CYBERMOBBING

CYBERMOBBING WAS IST DAS?

Cybermobbing (auch „Cyber-Bullying" genannt) bedeutet, dass jemand **absichtlich über einen längeren Zeitraum beleidigt, bloßgestellt, bedroht oder belästigt** wird – und zwar im Internet oder über das Handy.

Besonders schlimm daran: **Im Internet verbreiten sich Inhalte oft extrem schnell und erreichen viele Menschen.** Hinzu kommt: Was einmal ins Netz gestellt wird, **lässt sich meist nur schwer wieder löschen.**

Lass dir von Rat auf Draht oder der Internet Ombudsstelle beim Entfernen peinlicher Inhalte helfen! (**www.rataufdraht.at** & **www.ombudsstelle.at**)

Beispiele für Cybermobbing

- Verbreitung von **Lügen, Gerüchten oder privaten Informationen** in sozialen Netzwerken, Chats oder Foren
- **Beschimpfungen, Beleidigungen und Drohungen** über WhatsApp, TikTok, Instagram, YouTube, in digitalen Spielen, per SMS oder E-Mail
- Veröffentlichung oder Weiterleitung **intimer oder peinlicher Fotos und Videos**
- **sexuelle Belästigung** oder unerwünschte Kontaktaufnahme in Chats oder sozialen Netzwerken
- **gehackte Accounts** und Fakeprofile
- **Ausschluss aus Gruppen** oder digitalen Spielen

SO WEHRST DU DICH!

- **Bleib ruhig!** Reagiere nicht auf alle Nachrichten, die dich verletzen oder provozieren – genau das wollen die Absender:innen erreichen.
- **Rede darüber!** Vertraue dich jemandem an – z. B. deinen Eltern, Freund:innen, Lehrpersonen oder Rat auf Draht (unter der Nummer 147). Je früher du dir Hilfe holst, desto besser!
- **Sichere Beweise!** Mach Screenshots von Nachrichten, Bildern oder Chats, die dich belasten. So kannst du besser erklären, worum es geht.
- **Melde Belästigungen!** Informiere die Betreiber:innen der Website oder des sozialen Netzwerks über das Mobbing. In ernsten Fällen kannst du auch die Polizei einschalten.
- **Blockiere Nutzer:innen, die dich belästigen!** Die meisten sozialen Netzwerke bieten die Möglichkeit, einzelne Personen zu sperren – nutze sie!

TIPPS

- **Veröffentliche keine sensiblen Informationen** wie Passwörter, (E-Mail-) Adressen oder private Fotos im Internet.
- **Verwende starke Passwörter** (am besten mindestens 16 Zeichen) und teile keine Zugangsdaten.
- **Achte auf deine Privatsphäre.** In sozialen Netzwerken kannst du genau einstellen, wer was von dir sehen darf. Schau dafür im Hilfebereich der jeweiligen Plattform nach.

HELFEN STATT WEGSCHAUEN!

Wenn du mitbekommst, dass jemand gemobbt wird, dann schau nicht weg! **Unterstütze die betroffene Person – schon ein einfaches Zeichen der Solidarität kann helfen!** Oft hören die Täter:innen schnell auf, wenn sie merken, dass das Opfer nicht allein gelassen wird.

Du bist unsicher, wie du helfen kannst oder wirst selbst gemobbt? **Sprich mit einer Vertrauensperson** – z. B. mit deinen Eltern, Geschwistern, Freund:innen oder Lehrer:innen. Du kannst dich auch anonym und kostenlos an **Rat auf Draht unter der Nummer 147** wenden.

Warum wird gemobbt?

Manche Täter:innen handeln aus **Langeweile oder „Spaß“** – oft ohne nachzudenken, wie sehr sie andere damit verletzen.

Andere lassen ihren eigenen **Frust oder Ärger** an anderen aus, um sich selbst stärker zu fühlen.

Auch **zerbrochene Freundschaften oder Beziehungen** können Auslöser sein – aus verletzten Gefühlen heraus wird dann Rache geübt, etwa durch das Verbreiten intimer Inhalte.

Manchmal geht es einfach nur darum, **andere auszugrenzen oder fertigzumachen** – auch das ist Mobbing und nicht in Ordnung.

IST DOCH NUR SPASS...

Du findest es lustig, das Snapchat-Konto deiner Mitschüler:innen zu kapern oder peinliche Fotos von anderen in einer WhatsApp-Gruppe zu teilen?

Stopp – denk nochmal nach! **Was für dich wie ein harmloser Spaß wirkt, kann für andere sehr verletzend und belastend sein.** Bevor du so einen „Streich" spielst: Stell dir vor, du wärst die betroffene Person. Wie würdest du dich fühlen?

Und denk daran: **Deine Opfer können sich wehren!** Egal, ob sie sich Hilfe bei Eltern oder Lehrer:innen suchen, dich ebenfalls zu mobben beginnen oder sogar Anzeige bei der Polizei erstatten – **die Folgen können sehr unangenehm sein.** Lass es nicht so weit kommen!

Was sagt das Gesetz?

Mobbing kann rechtliche Folgen für die Täter:innen haben. In Österreich ist Cybermobbing **sogar ein eigener Straftatbestand (§ 107c StGB)**. Darüber hinaus können weitere Straftatbestände wie Nötigung (§ 105 StGB) oder Beleidigung (§ 115 StGB) erfüllt sein.

WEITERE TIPPS & HILFE!

Saferinternet.at: Tipps und Infos zur sicheren Internet- und Handynutzung:
www.saferinternet.at
/saferinternetat
/saferinternet.at

Rat auf Draht: Notruf für Kinder und Jugendliche – rund um die Uhr, anonym und kostenlos. Per Telefon unter der Nummer 147, Onlineberatung oder Chat: **www.rataufdraht.at**

Internet Ombudsstelle: kostenlose Hilfe bei der Entfernung von unerwünschten Fotos im Internet oder Fake-Konten: **www.ombudsstelle.at**

Schulpsychologische Beratungsstellen: kostenlose Unterstützung und Beratung bei Konflikten in der Schule: **www.schulpsychologie.at**

Kinder- und Jugendanwaltschaften Österreichs: spezielle Beratungs- und Informationsangebote in den Bundesländern: **www.kija.at**

Flyer gefördert durch:

Bundesministerium Bildung

Partner:

Bundesministerium Wohnen, Kunst, Kultur, Medien und Sport

Bundeskanzleramt

Co-funded by the European Union

A1

Stand: Juni 2026

Herausgeber/Kontakt:
Saferinternet.at/ÖIAT, Ungargasse 64-66/3/404, 1030 Wien **www.saferinternet.at**

Hersteller: online Druck GmbH, 2351 Wr. Neudorf

Die alleinige Verantwortung für diese Veröffentlichung liegt beim Autor. Die Europäische Union haftet nicht für die Verwendung der darin enthaltenen Informationen.

Dieses Werk steht unter der Creative-Commons-Lizenz CC BY-NC 3.0 AT: Namensnennung (www.saferinternet.at, confici.at) – Nicht kommerziell