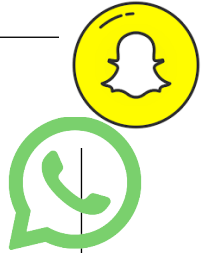
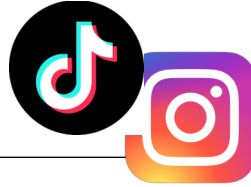


# Information für Eltern zu Cybermobbing

## > Beliebteste Apps und ihre Altersfreigaben

|           |   |
|-----------|---|
| WhatsApp  | ab 13 Jahre   |
| YouTube   | ab 16 Jahre (YouTube nutzen) bzw. 18 Jahren (eigenes Konto erstellen) |
| TikTok    | ab 13 Jahren  |
| Instagram | ab 13 Jahren  |
| Snapchat  | ab 13 Jahren  |



## > KIM & JIM Studie



<https://mpfs.de/>

Bezüglich der Mediennutzung gibt es verschiedene Träger und Verbände die Studien durchgeführt haben. Die beiden bekanntesten und wichtigsten sind hier aufgeführt.

Die Studien der mpfs: <https://mpfs.de/>

→ Kindheit, Internet, Medien – Studie zur Mediennutzung von Kindern im Alter von sechs bis dreizehn Jahren

## > Faszination

- Spaß, Flow, Langeweile vertreiben
- Entspannung, Stressabbau, Realitätsflucht
- Gefühl hoher Selbstwirksamkeit durch Interaktion
- Anerkennung, Belohnung
- Erschaffung von Wunschidentitäten
- Soziale Teilhabe, Gruppenzugehörigkeit, Partnerschaft
- Erwachsenenfreie Räume
- Erfahrungen sammeln, Zukunftsperspektiven

## > Gefahren

- Datenschutz / Privatsphäre
- Cybergrooming & Sexting
- Hate-Speech & Cybermobbing
- Fake News & KI
- Radikalisierung
- Klicks & Likes → Schönheitsideale, gefährliche Challenges
- FOMO → Fear of missing out vs. Erschöpfung / Überdruß
- Gesundheitliche Schäden, Bedürfnisregulation
- Manipulationsmechanismen → exzessive Nutzung

## > Sinnvolle & gute Nutzung von Social Media ermöglichen

- Selbst informiert bleiben
- Altersgerechte Angebote machen (Flimmo, Spieleratgeber, YouTube Kanäle mit Wissensinhalten)
- Produzieren anstatt nur zu konsumieren
- Anlauf- & Beratungsstellen kennen/ Hilfenetzwerk aufbauen
- Über Rechte & Gefahren aufklären
- Handlungspläne entwickeln
- Gemeinsam Medien nutzen
- Verständnis & Interesse zeigen !!!

## > Medienerziehung in der Familie



<https://www.mediennutzungsvertrag.de/>

Vereinbaren Sie Mediennutzungsregeln!

Dies kann beispielsweise im Rahmen eines Mediennutzungsvertrages erfolgen, der gemeinsam mit dem Kind erstellt wird.

Den Vertrag können Sie einfach unter [www.mediennutzungsvertrag.de](https://www.mediennutzungsvertrag.de) erstellen.



[www.medien-kindersicher.de](http://www.medien-kindersicher.de)

Wenden Sie technische Schutzeinstellungen an.

Ergänzend zu den vereinbarten Mediennutzungsregeln können Sie auch auf technische Schutzeinstellungen zurückgreifen.

Detaillierte Schritt-für-Schritt-Anleitungen finden Sie unter [www.medien-kindersicher.de](https://www.medien-kindersicher.de)

## > Weitere Hinweise und Informationen



<https://www.klicksafe.de/>

Für Eltern und Fachkräfte gibt es von **Klicksafe** Informationen und Materialien zu allen Themen Rund um Kinder- und Jugend(medien)schutz.



<https://www.bke-beratung.de/>

Die **bke-Onlineberatung** ist anonym und kostenfrei. Die Beratung erfolgt in Textform, ausschließlich durch ausgebildete Fachkräfte mit langjähriger Erfahrung und nach den aktuell gültigen Datenschutzrichtlinien.

Die bke-Onlineberatung ist das professionelle Beratungsangebot für Jugendliche und Eltern der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung (bke) in Zusammenarbeit mit den 16 Bundesländern und den freien und kommunalen Trägern der Kinder- und Jugendhilfe



<https://www.juuuport.de/>

**JUUUPORT** ist eine bundesweite Online-Beratungsplattform für junge Menschen, die Probleme im Netz haben. Wir bieten u.a. Hilfe bei Cybermobbing an.



<https://weisser-ring.de/>

Der **WEISSE RING** bietet Opfern von Cybermobbing kostenlose emotionale Unterstützung sowie persönliche Begleitung durch ehrenamtliche Helfer. Betroffene erhalten zudem Hilfeschecks für eine professionelle juristische Erstberatung und psychologische Unterstützung, um sich effektiv gegen die Angriffe zu wehren.

