kann"*
- *"Die Polizei wird meinen Eltern davon erzählen"*
- *"Wenn ich das jemandem erzähle, wird er/sie mein Nacktbild online posten"*
- *"Meine Eltern werden wütend sein"*
- *"Wenn mein Lehrer/meine Schule das herausfindet, komme ich in Schwierigkeiten"*
- *"Ich möchte nicht, dass meine Mitschüler das herausfinden, sie werden mich mobben"*
- *"Ich habe das Nacktbild ja als Erste/Erster verschickt, ich bin selbst daran schuld"*

Anhang 1a: Workshop 1 - Inhalte für Offline-Workshops

Workshop 1: Der nicht-einvernehmliche Austausch sexueller Bilder

Annas Albtraum

Szenario für die Verwendung während eines Offline-Workshops

Einführung Ihr werdet nun eine Geschichte hören, in der ein sexuelles Bild von einem Mädchen ohne ihr Einverständnis geteilt wird. Wie würdet ihr euch fühlen und was würdet ihr tun, wenn ihr einer der Beteiligten wärt? Ihr könnt mit eurem Handy abstimmen und währenddessen miteinander diskutieren. Eure Antworten sind **anonym**. Teilt eure Meinung gerne den anderen mit, es gibt keine guten oder schlechten Antworten.
Wie alles begann Anna und Jim (14 Jahre alt) kennen sich schon aus der Schule seit die beiden 12 waren. Sie mögen sich und beginnen eine Beziehung miteinander. Nachdem sie ein paar Wochen zusammen sind, **schickt Anna Jim ein Nacktfoto von sich.** Sie mag ihn und vertraut ihm.

Anna macht Schluss Nach ein paar Monaten entscheidet Anna sich jedoch dazu, die Beziehung zu beenden, und kommt mit einem anderen Jungen zusammen. Jim ist sehr wütend. Um sich an ihr zu rächen, **schickt er das Bild nun an einige seiner Freunde**. Sie lachen und machen sich über Anna lustig. Einer seiner Freunde **postet das Bild auf Social Media**, wo es weiter geteilt wird, bis schließlich die ganze Schule davon weiß.
Annas Leben wird zu einem Albtraum Alle ihre Mitschüler haben das Bild nun gesehen. Anna wird in der Schule gemobbt, die anderen machen sich hinter ihrem Rücken über sie lustig und nenne sie eine "Schlampe". **Jeden Morgen hat sie Angst davor, zur Schule zu gehen**. Sie fühlt sich, als würde sie nackt herumlaufen. Sogar wenn sie zuhause ist, wird sie weiter gemobbt. Anna bekommt gemeine Nachrichten von anderen, die sie beleidigen und sie dazu bringen, sich selbst schrecklich zu finden. Es fühlt sich an, als wüsste jeder, was Jim getan hat, und **alle geben ihr die Schuld daran**.
Dilemma 1: Was denkst du über Anna? 1. Es war dumm von ihr, jemandem ein Nacktbild zu schicken, und es ist ihre eigene Schuld, dass sie jetzt gemobbt wird. 2. Es ist okay, solche Bilder an Menschen zu schicken, denen man vertraut. Sie tut mir leid, Jim und seine Freunde hatten kein Recht dazu, ihr Bild ohne ihr Einverständnis weiterzuschicken. 3. Anna hätte dieses Bild nicht verschicken sollen, aber es ist auch nicht okay, dass die Jungen das Bild ohne ihr Einverständnis weitergeschickt haben. 4. Sie hätte nicht mit Jim Schluss machen sollen, um diese Situation zu vermeiden. 5. Sie sollte diese Reaktionen einfach ignorieren, denn sie hat nichts getan, wofür sie sich schämen müsste.

Gib niemals dem Opfer die Schuld!
Sexting (also der Austausch sexuell expliziter Nachrichten oder Bilder) ist an sich gar nichts Schlimmes, wenn beide Beteiligten damit einverstanden sind. Es kann Spaß machen und aufregend sein, und viele Teenager tun es.

Sollte Anna also wirklich das Gefühl haben müssen, dass sie an der Belästigung, die sie nun ertragen muss, selbst schuld ist? Zu behaupten, sie sei selbst schuld, könnte dazu führen, dass es ihr noch schlechter geht.

Denke gut darüber nach, bevor du jemandem ein Nacktbild von dir schickst!
Sexting birgt auch gewisse **Risiken**, denn wenn das Bild einmal verschickt ist, hat man keinerlei Kontrolle mehr darüber. Denke also sehr gut darüber nach, ob du es wirklich tun möchtest.

Möchte ich das wirklich tun?
Wenn du wie Anna jemandem ein sexuelles Bild schicken möchtest, frage dich zuerst:

Möchte ich das wirklich tun?
• Mache dir bewusst, dass du einer anderen Person die Kontrolle über diese Bild gibst, es besteht also immer das Risiko, dass sie etwas damit anstellen wird, dass du nicht möchtest.
• Versende niemals ein Bild von dir, wenn du dir nicht sicher bist oder dich unter Druck gesetzt fühlst.
• Mache dir bewusst, dass das Verbreiten sexueller Bilder von Minderjährigen **illegal sein könnte, selbst wenn es dein eigenes Bild ist.**

Wie kann ich mich schützen?
• Versende solche Bilder nur an Menschen, denen du **vertraust.**
• Einige dich mit der anderen Person darauf, dass sie das Bild nicht teilen wird oder es nach der Konversation sofort löscht.
• Versichere dich, dass du auf dem Bild nicht so zu sehen bist, dass andere dich erkennen könnten.

Dilemma 2: Was denkst du über Jim?

1. Er ist schwach und egoistisch. Er hat überhaupt nicht darüber nachgedacht, was für Folgen sein Verhalten für Anna haben könnte.
2. Er ist verletzt, weil Anna mit ihm Schluss gemacht hat, ich kann verstehen, warum er das Bild weitergeschickt hat. Er hat nicht über die Konsequenzen nachgedacht.
3. Ich verstehe, dass er wütend ist, weil Anna mit ihm Schluss gemacht hat, aber er hätte das Bild niemals weiterschicken sollen, weil er das Anna versprochen hatte.
4. Er hat nichts falsch gemacht, Annas Reaktion ist übertrieben.

Wenn dir jemand ein Nacktbild von sich schickt, so wie Jim...

Behalte das immer für dich!
Dieses Bild ist sehr **privat** und nur für deine Augen gedacht.

Denke über die Konsequenzen nach, bevor du das Bild einer anderen Person weiterschickst!
Das Nacktbild einer anderen Person ohne deren Einverständnis weiterzuschicken (über WhatsApp, Textnachrichten oder Social Media) kann sehr negative Folgen haben, und zwar sowohl für die Person auf dem Bild als auch für dich.
• Wie in Annas Fall könnte die Person gemobbt werden, und sich **gedemütigt und verzweifelt** fühlen. Das Bild bleibt vielleicht für immer im Internet verfügbar und sie könnte diese Belästigung für eine lange Zeit ertragen müssen. In einigen Fällen kann das sogar zu Depressionen oder Selbstmord führen.
• Denke auch an die Konsequenzen für dich selbst: Ein Nacktbild von einer Person unter 18 Jahren zu teilen kann **illegal** sein. Du könntest am Ende eine Vorstrafe bekommen.

Dilemma 3: Was denkst über Jims Freunde, die das Bild weitergeschickt und auf Social Media gepostet haben?

1. Es ist nicht ihre Schuld, sie kennen Anna ja gar nicht gut und sind nicht dafür verantwortlich.
2. Sie sind Feiglinge und hätten Anna helfen sollen.
3. Sie hätte Jim direkt zurechtweisen sollen, als er ihnen das Foto geschickt hat.
4. Jim ist ihr Freund, also ist es normal, dass sie solche Bilder miteinander teilen.
5. Sie hätten das Bild nicht weiterschicken oder online posten sollen, aber sie konnten ja nicht wissen, dass Anna deswegen gemobbt werden würde.

Sag nein!
Wenn ein Nacktbild einer Person ohne deren Einverständnis in einer Nachricht oder App weitergeschickt wird, denk immer daran:

Like und teile das Bild nicht
• So wie in Annas Fall könnte es sehr ernste emotionale Auswirkungen auf diese Person haben. Das gilt auch, wenn du ihn oder sie gar nicht persönlich kennst. Niemand hat das verdient!
• Das Teilen, Versenden oder Posten des Nacktbilds einer Person unter 18 Jahren ist illegal. Wenn du dich auf irgendeine Weise daran beteiligst, dann kann das auch für dich ernste rechtliche Konsequenzen haben. Du könntest am Ende eine Vorstrafe bekommen.

Sag was!
Sag den anderen in deiner Gruppe, die das Bild teilen, dass du das nicht gut findest. Stelle klar, dass es falsch und illegal ist, und dass du nichts damit zu tun haben möchtest. Das könnte andere dazu ermutigen, dasselbe zu tun.

Sag nein zu Cyber-Gewalt gegen Mädchen!
Junge Menschen, und vor allem Jungen, könnten sich von ihren Freunden dazu **gedrängt fühlen**, Nacktbilder von Mädchen weiterzuschicken. Das klingt anfangs vielleicht unschuldig oder sogar nach Spaß. Mach dir aber bewusst, dass diese Art von Cyber-Gewalt sehr ernste Konsequenzen hat. Sag nein!

Dilemma 4: Was würdest du in dieser Situation tun, wenn du Anna wärst?

1. Nichts, ich würde mich zu sehr schämen.
2. Ich wäre wütend auf Jim, und würde versuchen, mich an ihm zu rächen, indem ich eines seiner Geheimnisse weitererzähle.
3. Ich würde nicht mehr zur Schule gehen.
4. Ich würde es der Polizei und/oder der Schule melden.
5. Ich würde mit meinen Eltern darüber sprechen, sie würden mir helfen.
6. Ich würde einen Freund oder eine Person, der ich vertraue, um Hilfe bitten.

Wenn ein sexuelles Bild oder Video von dir im Internet verbreitet wurde, kann sich das für dich wie ein Weltuntergang anfühlen. Versuche aber, nicht in Panik zu geraten, denn es gibt einige Dinge, die du tun kannst, um die Auswirkungen dieses Bilds zu minimieren.

Fühle dich nicht schuldig und schäme dich nicht. Die andere Person (oder Personen) hatte kein Recht dazu, dieses intime Bild von dir ohne dein Einverständnis zu teilen.

Das Bild könnte sich sehr schnell im Internet verbreiten, **handle also so schnell wie möglich.**

Ergreife die folgenden Maßnahmen:

Sprich mit jemandem, dem du vertraust
Im besten Fall deine Eltern oder eine andere erwachsene Person, z. B. ein Lehrer an deiner Schule. Du kannst aber auch mit einem Freund oder jemand anderem sprechen, dem du vertraust. Zusammen könnt ihr nach der besten Lösung suchen.

Sammle Beweise
Speichere einen Screenshot von dem Bild im Internet ab. Wenn du zur Polizei gehst, kannst du diese als Beweis verwenden.

Das Bild aus dem Internet entfernen lassen
Wenn ein Bild von dir auf einer Website oder Social Media-Plattform gepostet wurde, informiere so schnell wie möglich die Administratoren der Seite. Sage ihnen, dass du noch minderjährig bist und das Bild ohne dein Einverständnis gepostet wurde.

Melde den Vorfall!
• Bei **Beratungsstellen und -hotlines** kannst du solche Fälle anonym melden. Dort werden sie dir zuhören und dir Ratschläge geben, wie du dich weiterhin verhalten könntest. Wenn du noch minderjährig bist, könnte es sein, dass das geteilte Bild als "Kinderpornographie" eingestuft wird, und die Beratungsstelle wird dir dabei helfen, das Bild aus dem Internet entfernen zu lassen.
• Bei der **Polizei** - das Teilen eines Nacktbilds eines Minderjährigen ohne dessen Einverständnis ist eine Straftat, die du bei der Polizei anzeigen kannst.

Dilemma 5: Was könntest du tun, um Anna zu helfen, wenn du einer ihrer Mitschüler wärst?

1. Ich würde unter vier Augen mit ihr reden und ihr zuhören, um herauszufinden, ob ich ihr irgendwie helfen kann.
2. Ich würde Jim und seine Freunde zur Rede stellen.
3. Ich würde gar nichts tun, ist ja nicht mein Problem.
4. Ich hätte zu viel Angst, um etwas zu unternehmen, denn dann könnte ich auch gemobbt werden.
5. Ich würde den Vorfall der Schule, Polizei oder einer Beratungsstelle melden.

Sexuelle Belästigung melden
Wenn ein Nacktbild von einer Person ohne deren Einverständnis verbreitet wird, solltest du versuchen, zu helfen. Es liegt in deiner Verantwortung, alles in deiner Macht Stehende zu tun, um das Problem zu lösen.

Unterstütze das Opfer
Stelle sicher, dass es dem Opfer gut geht. Biete der Person deine Hilfe an und rate ihr, mit einem Erwachsenen darüber zu sprechen, dem sie vertraut.

Melden statt ignorieren
Ermutige und unterstütze das Opfer dabei, den Vorfall der Polizei, einer Beratungsstelle oder einer anderen Organisation zu **melden**, oder tue es selbst.

Und noch einmal...
Teile niemals Bilder von einer anderen Person! Sei Teil der Lösung, nicht des Problems!

Anlaufstellen

Deutschland

Nummer gegen Kummer - https://www.nummergegenkummer.de/
Bündnis gegen Cybermobbing - https://www.buendnis-gegen-cybermobbing.de/hilfe/hilfe.html
Cybermobbing Hilfe - https://www.cybermobbing-hilfe.de/
WEISSER RING - https://weisser-ring.de/mobbing
Juuuport - https://www.juuuport.de/beratung

Anhang 1b: Workshop 2 - Inhalte für Offline-Workshops

Workshop 2: Ausbeutung, Nötigung und Drohungen

Problematische Freundschaften und Drohungen

Szenario für die Verwendung während eines Offline-Workshops

Einführung
Nun folgt eine Geschichte über einen jungen Menschen, der das Opfer von Ausbeutung im Internet wird.

Ihr könnt mit eurem Handy abstimmen und währenddessen miteinander diskutieren. Eure Antworten sind **anonym**. Teilt eure Meinung gerne den anderen mit, es gibt keine guten oder schlechten Antworten.

Wie alles beginnt
Jessica ist auf einer Party zum 15. Geburtstag ihrer Freundin. Ein Junge kommt auf Jessica zu. Er heißt Adam. Er fragt sie nach ihrer Nummer. Jessica fühlt sich geschmeichelt und gibt sie ihm. Sie trinken ein wenig zusammen und tanzen miteinander.

Aber Jessica hat vorher noch nie Alkohol getrunken und ist daher schnell **angetrunken**. Ihre Eltern wären ziemlich wütend, wenn sie das wüssten...

Dann wird Adam wütend, als er sieht, dass ein anderer Junge Jessica anlächelt. Sie verlässt die Party und sagt ihren Freunden, dass sie keinen Kontakt zu Adam mehr will, weil er **zu eifersüchtig ist und sie kontrollieren will**.

Doch dann schickt Adam ihr eine Nachricht, um sich zu entschuldigen.

Die Beziehung beginnt, sich falsch anzufühlen
Während der nächsten paar Wochen schickt Adam Jessica viele Nachrichten.

Auf Dates **bezahlt er immer** für sie, und kauft ihr Geschenke, wie z. B. ein neues Armband oder Kopfhörer.

Jessicas Freunde finden, dass er toll ist, und sagen ihr, dass sie Glück hat einen Freund zu haben, der sich so um sie kümmert. Jessica fühlt sich geschmeichelt, **macht sich aber Sorgen** darüber, ob ihre Beziehung zu Aron sich zu schnell entwickelt.

Alles geht schief...
Adam beginnt, Jessica um Nacktfotos zu bitten. Als sie sich weigert, beginnt er, ihr zu drohen.

Sie hat das Gefühl, **keine Wahl zu haben**. Also schickt sie ihm ein Foto von sich in Unterwäsche. "*Kann ja nicht schaden, oder?*", denkt sie sich. Wenigstens wird er ihren Eltern jetzt nicht erzählen, dass sie betrunken war.

Doch es wird immer schlimmer
Adam bekommt nicht genug und will noch mehr...

Er möchte, dass Jessica sich dabei filmt, **wie sie sexuelle Dinge mit sich selbst tut**. Sie hat so etwas vorher noch nie gemacht und fühlt sich nicht wohl damit.

Aber Adam setzt sie weiter unter Druck. Er schickt ihr Pornofilme, die sie sich ansehen soll, um ihr zu zeigen, dass das ganz normal ist. Er bedrängt sie und **droht, allen ihre Fotos und Videos zu zeigen**. Am Ende tut sie, was er will.

Dilemma 1: Was denkst du über Jessica?
1. Sie hätte sich nicht auf der Party betrinken oder Nacktbilder an Adam schicken sollen. Es ist ihre eigene Schuld, sie hätte wissen müssen, dass das passieren würde.
2. Sie tut mir leid. Sie sollte Partys genießen und sich in ihrer Beziehung sicher fühlen dürfen. Adam sollte sie nicht unter Druck setzen und ihr drohen.
3. Wenn sie den Kontakt zu Adam abgebrochen hätte, als er sich ihr gegenüber zum ersten Mal unhöflich verhalten hat, wäre nichts davon passiert.
4. Es ist falsch, wie Adam sich verhält, aber sie sollte mit ihm Schluss machen, bevor alles noch schlimmer wird.
5. Jessica hätte Adams Aufforderungen ablehnen sollen. Sie ist durch ihre eigene Schuld in diese Situation geraten, weil sie nicht für sich eingetreten ist.

Gib niemals dem Opfer die Schuld!
Jessica wird von Adam genötigt und ausgebeutet. Sie ist nicht daran schuld!
Ausbeutung kann sehr ernste emotionale Auswirkungen haben.

Wie kann ich mich vor Ausbeutung schützen?
• Wenn jemand dir Geschenke macht und aufmerksam ist, dann hat diese Person sich dazu selbst entschieden. Das bedeutet nicht, dass du nun verpflichtet bist, dieser Person etwas zurückzugeben.
• Denke genau nach, bevor du jemandem ein Nacktbild von dir schickst. Mache dir bewusst, dass du einer anderen Person die Kontrolle über so ein Bild gibst, es besteht also immer das Risiko, dass sie damit etwas anstellt, was du nicht möchtest. Einer Person, die dir droht oder dich unter Druck setzt, **kannst du nicht vertrauen**.

Dilemma 2: Was denkst du über Adam?
1. Er ist offensichtlich ein Typ, der nur Probleme macht. Es tut mir leid, dass er sich selbst verletzen will.
2. Er bezahlt alle Dates und kauft Jessica Geschenke. Er hat das Recht, dafür eine Gegenleistung zu verlangen.
3. Auch wenn er Probleme hat, ist es nicht fair von ihm, Jessica zu drohen, damit er bekommt, was er will.
4. Er ist einfach nur sehr verliebt. Er sagt ihr, wie viel sie ihm bedeutet, und überhäuft sie mit Geschenken.
5. Er geht das Ganze vielleicht falsch an, aber Jessicas Reaktion ist übertrieben. Wenn sie die Dinge, die er von ihr verlangt, wirklich nicht tun wollte, hätte sie einfach nein sagen können.

Was Adam mit Jessica macht, nennt man "Grooming"
Grooming bedeutet, dass jemand **eine Beziehung** mit einem jungen Menschen aufbaut (online oder offline) und diese Person dann **unter Druck setzt oder anders dazu bringt**, sich an sexuellen Handlungen zu beteiligen. Dieser Grooming-Prozess kann sich über einen langen oder kurzen Zeitraum erstrecken. Der Täter, der ein Gleichaltriger oder ein Erwachsener sein kann, wird dich dazu bringen, dass du das Gefühl hast, du wärst selbst daran schuld, oder dass es ganz normal ist, oder dass du es verdient hast.
Grooming ist eine Art der Ausbeutung und illegal!

Achte auf frühe Anzeichen für Grooming:
• Die Person macht dir sehr viele Komplimente oder schmeichelt dir.
• Die Beziehung entwickelt sich sehr schnell - man spricht früh über Liebe und verbringt seine gesamte Zeit miteinander.
• Die Person fragt dich nach deinen sexuellen Erfahrungen oder anderen sehr persönlichen Dingen.
• Die Person bietet dir Geld oder Geschenke an, v. a. im Austausch gegen Geheimnisse oder sexuelle Informationen, Bilder oder Videos.
• Die Person möchte kontrollieren, wie du dich kleidest, mit wem du sprichst, wie du deine Freizeit verbringst, oder wie du sprichst/dich verhältst/denkst.
• Die Person will ständig mit dir in Kontakt sein, und wird wütend oder droht dir, wenn du nicht schnell genug antwortest.
• Die Person macht dir ein schlechtes Gewissen, oder bringt dich dazu, dich zu schämen oder Angst zu haben.
• Die Person bedroht dich, sich selbst oder deine Freunden/Familie.
• Die Person bringt dich dazu, sexuelle Dinge zu tun, die du nicht willst.

Fünf Monate später
Jessica und Adam sind immer noch zusammen. Jessica hat Adam viele Videos von sich geschickt, und sie weiß gar nicht mehr, wie viele Bilder.

Sie treffen sich regelmäßig und Adam macht sie nun manchmal **betrunken und hat dann Sex mit ihr.**

Jessica hat Angst und denkt, sie wäre selbst schuld, weil sie immer wieder zu ihm zurückkehrt. Sie fühlt sich wertlos, und hat aufgehört, auf sich selbst zu achten.

Sie hat darüber nachgedacht, Adam zu verlassen, aber **sie hat fürchterliche Angst davor, dass Adam dann allen ihre Nacktfotos und -videos zeigt**. Und obwohl er sie manchmal schrecklich behandelt, hat sie immer noch das Gefühl, ihn zu lieben.

Dilemma 3: Was würdest du in dieser Situation tun, wenn du Jessica wärst?
1. Ich würde bei Adam bleiben, weil ich zu viel Angst davor hätte, ihn zu verlassen.
2. Ich würde aufhören, mich mit Adam zu treffen, und mir über seine Drohungen keine Gedanken machen.
3. Ich würde sein Verhalten der Polizei/der Schule melden.
4. Ich würde mit meinen Eltern darüber sprechen, sie würden mir helfen.
5. Ich würde mit einem Freund oder einer anderen Person, der ich vertraue, sprechen.

Ergreife die folgenden Maßnahmen
Wenn du sexuell ausgebeutet wirst, kann es sehr schwierig und furchteinflößend sein, sich Hilfe zu suchen. Aber es gibt eine Menge Anlaufstellen, bei denen du um Hilfe bitten kannst, und du wirst dich besser fühlen, wenn du mit jemandem sprichst.
Niemand legt es darauf an oder verdient es, ausgebeutet zu werden, **es ist nicht deine Schuld**.

Ergreife die folgenden Maßnahmen, um das Problem zu lösen:

Brich jeden Kontakt zu der dich ausbeutenden Person ab
Wenn du kannst, solltest du dich selbst aus dieser Situation entfernen. Blockiere die Person auf deinem Smartphone und auf Social Media, um sicherzustellen, dass er/sie dich nicht mehr erpressen oder bedrohen kann. Gib keiner seiner/ihrer Forderungen nach (finanziell, sexuelle Gefälligkeiten oder anderes), denn das wird die Person nur ermutigen, dich weiterhin zu erpressen.

Sprich mit jemandem, dem du vertraust
Im besten Fall mit deinen Eltern oder einem anderen Erwachsenen, wie einem Lehrer an deiner Schule. Du kannst aber auch mit einem Freund oder jemand anderem sprechen. Zusammen könnt ihr nach der besten Lösung suchen.

Sammle Beweise
Speichere die Chats und Textnachrichten (bzw. Screenshots davon), die du mit der Person ausgetauscht hast, und in denen er/sie dich bedroht. Wenn du zur Polizei gehst, kannst du diese als Beweise verwenden.

Melde das Verhalten!
• Geh zur **Polizei** - Ausbeutung, Drohungen und Erpressung sowie der Besitz von Nacktbildern einer Minderjährigen sind ernstzunehmende Straftaten. Die Polizei ist dazu da, dir zu helfen, und du wirst nicht in Schwierigkeiten kommen.
• Kontaktiere eine **Beratungsstelle** oder **Hilfsorganisation** - dort kannst du solche Vorfälle oft auch anonym melden. Dort werden sie dir zuhören und dir Ratschläge geben, wie du dich weiterhin verhalten könntest. Wenn Nacktbilder von dir im Internet gelandet sind, können dir die Mitarbeiter dort helfen, diese entfernen zu lassen.

Jessica verliert ihre Freunde
Jessicas Freunde haben aufgehört, Zeit mit ihr zu verbringen, weil sie immer nur mit Adam zusammen ist.

Adam ist auch unfreundlich zu Jessicas Freunden. Wenn sie Jessica anrufen, nimmt er den Anruf an

und sagt ihnen, dass sie sie in Ruhe lassen sollen. Jessica antwortet nie auf ihre Nachrichten.

Eines Tages sehen sie Jessica in der Stadt. Sie sind geschockt über ihr Aussehen. Jessica **ist blass, hat sehr viel abgenommen, und sie sieht nervös und verängstigt aus.** Sie fragen sie, ob es ihr gut geht, doch sie möchte nicht mit ihnen reden und läuft weg.

Dilemma 4: Was würdest du tun, wenn du einer von Jessicas Freunden wärst?

1. Nichts. Ich habe nicht das Recht, mich in ihre Beziehung einzumischen.
2. Ich würde ihr sagen, dass ich mir Sorgen um sie machen und sie fragen, ob sie Hilfe braucht.
3. Ich würde Adam zur Rede stellen und ihm sagen, dass er Jessica gefälligst in Ruhe lassen soll.
4. Ich würde es der Polizei oder einer anderen Behörde melden.
5. Ich würde mit meinen Eltern oder einem Lehrer darüber sprechen.
6. Ich hätte zu viel Angst etwas zu unternehmen, weil Adam mir etwas tun könnte.

Deine Freunde brauchen dein Verständnis

Opfer sehen sich selbst oft nicht als Opfer (z. B. wenn sie sich an sexuellen Handlungen beteiligt haben) und könnten, wie Jessica, das Gefühl haben, dass sie selbst an ihrer Situation schuld sind. Doch die Täter bringen ihre Opfer oft dazu, Dinge zu tun, die sie gar nicht wollen. Sie haben sich nicht selbst dazu entschieden und tragen keine Schuld.

• Für die Opfer ist es oft schwierig, den Ausbeuter zu verlassen, weil sie die Person vielleicht lieben oder Angst vor ihr haben.
• Drohungen und Erpressung können sehr furchteinflößend sein und das Opfer dazu bringen, die Beziehung weiterzuführen, weil sie Angst vor den Konsequenzen haben.
• Manchmal bringen Ausbeuter ihre Opfer dazu, Alkohol zu trinken oder Drogen zu nehmen, oder sich an kriminellen Handlungen zu beteiligen.

Die emotionalen Auswirkungen von Ausbeutung

Wie in Jessicas Fall kann sich eine Person, die Opfer von Ausbeutung wird, verängstigt und abhängig fühlen und sich schämen. Ausbeutung kann eine sehr traumatische Erfahrung sein und das Opfer könnte psychische Probleme bekommen, wie z. B. extreme Wachsamkeit, Erinnerungsverlust, Probleme dabei, anderen Menschen zu vertrauen und Beziehungen einzugehen, oder Depressionen. Ausbeutung kann sogar zu Selbstverletzung oder Suizid führen.

Einem Freund helfen

>> Sieh dir das Video darüber an, wie es ist, sich um einen Freund zu sorgen, der sich in einer ausbeuterischen Beziehung befindet.

Wenn einer deiner Freunde ausgebeutet wird, dann braucht er oder sie deine Unterstützung. **Versuche zu helfen,** z. B. indem du:

Deine Unterstützung signalisieren

Versuche, mit deinem Freund darüber zu sprechen. Lass ihn/sie wissen, dass du für ihn/sie da bist, selbst, wenn er/sie sich anfangs weigert, mit dir zu sprechen. Biete deine Hilfe an.

Keine Alleingänge

Du musst diese Situation nicht ganz alleine auf dich nehmen. **Bitte immer einen Erwachsenen um Hilfe, dem du vertraust,** wenn du dir Sorgen um die Sicherheit deines Freundes machst. Und stelle sicher, dass auch du die nötige Unterstützung bekommst.

Melden statt ignorieren

Ermutige deinen Freund dazu, die Situation der Polizei, einer Beratungsstelle oder einer anderen Organisation zu melden, und unterstütze ihn dabei. Du kannst die Situation auch selbst melden.

Anlaufstellen

Deutschland

Nummer gegen Kummer - https://www.nummergegenkummer.de/
Bündnis gegen Cybermobbing - https://www.buendnis-gegen-cybermobbing.de/hilfe/hilfe.html
Cybermobbing Hilfe - https://www.cybermobbing-hilfe.de/
WEISSER RING - https://weisser-ring.de/mobbing
Juuuport - https://www.juuuport.de/beratung

Anhang 1c: Workshop 3 - Inhalte für Offline-Workshops

Workshop 3: Sexualisiertes Mobbing

Stellas Ruf

Szenario für die Verwendung während eines Offline-Workshops

Einführung
Nun folgt eine Geschichte über eines 14-jährigen Mädchens, das sexualisiertes Mobbing erlebt. Wie würdet ihr euch fühlen und was würdet ihr tun, wenn ihr einer der Beteiligten wärt?

Ihr könnt mit eurem Handy abstimmen und währenddessen miteinander diskutieren. Eure Antworten sind **anonym**. Teilt eure Meinung gerne den anderen mit, es gibt keine guten oder schlechten Antworten.

Wie alles beginnt
Stella (14) wird von ihrem Mitschüler John gemobbt. In der Schule ist er immer gemein zu ihr.

Während einer Pause geht Stella auf die Toilette, und lässt ihren Laptop für einen Moment unbeaufsichtigt. Da **geht John an Stellas Laptop**. Er errät ihr Passwort und installiert eine Spionagesoftware. So hat er nun von seinem eigenen Computer aus Zugriff auf Stellas Laptop. Er hat nun ständig unbegrenzten Zugang zu Stellas persönlichen Dateien und Fotos.

Als Stella zurückkommt, hat sie keine Ahnung, was gerade passiert ist...

John ruiniert Stellas Ruf
John bringt Stellas Social Media-Konto für sechs Tage komplett unter seine Kontrolle. Er beginnt, sich online **als Stella auszugeben**.

John tut im Internet so, als sei er Stella, und schreibt seltsame Kommentare unter die Posts von anderen.

Stella: "Du solltest wirklich ein bisschen abnehmen"
Stella: "Schaut euch mal ihr nuttiges Kleid an!"
Stella: "Hast du eigentlich schon allen gesagt, dass du schwul bist?"

Er hält das für ziemlich witzig - niemand weiß, dass eigentlich er diese Kommentare schreibt.

Dann beginnt er, andere Mitschüler mit Stellas Konto anzugreifen, indem er gemeine, demütigende Kommentare schreibt. Alle denken, dass Stella diese gemeinen Sachen schreibt. Ihre Freunde sind wütend und wollen nicht mehr mit ihr reden.

Doch das ist noch nicht alles
John fängt auch damit an, Bilder von Stella, die er von ihrem Laptop gestohlen hat, auf ihrem Social Media-Konto zu teilen. Er postet sogar die **sexy Selfies, die Stella ihrem Freund geschickt hat.**

Ihre Mitschüler denken, dass Stella die Bilder selbst gepostet hat. Sie fangen an, sie eine "Schlampe" zu nennen. Ein paar Jungen schreiben schmutzige Kommentare unter ihre Bilder. Niemand glaubt ihre Versicherungen, dass sie es nicht war.

Dilemma 1: Was denkst du über Stella?
1. Niemand hat das verdient, sie hat nichts falsch gemacht. Sie braucht Hilfe.
2. Es war dumm von ihr, ein sexy Bild von sich auf ihrem Laptop zu haben. Sie ist selbst daran schuld, dass sie sich jetzt in dieser Situation befindet.
3. Sie ist eine richtige Drama Queen und sie nimmt das viel zu ernst, es war ja nur ein Spaß.
4. Sie hätte ihren Laptop nicht unbeaufsichtigt lassen sollen.
5. Sie tut mir leid, weil sie gemobbt wird, aber ihre Reaktion ist übertrieben.

Gib niemals dem Opfer die Schuld
Stella hat nichts getan, um dieses Verhalten auszulösen. Es ist immer falsch, jemanden zu mobben, zu demütigen oder (online) persönliche Informationen einer Person zu stehlen.
Sollte man ihr also wirklich die Schuld an der Belästigung geben, die sie nun erfährt? Zu behaupten, sie sei selbst schuld, könnte dazu führen, dass es ihr noch schlechter geht.

Unschuldiges Geplänkel oder verletzend?
Witze im Internet können schnell zu weit gehen. Wenn jemand sich verletzt, gedemütigt oder beleidigt fühlt, dann ist das kein Spaß mehr.

Wie kann ich mich schützen?

Schütze auch im Internet deine Privatsphäre
• Vergiss nie, dich von deinem Laptopdeinem E-Mailkonto oder anderen Konten abzumelden, besonders, wenn du deinen Laptop, PC oder dein Smartphone unbeaufsichtigt lässt.
• Verrate niemandem deine Passwörter und installiere Antivirensoftware und Firewalls auf deinen Geräten.
• Denk gut darüber nach, was du online teilst. Alle persönlichen Informationen können verändert oder von jemandem dazu verwendet werden, sich als du auszugeben.
• Nutze die Sicherheitseinstellungen auf Social Media, um sicherzustellen, dass Fremde deinem Account nicht folgen oder darauf zugreifen können.
• Wenn du dich an Sexting beteiligt hast, lösche danach alle Fotos oder Videos von deinem Gerät, damit andere diese nicht finden oder teilen können.

Denk daran: Wenn du nicht möchtest, dass deine Großmutter es sieht, dann stelle es nicht ins Internet!

Dilemma 2: Was würdest du tun, um das Mobbing zu beenden, wenn du Stella wärst?
1. Nichts, sie muss einfach warten, bis die Leute das alles vergessen haben.
2. Sie kann versuchen, an Informationen über John zu kommen und Gerüchte über ihn verbreiten, damit er damit aufhört.
3. Am besten holt sie sich Unterstützung von jemandem, dem sie vertraut, wie z. B. ihren Eltern, einem Lehrer oder einem Freund.
4. Sie sollte ihre Freunde davon überzeugen, dass es nicht sie war, die diese Dinge gepostet hat.
5. Sie sollte das Verhalten anonym an eine Beratungsstelle melden.

Reflexion
Wenn du wie Stella sexualisiertes Mobbing erlebst, **musst du dich nicht schuldig fühlen oder dich schämen.** Die andere Person (oder Personen) hatte kein Recht dazu, auf dein Gerät zuzugreifen, so zu tun, als wäre sie du, oder ein Bild von dir zu verbreiten.

Gib ihnen nicht noch mehr Munition
Die Person, die dich mobbt, will eine Reaktion von dir. Reagiere nicht, indem du wütend oder traurig wirst. Das könnte die Person nur noch mehr ermutigen und dazu führen, dass er oder sie das Gefühl hat, Macht über dich zu haben.

Rache ist keine gute Idee
Obwohl du jeden Grund hast, wütend zu sein, solltest du dich nicht an der Person rächen. Das könnte die Situation nur noch schlimmer machen und ernstzunehmende (rechtliche) Konsequenzen haben, auch für dich.

Reflexion 2

Möglicherweise löst sich dieses Problem nicht von allein. Du musst etwas unternehmen! Ergreife die folgenden Maßnahmen:

Sprich mit jemandem, dem du vertraust

Im besten Fall deine Eltern oder eine andere erwachsene Person, z. B. ein Lehrer an deiner Schule. Du kannst aber auch mit einem Freund oder jemand anderem sprechen, dem du vertraust. Zusammen könnt ihr nach der besten Lösung suchen.

Sammle Beweise

Speichere die Posts und Bilder im Internet (bzw. Screenshots davon), auf denen sich jemand als du ausgibt oder dich erniedrigt. Wenn du zur Polizei gehst, kannst du diese als Beweis verwenden.

Kontaktiere die Website

Wenn ein Bild von dir auf einer Website oder Social Media-Plattform gepostet worden ist, solltest du die Administratoren der Seite darüber informieren und ihnen mitteilen, dass du noch minderjährig bist, und dass das gepostete Bild ohne dein Einverständnis geteilt wurde. Informiere sie auch darüber, dass dein Account gehackt wurde, damit sie ihn sperren könne, um einem weiteren Missbrauch vorzubeugen. Bitte sie auch, alle Kommentare, die in deinem Namen geschrieben wurden, zu entfernen, weil du diese Kommentare nicht geschrieben hast.

Melde dieses Verhalten!

• Melde es entweder einer **Hotline oder telefonische Beratungsstelle** - dort kannst du solche Vorfälle auch anonym melden. Dort wird man dir zuhören und dir Ratschläge geben, wie du dich weiterhin verhalten kannst.
• Du kannst es auch der **Polizei** melden - ein Nacktbild von einem Minderjährigen ohne dessen Einverständnis zu verbreiten ist eine Straftat, die du bei der Polizei anzeigen kannst.

Es geht noch weiter

Stella ist verzweifelt. Ihr Freund macht mit ihr Schluss. Keiner ihrer Freunde möchte in der Schule mehr neben ihr sitzen. Die anderen zeigen auf sie und lachen, wenn sie das Klassenzimmer betritt. Einige Jungen schikanieren sie und sagen fürchterliche Sachen zu ihr, wenn sie vorbeigeht. Stella fühlt sich sehr allein.

Nach einigen Wochen bekommt sie Panikattacken. Sie verliert ihren Appetit und ist ständig nervös. Schließlich fängt sie sogar an sich selbst zu verletzen.

Dilemma 3: Was denkst du über John?

1. Er ist sehr unsicher, deswegen mobbt er andere. Er tut mir leid.
2. Er macht nur Witze, er wollte niemanden wirklich verletzen. Stellas Reaktion ist übertrieben.
3. Selbst wenn er sich über die Konsequenzen nicht bewusst war, hat er Stellas Leben zerstört. Er sollte dafür bestraft werden.
4. Er ist ein schlechter Mensch, er wollte Stella verletzen und es ist allein seine Schuld.
5. Er sollte Stella nicht so schikanieren, aber er hätte die Folgen für sie vorher nicht abschätzen können.

Dein Handeln hat Folgen

Jemanden so zu schikanieren mag vielleicht lustig oder unschuldig klingen, aber es kann sehr ernste Konsequenzen haben, sowohl für das Opfer als auch für dich.

• Das Opfer deines Handelns könnte sich gedemütigt und hoffnungslos fühlen. Es könnte sogar zu schweren psychischen Problemen führen, so wie in Stellas Fall.
• Diese Bilder bleiben vielleicht für immer im Internet. Das Opfer könnte sehr lange gemobbt oder belästigt werden.
• Außerdem solltest du über die Konsequenzen für dich selbst nachdenken: Sich in den Laptop einer Person zu hacken, Nacktbilder von Minderjährigen zu verbreiten, oder den Ruf einer Person zu schädigen kann illegal sein. Du könntest am Ende eine Vorstrafe bekommen.

Dilemma 4: Was würdest du tun, wenn du einer von Stellas Mitschülern wärst?

1. Nichts, John hat damit angefangen und es ist nicht mein Problem.
2. Stella tut mir leid, also würde ich so einen Post auf Instagram nicht "liken".
3. Ich würde auch auf Instagram kommentieren. Es macht Spaß und Stella hat nichts anderes verdient.
4. Ich würde John und den anderen, die sie mobben, sagen, dass sie damit aufhören sollen.
6. Ich weiß es nicht. Stella tut mir leid, aber ich möchte nicht selbst gemobbt werden.

Reflexion

Wenn du mitbekommst, dass jemand anderes gemobbt wird, solltest du dabei niemals mitmachen. Stell dir vor, das Opfer wäre jemand, der dir wichtig ist.
Mobbing kann sehr ernste emotionale Auswirkungen haben, wie Stellas Fall deutlich macht. Niemand hat das verdient.

Nicht liken, nicht teilen

Es richtet beim Opfer großen emotionalen Schaden an, wenn du solche erniedrigenden Posts oder (Nackt-) Bilder von einer minderjährigen Person likest, teilst oder anderen zeigst.
Außerdem kann es auch illegal sein. Wenn du dich auf irgendeine Weise daran beteiligst, dann kann das auch für dich ernste rechtliche Konsequenzen haben. Du könntest am Ende eine Vorstrafe bekommen.

Sag nein zu Cyber-Gewalt gegen Mädchen!

Junge Menschen fühlen sich manchmal von ihren Freunden dazu gedrängt, sich an sexualisiertem Mobbing zu beteiligen. Anfangs erscheint dieses Verhalten vielleicht noch unschuldig und lustig. Und vielleicht hast du Angst, dass du auch gemobbt wirst, wenn du nicht mitmachst.
Mach dir bewusst, dass sexualisiertes Mobbing eine Art von Cyber-Gewalt ist, und dass es ernste Konsequenzen haben kann. Sag nein!

Dilemma 5: Wenn du ein Mitschüler von Stella wärst, wie könntest du ihr dann helfen?

1. Ich würde zu einem Lehrer oder der Polizei gehen.
2. Sie tut mir leid, aber ich kann nichts dagegen tun.
3. Ich möchte Stella überhaupt nicht helfen, wir sind nicht befreundet und ich will nichts mit dieser Sache zu tun haben.
4. Ich würde das Verhalten anonym an eine Beratungsstelle und an Instagram melden.
5. Ich würde mit Stella sprechen, um herauszufinden, wie es ihr geht.

Reflexion
Wenn jemand gemobbt wird, braucht er oder sie deine Hilfe, egal, ob ihr Freunde seid oder nicht. Du musst das Problem nicht alleine lösen, aber du solltest versuchen zu tun, was du kannst.

Unterstütze das Opfer
Stelle sicher, dass es dem Opfer gut geht. Biete deine Hilfe an, und rate ihm oder ihr sich an einen **Erwachsenen** zu wenden, dem er oder sie vertraut. Du kannst auch selbst mit einem Erwachsenen darüber sprechen.

Melden statt ignorieren!
Unterstütze das Opfer und ermutige es dazu, das Verhalten der **Polizei** oder einer **telefonischen Beratungsstelle** oder anderen Organisation zu wenden, oder tu es selbst.

Sag was!
Sag dem Mobber und anderen aus deiner Gruppe, die sich an dem Mobbing beteiligen, dass du ihr Verhalten nicht gut findest. Mache klar, dass es **falsch** und illegal ist, und dass du dabei nicht mitmachen willst. Das könnte andere dazu ermutigen, dasselbe zu tun. Außerdem wird es dem Opfer zeigen, dass er oder sie nicht allein ist.

Anlaufstellen

Deutschland

Nummer gegen Kummer - https://www.nummergegenkummer.de/
Bündnis gegen Cybermobbing - https://www.buendnis-gegen-cybermobbing.de/hilfe/hilfe.html
Cybermobbing Hilfe - https://www.cybermobbing-hilfe.de/
WEISSER RING - https://weisser-ring.de/mobbing
Juuuport - https://www.juuuport.de/beratung

Anhang 1d: Workshop 4 - Inhalte für Offline-Workshops

Workshop 4: Unerwünschte Sexualisierung

Der Erhalt unerwünschter sexueller Bilder oder Kommentare

Szenario für die Verwendung während eines Offline-Workshops

Einführung Nun folgt die Geschichte eines Mädchens, das unerwünschte sexuelle Kommentare auf Social Media erhält. Wie würdet ihr euch fühlen und was würdet ihr tun, wenn ihr einer der Beteiligten wärt? Beantwortet diese Frage mithilfe eurer Smartphones und diskutiert darüber. Eure Antworten sind **anonym.** Teilt eure Meinung gerne den anderen mit, es gibt keine guten oder schlechten Antworten.
Wie alles beginnt Diana (14 Jahre alt) macht sich für eine Halloween-Party schick. Auf Instagram postet sie ein Bild von sich in ihrem Outfit. Ihr Post bekommt viele "Likes" von Freunden und auch von Menschen, die sie gar nicht kennt.
Dann passiert etwas, womit sie nicht gerechnet hatte... Eine Person beginnt, unangenehme Kommentare unter das Bild zu schreiben... Diese Person nennt sich "XYZ"* und Diana hat keine Ahnung, wer es ist. XYZ nennt Diana eine **"Schlampe"** und behauptet, sie sehe aus wie **ein Pornostar**. **XYZ könnte natürlich ein Junge oder ein Mädchen sein!*
Die Situation gerät außer Kontrolle Es wird immer schlimmer: XYZ teilt auch ein **bearbeitetes Bild von Diana**. Nun sieht es so aus, als wäre sie nackt und befände sich in einer sexuellen Pose! Viele ihrer Freunde und Follower **liken** die Kommentare oder **teilen** sogar das bearbeitete Bild. Diana fühlt sich **gedemütigt**. Sie möchte überhaupt nicht mehr online gehen. Außerdem hat sie Angst, nach dem Wochenende wieder zur Schule zu gehen, weil die meisten ihrer Mitschüler das Bild gesehen haben.
Dilemma 1: Was denkst du über Diana? 1. Wenn man etwas ins Internet stellt, muss man auch mit den Konsequenzen klarkommen. 2. Sie tut mir leid, sie sollte das Recht haben, ein Bild von sich zu posten, ohne dass andere sie so demütigen. 3. Diana sollte gar keine "sexy" Bilder von sich posten. 4. Es hat wahrscheinlich etwas damit zu tun, wie sie sich im Alltag verhält. Vielleicht sind die Kommentare ja gerechtfertigt. 5. Sie sollte diese Reaktionen einfach ignorieren, denn sie hat nichts getan, wofür sie sich schämen müsste.
Gib niemals dem Opfer die Schuld: Diana hat das Recht Bilder zu posten, so wie jeder andere auch. Das Verhalten der Menschen, die versuchen, sie zu beschämen oder zu verletzen, ist absolut **inakzeptabel**. Mädchen müssen oft mit Doppelmoral umgehen. Über sie wird oft härter geurteilt als über Jungen. Findest du das fair?

Schütze dich vor unerwünschter Sexualisierung

Bevor du auf Social Media Bilder von dir teilst:
• Solltest du dir bewusst machen, dass du dadurch die Kontrolle über diese Bild verlierst und darüber, was damit geschieht.
• Wenn du dir nicht sicher bist oder dich dazu gedrängt fühlst, solltest du das Bild nicht posten.
• Passe deine Privatsphäre-Einstellungen auf Social Media an: Du kannst z. B. einstellen, dass Fremde deine Posts nicht sehen oder kommentieren können.

Mach dir bewusst, dass das, was Diana passiert ist, **jedem passieren kann**. Du kannst es nie komplett ausschließen. Wenn es geschieht, solltest du aber wissen, dass du nicht schuld daran bist, dass du unerwünschte Kommentare erhältst!

Dilemma 2: Was würdest du in dieser Situation tun, wenn du Diana wärst?

1. Nichts, das wäre mir egal.
2. Ich wäre wütend und würde versuchen mich zu rächen.
3. Ich würde nicht mehr zur Schule gehen.
4. Ich würde es der Schule und Instagram melden.
5. Ich würde einen Freund oder eine andere Person, der ich vertraue, um Hilfe bitten.

Wenn du selbst mit unerwünschten sexuellen Annäherungsversuchen oder konfrontiert wirst:
Gib dir nicht selbst die Schuld, wenn du mit unerwünschten sexuellen Annäherungsversuchen oder Kommentaren konfrontiert wirst. Es handelt sich dabei um eine Art der Cyber-Gewalt. Die andere Person (oder Personen) hat kein Recht dazu, dich zu beschämen oder zu demütigen.

Sprich mit jemandem, dem du vertraust
Im besten Fall mit deinen Eltern oder einem anderen Erwachsenen, wie z. B. einer Lehrkraft an deiner Schule. Du kannst aber auch mit einem Freund oder jemand anderem sprechen, dem du vertraust. Zusammen könnt ihr nach der besten Lösung für dieses Problem suchen.

Sammle Beweise
Speichere die Posts und Kommentare im Internet, in denen du beschämt oder erniedrigt wirst (bzw. Screenshots davon). Wenn du zur Polizei gehst, kannst du diese als Beweise verwenden.

Melde das Verhalten!
• Du kannst es der **Website oder Plattform** melden - informiere die Administratoren der Seite über das Verhalten, sage ihnen, dass du noch minderjährig bist, und dass du dich von dem Bild und den Kommentaren belästigt fühlst, damit sie die Beteiligten verwarnen oder blockieren können.
• Du kannst es auch einer **Beratungsstelle oder Hotline** melden - dort kannst du das auch anonym tun. Man wird dir zuhören und du bekommst Ratschläge, wie du dich weiterhin verhalten kannst.
• Du kannst es auch der **Polizei** melden - üble Nachrede und Rufmord sowie sexuelle Kommentare und Annäherungsversuche gegenüber einer minderjährigen Person können strafbar sein.

Dilemma 3: Was denkst du über XYZ?
1. XYZ kann kommentieren, was er/sie will, auf Social Media darf sich schließlich jeder frei äußern.
2. Das war doch nur Spaß, er hat keine Ahnung, welche Auswirkungen das auf Diana hat.
3. Er will nur Aufmerksamkeit, Diana sollte ihn ignorieren.
4. Er scheint ein schwacher und unsicherer Mensch zu sein, er braucht dringend Hilfe.
5. Er verletzt andere mit seinem Verhalten und sollte dafür bestraft werden.

Sei Teil der Lösung, nicht des Problems
Wenn du auf Social Media die Posts anderer kommentierst oder deren Bilder verwendest, um dich über sie lustig zu machen, solltest du dir über einige Dinge im Klaren sein:

• Sexuelle oder erniedrigende Kommentare können andere verletzen und demütigen und ihrem Ruf schaden. Das kann **dauerhafte Folgen** haben.
• Dem Ruf einer Person zu schaden, ein Bild einer Person zu verändern, und auch sexuelle Annäherungsversuche gegenüber Minderjährigen können **strafbar** sein. Du könntest am Ende eine Vorstrafe bekommen.

Dilemma 4: Was denkst du über die Menschen, die das bearbeitete Bild von Diana geliked und geteilt haben?

1. Das war nicht nett von ihnen, aber sie sind ja nicht dafür verantwortlich.
2. Sie hätte wissen sollen, dass Diana das nicht in Ordnung finden würde.
3. Sie sind Feiglinge, sie hätten XYZ konfrontieren und ihm/ihr sagen sollen, dass das nicht in Ordnung ist.
4. Das ist doch ganz normal. Es war nur ein Bild, sie dürfen sich doch an solchen Späßen beteiligen.
5. Sie hätten die Posts Diana zuliebe ignorieren sollen.

Wenn du mitbekommst, dass jemand online sexualisiert wird

Wenn du mitbekommst, dass eine Person oder deren Bild online sexualisiert wird, und zwar ohne das Einverständnis dieser Person, dann denk daran:

Nicht liken, nicht teilen

• Das ist nicht nur Spaß. Wie in Dianas Fall, kann so ein Verhalten ernste **emotionale Auswirkungen** auf das Opfer haben.
• Jemandes Ruf zu schaden oder erniedrigende oder sexuelle Kommentare oder Annäherungsversuche können strafbar sein. Wenn du dich auf irgendeine Weise daran beteiligst, dann kann das auch für dich **rechtliche** Konsequenzen haben.

Sag was!

Sag den Leuten in deiner Gruppe, die das Bild kommentieren oder teilen, dass das nicht okay ist. Stelle klar, dass es falsch und verletzend ist. Das könnte andere dazu ermutigen, dasselbe zu tun.

Dilemma 5: Was könntest du tun, um Diana zu helfen, wenn du einer ihrer Mitschüler wärst?

1. Ich würde mich unter vier Augen mit ihr unterhalten und ihr zuhören, um herauszufinden, ob ich ihr irgendwie helfen kann.
2. Ich würde versuchen, XYZ und die anderen, die sich daran beteiligt haben, zu konfrontieren.
3. Nichts, ist doch nicht mein Problem.
4. Ich hätte zu viel Angst, um etwas zu unternehmen, denn dann könnte ich auch gemobbt werden.
5. Ich würde den Vorfall anonym an Instagram melden.

Wenn ein Freund von dir online unerwünschte Sexualisierung erlebt

Wenn ein Freund von dir online unerwünschte Sexualisierung erlebt, dann braucht er oder sie deine Unterstützung.

Zeige deine Unterstützung

Stelle sicher, dass es dem Opfer gut geht. Biete der Person deine Hilfe an und rate ihr, mit einem Erwachsenen darüber zu sprechen, dem sie vertraut.

Sprich mit einem Erwachsenen, dem du vertraust

Du musst mit der Situation nicht ganz alleine klarkommen. Bitte immer einen Erwachsenen, dem du vertraust, um Hilfe, beispielsweise Eltern oder Lehrer. Zusammen könnt ihr versuchen, die beste Lösung für das Problem zu finden. Viele Schulen haben auch bestimmte Richtlinien, wie mit dieser Art des Mobbings umgegangen werden soll.

Melden statt ignorieren

Ermutige deinen Freund dazu, die Situation der Polizei, einer Beratungsstelle oder einer anderen Organisation zu melden, und unterstütze ihn dabei. Du kannst die Situation auch selbst melden.

Anlaufstellen

Deutschland

Nummer gegen Kummer - https://www.nummergegenkummer.de/
Bündnis gegen Cybermobbing - https://www.buendnis-gegen-cybermobbing.de/hilfe/hilfe.html
Cybermobbing Hilfe - https://www.cybermobbing-hilfe.de/
WEISSER RING - https://weisser-ring.de/mobbing
Juuuport - https://www.juuuport.de/beratung