



# Handlungstipps

## Interesse zeigen und im Gespräch bleiben

Um sich über Medienerfahrungen auszutauschen, kann ein Gespräch über die Lieblingsinternetseiten und -Apps Ihres Kindes helfen. Fragen Sie Ihr Kind, was es im Netz gut findet. Versuchen Sie zu verstehen, was Ihr Kind fasziniert und lassen Sie sich Dinge erklären. Dabei ist die Privatsphäre Ihres Kindes wichtig. Ein regelmäßiger Austausch kann Ihrem Kind bei Konflikten helfen, sich Ihnen anzuvertrauen.

## Cybermobbing zum Thema machen

Sprechen Sie mit Ihrem Kind über Cybermobbing, vielleicht kann es Ihnen sogar dazu etwas erklären oder hat es schon mal im Freundeskreis mitbekommen. Je normaler es ist, über das Thema zu sprechen, desto einfacher kann der Austausch werden. Vor allem, wenn das Kind selbst einmal betroffen oder beteiligt sein sollte. Cybermobbing sollte kein Tabuthema sein, über das sich das Kind nicht zu reden traut, weil es sich z. B. schämt oder ein schlechtes Gewissen hat.

## Auf negative Veränderungen achten

Sie kennen Ihr Kind am besten. Achten Sie darauf, ob sich Ihr Kind negativ verändert: Geht es ihm gesundheitlich nicht gut? Möchte es nichts mehr mit Freundinnen und Freunden unternehmen? Geht es nicht mehr gerne in die Schule? Oder zieht es sich mehr und mehr zurück und verliert an Lebensfreude? Bleiben Sie aufmerksam und versuchen Sie gegebenenfalls in einem gemeinsamen Gespräch herauszufinden, was Ihr Kind bedrückt.

## Im Ernstfall zuhören, ruhiges Gespräch führen und gemeinsam mit dem Kind handeln

Erzählt Ihnen Ihr Kind, dass es gemobbt wird, sollten Sie es ernst nehmen und ihm zuhören. Vermeiden Sie es, das Kind zu belehren, das Problem klein zu reden oder ihm Vorhaltungen zu machen, warum es sich nicht wehrt. Es ist wichtig, dass das Kind Sie an seiner Seite weiß. Oft haben Opfer Angst davor, dass das Mobbing noch schlimmer wird, wenn sich andere einschalten. Wenn Ihr Kind sich Ihnen anvertraut, ist es wichtig, zusammen mit ihm weitere Schritte zu besprechen und nichts hinter seinem Rücken zu unternehmen. Konkrete Tipps zum Umgang im Ernstfall finden Sie im Modul: „Akutfall Cybermobbing“.

## Online-Kommunikation besprechen

Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber, was bei der Online-Kommunikation zu beachten ist. Wie in der analogen Welt, ist es in der digitalen Welt wichtig, respektvoll miteinander umzugehen. Dabei können folgende Fragen helfen: Wie kommt etwas, das ich geschrieben habe, bei anderen an? Was ist, wenn ich schnell mal ein Foto weiterleite? Wie möchte ich selbst im Netz behandelt werden? Erklären Sie Ihrem Kind, was Ihnen selbst wichtig ist und worauf Sie gemeinsam achten wollen.

## Vorsichtig mit persönlichen Daten von sich und anderen umgehen

Wer das Internet und Social-Media-Angebote nutzt, sollte sich bewusst sein, dass dort geteilte Informationen und Inhalte womöglich alle sehen. Sie können auch an eine unüberschaubare Anzahl von Personen verbreitet werden. Erklären Sie Ihrem Kind, wie wichtig es ist, sparsam mit den eigenen Daten und Informationen im Netz zu sein. Je weniger im Internet über eine Person steht, desto geringer ist die Angriffsfläche. Wie mit den eigenen Daten, sollte auch mit den Daten anderer äußerst vorsichtig umgegangen werden. Eine Veröffentlichung sollte immer erst mit der jeweiligen Person abgesprochen werden.

## Gemeinsame Regeln für die Mediennutzung vereinbaren

Es kann helfen, feste Regeln zur Mediennutzung in der Familie zu vereinbaren. Beziehen Sie dazu alle Familienmitglieder mit ein und erarbeiten Sie gemeinsam eine Lösung, mit der alle einverstanden sind. Sie können z. B. einen Mediennutzungsvertrag aufsetzen, den alle unterschreiben: ➔ [www.mediennutzungsvertrag.de](http://www.mediennutzungsvertrag.de). Darin kann z. B. der Umgang mit persönlichen Daten festgehalten oder das Einstellen von Inhalten im Netz geregelt werden, um u. a. Fällen von Cybermobbing vorzubeugen.

