

# Das MEDIENHELDEN-Programm

## Prävention von Cybermobbing und Förderung von Medienkompetenzen im Schulkontext

**Anne Jäkel, Anja Schultze-Krumbholz,  
Pavle Zagorscak & Herbert Scheithauer**

*Cybermobbing - eine Form von Gewalt durch die Nutzung moderner Informations- und Kommunikationstechnologien unter SchülerInnen – ist in Deutschland erst seit zehn Jahren Teil der öffentlichen und wissenschaftlichen Auseinandersetzung (Jäger, Arbinger & Lissmann, 2010). Es handelt sich um ein aggressives Verhalten einer oder mehrerer Personen gegenüber einer anderen Person unter Verwendung „neuer Medien“ (Smith, Mahdavi, Carvalho, Fisher, Russel und Tippett, 2008). Dabei liegt eine Schädigungsabsicht vor, das Verhalten findet wiederholt statt und der/die Betroffene kann sich nur schwer wehren. Die Art des Angriffes reicht von Bedrohungen per Handy, im Chat oder in sozialen Netzwerken bis hin zu „Photoshopping“, bei welchem mit Hilfe moderner Bildbearbeitungssoftware Fotos von Personen retuschiert oder zu Ungunsten des/der Betroffenen verändert und auf einer Website hochgeladen werden. Die anzunehmenden Folgen von Cybermobbing auf die körperliche und emotionale Gesundheit von Jugendlichen zeigen deutlich, dass es einen konkreten Handlungsbedarf für diesen spezifischen Bereich des Mobbings gibt. Daher wurde MEDIENHELDEN, ein theoriebasiertes Programm zur Reduktion von Cybermobbing und zur Förderung von Medienkompetenz, entwickelt.*

### 1. Zum Phänomen „Cybermobbing“

#### Wie unterscheidet sich Cybermobbing vom traditionellen Mobbing und wie häufig tritt es auf?

Gemäß dem aktuellen Forschungsstand unterscheidet sich Cybermobbing erheblich von traditionellem Mobbing in Schulen (vgl. Schultze-Krumbholz, Zagorscak, Siebenbrock, & Scheithauer, 2012; Slonje & Smith, 2008):

- Beim Cybermobbing gibt es oft weniger Lösungsstrategien und in Folge mehr Angst, bedingt durch die potenzielle Anonymität des/der Täters/Täterin;
- eine Demütigung kann deutlich größer sein, bedingt durch die Unbegrenztheit des virtuellen Raumes (Erreichbarkeit eines großen Publikums in der ganzen Welt);
- Cybermobbing hört nie endgültig auf, da die Inhalte z. B. zeitlich unbegrenzt im Internet gespeichert werden.
- Die SchülerInnen sind durch ununterbrochene Erreichbarkeit durchgehend verletztlich und
- dem/der (möglicherweise unsichtlichen) Täter/Täterin sind die Auswirkungen seines/ihres Han-

delns nicht unmittelbar klar, da keine gestischen und mimischen Reaktionen von Angesicht zu Angesicht stattfinden.

Bisher liegen auf Grund von uneinheitlichen Definitionen des Begriffs „Cybermobbing“ zum Teil schwankende Daten zur Auftretenshäufigkeit von Cybermobbing vor. Schultze-Krumbholz und Scheithauer (2010) konnten feststellen, dass nach oben genannter Definition ungefähr jede/r 5. SchülerIn in Deutschland involviert ist. Am häufigsten betroffen sind Kinder der Sekundarstufe I, also im Alter von 12 bis 15 Jahren. Aber auch darüber hinaus, bis ins junge Erwachsenenalter (20–26 Jahre), stellt Cybermobbing ein ernstzunehmendes Problem dar. Obwohl Cybermobbing oft außerhalb der Schule stattfindet, kennen sich die Betroffenen häufig aus dem Schulkontext (Sanders, Smith, & Cillessen, 2009), sodass dieser einen sinnvollen Rahmen für Präventionsansätze darstellt.

#### Was sind mögliche Folgen von Cybermobbing?

Da es bisher kaum Längsschnittstudien im Bereich Cybermobbing gibt, ist es beinahe unmöglich, kausale Aussagen über mögliche Ursachen

und über die Folgen zu treffen. In verschiedenen Studien wurden zumindest für die Opfer und Täter wiederholt psychische Symptome gefunden, die häufig zusammen mit Cybermobbing auftreten. Opfer gaben demnach an, häufiger an depressiven Symptomen, Gefühlen von Wut, Traurigkeit und Verletztsein, emotionaler Belastung, Angst, Einsamkeit und Stress zu leiden, wohingegen TäterInnen häufiger Aggression zeigten und unter Schuldgefühlen und Reue litten (vgl. Schultze-Krumbholz, Zagorscak, Siebenbrock, & Scheithauer, 2012). Insgesamt traten die meisten Symptome bei den SchülerInnen auf, die gleichzeitig Täter und Opfer von Cybermobbing waren (Sourander et al., 2010). In einer der ersten Längsschnittstudien überhaupt zu Cybermobbing konnten wir zeigen, dass Opferwerdung zu depressiven Tendenzen und erhöhten Aggressivitätswerten führte, und Täterschaft sowie gleichzeitige Täter- und Opferschaft höhere Aggressivitätswerte vorhersagte (Schultze-Krumbholz, Jäkel, Schultze, & Scheithauer, submitted). Die anzunehmenden Folgen von Cybermobbing auf die körperliche und emotionale Gesundheit von Jugendlichen zeigen deutlich, dass es einen konkreten Handlungsbedarf für diesen spezifischen Bereich des Mobbings gibt. Umso erstaunlicher ist es, dass wirksamkeitsevaluierte Präventionsprogramme bisher rar sind. Aus diesem Grund wurde MEDIENHELDEN, ein theoriebasiertes Programm zur Reduktion von Cybermobbing und zur Förderung von Medienkompetenz, entwickelt.

### 2. Das MEDIENHELDEN-Programm

Mit Fördermitteln der Europäischen Kommission im Rahmen des DAPHNE-III-Programms haben MitarbeiterInnen der Freien Universität Berlin das Programm MEDIENHELDEN (Schultze-Krumbholz et al., 2012), ein Programm zur Prävention von Cybermobbing und Förderung von Medienkompetenz, entwickelt. MEDIENHELDEN, zu dem ab Mai 2012 ein Handbuch

im Handel erhältlich sein wird, fördert den verantwortungsvollen und kritischen Umgang mit den „Neuen Medien“. Es ist ein strukturiertes und manualisiertes Programm, welches von LehrerInnen im regulären Unterricht der Sekundarstufe I durchgeführt werden kann. Ergänzend liegen Materialien für die Durchführung eines Projekttag vor.



Abbildung 1: Das MEDIENHELDEN-Programm: Cover des im Frühjahr 2012 erscheinenden Manuals

## Ziele

Die Hauptziele des Programms sind die Prävention von Cybermobbing und die Förderung von Medienkompetenz. MEDIENHELDEN versteht sich als ein Beitrag zur universellen Prävention, da es sich an alle SchülerInnen wendet und allgemeine (Medien-)Kompetenzen fördert. Neben der allgemeinen Ausrichtung beinhaltet es auch selektive und indizierte Präventionsinhalte, die sich auf Hoch-Risiko-Gruppen (z. B. SchülerInnen mit mangelnder Empathie) und auf mögliche Ursachen von Cybermobbing beziehen. Die Kernthemen von MEDIENHELDEN sind in der Tabelle 1 aufgeführt.

Die in der Tabelle genannten Zielbereiche gelten als zentral für Verhaltensänderungen (vgl. Theorie des geplanten Handelns, Ajzen, 1985). Demnach werden Einstellungen und Werte SchülerInnen von Wissen um akzeptables und nicht-akzeptables Verhalten geprägt. Zudem üben in der Klasse akzeptierte Verhaltensnormen

Tabelle 1: Kernthemen und Ziele des Programms MEDIENHELDEN

Kernthemen	Ziele (Bereiche)
<p>Wir wollen, dass</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>... den Jugendlichen die Folgen von Cybermobbing bewusst werden.</li> <li>... sie selbst erkennen, was Cybermobbing ist und dass Cybermobbing ein Problem darstellt.</li> <li>... die Jugendlichen wissen, welches Verhalten als unangebracht (dissozial) anzusehen ist und was prosoziales Verhalten (z. B. anderen helfen) ist.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Problembewusstsein</li> <li>– Information/Wissen</li> <li>– Normen</li> </ul>
<p>Indem sie</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>... lernen, sich in die Perspektive ihres (nicht anwesenden) Gegenübers zu versetzen und einzufühlen.</li> <li>... ein Verständnis für persönliche Verantwortung bekommen.</li> <li>... ihre Eingriffs- und Handlungsbereitschaft erhöhen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Perspektivenübernahme</li> <li>– Empathie</li> <li>– Einstellungen</li> </ul>
<p>Wir wollen, dass</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>... die Schüler ihre Mediennutzung und Medienverhalten kritisch hinterfragen.</li> <li>... sie wissen, was auf welche Weise zu tun ist, auch im Falle von Cybermobbing.</li> <li>... das Klassenklima verbessert und positive Peerbeziehungen gefördert werden.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Medienkompetenzen</li> <li>– Handlungskompetenzen</li> <li>– Klassenklima</li> <li>– Peerbeziehungen</li> </ul>

einen wesentlichen Einfluss aus. Die Maßnahmen des MEDIENHELDEN-Programms bewirken somit eine positive Beeinflussung von eventuell negativen Klassennormen und stellen unter anderem eine Wissensvermittlung in den Vordergrund (siehe Abbildung 2: Prozessmodell).

## Aufbau und Umsetzung des Programms

Das MEDIENHELDEN-Programm wird von LehrerInnen oder geschulten MultiplikatorInnen als MEDIENHELDEN-Curriculum im Schulunterricht umgesetzt. Das Curriculum ist in insgesamt

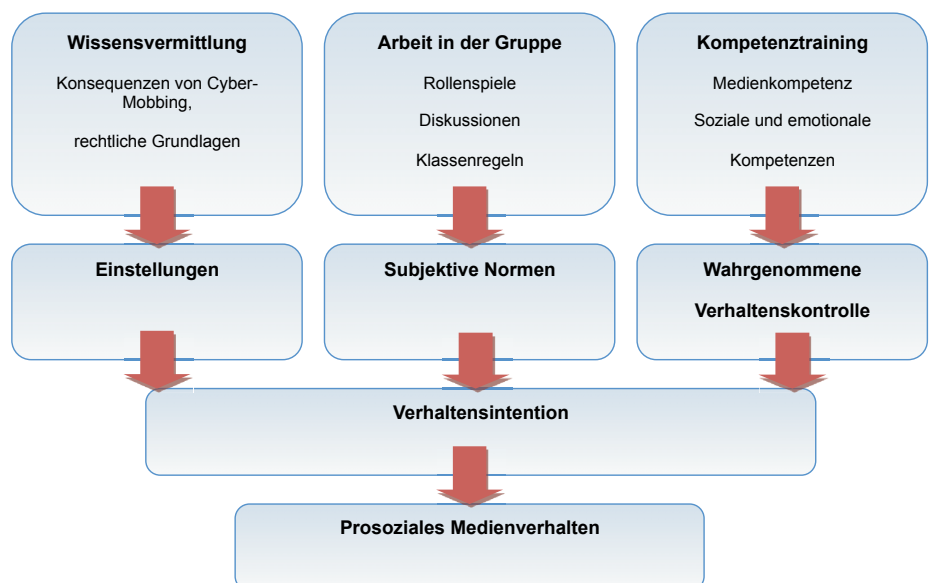


Abbildung 2: Prozessmodell von MEDIENHELDEN in Anlehnung an Ajzen (1985) (aus Zagorscak, Schultze-Krumbholz, Siebenbrock, Wölfer & Scheithauer, 2011).

sieben Module gegliedert und beinhaltet 15 bis 17 Schritte à 45–90 Minuten. Es wird circa 10 Wochen lang im regulären Unterricht (z. B. Ethikunterricht) durchgeführt. Ein Modul umfasst jeweils ein inhaltliches Thema wie zum Beispiel „Selbstschutzstrategien in der digitalen Welt“ und untergliedert sich in mehrere Schritte wie zum Beispiel „Grundstrategien des Datenschutzes“ und „Grundstrategien gegen Cyber-TäterIn“.

Zusätzlich enthält das MEDIENHELDEN-Programm Materialien für einen MEDIENHELDEN-Projekttag, der in vier Blöcken à 90 Minuten stattfindet und mit Pausen so lang wie ein achtstündiger Schultag dauert. Die Blöcke stellen Kurzformen der Module des Curriculums dar, wie zum Beispiel Inhalte zum „Datenschutz im Internet“, „Darstellen einer Cybermobbing-Situation im Rollenspiel“ und „Blocken unerwünschter Kommunikation: Was kann ich im Internet tun, wenn es konkret wird?“. Im strukturellen Aufbau sind sich das Curriculum und der Projekttag sehr ähnlich, allerdings gibt es deutliche Vorteile der längeren Version (vgl. Schultze-Krumbholz et al., 2012):

1. Das MEDIENHELDEN-Curriculum erlaubt mehr Übungen, Reflexionen und Wiederholungen als der Projekttag und vermittelt wichtige Informationen sowie erste Handlungsstrategien; der Projekttag regt die SchülerInnen zunächst zum Nachdenken über die Thematik an.
2. Das MEDIENHELDEN-Curriculum schließt die Eltern der SchülerInnen mit ein. Die SchülerInnen erarbeiten am Ende des Programms möglichst eigenständig einen Elternabend, um Gelerntes zu präsentieren und mit eigenen kreativen Ideen zu verknüpfen. Dies wird nur im Zusammenhang mit der längeren Form des Programms empfohlen, da nur in diesem Fall Kompetenzen und Sicherheit im Umgang mit dem Thema in ausreichendem Maße erarbeitet werden können.

3. Im MEDIENHELDEN-Curriculum sind die Themen breiter gefächert als es im MEDIENHELDEN-Projekttag möglich ist. Bestimmte Themen werden also nur im Curriculum behandelt.

## Methoden

Im Rahmen von MEDIENHELDEN angewandte pädagogische Methoden sind unter anderem: Informationsvermittlung und Aufklärung, Filmvorführungen, Aufstellen von Klassenregeln oder strukturierte Rollenspiele. Die einzelnen pädagogischen Methoden beinhalten zudem psychologische Methoden, wie z. B.:

- kognitiv-behaviorale Methoden (z. B. Modelllernen und Verhaltensübungen),
- Aufbau sozialer und emotionaler Kompetenzen (z. B. Hilfeverhalten und differenzierte Wahrnehmung),
- Verbesserung der Gruppendynamik (z. B. Standbilder und soziale Rollen),
- Selbstwirksamkeit (Peer-to-Peer Tutoring).

## 3. Evaluation

Eine Vorform des MEDIENHELDEN-Programms wurde von Januar bis April/Mai 2011 an fünf Berliner Schulen in 36 Schulklassen durchgeführt. Die teilnehmenden LehrerInnen erhielten im Dezember 2010 eine eintägige Schulung und wurden mit ausführlichen Materialien zur Gestaltung des Unterrichts ausgestattet.

Die erste Datenerhebung im Rahmen der Evaluation fand mittels Fragebögen für Eltern, LehrerInnen und SchülerInnen im Januar 2011 vor der Durchführung statt. Anschließend führten die LehrerInnen in einigen Klassen das Curriculum (IG-Lang) und in anderen den Projekttag (IG-Kurz) durch. Ein Teil der Klassen erhielt keine Intervention (Kontrollgruppe; KG). Zwei Wochen nach Beendigung des

Programms wurden SchülerInnen, Eltern und LehrerInnen erneut befragt, um unmittelbare Effekte zu prüfen. Langzeiteffekte können durch die dritte Befragung im November/Dezember 2011 untersucht werden (siehe Abbildung 3).

## Ergebnisse

Im Folgenden möchten wir erste, ausgewählte Ergebnisse der Prozessevaluation berichten – Ergebnisse zur Wirksamkeitsevaluation stehen aufgrund noch durchzuführender Analysen ab Frühjahr 2012 zur Verfügung. Insgesamt konnte in der Prozessevaluation festgestellt werden, dass LehrerInnen und SchülerInnen die einzelnen Schritte des Programms hochgradig akzeptierten und positiv beurteilt haben. Besonders die Übungen und Materialien wurden sehr gut bewertet und erhielten große Zustimmung in ihrer Wirkung. Auch die Wirksamkeit wurde von den LehrerInnen als sehr gut eingeschätzt (vgl. Siebenbrock, Schultze-Krumbholz, & Scheithauer, 2011), beispielsweise geben die LehrerInnen an, dass ihrer Meinung nach in ihrer Klasse nun weniger Cybermobbing stattfindet (siehe Abbildung 4).

Die LehrerInnen bewerteten das Programm ausschließlich positiv (teilweise, überwiegend gut und sehr gut). Auch bei den SchülerInnen fiel das Urteil ähnlich aus und nur wenige gaben an, dass ihnen das Programm wenig oder gar nicht gefallen habe (siehe Abbildung 5). Die Ergebnisse weisen darauf hin, dass LehrerInnen mit dem Programm MEDIENHELDEN offenbar notwendige, strukturierte Handlungsstrategien an die Hand bekommen haben.

In den letzten Jahren stieg die Relevanz, Kindern und Jugendlichen einen kompetenten Umgang mit den sie umgebenden Medien zu vermitteln. MEDIENHELDEN stellt hierfür einen ersten strukturierten und praxiser-

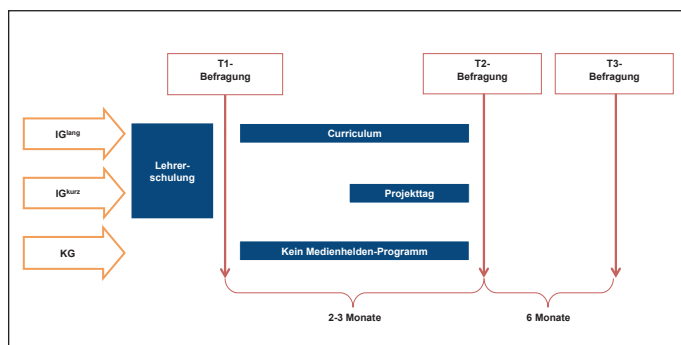


Abbildung 3: Evaluationsdesign von MEDIENHELDEN

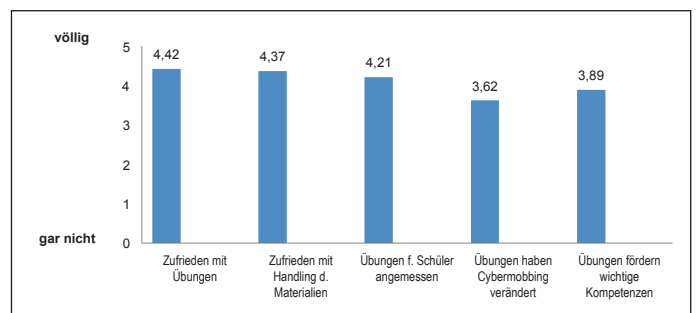


Abbildung 4: Zufriedenheit der teilnehmenden LehrerInnen mit den Medienhelden-Materialien

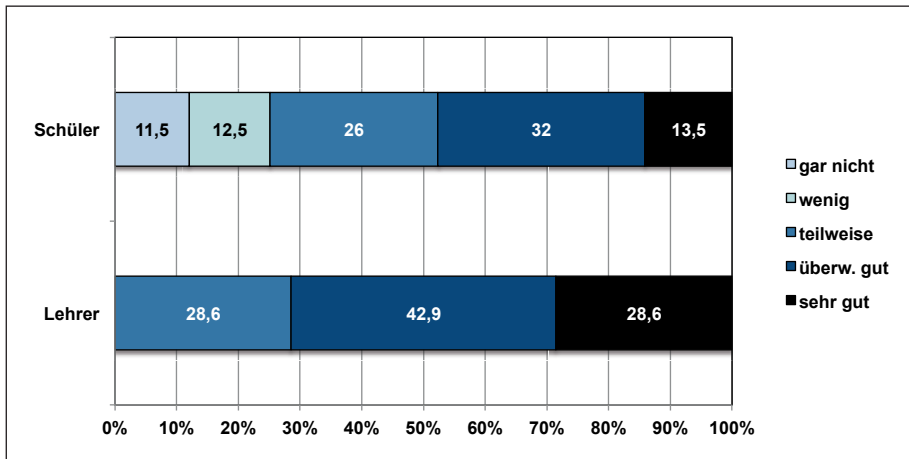


Abbildung 5: Ergebnisse der Frage „Wie hat Dir/Ihnen das Programm insgesamt gefallen?“

proben Ansatz dar. Gerade durch seine theoretische Einbettung und detaillierte Anleitung zur Durchführung, hoffen wir in den weiteren Wirksamkeitsanalysen belegen zu können, dass das Programm einen wichtigen Beitrag zur schulischen Prävention von Cybermobbing leisten kann.

Die Autoren Dipl.-Psych. Anne Jäkel, Dipl.-Psych. Anja Schultze-Krumbholz, Pavle Zagorscak B. Sc. und Professor Dr. Herbert Scheithauer forschen bzw. lehren am Arbeitsbereich Entwick-

lungswissenschaft und Angewandte Entwicklungspsychologie an der Freien Universität Berlin.



This research was funded by the DAPHNE III programme to combat violence against children, young persons and women of the European Commission (Action Number: JLS/2008/DAP3/AG/1211-30-CE-0311025/00-69; Cyberbullying in Adolescence: Investigation and Intervention in Six European Countries).

## Literaturverzeichnis

- Ajzen, I. (1985). From intentions to actions: A theory of planned behavior. In J. Kuhland, & J. Beckmann (Hrsg.), *Action-control: From cognitions to behavior* (S. 11–39). Heidelberg: Springer.
- Jäger, T., Arbingler, R., & Lissmann, U. (2010). Cyberbullying: The situation in Germany. In J. A. Mora-Merchán, & T. Jäger, *Cyberbullying: A cross-national comparison* (S. 69–86). Landau: Verlag Empirische Pädagogik.
- Sanders, J., Smith, P. K., & Cillessen, A. H. (2009). *Cyberbullies: Their motives, characteristics and types of bullying*. Vortrag auf der XIVth European Conference in Developmental Psychology, 18.–22. August 2009, Vilnius.
- Siebenbrock, A., Schultze-Krumbholz, A., & Scheithauer, H. (2011). *Cyberbullying – opportunities for change by an intervention program in German middle schools*. Vortrag auf der XVth European Conference in Developmental Psychology, 23.–27. August 2011, Bergen.
- Schultze-Krumbholz, A., Zagorscak, P., Siebenbrock, A., & Scheithauer, H. (2012). *Medienhelden: Unterrichtsmanual zur Förderung von Medienkompetenz und Prävention von Cybermobbing*. München: Reinhardt Verlag.
- Schultze-Krumbholz, A., & Scheithauer, H. (2010). Cyberbullying unter Kindern und Jugendlichen – Ein Forschungsüberblick. *Psychozial*, 33 (122), S. 79–91.
- Schultze-Krumbholz, A., Jäkel, A., Schultze, M., & Scheithauer, H. (submitted). Emotional and behavioral problems in the context of cyberbullying – A longitudinal study among German adolescents.
- Slonje, R., & Smith, P. (2008). Cyberbullying: Another main type of bullying? *Scandinavian Journal of Psychology*, 49 (2), S. 147–154.
- Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russel, S., & Tippett, N. (2008). Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49 (4), S. 376–385.
- Sourander, A., Brunstein Klomek, A., Ikonen, M., Lindroos, J., Luntamo, T., Koskelainen, M., Ristkari, T., Helenius, H. (2010). Psychosocial risk factors associated with cyberbullying among adolescents – A population based study. *Archives of General Psychiatry*, 67 (7), S. 720–728.
- Zagorscak, P., Schultze-Krumbholz, A., Siebenbrock, A., Wölfer, R., & Scheithauer, H. (2011). *MEDIENHELDEN – Ein Programm zur Prävention von Cyberbullying im Schulkontext*. Posterpräsentation auf der 13. Fachgruppentagung Pädagogische Psychologie der DGPs, September 2011, Erfurt.