

Surfen, gamen, chatten

Dr. Sarah Genner

Eltern-
abend
2024



Kantonsschule Freudenberg
Gymnasium Freudenberg
Liceo Artistico



Dr. Sarah Genner

Medienwissenschaftlerin, Digitalexpertin, Dozentin, Verwaltungsrätin



Schweiz
.ch



Kokosinseln
.cc

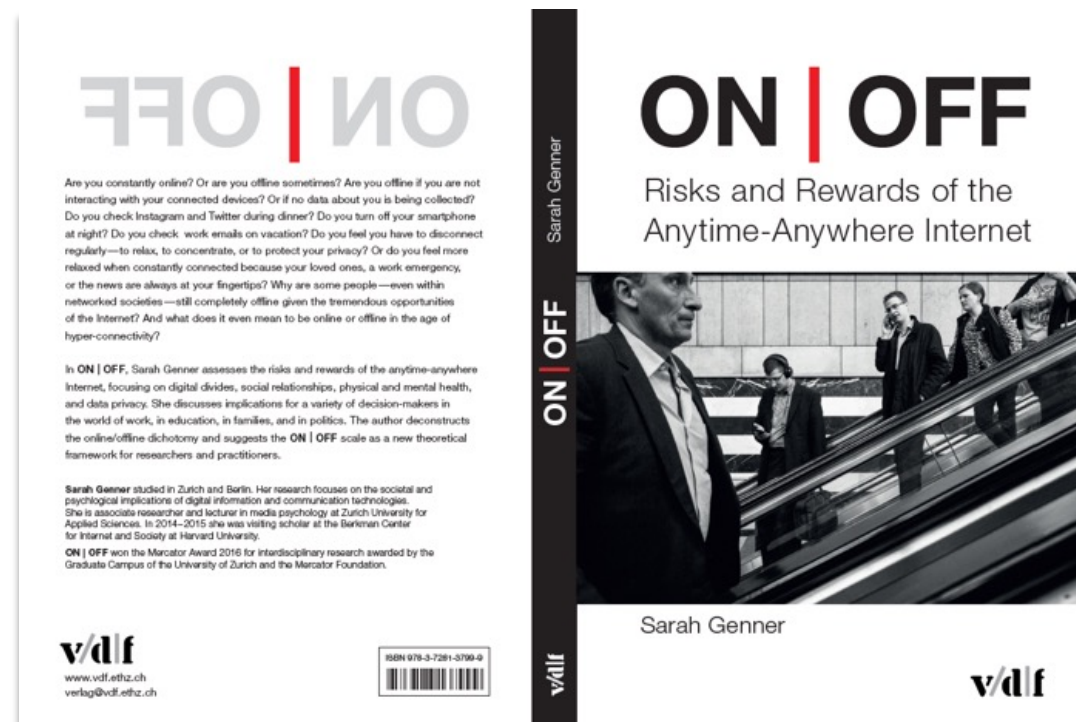
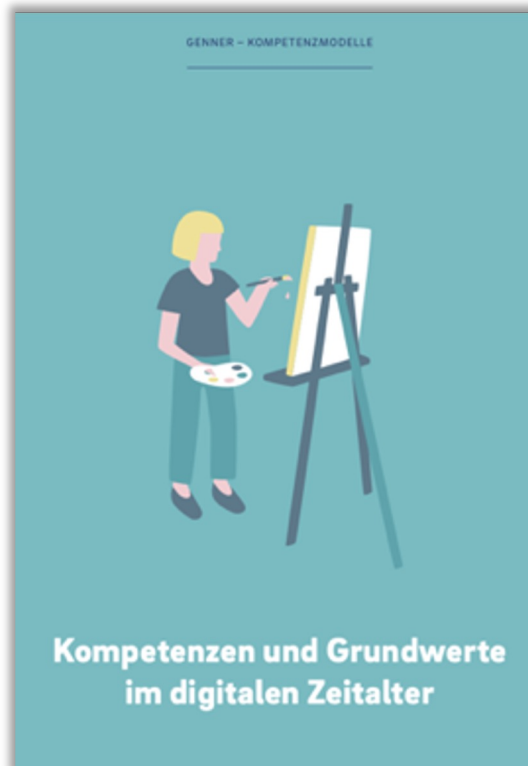
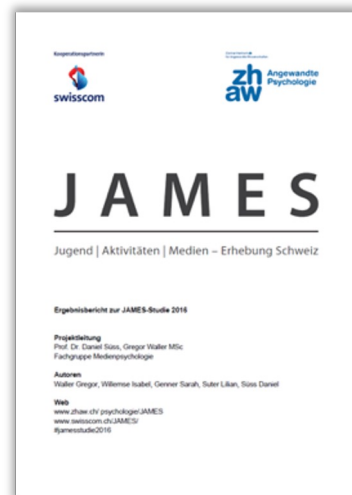
GENNER.CC

Digital Transformation

Digital Media

Digital Society

New Work



1994 – 2001



Medienworkshops
mit Schülerinnen
und Schülern

Nutzungsregeln
Digital Devices
Kantonsschule
Freudenberg

Elternabend
Surfen,
gamen,
chatten

Workshops mit Schülerinnen und Schülern

- Geschäftsmodelle in der Digitalwirtschaft
- Gesundheitliche Auswirkungen – Cybermobbing – Onlinesucht
- Datenschutz und Privatsphäre
- Falschnachrichten und Desinformation
- Strategien zur Reduktion von Bildschirmzeit
- Selbstbild und Schönheitsideale

sam^owar

Jugendberatung und Prävention für den Bezirk Horgen
Bahnhofstrasse 24
8800 Thalwil

Das Wissen zu übermässigem Konsum hoch. Das Problem ist das Handeln. Die Unterstützung der Eltern ist gefragt.

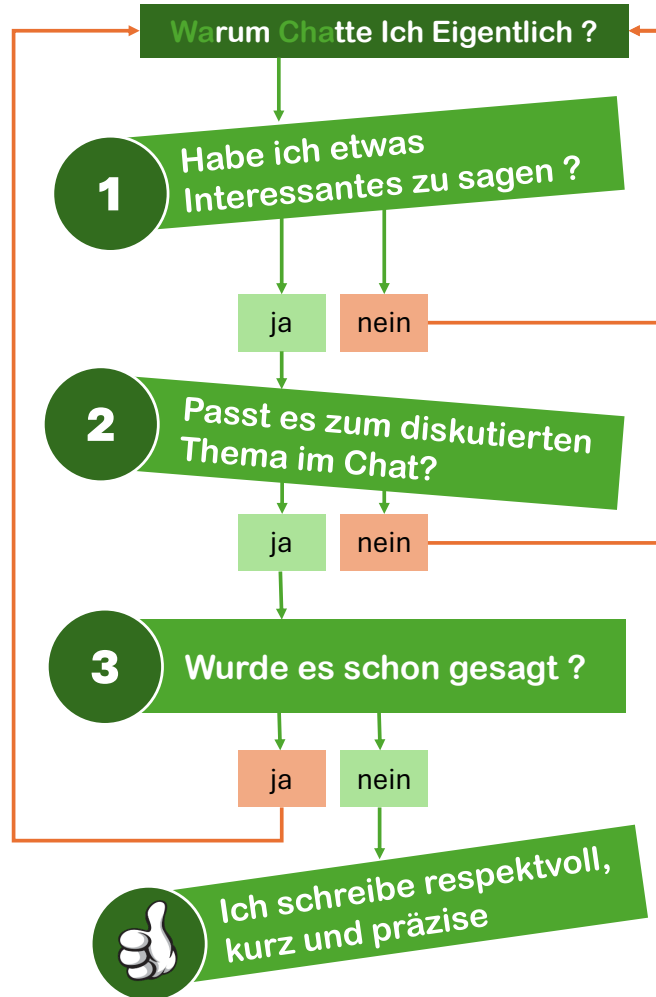
Erkenntnis aus
der Umfrage
Medien-
workshops

Spam in WhatsApp-Gruppen ist ein grosses Thema.



Erkenntnis aus
den Medien-
workshops

WaCha?





Kantonsschule Freudenberg Zürich



Gymnasium Freudenberg

Alt- und neusprachliches Langgymnasium

Nutzungsregeln Digital Devices¹

Einleitung

Wir sind uns bewusst, dass wir an unserer Schule – insbesondere für die Unterstufe – relativ restriktive Regeln für den Gebrauch von Digital Devices haben. Nach verschiedenen negativen Erfahrungen in einer Zeit grosser Toleranz wollen wir damit verhindern, dass diese neuen Technologien das Zusammenleben in der Schule negativ dominieren und normale Kommunikation verhindern.

Nutzungsregeln zum Gebrauch von Digital Devices in der Unterstufe

(1. – 2. Klasse)

- Digital Devices müssen beim Betreten des Schulhauses ausgeschaltet und in der Schultasche versorgt werden. Sie dürfen erst nach der letzten Unterrichtslektion nach dem Verlassen des Schulhauses behändigt werden.
- Über die Mittagszeit dürfen die Geräte von 12.15–13.10 Uhr ausserhalb des Schulhauses benutzt werden.
- Verstösst ein Schüler / eine Schülerin gegen die geltenden Bestimmungen, wird die Schulleitung darüber informiert. Die Schulleitung spricht eine Disziplinarstrafe gemäss Schulordnung Art. 29. aus.

Schülerinnen und Schüler können sich jederzeit an das Sekretariat wenden, wenn sie die Eltern dringend kontaktieren müssen (und umgekehrt).

Nutzungsregeln zum Gebrauch von Digital Devices in der Oberstufe

(3. – 6. Klasse)

- Digital Devices müssen während dem Unterricht auf stumm geschaltet sein und dürfen nicht benutzt werden.
- Es liegt in der Kompetenz der einzelnen Lehrpersonen, die gezielte Nutzung von Digital Devices im eigenen Unterricht zu gewähren.
- Verstösse gegen den Gebrauch von Digital Devices werden von der Lehrperson sanktioniert. Dabei können die in der Schulordnung der Kantonsschulen unter Art. 29 aufgeführten Massnahmen angewendet werden: Wegweisung aus der Unterrichtsstunde / Strafarbeit / Verhängung einer Strafstunde unter Mitteilung an die Schulleitung.

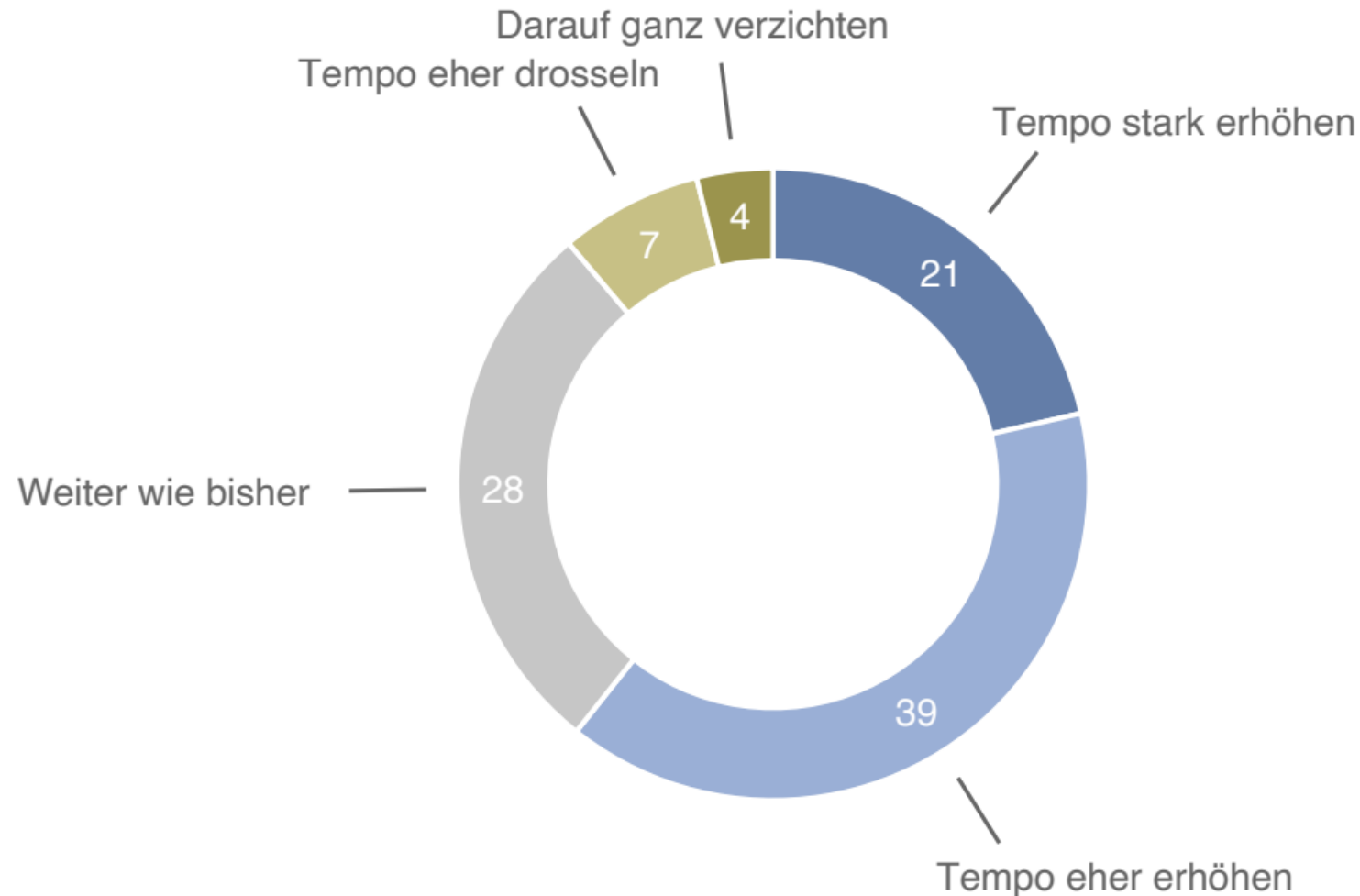
Das Verbot digitaler Geräte in der Unterstufe an der Kantonsschule Freudenberg soll bis auf weiteres beibehalten werden.

Ansage der
Schulleitung

**Welche Haltung zu
Jugendlichen und
digitalen Medien
bietet sich an?**

Abbildung 21: Gewünschtes Tempo im Bereich «Digitalisierung und Bildung»

«Soll der Staat die eigene Entwicklung im Bereich «Digitalisierung und Bildung» beschleunigen oder drosseln?»

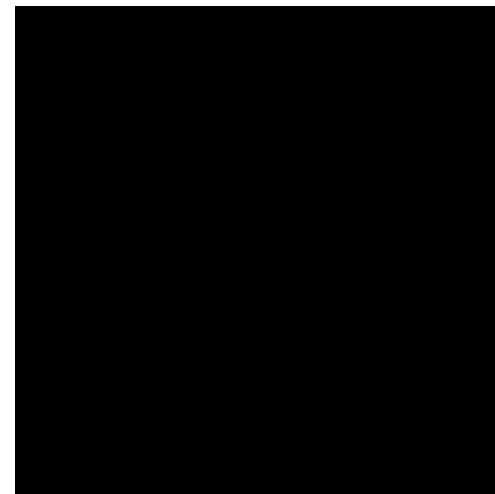
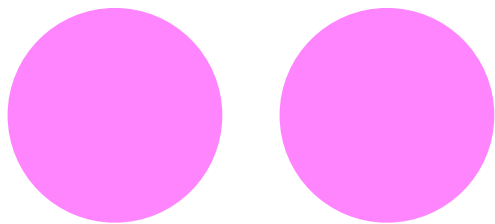


Digitaler Staat in der Schweiz

Einschätzungen und Bedürfnisse der Bevölkerung

Januar 2022

SOTOMO



**Sie sind die Expert:innen
Ihrer Kinder.**

Jedes Kind ist anders.

**Manche brauchen mehr
Regeln. Manche weniger.**

**Jede Situation
ist anders.**

**Die Sorge um die Jugend
ist nicht neu.**

Sorge um die Jugend im digitalen Zeitalter

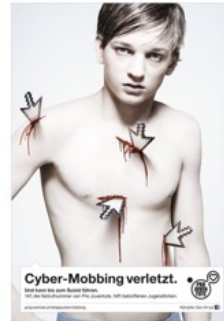


«Killergames»

Bsp. Amoklauf in Columbine, USA, 1999



Cybermobbing



Onlinesucht



Pornographie im Netz



Datenschutz / Privatsphäre



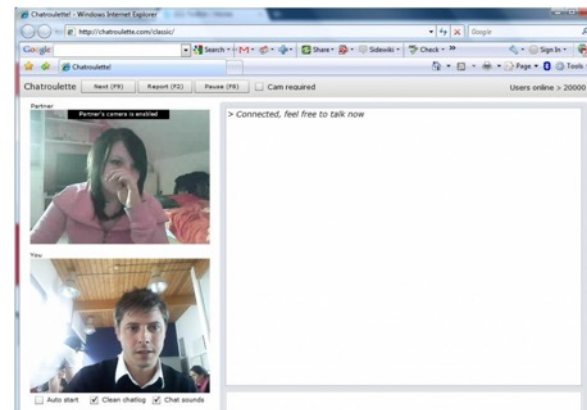
Schülerin verliert Lehrstelle, weil sie die Lehrerin auf Facebook beleidigte

Von Liliane Minor. Aktualisiert am 09.06.2011 240 Kommentare
Im Sommer hätte Tanja Müller ihre Lehre bei der Gemeinde Freienbach anfangen sollen. Es kommt nie dazu. Wegen einer unanständigen Bemerkung im Internet löste die Gemeinde den Vertrag im Mai auf.



Cybergrooming

«sexuelle Anmache im Netz», «stranger danger»



«Social Media-Burnout» Konzentrationsstörungen

WELT ONLINE

Krankenkasse warnt vor "Social-Media-Burnout"

Kann zu viel Information krank machen? Ein Psychologe der Techniker Krankenkasse warnt vor einer übertriebenen Nutzung von Facebook und Twitter.



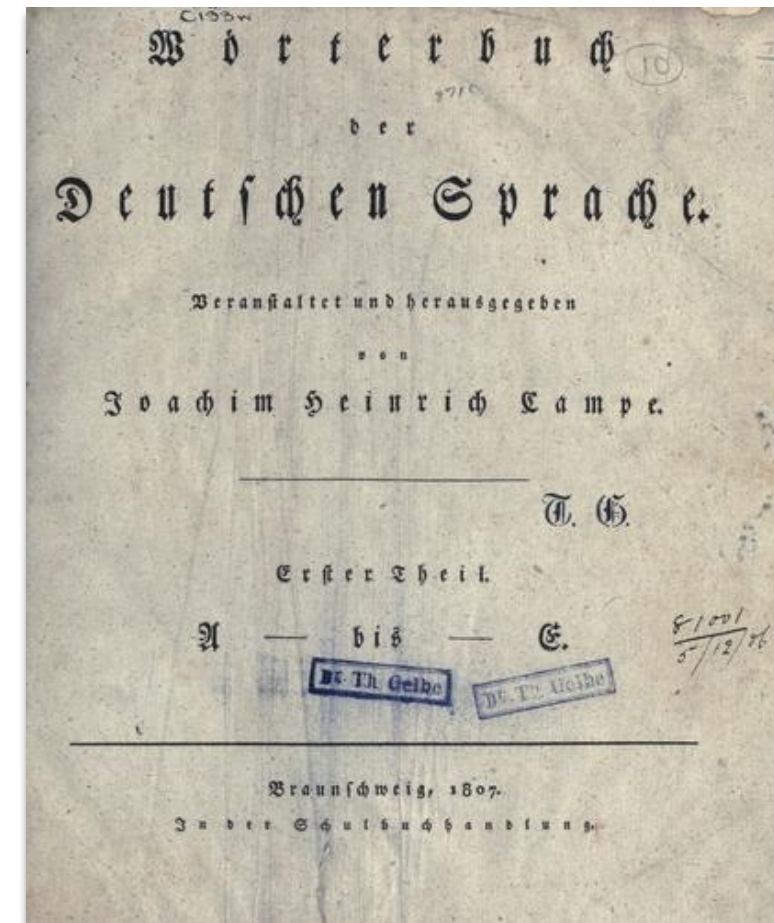
Übermäßige Nutzung von Facebook und Twitter soll ungesunden Stress verursachen.

Die Informationsflut durch Online-Netzwerke wie Facebook und Twitter kann Stress verursachen - nach Ansicht eines Experten auch so sehr, dass es die Gesundheit gefährdet.

Es gebe zwar noch keine wissenschaftlichen Erkenntnisse zu einem "Social-Media-Burnout", sagte der Psychologe Heiko Schütz von der Techniker Krankenkasse (TK) am Rande der Social Media Week in Hamburg. "Aufgrund von Erfahrungen" spreche aber einiges dafür, dass eine übertriebene Nutzung zu einem Erschöpfungssyndrom beitragen könne.

Nichts Neues: Sorge um negativen Medieneinfluss

- Katholische Kirche 1542 bis 1966
«**Index Librorum Prohibitorum**»
Verzeichnis verbotener Bücher
- 18. Jh.: Debatte um «**gefährliche Literatur**», z.B. *Briefe über die Erziehung der Frauenzimmer* (1773)
- Joachim Heinrich Campe,
Wörterbuch (1809)
Lesesucht, die unmässige,
ungeregelte auf Kosten anderer nötiger
Beschäftigungen befriedigte Begierde zu
lesen, sich durch Bücherlesen zu
vergnügen.



Mit Gleichaltrigen Zeit verbringen

 books

technology

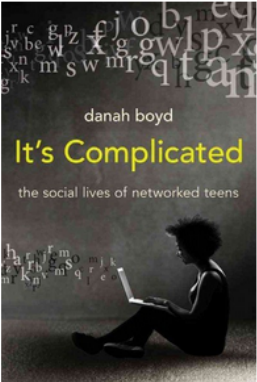
Online, Researcher Says, Teens Do What They've Always Done

FEBRUARY 25, 2014 5:00 AM ET

 ELIZABETH BLAIR  

 Listen to the Story
Morning Edition 5:30

[Embed](#) [Transcript](#)



It's Complicated
The Social Lives of Networked Teens
by Danah Boyd
Hardcover, 281 pages [purchase](#)

digital culture parenting & families nonfiction
history & society

More on this book:

- [NPR reviews, interviews and more](#)
- [Read an excerpt](#)

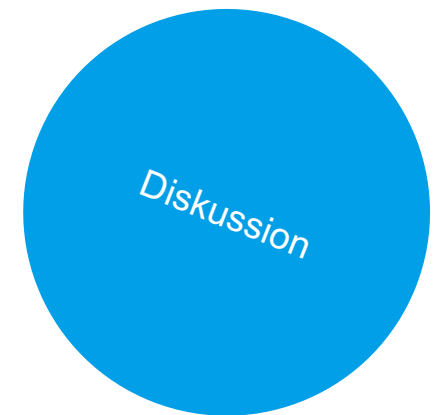


Danah Boyd

Jugend-und-Internet-Forscherin

«Wenn die Jugendlichen in der vernetzten Öffentlichkeit unterwegs sind, wollen sie mit Freundinnen und Freunden Zeit verbringen und von Gleichaltrigen erkannt werden.»

Researcher danah boyd is obsessed with how teenagers use the Internet. For the legions of adults who are worried about them, that's a good thing.



Welche Erfahrungen mit Medien machten Sie als Jugendliche:r in Ihrer Herkunftsfamilie?

Mediatisierung





Weniger Jugendkriminalität

Friedlicher dank Smartphone?

Sonntag, 25. Dezember 2016, 12:12 Uhr



16 Kommentare

SRF TAGESSCHAU

Symbolbilder

WENIGER JUGENDKRIMINALITÄT DANK SMARTPHONES
Jugendkriminalität auf Rekordtief

0:22 min, aus Tagesschau vom 24.12.2016

MIKE

Medien | Interaktion | Kinder | Eltern

Ergebnisbericht zur MIKE-Studie 2015

Projektleitung

Prof. Dr. Daniel Süss, Gregor Waller MSc, Prof. Dr. Beate Schwarz

Autoren

Suter Lilian, Waller Gregor, Genner Sarah,
Oppliger Sabine, Willemse Isabel, Schwarz Beate, Süss Daniel

Web

www.zhaw.ch/psychologie/mike
#mikestudie

MIKE-Studie

Kinder: 6 – 13 Jahre
seit 2015 alle zwei Jahre

JAMES

Jugend | Aktivitäten | Medien – Erhebung Schweiz

Ergebnisbericht zur JAMES-Studie 2014

Projektleitung

Prof. Dr. Daniel Süss, Gregor Waller MSc
Forschungsschwerpunkt Medienpsychologie

Autoren

Willemse Isabel, Waller Gregor, Genner Sarah, Suter Lilian,
Oppliger Sabine, Huber Anna-Lena, Süss Daniel

Web

www.psychologie.zhaw.ch/JAMES
www.swisscom.ch/JAMES/
#jamesstudie2014

JAMES-Studie

Jugendliche: 12 – 19 Jahre
Seit 2010 alle zwei Jahre

Kooperationspartnerin



Zürcher Hochschule
für Angewandte Wissenschaften



JAMES

Jugend | Aktivitäten | Medien – Erhebung Schweiz

Ergebnisbericht zur JAMES-Studie 2016

Projektleitung

Prof. Dr. Daniel Süss, Gregor Waller MSc
Fachgruppe Medienpsychologie

Autoren

Waller Gregor, Willemse Isabel, Genner Sarah, Suter Lilian, Süss Daniel

Web

www.zhaw.ch/psychologie/JAMES
www.swisscom.ch/JAMES/
[#jamesstudie2016](https://twitter.com/jamesstudie2016)

- Repräsentative CH-Erhebung zu Jugendlichen und Medien der ZHAW
- erstmals **2010, neuste Erhebung 2022**
- 1200 Schweizer Jugendliche
- 12- bis 19-Jährige
- Deutsch-/Westschweiz/Tessin
- alle Bildungsschichten

1. Medienkompetenz

Was heisst eigentlich Medienkompetenz?

Medienkompetenz bedeutet, bewusst mit den Medien umzugehen. Das heisst, dass man weiss, wie man die eigenen Bedürfnisse mit Medien erfüllen kann, dass man kritisch ist in Bezug auf die Produktionsbedingungen, aber auch genussfähig ist.

Wie eignen sich Kinder und Jugendliche diese Kompetenz an?

Am meisten indem sie am Modell lernen. Vorbilder sind Eltern und Lehrer.

Warum braucht es ein nationales Präventionsprogramm mit Schwerpunkt Medienkompetenz?

Die gezielte Förderung der Medienkompetenz ist notwendig, weil sie unter anderem dazu beiträgt, vernünftig mit Mediengewalt umzugehen. Die digitalen Medien haben einen hohen Stellenwert im Alltag der Jugendlichen. Teenager erwerben sehr schnell das technische Know-how. Trotzdem brauchen sie Unterstützung, um das Angebot kreativ, sicher und entwicklungsfördernd nutzen zu können.

Ist der durchschnittliche Teenager nicht vernünftig genug, um mit den digitalen Medien angemessen umzugehen?

Für Panik besteht tatsächlich kein Grund. Studien haben gezeigt, dass die meisten Kinder und Jugendlichen vernünftig mit dem Computer umgehen und die Balance zu anderen Aktivitäten durchaus finden. Das Bild des Stubenhockers vor dem Computer trifft für viele nur die halbe Wahrheit. Die meisten Heranwachsenden schätzen es genauso, ihre Freunde draussen zu treffen und Sport zu treiben.

Haben Erwachsene dieses Bild, weil sie selbst nicht mit dem Internet aufgewachsen sind?

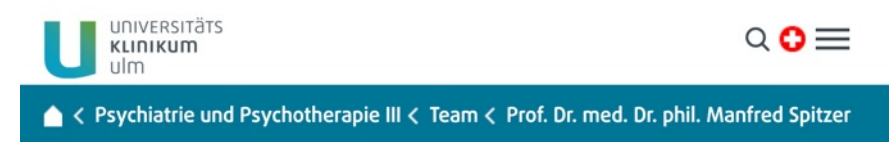
Man hat in Untersuchungen herausgefunden, dass Erwachsene, die das Internet nutzen, grössere Bedenken haben. Denn sie wissen, wie schnell man im Netz belästigt werden kann und wie leicht der Zugang zu grausamen Gewaltdarstellungen und Pornografie ist. Wer das Internet nicht nutzt, lässt die Kinder eher machen.

Zürcher Hochschule
für Angewandte Wissenschaften

zhaw



https://sarah.genner.cc/uploads/5/1/4/1/51412037/ratgeber_medienkompetenz.pdf



Prof. Dr. med. Dr. phil. Manfred Spitzer



Ärztlicher Direktor der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie III

E-Mail: manfred.spitzer@uni-ulm.de

Sekretariat

Julia Ferreau

Digitale Demenz? Mythen und wissenschaftliche Befundlage zur Auswirkung von Internetnutzung

Markus Appel und Constanze Schreiner

Zusammenfassung. Digitale Medien sind, so selbstverständlich wie nie zuvor, Teil unseres Alltags. Damit verbunden sind Befürchtungen, dass vor allem die intensive Computer- und Internetnutzung negative Konsequenzen aufweist. Der vorliegende Beitrag gibt einen Überblick zum Forschungsstand über die Auswirkungen der Nutzung von Computer und Internet. Neun populäre Mythen werden identifiziert und mit Hilfe einer Zusammenschau von meta-analytischen Befunden auf deren wissenschaftlichen Gehalt überprüft. Im Mittel der aggregierten Ergebnisse finden sich keine Belege dafür, dass die Nutzung digitaler Medien zu sozialem Rückzug führt, gesellschaftlich-politisches Engagement verhindert oder die selbstberichtete Einsamkeit erhöht. Die Zusammenhänge zwischen Internetnutzung und Wohlbefinden bzw. Depressivität sind sehr klein, aber signifikant, wie auch die Zusammenhänge zwischen der Nutzung von Bildschirmmedien und Übergewicht. Im Mittel zeigt sich ferner, dass das Lernen mit Computer und Internet, inklusive Lernspiele, positive Konsequenzen haben kann. Allerdings sind die negativen Auswirkungen von gewalthaltigen Videospielen auf aggressives Verhalten und Erleben ebenfalls gut belegt. Die Befunde werden mit Blick auf populärwissenschaftliche Publikationen sowie die Rolle der Psychologie diskutiert.

Schlüsselwörter: Internet, Computer, Meta-Analysen, Lernen

Digital dementia? Myths and scientific evidence concerning the effect of Internet use

Abstract. Digital media are omnipresent in our daily lives. This popularity is giving rise to fears about the possible negative consequences of computer and internet use. This paper reviews the current empirical knowledge regarding the effects of computer and Internet use. Nine popular myths are identified and compared to scientific evidence based on meta-analytical findings. The meta-analyses yield no evidence for a supposedly maladaptive influence of Internet use on social interactions, political and civic engagement, or loneliness. The relationships between Internet use and well-being or depression are small, but significant, as is the relationship between the use of digital media and obesity. On average, learning with the computer and Internet, including educational games, can have positive effects. However, there is substantial evidence for negative effects of violence in computer games on aggressive thoughts, feelings, and behavior. The findings are discussed with respect to popular science and the role of psychological research in the public discourse.

Key words: Internet, computer, meta-analysis, learning

„Meiden Sie digitale Medien. Sie machen (...) tatsächlich dick, dumm, aggressiv, einsam, krank und unglücklich.“ (Spitzer, 2012a, S. 325)

Stichwortgeber für Diskussionen zu den Auswirkungen der Internetnutzung in den Feuilletons der führenden Tagespresse, in quotenträchtigen Diskussionssendungen im

https://www.researchgate.net/publication/259970800_Digitale_Demenz_Mythen_und_wissenschaftliche_Befundlage_zur_Auswirkung_von_Internetnutzung

Süddeutsche.de

Digital

Politik Panorama Kultur Wirtschaft Sport München Bayern Digital Auto Reise Video me

Home Digital Bestseller "Digitale Demenz" von Manfred Spitzer - Krude Theorien, populistisch montiert

Süddeutsche.de als Startseite einrichten

Hinwei

9. September 2012, 14:54 Bestseller "Digitale Demenz" von Manfred Spitzer

Krude Theorien, populistisch montiert

In seinem Bestseller "Digitale Demenz" behauptet Manfred Spitzer, Computer und Smartphones machten Kinder dumm. Mit seiner Polemik bedient der Psychiater die Ängste verunsicherter Eltern - mithilfe bizarrer und oberflächlicher Argumente.

Von Werner Bartens

Versenden

Drucken



Feedback

Eine erfolgreiche Strategie, als vermeintlicher Experte mächtig Eindruck zu schinden, geht so: Man hält beispielsweise einen Vortrag zu den Vorzügen des Dinner Canceling und behauptet, dass es gesund sei und zu einem längeren Leben führe, wenn man sich von einem anständigen Abendessen fernhält. Wissenschaftlich ist das zwar Unfug, aber da es so schön die Verzichtsbedürfnisse einer übersatten Gesellschaft bedient, findet sich immer wieder ein Publikum für derartige Thesen, wie sie beispielsweise der umstrittene Wiener Arzt und Anti-Aging-Aktivist Johannes Huber gerne verbreitet.

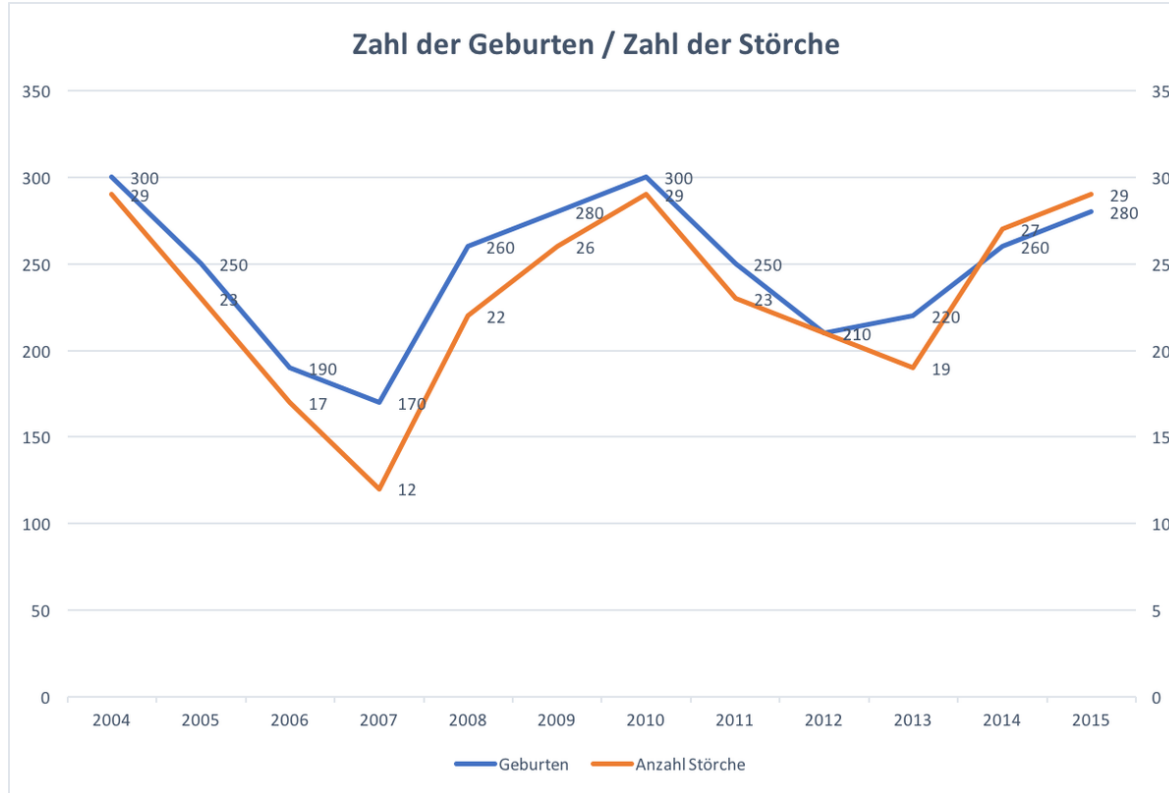
ANZEIGE

Grundlegendes zu BYOD

10 grundlegende Überlegungen zu

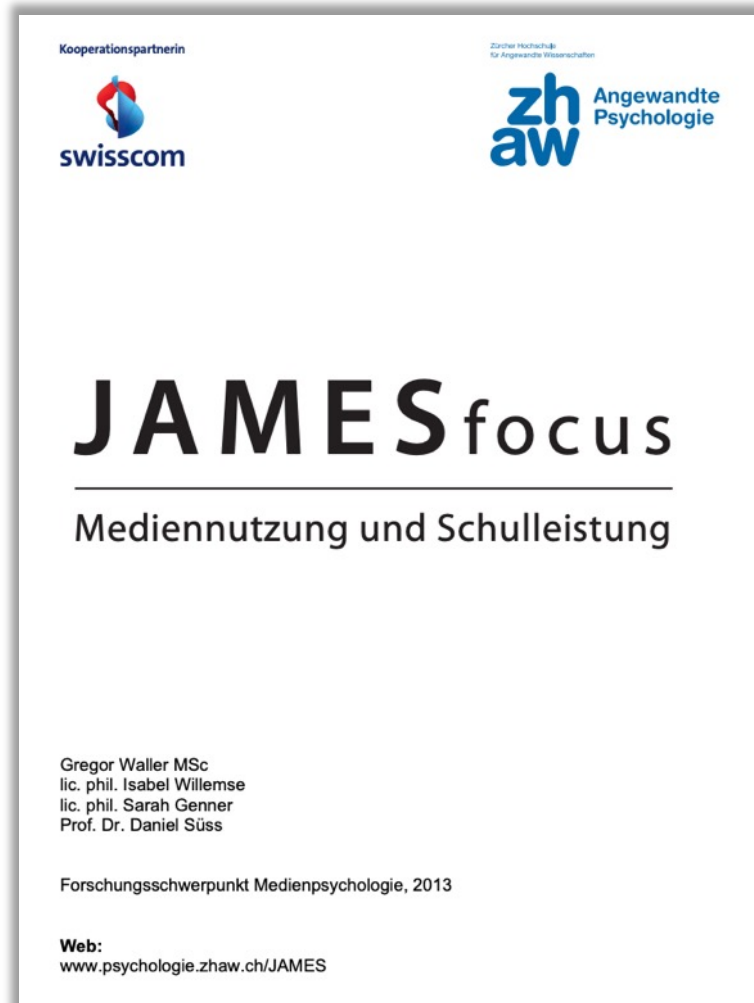
GRATIS WHITEPAPER

Medienwirkungen: **Korrelation und Kausalität**



Eine Korrelation (=gleichzeitiges Auftreten zweier Phänomene)
ist nicht automatisch auch eine Kausalität (=Ursache-Wirkungs-Zusammenhang).

gering einzustufen. Andere Aspekte wie z.B. Intelligenz, Lernmotivation und Orientierungsqualität scheinen für die Schulleistung von grösserer Bedeutung zu sein. Das bedeutet: Auch wenn die Online-Zeit mit der Schulleistung in Zusammenhang gebracht werden kann, ist der Einfluss im Vergleich zu anderen Faktoren wie Intelligenz und Lernmotivation gering. Dennoch: Wenn die Noten eines Heranwachsenden im Grenzbereich zwischen genügend und ungenügend liegen, ist es ratsam, die Online-Zeit



https://www.zhaw.ch/storage/psychologie/upload/forschung/medienpsychologie/james/jamesfocus/JAMESfocus_2013_Mediennutzung_und_Schulleistung.pdf

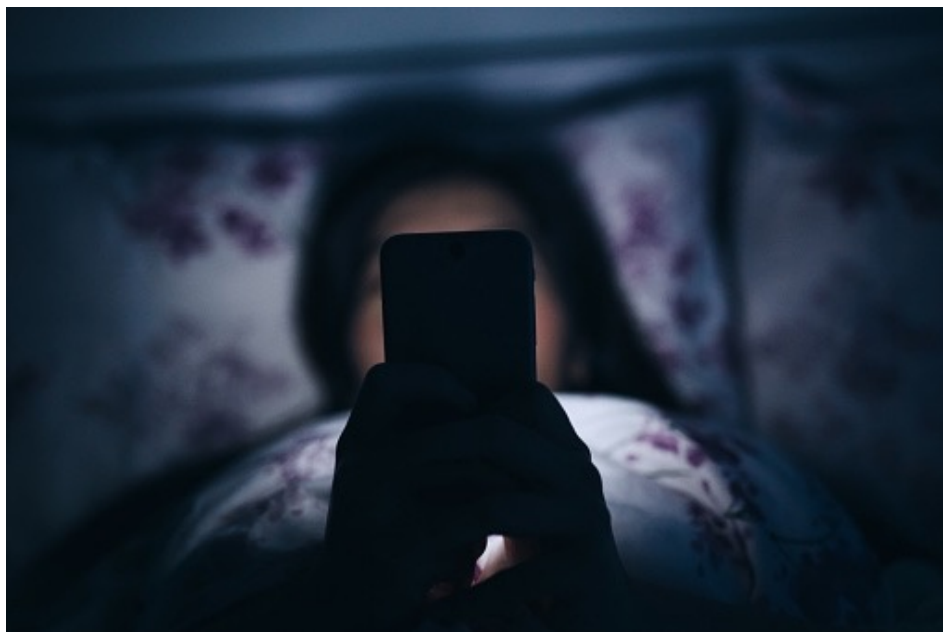
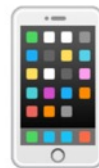




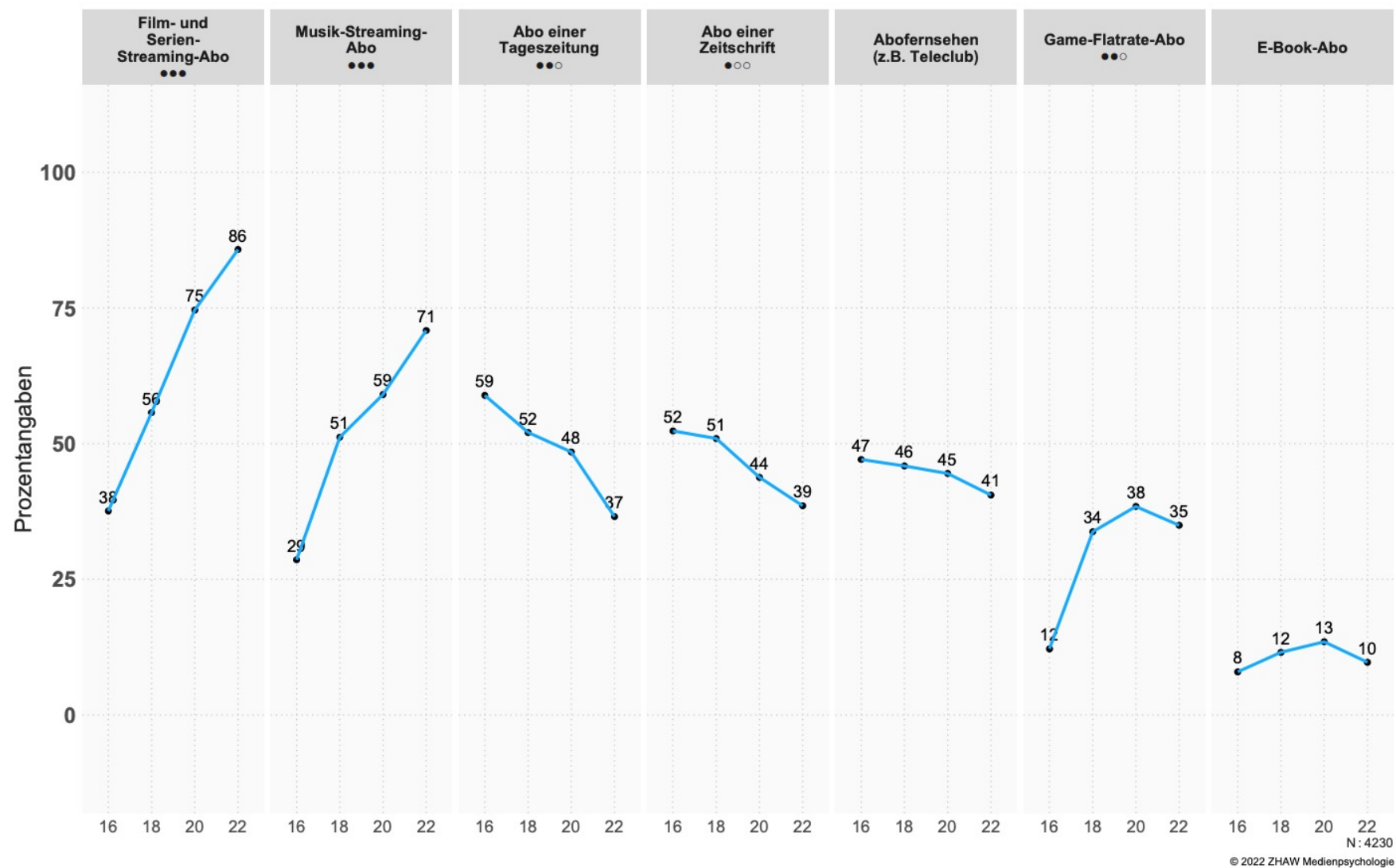
Abbildung 4: Beliebteste Freizeitbeschäftigungen allein



JAMES

Jugend | Aktivitäten | Medien – Erhebung Schweiz

Abbildung 5: Beliebteste Freizeitbeschäftigungen mit Freundinnen und Freunden

**Abbildung 13: Aboverfügbarkeit in den Haushalten im Zeitvergleich**

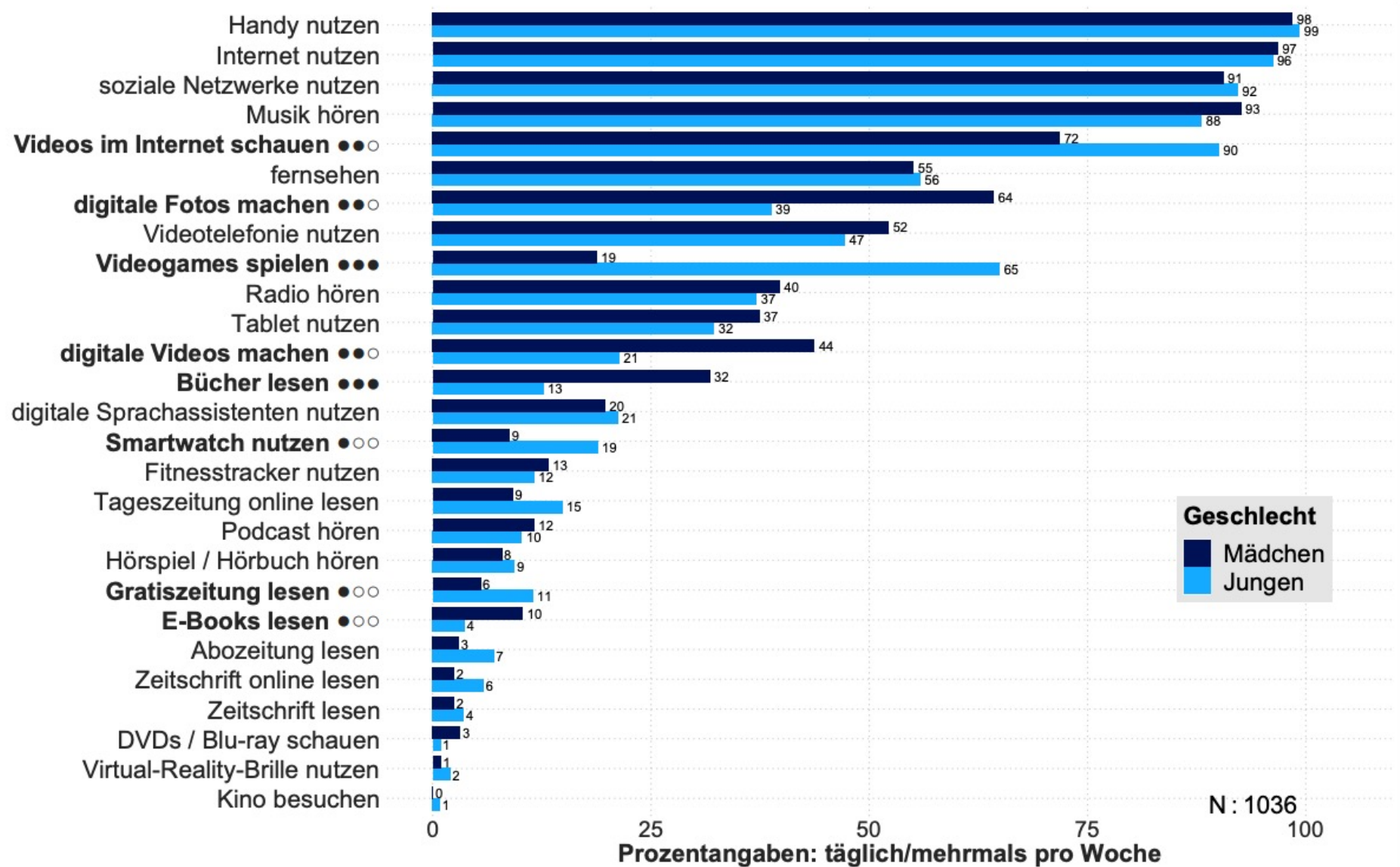


Abbildung 20: Medientätigkeiten nach Geschlecht

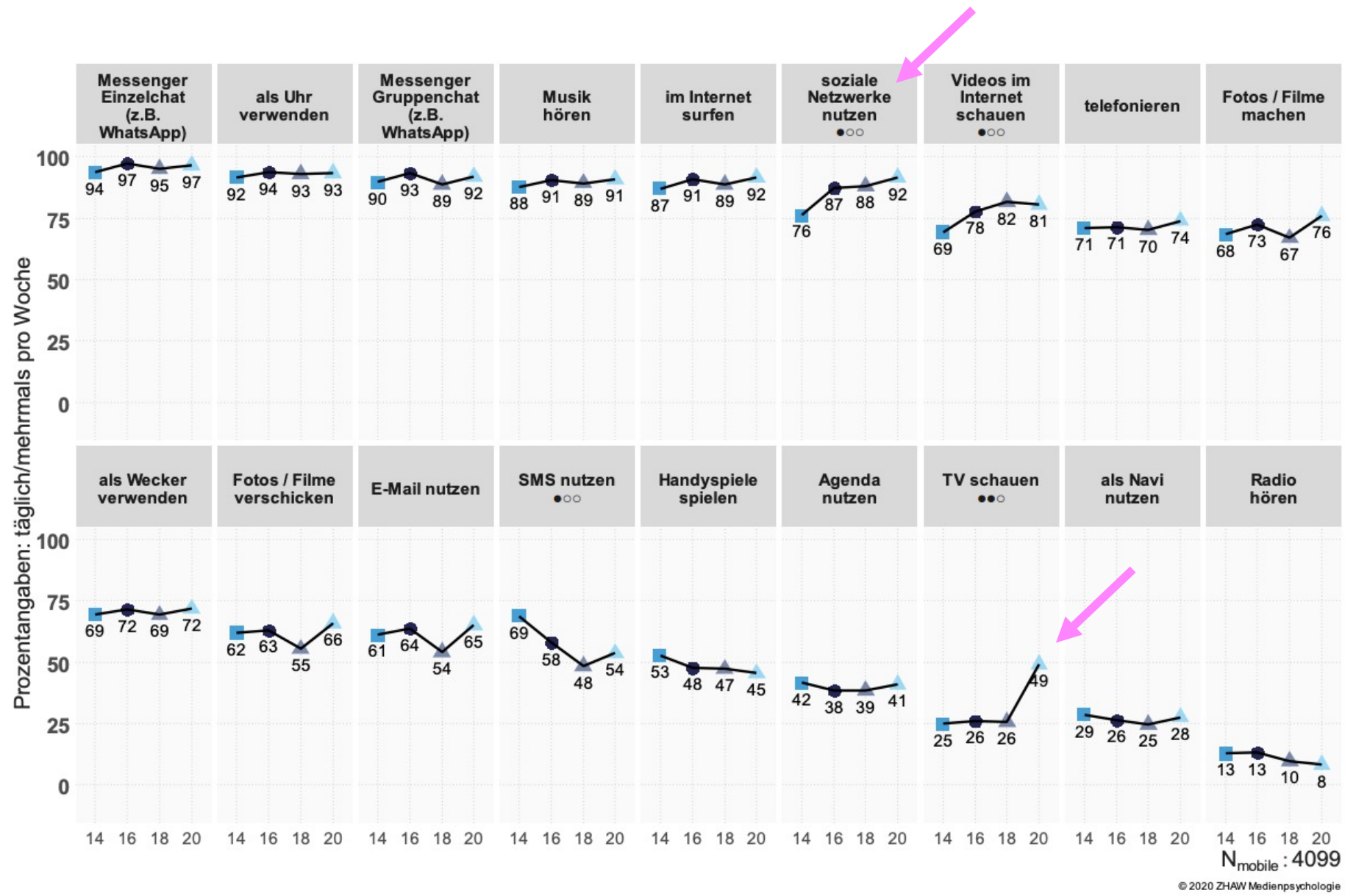


Abbildung 24: Handysfunktionen im Zeitvergleich seit 2014





Abbildung 39: Lieblingsgames



**Welche Erfahrungen mit digitalen Medien
machen Sie heute mit Ihren Kindern?**

Diskussion

[Lifestyle](#) › [Tech](#) › [News](#)

The reason Steve Jobs didn't let his children use an iPad

Despite building one of the world's biggest tech companies, Steve Jobs strictly limited his children's use of technology

Doug Bolton | [@DougieBolton](#) | Wednesday 24 February 2016 14:50 GMT | [12 comments](#)



Click to follow
The Independent Tech

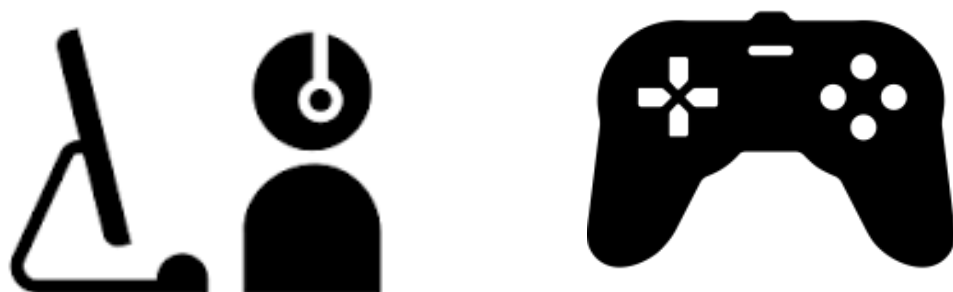


Kompensatorische Nutzung

VS.

Komplementäre Nutzung

- Wie häufig und wie lange wird gespielt / gechattet?
- In welchem sozialen Kontext?
- Was tun Jugendliche in ihrer restlichen Freizeit?
- Wie ist das soziale Umfeld der Jugendlichen?



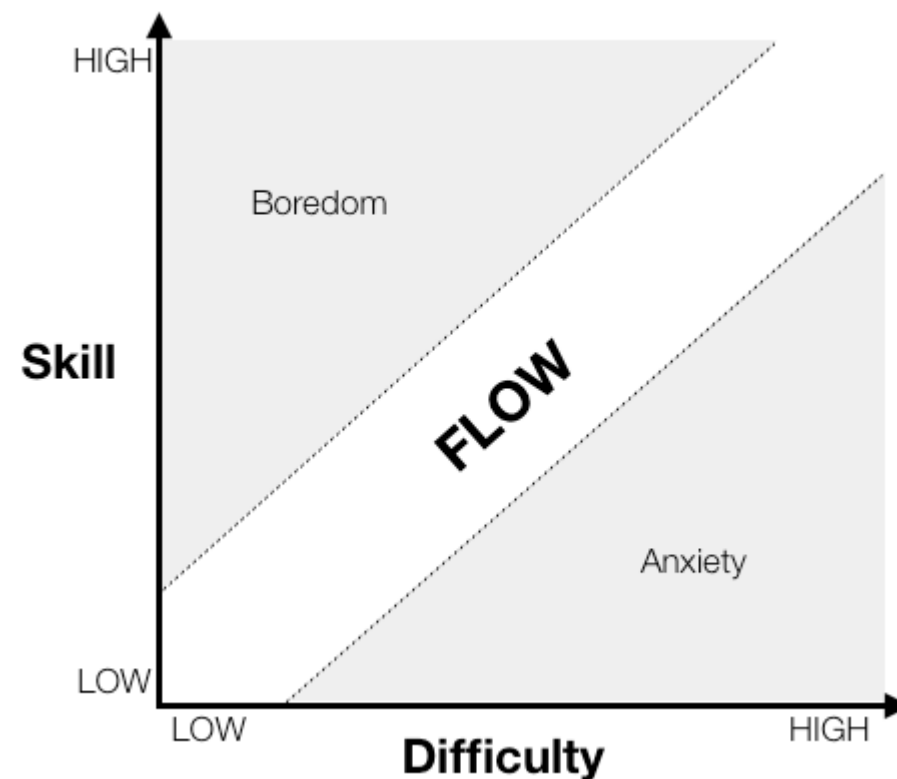
puters: ‘That doesn’t compute for me’; ‘my memory is overloaded’; and my favorite, drawn from [Sherry] Turkle’s account of the world of hackers: ‘Reality is not my best window.’”

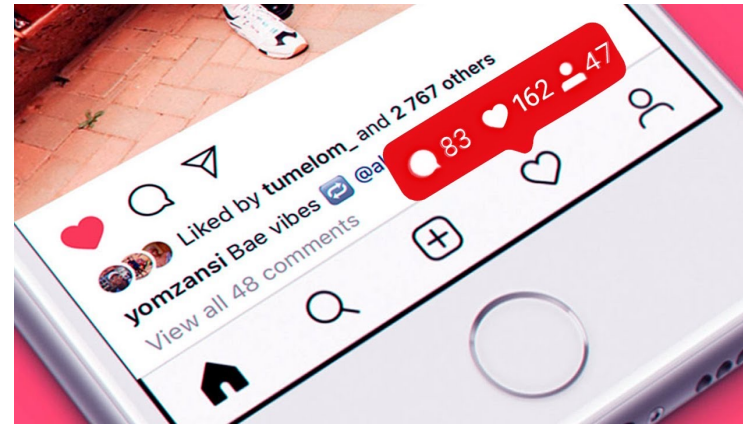
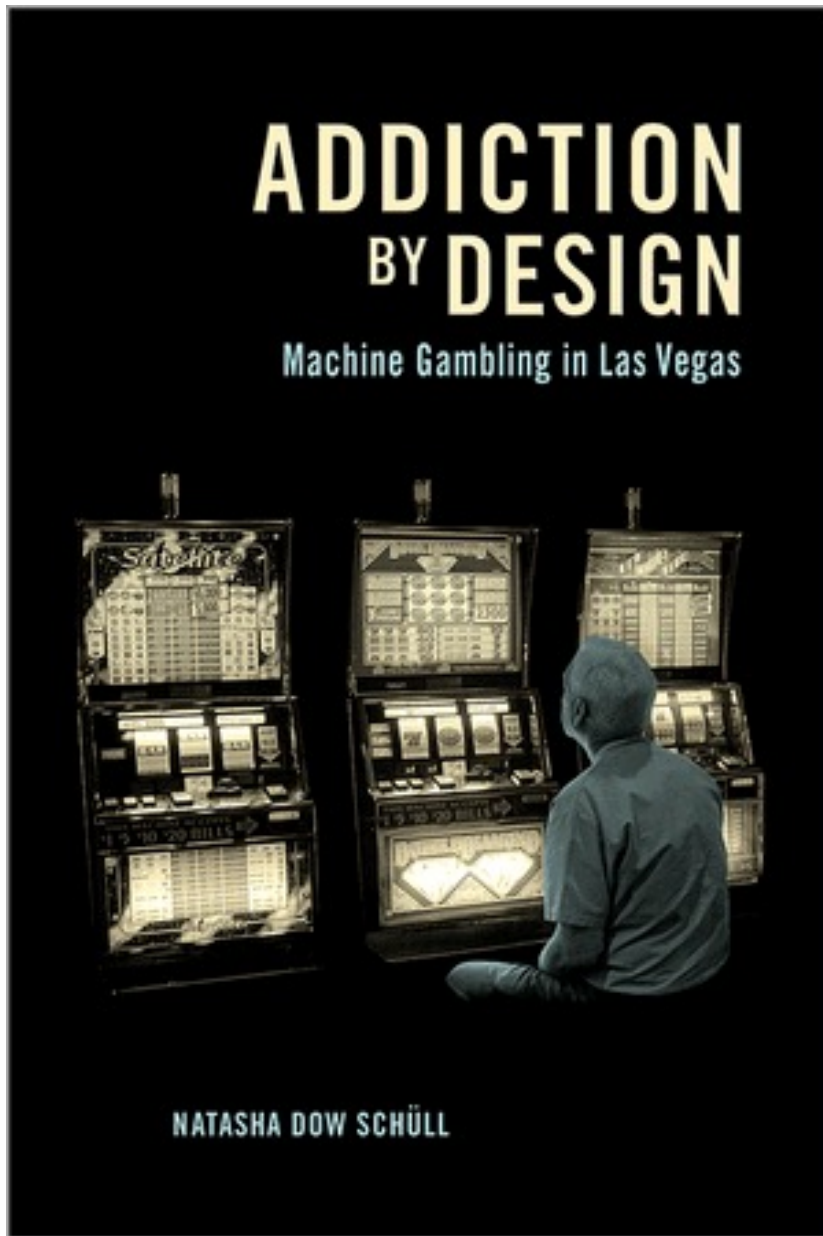
If we were to take a careful examination of our trajectory, where would we be headed? What is the purpose of this technological progress? What higher aim do we think it is serving?

Real Life Is Not My Best Window

The Internet began with a vision of open source information. The “democratization of the Internet” was an early catchphrase for hackers and early Web visionaries. Sherry Turkle was one of those early dreamers.

In her 1996 TEDTalk she optimistically pronounced: “Those who make the most of their lives on the screen come to it in a spirit of self-reflection.”



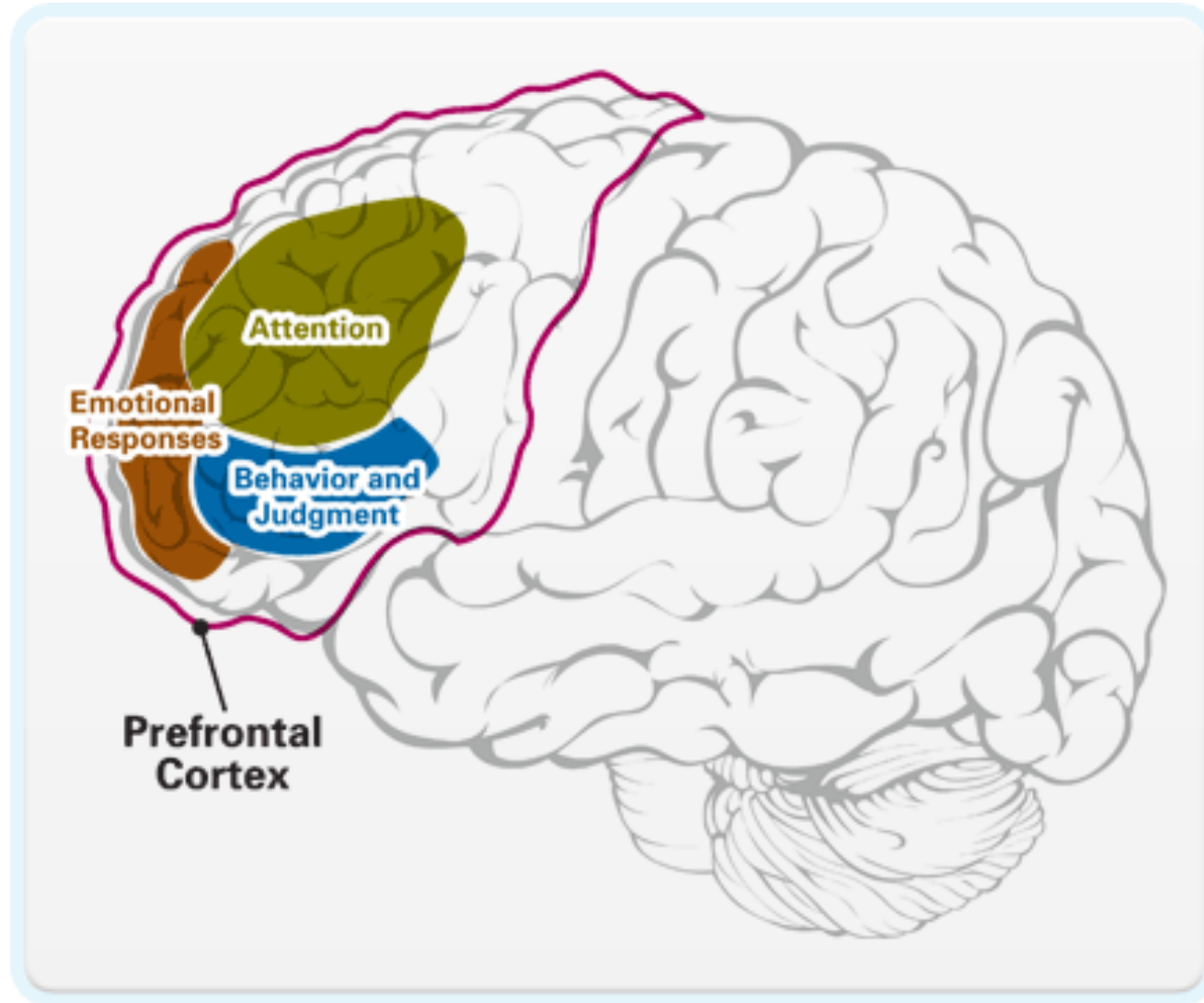




Früherkennung & Behandlung von Onlinesucht

- Erste Anzeichen: sozialer Rückzug, Vernachlässigen von Hobbys, Schulversagen, Bewegungsmangel
 - Reaktion von Nahestehenden ist angezeigt
 - Allfällige Behandlung muss klären:
 - Welche Funktion hat die Mediennutzung für die betroffene Person?
 - Welche Schwierigkeiten liegen dem exzessiven Verhalten zu Grunde?
- > *Wie bei jeder Verhaltenssucht!*

Frontallappen erst ab Anfang 20 fertig entwickelt.
Limiten setzen notwendig!



Blaue Lichtanteile unterdrücken das Hormon Melatonin, das für einen gesunden Schlaf zentral ist.



Why Screens Can Ruin Your Sleep

By Sarah Genner

Answering emails and checking social media before – or instead of – going to sleep certainly has the potential to keep you awake longer than necessary. But it turns out there is a biochemical reason why staying off screens at night helps improve sleep. This article tells you why, and, believe it or not, there is a connection to frog skin.

Gesundheit und ständige digitale Erreichbarkeit

+

- Notruf
- Health Tracking
- Big Data für medizinische Forschung
- Jobzufriedenheit dank mobil-flexiblem Arbeiten

-

- Verkehrsunfälle
- Schlafstörungen
- Datensicherheit
- Burnout
- Onlinesucht
- Augenschäden
- Haltungsschäden
- Strahlung



**Was fasziniert
Jugendliche an
digitalen Medien?**

Psychologische Entwicklungsaufgaben im Jugendalter

- Selbsterforschung & Identitätsentwicklung
- Loslösung vom Elternhaus
- Austesten von Grenzen
- Testen neuer Beziehungen

Kommunikation mit Gleichaltrigen

- Soziales Feedback ist für Teenager zentral
- Früher: stundenlanges Telefonieren,
Heute: WhatsApp, Tiktok, Snapchat, Instagram, Online-Gamen
- Freiraum für Teenager

**Grenzen setzen,
Freiräume lassen**

Altersfreigaben für Games und Filme





WARNING: This website contains explicit adult material.

You may only enter this Website if you are at least 18 years of age, or at least the age of majority in the jurisdiction where you reside or from which you access this Website. If you do not meet these requirements, then you do not have permission to use the Website.

ENTER

EXIT

Please email support@youporn.com if you are having problems with the site.
Cookies must be enabled.



Cybergrooming



Täter suchen online nach minderjährigen Opfern für sexuellen Missbrauch, 

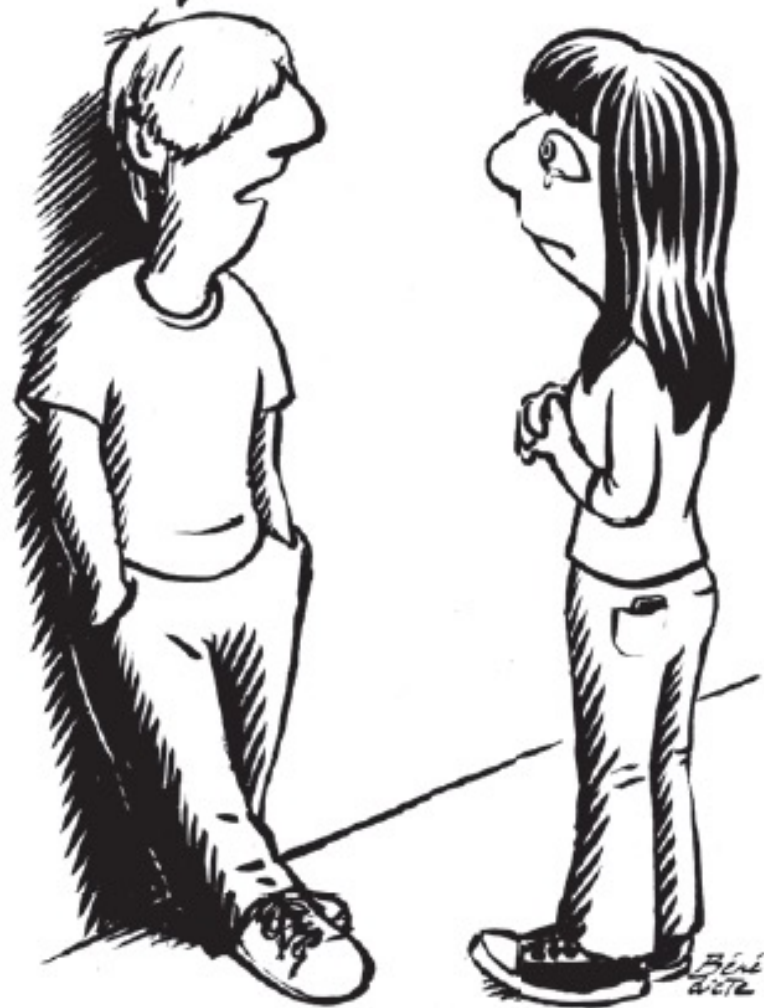
u.a. via Instagram, Snapchat, Online-Spiele-Chats. 

Der Missbrauch verlagert sich oft auch ins reale Leben.

Die Bundesregierung verbessert den Schutz von Kindern und Jugendlichen

Schon der Versuch von Cybergrooming ist **! STRAFBAR !**, auch wenn Polizei oder Eltern dem Täter eine Falle stellen.

SOLANGE DU MIT MEINER MUTTER AUF
FACEBOOK BEFREUNDET BIST, LÄUFT
ZWISCHEN UNS NICHTS MEHR!



**«Erst wenn das Internet
zensiert & das letzte
Killerspiel verboten ist,
werdet ihr erkennen,
dass ihr eure Kinder
doch erziehen müsst.»**

Kommentar aus einem Onlinegameforum

Was Eltern tun können

- Sich informieren und eigener Medienkompetenz vertrauen
- Mit Kindern **über Medienerfahrungen reden**
- Mit gutem Beispiel voran gehen: **Eltern sind Vorbilder**
- Klare Grenzen setzen, das Üben von Selbstdisziplin unterstützen
- **Nachtruhe** ohne digitale Medien unterstützen (z.B. Handys ausserhalb des Zimmers aufladen)
- **Angemessene Kommunikation mit anderen fördern** (offline und online), mit Kindern über Gewalt und Sexualität reden, kritischen Umgang mit Informationen und Bildern fördern
- **“Own your family time”** (z.B. keine Geräte während gemeinsamen Mahlzeiten)



Cybermobbing: Alles, was Recht ist

Informationen zum Thema Cybermobbing und deren rechtliche Rahmenbedingungen

Ihre Polizei und die Schweizerische
Kriminalprävention (SKP) – eine
interkantonale Fachstelle der
Konferenz der kantonalen Justiz- und
Polizeidirektorinnen und -direktoren
(KKJPD)

<https://www.skppsc.ch/de/wp-content/uploads/sites/2/2016/12/rechtcybermobbing.pdf>

Offizialdelikte

Art. 156 StGB

Erpressung

Art. 181 StGB

Nötigung

Antragsdelikte

Art. 143^{bis} StGB

Unbefugtes Eindringen in
ein Datenverarbeitungssystem

Art. 144^{bis} Ziff. 1 StGB

Datenbeschädigung

Art. 173 StGB

Üble Nachrede

Art. 174 StGB

Verleumdung

Art. 177 StGB

Beschimpfung

Art. 179^{quater} StGB

Verletzung des Geheim-
oder Privatbereichs durch
Aufnahmegeräte

Art. 179^{novies} StGB

Unbefugtes Beschaffen
von Personendaten

Art. 180 StGB

Drohung

Wenn Sie also mit dem Problem Cybermobbing konfrontiert werden, können folgende Empfehlungen für Sie hilfreich sein:

- 1 Beachten Sie Verhaltensveränderungen bei ihrem Kind.
- 2 Sprechen Sie es auf die mögliche Ursache Cybermobbing an.
- 3 Sichern Sie Beweise für Cybermobbing-Attacken! Drucken Sie Webseiten aus, speichern Sie Chatdialoge, löschen Sie unter keinen Umständen SMS oder MMS, die auf die Täterschaft hinweisen könnten. Dies ist für eine erfolgreiche Strafverfolgung durch die Polizei von grösster Bedeutung!
- 4 Nehmen Sie Kontakt mit den Eltern der Cybermobbing-Täter auf und verlangen Sie, dass das Cybermobbing eingestellt wird.
- 5 Besprechen Sie den Cybermobbingfall auch mit dem Klassenlehrer oder der Klassenlehrerin und wo möglich mit dem Schulsozialdienst. Bestehen Sie darauf, dass sich auch die Schule um diesen Fall kümmert, vor allem, wenn die Cybermobbing-Attacke aus dem Klassenverband kommt.
- 6 Wenn die Cybermobbing-Attacke nicht unverzüglich aufhört, informieren Sie auch die Polizei.
- 7 Nehmen Sie externe Hilfe, zum Beispiel von einer Opferhilfestelle oder einer Jugendberatungsstelle, in Anspruch.

Sprechen Sie mit Ihrer Polizei, der kantonalen Opferhilfestelle oder einer Jugendberatungsstelle!

Hier finden Sie die relevanten Ansprechstellen:

- Jugenddienste der Polizei: www.skppsc.ch/link/jugenddienste
- Kantonale Opferberatungsstellen: www.opferhilfe-schweiz.ch
- Hilfetelefon der Pro Juventute mit Link auf kantonale Beratungsstellen: www.147.ch



Cyber-Mobbing verletzt.

Und kann bis zum Suizid führen.

147, die Notrufnummer von Pro Juventute, hilft betroffenen Jugendlichen.



projuventute.ch/stoppcybermobbing
Kämpfen Sie mit auf 



Angewandte Psychologie

Zahlen & Tipps

Factsheet Cybermobbing Zahlen und Fakten aus der Forschung

Was ist Cybermobbing?

Cybermobbing wird definiert als Verhalten, bei dem Einzelne oder Gruppen mit digitalen Medien anderen mit aggressiven oder feindseligen Nachrichten oder Bildern Schaden zufügen wollen. Was im Internet anders sein kann als bei herkömmlichem Mobbing: Anonymität der Täter, sehr rasche Verbreitung von Inhalten, die Inhalte sind rund um die Uhr und allenfalls über lange Zeit online zugänglich und teilweise kaum mehr löschtbar. Die Begriffe Cybermobbing, Cyberbullying und Internetmobbing sind gleichbedeutend.

Typische Rollen bei Cybermobbing

1. Mobbing-Täter 2. Mobbing-Opfer 3. Täter-Opfer (sowohl Täter als auch Opfer) 4. Mittläufer 5. Unterstützer der Opfer 6. unbeteiligte Dritte als Zeugen. Kinder und Jugendliche können in verschiedenen Kontexten unterschiedliche Rollen einnehmen.¹ Auch Lehrpersonen können involviert sein.

Wie häufig kommt es vor?

Verschiedene Studien messen Cybermobbing anhand unterschiedlicher Kriterien. Zahlen, die angeben, wie häufig Cybermobbing auftritt, sind daher mit Vorsicht zu bewerten.² 21 Prozent der Schweizer Jugendlichen zwischen 12 und 19 Jahren gaben in der repräsentativen JAMES-Studie 2016³ an, dass sie im Internet (z.B. Facebook) schon einmal fertiggemacht wurden. 12 Prozent der Jugendlichen haben erlebt, dass im Internet Falsches oder Beleidigendes öffentlich über sie verbreitet wurde. Dass Fotos oder Videos ohne ihre Zustimmung ins Internet gestellt wurden, gaben 33 Prozent der Jugendlichen an. 35 Prozent davon haben dies als störend empfunden. Gemäss der Schweizer Studie von EU Kids Online⁴ sind fünf Prozent der 9- bis 16-Jährigen online gemobbt worden. Die meisten Eltern waren sich nicht bewusst, dass ihr Kind gemobbt worden war (bei Knaben ist dieser Anteil zudem deutlich höher).

Was sind die Folgen?

Die Folgen von Cybermobbing sind sehr unterschiedlich und hängen auch stark mit der psychischen Widerstandsfähigkeit der Mobbing-Opfer zusammen, sowie mit der Unterstützung, die sie aus ihrem Umfeld erhalten. Mögliche Folgen von Cybermobbing sind der Verlust von Selbstvertrauen, Angstzustände und Depressionen. Es ist nachgewiesen, dass Cybermobbing-Opfer stärkere depressive Symptome haben als Opfer von herkömmlichem Mobbing.⁵

Mobbing im Vergleich zu Cybermobbing

Herkömmliches Mobbing überwiegt trotz rasanter technologischer Entwicklung gegenüber Cybermobbing eindeutig.¹ Es besteht zudem eine starke Überlappung von Mobbing mit und ohne digitale Medien. Mehr als vier Fünftel der Schülerinnen und Schüler, die online gemobbt wurden, wurden auch offline gemobbt. Schülerinnen und Schüler, die andere online mobben, tun dies in vier Fünfteln der Fälle auch offline.⁶ Wer andere offline mobbt, tut dies mit viermal höherer Wahrscheinlichkeit einige Monate später auch online.⁷

Tipps im Ernstfall

Nicht online antworten!

Wer online gemobbt wird, sollte auf keinen Fall ebenfalls online antworten. Das könnte weitere Beleidigungen und eine Eskalation provozieren.

Hilfe holen

Unterstützung und Trost durch Vertrauenspersonen sind im Ernstfall zentral. Vertrauenspersonen können Eltern, Lehrpersonen, der schulpсихologische Dienst oder Freunde sein. Hilfe bietet die 24-Stunden-Hotline 147 der Pro Juventute per Telefon, SMS und Chat (www.147.ch) oder das IAP Institut für Angewandte Psychologie unter www.zhaw.ch/iap/cybermobbing.

Blockieren und Beweise sichern

Personen, die jemanden belästigen, sollten so schnell wie möglich innerhalb des sozialen Netzwerks blockiert oder den Plattformbetreibern gemeldet werden. Beweismaterial wie Screenshots von geführten Unterhaltungen, Nachrichten oder Bildern sollte man abspeichern und danach – soweit möglich – online alles löschen.

Was tun?

Gemeinsam mit Vertrauenspersonen sollte das weitere Vorgehen abgewogen werden. Häufig helfen klare Gespräche mit Beteiligten, der Schulleitung oder einer Opferhilfeorganisation. Gemeinsam kann dort entschieden werden, ob es sich lohnt, bei der Polizei Anzeige zu erstatten.

Tipps für die Prävention

Schulklima und Mobbing

Das Schulklima und die Feedback-Kultur im Klassenzimmer haben einen Einfluss darauf, wie häufig Mobbing auftritt und ob Mobbing-Fälle der Schule gemeldet werden. Hilfreich ist eine klare Haltung der Schulleitung, dass Mobbing in keiner Form toleriert wird. Schulungen für Lehrpersonen und Schülerinnen und Schüler im Umgang mit Mobbing on- oder offline sind effektive Präventionsmassnahmen. Ob Zeugen im Fall von Mobbing eingreifen oder nur zuschauen, spielt eine zentrale Rolle.

Verhalten und Sicherheitseinstellungen prüfen

Respektvolles Verhalten, keine Online-Veröffentlichung von sensiblen Daten und Informationen sowie sichere Privatsphäre-Einstellungen bei Facebook & Co. tragen massgeblich dazu bei, das Risiko für Cybermobbing zu senken.

Auf Risiken von Sexting hinweisen

Sexting (das digitale Versenden von erotischem Bildmaterial oder Texten) erhöht das Risiko von Cybermobbing. Ein als Liebesbeweis geschicktes Nacktfoto kann nach einer Trennung aus Rache per Handy oder Internet an unerwünschte Zuschauer gelangen und für Mobbing-Zwecke eingesetzt werden.

Bezüglich Strafbarkeit aufklären

Rechtlich gelten online und offline die bestehenden Gesetzesartikel des Schweizer Strafgesetzbuches: z.B. üble Nachrede, Verleumdung, Beschimpfung, Drohung. In der schweizerischen Jugendstrafurteilsstatistik wurde seit 1999 ein grosser Anstieg der Urteile über Drohungen und Beschimpfungen gemessen, der vermutlich mit zunehmenden Online-Verleumdungen und -Drohungen zusammenhängt.

Herausgeber: Fachgruppe Medienpsychologie der ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften, 2016

Redaktion: Sarah Genner

Verwendete wissenschaftliche Literatur

¹ Levy, N., Cortesi, S., Gasser, U., Crowley, E., Beaton, M., Casey, J. A., & Nolan, C. (2012). Bullying in a Networked Era: A Literature Review. Harvard Berkman Center Research Publication No. 2012-17.

² Ybarra, M. L., Boyd, D., Korchmaros, J. D., & Oppenheim, J. (2012). Defining and Measuring Cyberbullying Within the Larger Context of Bullying Victimization. Journal of Adolescent Health 51: 53–58.

³ Waller, G., Willems, I., Genner, S., Suter, L., & Süss, D. (2016). JAMES – Jugend, Aktivitäten, Medien – Erhebung Schweiz. Zürich: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften.

⁴ Hermida, M. (2013). EU Kids Online: Schweiz. Schweizer Kinder und Jugendliche im Internet: Risikofaktoren und Umgang mit Risiken.

⁵ Perren, S., Dooley, J., Shaw, T., & Cross, D. (2010). Bullying in school and cyberspace: Associations with depressive symptoms in Swiss and Australian adolescents. Child Adolescent Psychiatry Mental Health, 4: 28.

⁶ Cross, D., Shaw, T., Hearn, L., Epstein, M., Monks, H., Lester, L., & Thomas, L. (2009). Australian Covert Bullying Prevalence Study (ACBPS). Child Health Promotion Research Centre, Edith Cowan University, Perth.

⁷ Sticca, F., Ruggieri, S., Alsaker, F., & Perren, S. (2012). Longitudinal Risk Factors for Cyberbullying in Adolescence. Journal of Community & Applied Social Psychology, 23: 52–67.

Faustregeln zur Medienerziehung

Einen positiven Medienumgang vorleben wirkt stärker als verbale Medienerziehung.

Je weniger eigene Vorstellungen und Werte vorhanden sind, desto stärker wirken Medieninhalte.

z.B. Pornografie, Gewalt, Werbung, Körperbilder

Was Jugendliche stark macht

- Unterstützendes soziales Umfeld
- Vertrauenspersonen
- Sich Hilfe holen können
- Zuwendung

- Medienkompetenz

Gefäß



Steine



Kiesel



Sand



Zeit

Prioritäten

Dringlichkeiten

Ablenkungen



Danke!



GENNER.CC

Digital Transformation

Digital Media

Digital Society

Dr. Sarah Genner

sarah@genner.cc