



Chats, zwischen Spass und Stress

Karin Schmid

Paar - und Familienberaterin
Erziehungsberaterin, Mediatorin ZHAW
Pädagogin

www.karinschmid.ch

23.01.18

www.karinschmid.ch Praxisgemeinschaft LichtBlick



Einige Tatsachen

- Die meisten Mittelstufen-Kinder besitzen ein Smart Phone.
- Wer in der Mittelstufe noch keines besitzt, ist „nicht dabei“.
- Immer mehr Lehrpersonen benutzen Gruppen Chats, um Infos zu verteilen.
- Mädchen sind eher auf Instagram etc. und in Chats, Jungs lieben Games und Chats.
- Soziale Kontakte und Freundschaften laufen heute regelmässig über Games oder Chats. Sie sind eine neue Form von Kontakt.
- In gewissen Gruppen wird das Abstellen des Handys in der Nacht als illoyal gewertet.

23.01.18

Positives

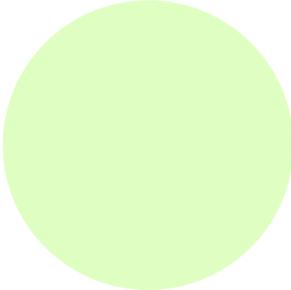
- Der heutige Handy-Gebrauch ist nicht nur übel.
- Gruppenchats können im Idealfall die Zugehörigkeit zu einer Gruppe stärken.
- Informationen werden heute viel einfacher weiter geleitet.
- Gewisse Games fördern auch Fähigkeiten wie das dreidimensionale Denken.
- Es gibt auch sinnvolle und harmlose Games.

23.01.18

Suchtgefahr

- Der Suchtfaktor der digitalen Welt ist hoch.
- Diese ist gezielt auf Suchtverhalten ausgelegt.
- Games: Das Belohnungszentrum im Gehirn wird konstant aktiviert. Der “Täter“ wird nicht bestraft sondern belohnt.
- Studie mit Stromstößen (Marije Bijvank): Gewalt-Games erhöhen die Bereitschaft zu Gewalt.
- Hoher Computerkonsum mit Gewaltspielen (Anderson): Erhöhte Aggressionsneigung. Riskanter als schlechte Eltern-Kind Beziehung, Drogenmissbrauch oder Armut.
- Trotzdem sind primär instabile Jugendliche gefährdet.

23.01.18

- 
- Gruppendruck (Cybermobbing), Peers Studien: Mitgliedschaft in einer Gang ist punkto Gewaltkriminalität schlimmer als Drogenkonsum und Computerspiele.
 - Auch auf Facebook und Instagram wird der Suchtfaktor gefördert (likes, immer neue Bilder und Infos, die Angst etwas zu verpassen...)
 - In Chats will jeder aktuell dabei sein.
- 

23.01.18

Betreuende sollten ...

- Sich die digitale Welt zeigen lassen.
- Mit den Kindern über deren Faszination sprechen.
- Den eigenen Umgang reflektieren.
- In Beziehung und im Gespräch bleiben, statt verbieten.
- Den Kindern Schutzmöglichkeiten im Zusammenhang mit Chats aufzeigen.
- Den Mobbern keine Strafen auferlegen, sondern Möglichkeiten von neuem Verhalten aufzeigen.
- Klare Vereinbarungen treffen punkto Inhalt und Zeiten.

23.01.18

Kinder und Jugendliche sollten wissen, dass...

- Alles, was sie einmal in's Netz gestellt haben für immer da bleibt und nicht mehr von ihnen gelöscht werden kann.
- Sie vielleicht etwas lustig finden, was ein Lehrbetrieb nicht über sie erfahren sollte.
- Lehrbetriebe heute Facebook Seiten etc.von Bewerbern ansehen.
- Die Nacktfotos für den Freund oder die Freundin überall landen können.
- Der Freund oder die Freundin vielleicht nach der Trennung nicht mehr ganz so loyal ist und die Bilder weiter sendet.
- Die neue 14-jährige Kollegin Bettina im Netz in Wahrheit vielleicht der 44-jährige Beat ist.
- Sie sich nie ohne klare Schutzregeln (erstes Treffen zu Hause oder an einem öffentlichen Ort, Infos an die Eltern) mit Internet Freunden treffen dürfen.
- **DAS INTERNET NIE VEGISST!**

23.01.18

Schutzfaktoren

- Kinder, die zu Hause gute Rollenmodelle bezüglich Gewalt und Frustrationstoleranz erleben, sind viel weniger gefährdet, wegen Games übermässig aggressiv zu werden.
- Eltern und Betreuer sind extrem wichtige Vorbilder, was den Umgang mit der digitalen Welt betrifft. Sind die Eltern ständig am Handy (vielleicht auch mit der Begründung es sei geschäftlich)? Können die Eltern mit den Kindern einen Ausflug machen ohne das Handy dabei zu haben? Ist das elterliche Handy am Esstisch mit dabei?
- Sehen die Eltern jeden Abend fern? Oder gamen sie selbst?

23.01.18

Handy Beschränkung

- Ein Mittelstufenschulkind sollte das Handy nicht mehr als eine Stunde pro Tag zur Verfügung haben.
- Je mehr Hobbies und echte soziale Kontakte ein Kind hat, desto ungefährlicher ist der Handy Konsum → Deals aushandeln!
- In der 1. OST ungefähr eine Stunde pro Tag. ADHS-ler weniger!
- In der 3. OST sollten die Jugendlichen zunehmend in die Selbstverantwortung begleitet werden. Wenn wichtige Dinge erledigt sind, sollten sie selbst einteilen lernen.
- Während Lernphasen soll das Handy nicht im Zimmer des Kindes sein.
- Nachts gehört das Handy in einen öffentlichen Raum wie zum Beispiel die Küche.
- Wenn Eltern die Regeln nicht durch setzen können, kann auch ein kleiner Tresor durchaus nützlich sein (=
- Computer können so programmiert werden, dass sie nach einer gewissen Zeit automatisch abstellen.

23.01.18

Was Kinder oft nicht wissen

- Das Internet vergisst nie!
- Viele Apps (Bsp. Instagram)möchten über die Position des Handys Bescheid wissen. Wenn man es der App erlaubt, erstellt sie im Hintergrund eine Karte, die zeigt, wo welches Foto aufgenommen wurde. Wer also oft von zu Hause fotografiert, verrät also auch seine Adresse.
- Also GPS Nutzung nur den Apps erlauben, die es brauchen oder GPS nur bei Bedarf einschalten.

23.01.18

Definition von Mobbing

- Menschen werden wiederholt und regelmässig schikaniert, gequält und seelisch verletzt.
- Typische Mobbinghandlungen sind die Verbreitung falscher Tatsachenbehauptungen, Gewaltandrohung, soziale Isolation oder ständige Kritik und Beleidigung.

23.01.18

Cyber Mobbing: Snapchat, Instagram, Facebook, Whatsapp und Co.

- Mobbing hat seit dem Handy massiv zugenommen.
- Man geht davon aus, dass 10% aller Jugendlichen im Verlauf ihrer Schulzeit Opfer von Mobbing werden.
- Im 2016 haben sich in der Schweiz 110 Jugendliche umgebracht. Ein grosser Teil jugendlicher Suizide ist auf Mobbing zurück zu führen.
- Mobbing aktiviert im Gehirn die gleichen Schmerzregionen wie physische Schläge.

- Die Anrufe auf Beratungsstellen haben massiv zugenommen.
- Früher hat das Mobbing im Elternhaus aufgehört. Heute fängt es mit dem Handy zu Hause nach der Schule erst richtig an.
- Die Bereitschaft zu Gemeinheiten ist schriftlich bedeutend höher als wenn man dies jemandem ins Gesicht sagen muss.
- Eine Gruppe erhöht die Bereitschaft, sich unfair zu verhalten.
- Sexting (Sex Bilder verschicken) führt oft zu Mobbing weil die Bilder oder Filme weiter geleitet werden.

23.01.18

Erschwerende Faktoren

- Die digitale Empathie ist viel geringer. Die Likes im Netz heizen an.
- Der Traumatisierungsgrad ist wegen der extremen Öffentlichkeit und Unausweichbarkeit viel höher.
- Das Bewusstsein für Unrecht wird in der Gruppe kleiner. Die Verantwortung wird an die Masse im Netz abgegeben.
- Mobbing ist ok. Keiner unternimmt etwas und die anderen tun es auch.
- „Das Opfer ist ja selber schuld.“
- Keiner will selbst in die Aussenseiter Rolle geraten und darf das Opfer darum nicht unterstützen.
- Die Lehrpersonen bekommen nur einen Bruchteil des Ausmasses mit und bagatellisieren das Thema zum Teil.

23.01.18

Mobbing entsteht wenn...

- In Schulen ein Klima von Auseinandersetzung und Machtkampf toleriert wird.
- Regeln für einen respektvollen Umgang nicht konsequent umgesetzt werden.
- Auf Konflikte mit Schuldzuweisungen statt mit Lösungen reagiert wird.
- Nur mit den Opfern gearbeitet wird.
- Die Lehrpersonen und die Schulleitung zu wenig mutig reagieren oder das Thema bagatellisieren.
- Die meisten Täter fühlen sich weniger kompetent in der Schule. Häufig ist ihre Beziehung zu den Eltern belastet.

23.01.18

Mögliche Formen von Cyber Mobbing

- SMS Beschimpfungen
- Chatmails mit Beschimpfungen oder verleumderischen Inhalten an viele Personen verschicken
- Unter dem Namen des Opfers Beleidigungen gegenüber Dritten veröffentlichen
- Anonyme Anrufe, E-Mails und Chat Nachrichten
- Heimlich aufgenommene, peinliche Bilder und Filme veröffentlichen
- Happy Slapping (provozierte Schlägereien ins Netz stellen)
- Fotomontagen
- Hass-Foren eröffnen
- Das Opfer in einem Fake-Profil negativ darstellen
- Grooming (Vertrauen gewinnen und dann sexuelle Annäherung)

23.01.18

Was ist bei Cyber Mobbing zu tun?

- Viele Eltern und Lehrpersonen haben keine Ahnung, dass ein Kind gemobbt wird.
- Die Kinder schweigen, weil sie befürchten, die Erwachsenen würden es nur noch schlimmer machen.
- Kontakt direkt mit den Mobbern oder deren Eltern bringt in der Regel wenig.
- Auf keinen Fall sollte auf das Cyber Mobbing im Netz reagiert werden. Das wollen die Täter genau.
- Evt. neue Mail-Adresse oder Handy Nummer beschaffen.
- Einträge beim Betreiber löschen lassen.
- Die Eltern können die Kinder stärken.

23.01.18

Was kann die Schule tun?

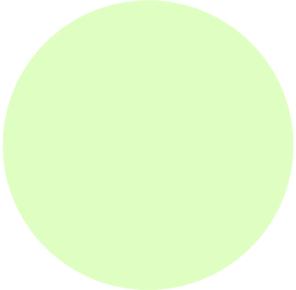
- Mobbing Lösungen gehören in die Schule.
- Krisenteam gründen.
- Betreuung der Opfer.
- Beweismaterial sicher stellen.
- Die Täter bzw. Täterinnen müssen ev. auch angezeigt werden.
- Eintrag löschen lassen.
- Opfer nachbetreuen und rehabilitieren.
- Sanktion und Betreuung der Täter (No Blame Approach, Timeout, Versetzung, Arbeitseinsatz, Wiedergutmachung...)
- Cyber Mobbing in der Schule thematisieren.
- Verhaltenskodex für die ganze Schule erstellen.

23.01.18

Wie werden Opfer gestärkt?

- Zuerst einmal muss geklärt werden, ob die Opfer wirklich nur Opfer oder allenfalls auch ehemalige Täter sind.
- Die Kinder müssen in ihrem Selbstwert gestärkt werden.
- Die Erwachsenen sollen das Leiden sehr ernst nehmen, ohne es noch zusätzlich zu dramatisieren.
- Das Kind muss verstehen, dass es Möglichkeiten gibt, sich zu wehren, ohne dass der Konflikt noch schlimmer wird.
- Die Eltern müssen dem Kind das Gefühl geben, zu 100% für es zu kämpfen.

23.01.18

- 
- Kampfsportarten wie zum Beispiel Kung Fu stärken den Selbstwert der Kinder.
 - Sehr sensible, empfindsame Kinder werden häufiger gehänselt.
 - Die Kinder können lernen, weniger in die Opferhaltung zu geraten.
- 

23.01.18

Cyber-Mobbing ist eine Straftat

- Cyberobbing ist strafbar und rechtswidrig!
- Schüler werden ab 10 Jahren strafmündig und unterstehen dem Jugendstrafgesetz.
- Die Strafen reichen von Verweis, Arbeitsleistung, Geldstrafe bis zu Freiheitsstrafe. Schutzmassnahmen können Familienbegleitung, Heimeinweisung oder verordnete Therapie sein.
- Die erste Anlaufstelle ist die Lehrperson, die Schulleitung und die Schulsozialarbeit. Hier eignet sich vor allem der No Blame Approach.
- Bei Drohungen und Verleumdungen sollte die Polizei eingeschaltet werden. Die Anzeige muss innerhalb von drei Monaten erfolgen.
- Beweismaterial sollte mir Printscreen gesichert werden.
- Nacktfotos und Pornos dürfen nicht gesichert werden, sonst macht man sich strafbar.

23.01.18

Achtung! Wegen wichtiger Bauarbeiten an Hirn, Hormonen und Herz kommt es vorübergehend zu Störungen und Engpässen. Wir danken für Ihr Verständnis!

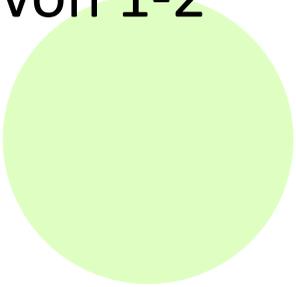
23.01.18



Neurologische Veränderungen

- Neuorganisation des Hirns: Bis zu 30'000 unbenötigte Nervenbahnen sterben im Jugendalter pro Sekunde ab. Die übrigen Neuronen werden stärker vernetzt. Dinge wie Entscheidungsfindung, Planung, zeitliche Orientierung, Motivation, Bewertung von neg. und pos. Situationen und Empathie sind stark beeinträchtigt. Letzter Umbau bis zum 25. Lebensjahr!
- Das Präfrontalhirn befindet sich in der Pubertät in einer ständigen Umbauphase und ist dann schlecht zugänglich. (Kapazität z.T. nur noch 20%).

23.01.18

- 
- Unreifer, träger Nucleus. Er ist zuständig für die Steuerung des Strebens nach Belohnung. Also müssen Jugendliche für den gleichen Kick von einer höheren Klippe springen als Erwachsene.
 - Das müde machende Hormon Melatonin hat während dieser Wachstumsphase eine tägliche Verspätung von 1-2 Stunden.
- 

23.01.18

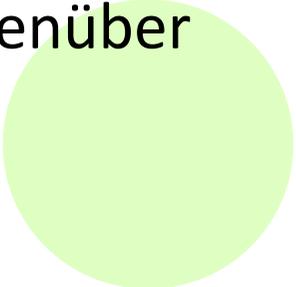
Mögliche Konsequenzen des neurologischen Umbruchs

- Bauchentscheidungen
- Verminderte Affektkontrolle
- Geringere Motivation
- Interesse an riskantem Verhalten
- Impulsivität
- Mangelnde Empathie in emotionalen Konflikten → kurzfristig verhandeln statt langfristige Konsequenzen aufzeigen
- Neurobiologisch gesehen, ähneln Heranwachsende einer vollbesetzten Rakete, die schon startet, während im Kontrollturm noch hektisch an den Instrumenten geschraubt wird.

23.01.18



Direkter Kontakt verhindert Missverständnisse

- Statt per Mail oder SMS sollten Konflikte in einem persönlichen Gespräch diskutiert werden.
 - Der Tonfall und die Mimik fehlen in Texten und können beliebig interpretiert werden. Von freundlich bis anklagend, aggressiv ...
 - Nicht was wir sagen zählt, sondern was beim Gegenüber ankommt!
- 

23.01.18

Grundhaltung für die Schule

- Unterstützungsnetz unter Lehrpersonen.
- Disziplinprobleme sind Aufgabe des Lehrerteams.
- Schule, Eltern und Kind gehören zum gleichen System.
- Beziehungsnetz Schule-Elternhaus trägt das Kind.
- Regeln werden klar kommuniziert und eingefordert.
- Es wird hingeschaut und reagiert.
- Eltern und Schule sind im Leben des Kindes präsent.
- Beziehung ist die Grundlage.

23.01.18

Netzwerk Eltern-Schule

- Die Grundlage ist Beziehung.
- Das Beziehungsnetz Eltern-Schule trägt das Kind.
- Schulische Regeln werden klar kommuniziert.
- Schule und Eltern verstehen sich als gemeinsames System für das Kind.
- Eltern und Schule sind im Leben des Kindes präsent.

23.01.18

Notruf

- Pro Juventute (147)
- Die dargebotene Hand (143)

23.01.18

Adressen

Broschüre [Cybermobbing: Alles, was Recht ist](#) – Informationen zum Thema Cybermobbing und deren rechtliche Rahmenbedingungen

[jugendinfo.de](#) – Broschüre für Jugendliche enthält Tipps und Hintergrundinformationen zu Cybermobbing

[saferinternet.at](#) – Tipps für Schülerinnen und Schüler

[schau-hin.info](#) – aktuelle Informationen

[My little Safebook](#) – Belästigungen im Internet: Was Sie und Ihr Kind dazu wissen sollten (Schweizerische Kriminalprävention)

[Die Websters - Comics mit Geschichten aus dem Internet](#) des Bundesamts für Kommunikation BAKOM

Fit und fair im Netz – Buch mit Kurzgeschichten, Comic-Plakaten und Unterrichtseinheiten. [www.hep-verlag.ch/fit-und-fair](#)

[www.klicksafe.de](#)

[www.fit4chat.ch](#)

[www.checked4you.de](#)

[www.elternnet.ch](#) (Unterstützung für Eltern in der Medienerziehung)

Pro Juventute, Liebe und Sex 2.0 Youtube
Cyber Mobbing, Merkblatt für Schulleitungen

23.01.18