

# Mobbingprävention im digitalen Raum

Dienstag, 12:00 - 12:45 Uhr, Raum 4 (TC-2.10+2.11B)

**Verena Müller**

Bündnis gegen Cybermobbing e.V.

**Hanna Rübiger**

BKK Landesverband Bayern

**Abstract**

Im digitalen Raum ist Cybermobbing eine ernsthafte Bedrohung für die Gesundheit und das Wohlbefinden vieler Kinder und Jugendlicher. Unser Vortrag beleuchtet zunächst die gesundheitlichen Folgen: Cybermobbing führt häufig zu Schlafstörungen, Konzentrationsproblemen und einem geringen Selbstwertgefühl. Dauerhafter Stress durch digitale Angriffe kann Depressionen, sozialen Rückzug und in extremen Fällen sogar Suizidgedanken auslösen. Besonders kritisch ist die fehlende Möglichkeit, den digitalen Raum zu verlassen, wodurch die Belastung rund um die Uhr präsent bleibt.

Im zweiten Teil stellen wir bewährte Präventionsmaßnahmen vor, die Eltern, Lehrkräfte und Kinder schützen und stärken. Neben der bewussten Mediennutzung und dem Aufbau eines respektvollen Umgangs im Netz legen wir den Fokus auf konkrete Handlungskompetenzen. So können Konflikte frühzeitig erkannt und deeskaliert werden. Ergänzend beleuchten wir die rechtliche Seite: Die Verfolgung von Tätern gestaltet sich oft schwierig, da diese meist anonym agieren. Mit praktischen Tipps und klaren Handlungsschritten möchten wir dazu beitragen, ein sicheres digitales Umfeld zu gestalten.

[Direkt zum Kongressprogramm mit Details zu den Referierenden >>>](#)