

# Klären Sie Ihre Kinder über Cyber-Mobbing auf

Tipps, die Ihnen dabei helfen können



# Erste Anzeichen von Mobbing

Sind Ihre Kinder schon etwas älter und bewegen sich selbstständig im Internet, wissen Sie als Eltern bestimmt nicht immer genau über ihre Aktivitäten Bescheid. Womöglich befürchten Sie daher, dass Ihre Kinder Opfer von Cyber-Mobbing werden, ohne dass Sie das bemerken. Es gibt einige Anzeichen, auf die Sie achten sollten.

- ✓ **Wirken Ihre Kinder plötzlich bedrückt** und zurückgezogen oder aber ohne ersichtlichen Grund wütend und aggressiv? Das können erste Anzeichen für Mobbing sein, aber auch für andere Sorgen wie beispielsweise schulische Probleme oder Streit mit Freunden.
- ✓ **Ein weiteres Warnzeichen ist**, wenn Sie beobachten, dass Ihre Kinder nervös werden, wenn sie eine Benachrichtigung, SMS oder E-Mail erhalten oder beispielsweise mitten beim Lesen einer Nachricht abbrechen und den Computer verlassen.
- ✓ **Gehen Ihre Kinder weniger gern zur Schule als sonst** oder versuchen, Krankheiten vorzutäuschen, um Zuhause bleiben zu dürfen? Auch das kann auf für Mobbing hindeuten.
- ✓ **Sind Ihre Kinder weniger als sonst bereit**, sich mit Ihnen über ihre Aktivitäten im Internet zu unterhalten?

# So unterstützen Sie Ihre Kinder

- ✔ **Bringen Sie Ihren Kindern bei**, ihre Mitmenschen zu respektieren, sei es offline oder im Internet. Erklären Sie, dass Mobbing niemals in Ordnung ist, und machen Sie auch klar, dass Sie als Eltern ein solches Verhalten nicht dulden.
- ✔ **Ermutigen Sie Ihre Kinder**, sich an Sie zu wenden, wenn sie etwas im Internet traurig, ängstlich oder wütend macht. Haben Sie stets ein offenes Ohr.
- ✔ **Lehren Sie Ihren Kindern** auch das Mobbing Dritter nicht atelos mit anzusehen. Ermutigen Sie sie, sich auch in solchen Fällen an Sie zu wenden, nicht nur, wenn sie selbst Opfer werden.
- ✔ **Cyber-Mobbing ist komplex**, deswegen gibt es keine allgemein gültige Lösung. Reden Sie mit Ihren Kindern und suchen Sie gemeinsam nach Lösungen.
- ✔ **Überstürzen Sie nichts**. Auch wenn Sie wütend und besorgt sind: Überreaktionen können mehr schaden als nützen. Seien Sie für Ihre Kinder da, hören Sie ihnen zu, aber warten Sie mit weiteren Maßnahmen, bis Sie die Fakten kennen.
- ✔ **Nehmen Sie die Sorgen Ihres Kindes ernst**. Auch Worte können verletzen. Trösten Sie Ihre Kinder und geben Sie Ihnen das Gefühl, auf Ihrer Seite zu sein.
- ✔ **Nehmen Sie Ihren Kindern auf keinen Fall das Smartphone weg** oder verbieten Sie ihnen, das Internet zu nutzen, wenn sie Opfer von Cyber-Mobbing werden. Das führt nur dazu, dass sich die Kinder zukünftig nicht mehr mit ihren Sorgen an Sie wenden, da es von ihnen als Strafe empfunden wird.
- ✔ **Geben Sie Ihrem Kind den Rat**, beleidigende und drohende Nachrichten gar nicht erst zu lesen, sondern den Absender zu blockieren.