



# **GUTES (CHAT-) MITEINANDER**

Arbeitsmaterial Kommunikation mit Fokus auf Gruppenchat

„Vielleicht sollte, wer etwas zu sagen hat, flüstern?“

Gabriele Fischer, brandeins, Editorial, 2/20



Arbeitsmaterial Gutes (Chat-)Miteinander von [Stark im Netz](#) ist lizenziert unter einer [Creative Commons Namensnennung - Nicht-kommerziell - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International Lizenz](#).



Die vorliegenden Arbeitsmaterialien sind im August 2023 von Stark im Netz erstellt worden. Wir haben sorgfältig auf die notwendigen Angaben von Quellen geachtet. Sollten Sie etwas finden, das dem nicht entspricht, haben Sie einen Erweiterungsvorschlag oder möchten Sie uns Ihre Erfahrungen mit der Umsetzung der Übungen berichten, schreiben Sie an: [starkimnetz@pl.rlp.de](mailto:starkimnetz@pl.rlp.de).

<b>UM WAS ES GEHT .....</b>	<b>4</b>
<b>WHAT ABOUT... KOMMUNIKATION .....</b>	<b>5</b>
<b>KNOWING .....</b>	<b>5</b>
<b>DOING.....</b>	<b>6</b>
BEDEUTUNG UND DIMENSIONEN VON KOMMUNIKATION .....	6
VIER SEITEN EINER NACHRICHT .....	8
<b>WHAT ABOUT... MESSENGERKOMMUNIKATION .....</b>	<b>14</b>
<b>KNOWING .....</b>	<b>14</b>
<b>DOING.....</b>	<b>17</b>
#EMOJIS .....	17
KURZREFLEXION: MEDIEN- UND MESSENGERNUTZUNG.....	20
KURZREFLEXION: SPRACHNACHRICHTEN .....	22
<b>REGELN .....</b>	<b>24</b>
<b>KNOWING .....</b>	<b>24</b>
<b>DOING.....</b>	<b>30</b>
TAKE A PICTURE! .....	30
CHATREGELRANKING .....	31
<b>WAS TUN, WENN'S BRENNT? - RISIKEN .....</b>	<b>32</b>
<b>KNOWING .....</b>	<b>32</b>
<b>DOING.....</b>	<b>35</b>
KONFLIKTE BEARBEITEN .....	35
WOLLEN WIR EIN FOTO/VIDEO MACHEN? .....	38
FÜßE ODER BIKINI? – WEITERGABE VON FOTOS.....	41
EINGREIFEN – ABER WIE? – ENTWICKLUNG VON HANDLUNGSSTRATEGIEN .....	43
<b>ANHANG .....</b>	<b>45</b>
<b>QUELLEN .....</b>	<b>57</b>



## Um was es geht

Das vorliegende Arbeitsmaterial kann als **Inspiration** genutzt werden, das Thema Kommunikation in seinen Facetten zu bearbeiten. Dies als **Grundlage** effektiver und friedlicher Gruppenchats wie z. B. mit dem **Schulchat des Schulcampus**.

Wir wissen das ist ein großes Thema ob und wie Messenger in die Kommunikation an Schule eingebunden werden. Ein Thema, das viele Befindlichkeiten, eigene Erfahrungen und Kritik mit sich bringt.

Wir möchten gerade deshalb dafür werben, es in Bezug auf den gemeinsamen Klassenchat näher zu betrachten. Im Rahmen des regulären Deutschunterrichts können viele der genannten Aspekte aufgenommen werden. Im Rahmen von Ethik, Philosophie, Sozialwissenschaften und Sport mit dem Fokus der Beziehung zwischen Menschen, dem guten Miteinander und Machtverhältnissen kann Kommunikation ebenfalls thematisiert und damit das Vor-Ort-Erleben und die Digitalkommunikation gefördert werden.



Die verschiedenen Bausteine liefern knapp gehaltene Sachinformationen als Einleitung und sind gekennzeichnet mit **KNOWING**. Anschließend bietet das Material Übungen an, die das „ins Gespräch kommen“ erleichtern können, die individuelle Haltung in Bezug auf soziales Verhalten und Selbstfürsorge fördern. Dieser Abschnitt wird durch **DOING** gekennzeichnet.

Die einzelnen Übungen sind daher immer wie folgt aufgebaut:

**Intention**

**Material**

**Ablauf**

**Information/Einleitung**

**Analyse/Erarbeitung**

**Reflexion**



Um gelassen reagieren zu können, sowie möglichst viele Nuancen an Emotionen der Gruppe wahrzunehmen, bietet es sich an die Übungen zu zweit anzuleiten. Auch können so verschiedene Expertisen der Moderation genutzt werden.



# What about... Kommunikation

## KNOWING

Kommunikation (lat.) – mitteilen, vereinigen

*„Kommunikation ist Anfang und Ende aller sozialen Beziehungen. (...) All das aggressive Labern im Netz – und nicht nur dort – hat irgendwas mit mangelndem Verständnis zu tun. Vor dem Verständnis kommt das Verstehen (...).“* Lotter, brandeins, 2.20, 37ff

Kommunikation ist eine Interaktion zwischen zwei Individuen oder innerhalb einer Gruppe. Sie ist mehr als die Übermittlung einer Botschaft in Form von Signalen (visuell, auditiv). Sie informiert über die Beziehung untereinander, wie auch über das Befinden einzelner Personen (Gefühle, Ideen, Gedanken etc.). *„Sie dient dazu, Informationen zu vermitteln, Entscheidungen vorzubereiten, Motivation zu erzeugen oder ein gewünschtes Image durch Eindrucksmanagement herzustellen (Selbstdarstellung).“* (Dorsch, 2023). Verbale, wie auch nonverbale Kommunikation ist damit ebenso Teil des Übermittlungsprozesses. Der Empfänger hat die Aufgabe die gesendete Nachricht zu dechiffrieren.





## DOING

### Bedeutung und Dimensionen von Kommunikation

#### Intention

- Komponenten, Dimensionen und Funktionen von Sprache kennenlernen und verstehen
- Ggf. noch die natürliche Sprache erweitern in die Kompetenz Mediensprache insb. in Werbung zu verstehen (Media Literacy)

#### Material

- Ausgewählte Videoclips
- Präsentationstechnik inkl. Lautsprecher
- Möglichkeiten für Notizen einzelner wie auch für das Plenum

#### ABLAUF

##### Information/Einleitung

Impuls: Die Gruppe sammelt gemeinsam Synonyme für das Wort „dekodieren“. Miteinander wird überlegt was das mit Sprache zu tun haben könnte: Hat jemand schon mal ein Missverständnis erlebt? Oder ein Aneinander-vorbei-Reden? Die Vorteile einer deutlichen, gemeinsamen Sprache miteinander könnten nun gemeinsam gesammelt werden. Situationen können auch ohne Sprache dechiffriert werden. Die natürliche Sprache setzt sich sowohl aus verbalen wie auch non-verbalen Komponenten zusammen.

##### Analyse/Erarbeitung

Zur gemeinsamen Erarbeitung der verschiedenen Dimensionen von Sprache wird der Gruppe ein vorher ausgewähltes Video *ohne Ton* gezeigt. Im Anschluss wird gemeinsam der Inhalt besprochen: Rollen, Geschehen, Situation, Ort etc.. Als Überprüfung der Hypothesen wird das Video mit Ton angesehen: Wo gab es Schwierigkeiten im Verständnis ohne Ton? Was war leicht? Was fehlte?

Dasselbe Prozedere nur *ohne Bild*: Gemeinsam schaut die Gruppe ein vorher ausgewähltes weiteres Video ohne Bild, nur mit Ton: Was passiert? Wer sagt was? Welche Tageszeit an welchem Ort? etc.. Im Anschluss auch hier die Sichtung inkl. Bild und Ton, sowie der Vergleich mit und ohne Bild.



Gemeinsame Sammlung im Plenum: Welche Dimensionen gibt es in Kommunikation?  
Welche Dimension gibt uns welche Information?

Kommunikationsform	Auftreten/Aussehen	Information	Dimension
Worte	Gesprochene Sprache, Laute	Nicht eindeutig	Verbal
Gesten, Haltung, Bewegung	Körperliche Bewegung, kleinere, wie Hände, größere wie Zugewandtheit, wegdrehen, Augenkontakt	Nur in Kombination mit anderen Dimensionen eindeutig dechiffrierbar	Non-Verbal
Mimik	Bewegungen des Gesichtes	Relativ eindeutig, solange authentisch	Non-Verbal
Intonation, Lautstärke, Pausen	Melodie der Sprache, Tonhöhe/-tiefe	s.o.	Para-Verbal
Setting	Raum, Licht, Zeitansatz	Hat Einfluss auf die Kommunikation und das Verhalten des Senders und Empfängers	Extra-Verbal

### Reflexion

Übertrag auf Digitalkommunikation: Was fällt weg, was kommt dazu? Eine Sammlung in Kleingruppen und anschließende Vorstellung im Plenum: Welche Situationen gibt es, die besonders gut und besonders schlecht mit digitaler Kommunikation funktionieren?

Ergänzung dazu: Methode #emoji S. 17

**Ausflug Media Literacy:** Werbung ist ein Sonderfall, was Kommunikation angeht. Sie funktioniert sehr oft ohne verbale Kommunikation und erzählt dennoch ganze Geschichten. Hier wird vor allem mit Mitteln der Filmsprache gearbeitet. Wie funktioniert das? Eine gemeinsame Sichtung eines Werbeclips oder Kurzfilm wie z. B.

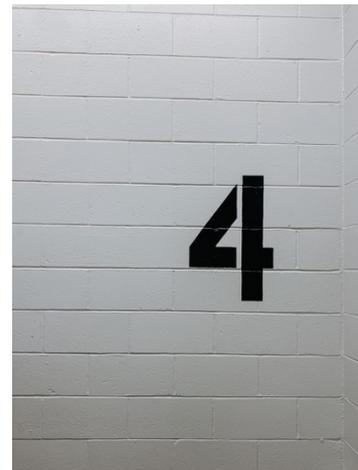
- Telekom – Du bist nicht allein: <https://www.youtube.com/watch?v=O97J8wBAe1g> – 0:45 Min.
- New Yorker – Dress for the moment: <https://www.youtube.com/watch?v=G6GFo6UatXo> – 0:46 Min.
- Vodafone – Willkommen im besten Netz: <https://www.youtube.com/watch?v=RU6wl23Nijc> - 0:50 Min.
- Intersport – Einmal Sport. Intersport.: <https://www.youtube.com/watch?v=3afPnztZ0iQ> – 9:44 Min.

Alle Links abgerufen am 21.8.23



## Vier Seiten einer Nachricht

Warum Kommunikation soviel mit Beziehung zu tun hat, hat Friedemann Schulz von Thun in seinem Kommunikationsquadrat (auch bekannt als Vier-Ohren-Modell, Vier Seiten einer Nachricht) dargestellt: Jede Person, die spricht, hat vier automatisch implementierte Interpretationsspielräume, die sie öffnet. Dies trifft auf vier Möglichkeiten der Dekodierung seitens der zuhörenden Person.



### Intention

- Verständnis der Mechanismen von Kommunikation
- Kennen lernen der Diskrepanz von Intention und Interpretation von Sprache
- Erlernen anderer Perspektiven
- Lernen andere Interpretationen resp. Konstruktionen zuzulassen
- Sensibilisierung für Kommunikation

### Material

- Moderationskarten für die Sätze
- Vier Karten: Appell, Sache, Beziehung, Selbstoffenbarung
- Präsentationstechnik
- Möglichkeiten gemeinsame und individuelle Ergebnisse festzuhalten und ggf. für das Plenum oder mit dem Plenum zu erarbeiten
- Digitale Umfrage zu den Füllständen von emotionalen Bedürfnissen

## ABLAUF

### Information/Einleitung

Die Gruppe bearbeitet vorerst das Kommunikationsquadrat von Friedemann Schulz von Thun mithilfe des Angebotes des Studienkreises: <https://www.studienkreis.de/deutsch/vier-ohren-vier-seiten-modell>.

Ergänzung dazu: <https://www.schulz-von-thun.de/die-modelle/das-kommunikationsquadrat> und <https://www.bachelorprint.de/methodik/4-ohren-modell/#1596010879984-5a9922ef-ae89>

Im Plenum werden im Anschluss mehrere Beispiele für ärgerliche Situationen, ausgelöst durch bestimmte Sätze z. B. von Eltern, befreundeten Personen oder Lehrkräften, gesammelt. Sollte dies schwierig sein, können auch einfache Sätze der Analyse dienen. Das klassische Beispiel: „Mir ist kalt.“



### **Analyse/Erarbeitung**

Sätze werden mithilfe der vier Ohren gemeinsam analysiert: In einem großen Stehkreis steht eine Person „der Satz“ mittig, die einen ggf. selbst gewählten wiederholend in verschiedenen Weisen (Kombination non-verbaler Dimensionen) spricht. Um sie herum liegen vier Schilder mit den jeweiligen Begriffen für die verschiedenen Ohren.

Erste Runde:

Der Satz wird einmal ausgesprochen. So, wie die Person es in dieser Runde vorgesehen hat. Gern unter Nutzung der verschiedenen Dimensionen von Sprache. Nun tritt jeweils eine Person aus dem Außenkreis zum für sie passenden Ohr und sagt, was und wie sie es gehört hat und welche Handlung für sie daraus resultiert. Die Mitte wiederholt den Satz genauso wie vorher. Weitere Interpretationen kommen zum für sie passenden Ohr und erklären sich. Sind alle für die Gruppe möglichen Ohren versammelt, wird gemeinsam reflektiert: Als erstes wird die Person in der Mitte befragt wie sie es denn meinte, was sie sagte. Danach könnten folgende Fragen helfen zur Auswertung der „Ohren“, die um sie herumstehen: Welche Informationen meine ich gehört zu haben? Wie hört sich der Satz also mit dem „Sachohr“ an? Wie mit dem „Appellohr“? Was hört das „Beziehungsohr“? Was höre ich von demjenigen, der mir das sagt, was gibt er mir über sich preis (Selbstoffenbarung)? Welche Dimensionen der Person halfen um zu verstehen?

Zweite Runde: Dieselbe Person oder eine weitere spricht denselben unter Nutzung anderer Dimensionen aus. Die Außenstehenden interpretieren. Gemeinsam wird reflektiert.

### **Mögliche Interpretationen des Satzes „Mir ist kalt“**

Beziehung: „Du willst, dass ich zu Dir komme und Dich wärme.“

Appell: „Mach bitte das Fenster zu!“

Sache: „Mir ist kalt.“

Selbstoffenbarung: „Ich friere schnell!“

Es wird versucht, für jedes Ohr mindestens ein Beispiel zu finden. Die Person in der Mitte kann verschiedene Dimensionen wie Betonung, Geschwindigkeit, Intonation, Gestik, Körperhaltung, Mimik etc. nutzen, um Unterschiede deutlich zu machen.

### **Vertiefung Beziehungsgestaltung**

Gemeinsam werden Sätze für **Appelle** gesammelt. Bei Jugendlichen sind dies oft Sätze von jenen, die ihnen scheinbar vorgesetzt sind und auf die sie hören müssen. Insofern sind dies oft Sätze, die sie von Eltern/Erziehungsberechtigten vernehmen.

Beispielsätze für Appelle finden sich hier: [http://www.germanistik-kommprojekt.uni-oldenburg.de/sites/1/1\\_06\\_ue.htm](http://www.germanistik-kommprojekt.uni-oldenburg.de/sites/1/1_06_ue.htm)



## Arbeitsmaterial: Gutes (Chat-) Miteinander

Reflexionsfragen hierfür wären:

- Welche typischen non-verbalen Dimensionen enthalten Appelle?
- Was wird mithilfe des Appells erreicht?
- Welche übergeordnete Funktion hat eine Appellbotschaft?

Eine anschließende Umformulierung des Satzes in Selbstoffenbarung und/oder Beziehungsgestaltung wäre denkbar.

Wie hört sich der Appell an, wenn ich mich öffne und meine Gefühle äußere?



Wie ein gutes Miteinander funktioniert, hängt von den Füllständen unserer emotionalen Bedürfnisse ab. Diese spiegeln sich in der Kommunikation, der Interaktion mit anderen. Lassen Sie in Kleingruppen Beispiele für **Beziehung und Selbstoffenbarung** finden. Die Gruppe wertet diese Aussagen aus:

**Informationen:** Welche Dimensionen geben mir Aufschluss über Emotionen der Person? Welche über meine Beziehung zu ihr?

**Notwendigkeit:** Warum ist es wichtig Emotionen in die Kommunikation einzubeziehen?



Gemeinsam in der Gruppe wird der Clip „So bestimmen die Grundbedürfnisse deine Stimmung“ ([https://www.youtube.com/watch?v=8TjqrRuY2\\_s](https://www.youtube.com/watch?v=8TjqrRuY2_s) bis 9:50 Min. Abruf 21.8.23) gesichtet.



Screenshot des Videos, 24.8.23

### Auswertung:

- Welche Fragen gibt es?
- Was ist dir besonders aufgefallen? Was gefällt dir besonders? Wo findest du dich wieder?



Anschließend wird die vorbereitete digitale Umfrage (z. B. mit <https://tweedback.de/>) zu den emotionalen Grundbedürfnissen der Gruppe geteilt, sodass alle anonym antworten können und gleichermaßen an der Wand die Ergebnisse schauen können.

Frage: Wenn jedes Bedürfnis ein Gefäß wäre. Wie gut ist es jeweils gefüllt?

Am besten ist dies in Form einer skalierten Abfrage ohne Mitte, sodass die Gruppe sich entscheiden muss. Dies kann in Zahlen (1-2-3-4) oder auch in Wort (kaum – teilweise – wenig – gar nicht) dargestellt sein. Ausgewertet wird als Säule oder Kuchendiagramm, sodass sichtbar wird wie viele Teile der Gruppe welchen Füllstand haben.

Folgende Items werden abgefragt:

#### #Bindung

Ich fühle mich wohl, habe Menschen, denen ich mich anvertrauen kann und mit denen ich mich sehr wohl fühle.

#### #Selbstwert

Ich fühle ich kann was, ich bin etwas wert, meiner Seele geht es gut, ich finde mich gut.

#### #Wirksamkeit

Ich fühle, ich kann etwas tun und damit etwas bewirken.

#### #Orientierung

Mein Leben hat einen Sinn. Ich weiß, warum ich aufstehe morgens und kenne meine Werte und/oder Ziele.

Es ist nicht notwendig die Items individuell auszuwerten. Sofern die Klasse vertrauensvoll miteinander umgeht, ist jede Person eingeladen etwas Persönliches dazu sagen. Dies ist absolut freiwillig.

Durch die Projektion der Ergebnisse kann jede Einzelperson, wie auch die gesamte Gruppe ihre Stärken und Schwächen nun erkennen: Gibt es bspw. einen Ausreißer, so ist möglich diesen zu empowern sich jemanden in der Gruppe anzuvertrauen oder ganz der Gruppe, da diese in dem Bedürfnis offensichtlich derzeit stärker ist und damit ggf. hilfreich sein kann. Ist die Gruppe in einem Bedürfnis gemeinsam schwach, gilt es dies zu benennen und

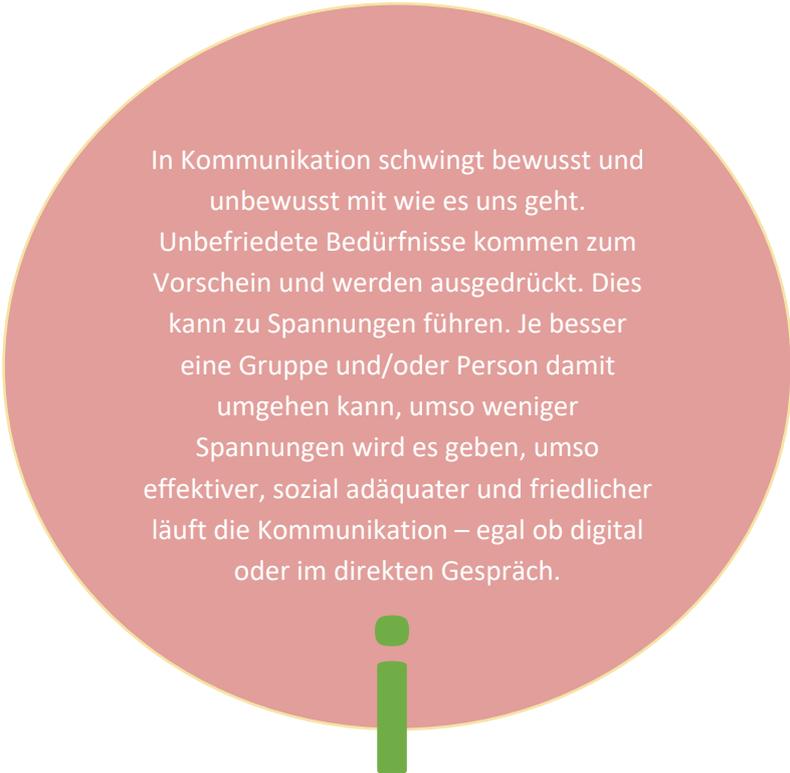


Arbeitsmaterial: Gutes (Chat-) Miteinander

gemeinsam Wege zu finden, wie das im Rahmen der Schule geändert werden kann. Wer kann welche Unterstützung leisten? Was wird gebraucht?

Ist die Gruppe in einem Bedürfnis sehr stark, könnten Situationen gesucht werden, in der jemand die Erfüllung dieses Bedürfnisses besonders stark gemerkt hat.

**Übertrag:** Was hat das mit Messengerkommunikation zu tun?



In Kommunikation schwingt bewusst und unbewusst mit wie es uns geht. Unbefriedete Bedürfnisse kommen zum Vorschein und werden ausgedrückt. Dies kann zu Spannungen führen. Je besser eine Gruppe und/oder Person damit umgehen kann, umso weniger Spannungen wird es geben, umso effektiver, sozial adäquater und friedlicher läuft die Kommunikation – egal ob digital oder im direkten Gespräch.

### Reflexion

Das Kommunikationsquadrat legt die Herausforderung offen, die intendierte Information des Senders als Empfänger zu dechiffrieren, zu enträtseln, zu dekodieren. Von daher ist es in der anschließenden Reflexion interessant jene Dimensionen von digitaler Kommunikation zu identifizieren, die uns für den Dechiffrierungsprozess wegfallen resp. dazukommen:

- Was fällt digital weg? Wie kann es erzeugt werden stattdessen (Beschreibung des Settings, Erklärung für Wortwahl, Selbstoffenbarung, Videocall, Audionachricht)
- Was gibt es mehr?
- Wie kann man digital auf Missverständnisse reagieren?
- Wie kann man digitale Missverständnisse vermeiden? etc.



Die **Vermeidung digitaler Konflikte** funktioniert zum Teil deckungsgleich mit jenen der analogen Kommunikation:

- Nachfragen, wenn mir eine Information fehlt, ohne die ich das Gesagte nicht verstehen kann oder es ggf. falsch interpretieren werde
- Ich-Botschaften, statt Schuldzuweisungen (Du bist..., Du hast...) formulieren
- Zusammenfassen und wiederholen was der Sender formulierte, um sicherzugehen, dass ich das verstanden habe, was die andere Person sagen wollte
- Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg in sämtliche Kommunikationsformen etablieren
- Empathisch sein, das heißt so gut es geht die Perspektive und damit verbundene Emotion der anderen Person nachvollziehen und respektieren können
- Bedürfnisse/eigene Wünsche formulieren (können), um emotional ausgeglichen zu sein und keine Enttäuschungen zu erleben



Zeigen Sie stets Respekt und Interesse. Vor allem Emotionen sind individuell und dürfen nicht bewertet werden!



# What about... Messengerkommunikation

## KNOWING

*„Man kann nicht nicht kommunizieren.“*

*Paul Watzlawick*

Watzlawick hatte recht. Das, obwohl er die vielfältigen Formen der Kommunikation, die es heute gibt, gar nicht erahnen konnte. Mit der Komplexität der Kommunikation kommen die Missverständnisse, da es so viele Komponenten und Ebenen gibt, die es zu dechiffrieren gilt. Doch was, wenn diese Dimensionen drastisch gekappt werden? Wenn die Möglichkeiten der Dechiffrierung, der Aussagen zwischen den Zeilen, schwer möglich wird, da nicht alle Informationen vorhanden sind?

### **Instant Messaging**

Instant Messaging per App (wie WhatsApp, Signal, Telegram, Threema) ermöglicht sofortige Nachrichtenübermittlung und Datenaustausch in Echtzeit. Im Chat kann mithilfe von Texten, Bildern, Videos und Ton kommuniziert werden. Nutzer:innen können individuell bestimmen, mit wem sie auf welche Art kommunizieren. Chatnachrichten können jederzeit versendet und vom Empfänger im eigenen Ermessen abgerufen werden. Dies ermöglicht eine fluide und synchrone Kommunikation zwischen Menschen- losgelöst von Raum und Zeit. Der Chatverlauf wird gespeichert und kann jederzeit eingesehen werden, die Unterhaltung bleibt also zeitlich unbegrenzt bestehen.

### **Mensch & Messenger**

Die Kommunikation mittels Messenger bringt neben den scheinbar unbegrenzten Möglichkeiten eine große Herausforderung mit sich: das Kommunizieren unter Wegfall einiger bedeutender Kommunikationsdimensionen. Die gesprochene Sprache, Gestik, Mimik und Körperhaltung einer Person hilft dabei, den Kontakt mit anderen Menschen einzuschätzen, das gemeinsame Ziel des Gesprächs zu erkennen und der Situation angemessen zu reagieren. Fällt eine oder mehrere Dimensionen weg, fehlen Parameter zum Dechiffrieren des zwischenmenschlichen Kontakts.

Vor allem menschliche und zwischenmenschliche Faktoren beeinflussen die Chatkommunikation. Jedes Individuum bringt basierend auf Sozialisation, Lebensphase und gemachten Erfahrungen einen Rucksack mit verschiedenen Bedürfnissen und Emotionen mit. Diese fließen automatisch in Kommunikationssituationen ein. Ebenso beeinflussen individueller Schreibstil, Kommunikationstempo sowie unterschiedliches Stressempfinden Unterhaltungen in einem Chat.



## Emojis

What do you mean? Der Einsatz von Emojis, gifs und Sprachnachrichten kann als Hilfsmittel dienen, um die digitale Kommunikation persönlicher zu gestalten. Emojis imitieren menschliche Gesichtsausdrücke und können stellvertretend für Gefühle versendet werden. Aber die Verwendung von Emojis kann Fallstricke bieten: die kleinen Gesichter können unterschiedlich interpretiert und aufgefasst werden. Es lohnt sich, näher mit diesem Phänomen auseinanderzusetzen, siehe **Methode #emoji**, S.17.

## Sprachnachrichten

„Sag, was du denkst. Manchmal muss es einfach deine Stimme sein. Mit einem einfachen Tippen deines Fingers kannst du eine Sprachnachricht aufnehmen – perfekt um kurz Hallo zu sagen oder etwas länger zu erzählen“. So lautet die Beschreibung der Sprachnachrichten-Funktion von WhatsApp. Wie diese letztendlich im Chat genutzt werden, bleibt den Nutzer:innen selbst überlassen. Sprachnachrichten ermöglichen die Einbindung der Dimensionen Sprache und Betonung, was das Deuten von Nachrichten vereinfachen kann. Ein Austausch über den Einsatz der Funktion schafft Klarheit und Konsens. Eine Anleitung für eine **Kurzreflexion zu Sprachnachrichten** in der Gruppe finden Sie auf S. 22.



## Gruppenchats

Neben Einzelchats bieten Messenger die Option der Gruppenchats, was einen bequemen Austausch mit mehreren Personen gleichzeitig ermöglicht. Die Kommunikation in Gruppenchats gestaltet sich, abhängig von der Größe der Gruppe, anders als die digitale Unterhaltung zwischen zwei Personen. Das Tempo der Nachrichten in Gruppenchats ist deutlich erhöht und oft werden unangemessene Inhalte (z.B. pornographische, explizite Bilder/Videos, Kettenbriefe) versendet. Auch die Beziehungen zwischen den einzelnen



## Arbeitsmaterial: Gutes (Chat-) Miteinander

Gruppenmitgliedern, die unterschiedlichen Rollen, die in einer Gruppe eingenommen werden sowie die Gruppendynamik beeinflussen die digitale Kommunikation. Zeitgleich treffen viele Individuen aufeinander, die individuelle Gefühle, Bedürfnisse und Erwartungen mitbringen. In Gruppenchats können diese Faktoren leichter kollidieren und zu Missverständnissen, Stress, Unwohlsein von Chat-Beteiligten und echten Krisensituationen wie z.B. Cybermobbing führen.

Die Thematisierung, Sensibilisierung und damit Normalisierung von Gefühlen und Bedürfnissen stärkt Individuen und fördert ein soziales, gutes Miteinander. Starke Individuen bilden eine starke Gruppe. Das gilt auch für den digitalen Raum. Die Schule als Lern- und Lebensraum von Kindern und Jugendlichen bietet die Chance, lebensweltorientierte Themen im Unterricht zu integrieren, um Heranwachsende für ein reflektiertes, verantwortungsvolles (digitales) Handeln zu stärken.

Mehr Information zum Thema **#emotionen** und wie diese in Schule thematisiert werden können, gibt es im Anhang ab S. 46.

Für die Stärkung einer Gruppe durch das Bewusstmachen von Ressourcen eignet sich die Methode **Ressourcenhand Team** im Anhang, S. 49.



**TIPP** Respektvolle, achtsame (digitale) Kommunikation setzt die Wahrnehmung und Auseinandersetzung mit Gefühlen und Bedürfnissen voraus. Das benötigt Übung. Achtsamkeitsübungen bieten Gelegenheit, um mit dem eigenen Befinden und der Gefühlswelt in Kontakt zu kommen. Sie können gleichzeitig ein verbindendes Ritual für eine Gruppe sein.

Artikel | Schule von morgen: Achtsamkeit als Unterrichtsfach  
<https://www.mdr.de/wissen/achtsamkeit-lernen-meditation-in-der-schule-projekt-in-sachsen100.html>

Kartenset für den Unterricht | Achtsamkeit in der Schule:  
[https://www.buecher.de/shop/bildungspolitik-und-reform/kartenset-achtsamkeit-in-der-schue/kaltwasser-vera/products\\_products/detail/prod\\_id/59186324/#product\\_description](https://www.buecher.de/shop/bildungspolitik-und-reform/kartenset-achtsamkeit-in-der-schue/kaltwasser-vera/products_products/detail/prod_id/59186324/#product_description)

Abruf 30.8.23



## DOING

### #emojis

Themenfeld (Digitale) Kommunikation

#### Zeitansatz

Minuten bis zu ganzen Projekttagen

#### Material

Je nach Variante Emojis in digitaler Darstellung oder gemalt/ausgedruckt, einzelne Zettel mit Gefühlen, Flipchart und Edding für Kommunikationsmatrix (oder digital)



#### Intentionen

- Förderung der Gruppendynamik
- Förderung von Selbstreflexion und Perspektivwechsel
- Sensibilisierung für das Risiko von Missverständnissen bei (digitaler) Kommunikation
- Formen und Wege von Kommunikation kennen und analysieren
- Handlungsmöglichkeiten kennen und anwenden, um Missverständnisse zu vermeiden und gewaltfrei zu kommunizieren
- Notwendigkeit von Regeln für (digitale) Kommunikation erarbeiten und anwenden

## ABLAUF

### Einstieg

Als Einstieg in die Thematik eignet sich dieses Instagram-Reel von SWR3:

<https://www.instagram.com/reel/CgG6JR7rJsY/?igshid=YmMyMTA2M2Y=>

Ein Emoji (z.B. über <https://getemoji.com/>) wird eingeblendet (das gewählte Emoji sollte Interpretationsspielraum lassen).

Fragen in die Gruppe: Verwendet ihr dieses Emoji? Wenn ja, für was? Was drückt das Emoji für dich aus? Wozu dienen Emojis? Welcher Chattyp bist du (evtl. Skalierung mit Fragen wie „Ich mag gerne/keine Sprachnachrichten“ etc.). Antworten werden gesammelt, Kontexte diskutiert. Evtl. wird überlegt, welche Emojis diese Gefühlsspanne noch abbilden könnten.



### Auswertung Teil I

Anhand der Diskussionen und verschiedenen Interpretationen wird deutlich, dass jede:r Leser:in/Empfänger:in ein Emoji mitunter anders deutet, was abhängig ist von Laune, Kontext, Vorerfahrungen etc. der/des Betrachtenden. Obwohl Emojis dazu da sind, Gefühle und Aussagen in schriftlicher Kommunikation deutlicher und anschaulicher zu machen, ist oft das Gegenteil der Fall.

### Auswertung Teil II/ Transfer

Übertragen auf Kommunikation zwischen zwei oder mehreren Menschen allgemein: Was brauche ich, um besser zu erkennen, wie der andere sich fühlt/was er meint/was er dir sagen will? Woran merke ich, wie es dir geht? Was nehme ich jeweils wahr, wenn ich mit jemandem direkt rede/chatte/telefoniere? Kommunikationsdimensionen wie Mimik, Gestik, Betonung, Körperhaltung, Beziehung, Situation werden gesammelt.

### Vertiefung - Anfertigung einer Kommunikations-Matrix

Die Dimensionen werden anhand einer Kommunikationsmatrix als Kreuztabelle horizontal aufgelistet. Vertikal werden Kommunikationswege aufgelistet (Sprachnachricht, Videochat...) Nun werden die Unterschiede zwischen digitaler und nicht-digitaler Kommunikation bzw. die Unterschiede verschiedener Kommunikationsformen (face2face, Telefon, Audio, Chat, Brief) nacheinander herausgearbeitet. Wenn eine Kommunikationsform eine Dimension erfüllt (Bsp.: Beim Telefon ist die Dimension der Stimme/Intonation vorhanden, nicht aber die Mimik und Gestik), wird das Feld mit einem lachenden Emoji „abgehakt“, wenn nicht oder nur unter bestimmten Umständen, wird es mit einem nachdenklichen Emoji abgehakt.

	Mimik	Gestik	Körperhaltung	Stimme
Messenger (Text)				
Messenger (Sprachnachricht)	🤔		🤔	😄
Telefon (ohne Video)	🤔		🤔	😄
Brief				
F2F Gespräch	😄	😄	😄	😄

### Auswertung - Matrix/Fazit

Die Matrix macht den Wegfall der Dimensionen sichtbar, je „digitaler“ die Kommunikationswege werden, sichtbar. Je mehr Dimensionen in einem Kommunikationsprozess vorhanden sind, desto leichter fällt die Dechiffrierung von Emotionen/Absichten und desto eher können Missverständnisse/Konflikte vermieden werden. Die Entschlüsselung von Gefühlen/Stimmungen/Kommunikationssituationen und der Umgang damit müssen durch Feedback, nach-



fragen und Reflexion geschult werden - ebenso der Umgang mit digitaler Sprache.

### Reflexion

Wie lassen sich Missverständnisse in der Kommunikation vermeiden und Unsicherheiten bzw. uneindeutige Situation gewaltfrei klären?

- Mögliche Antworten/kommunikative Kompetenzen: Nachfragen („Ich habe verstanden, dass... ist das richtig?“); den situativen Kontext betrachten (Ist jemand nervös, gestresst, abgelenkt?); die Beziehung zueinander reflektieren (wie ist es sonst?); Gefühle äußern („Ich fühle mich gerade unwohl, weil...“); sich Face2Face unterhalten; sich auf bestimmte Emojis/Regeln im Vorfeld einigen
- Zur Veranschaulichung können einfache Gesprächssituationen beispielhaft digital sowie analog durchgespielt werden. Auf Basis der Ergebnisse können Regeln für die (digitale) Kommunikation abgeleitet werden. Diese Regeln können als Plakat aufgeschrieben werden (eine Grundlage für ein Plakat zu Chatregeln ist beispielsweise kostenfrei über [klicksafe](#) bestellbar)
- Beispiel für eine Übung zum Erkennen/Verbalisieren von Emotionen mit Hilfe der Learning-App „[Wortschatz: Gefühle](#)“

### Methodische Varianten & Add-Ons

#### Variante 1

Auf vorbereiteten Zetteln steht jeweils ein Gefühl. Jeweils eine Person kommt nach vorn und zieht sich einen Zettel. Die Person wählt aus einer Emoji-Sammlung ein seiner Meinung nach passendes Emoji aus, das das Gefühl darstellt. Das Plenum rät, welche Emotion mit dem Emoji gemeint sein könnte, die Rateversuche werden auf einem Flipchart festgehalten. Einige Durchgänge – je nach Lust und Laune – werden weitere Gefühle/Stimmungen, die gezogen werden, pantomimisch darstellt. Auch hier rät das Plenum das Gefühl. Vorstellbar ist es auch, im Plenum die Emotionen zu sammeln und nicht vorzubereiten (Zeitfaktor).

#### Variante 2

Das Spiel kann auch ein wenig umgedreht werden: Die Schüler bekommen im Plenum ein Gefühl gesagt. Zunächst malt jeder ein Emoji selbst auf einen Zettel, von dem er glaubt, dass es die Emotion am besten darstellt. Danach werden die Zettel in die Mitte des Plenums geworfen und gesichtet. Die, die sich gleichen, auf jeweils einen Stapel. Am Schluss bleiben nur die, die verschiedene Emojis darstellen. Dann wird diskutiert und sich gemeinsam auf ein Emoji geeinigt. Ggf. kann man bei allzu großer Uneinigkeit die Plätze 1-3 vergeben.

#### Variante 3

Geschichten/Sprichwörter mit Emojis schreiben oder rätseln.

Bsp.: <https://www.watson.ch/quiz/spass/877191714-zeit-fuer-denksport-welche-14-redewendungen-verbergen-sich-hinter-den-emojis>



## **Kurzreflexion: Medien- und Messengernutzung**

Eine Trennung eines Offline-Online-Lebens gibt es nicht. Medien sind Teil des Alltags- sie dienen zur Orientierung, Information und Befriedung emotionaler Grundbedürfnisse. Sie sind wichtiger Bestandteil einer modernen Sozialisation und Persönlichkeitsentwicklung.

Um alltägliches, oft unbewusstes gewordenes (digitales) Handeln zu reflektieren, ist es hilfreich, gemeinsam über die Nutzungsgründe von Medien und somit auch über die Bedeutung von Messengern zu sprechen.

Folgende Fragen eignen sich für eine Diskussions- und Reflexionsrunde:

- 1. Welche Gründe gibt es für die Mediennutzung?**
- 2. Welche Bedürfnisse bedient der Austausch via Messenger?**
- 3. Weshalb ist nicht-teilnehmen nicht möglich?**

### Gründe

- Orientierung
- Information
- Unterhaltung
- Entspannung
- Teilhabe
- Beziehungsgestaltung
- Ablenkung
- Spaß
- Gestalten
- Abendteuer...

### Bedürfnisse

- Kommunikation: Chats, Gruppenchats, Reaktionen, Emojis, Bilder/Videos teilen
- Autonomie: eigenständige Führung von Unterhaltungen, selbstbestimmte Nutzung von Messengern
- Grenztests: z.B. Inhalte verbreiten in Gruppen, bestimmte Positionen/Meinungen vertreten, Sexualität entdecken
- Peer-Group-Erlebnisse
- Gefühl der „Sicherheit“

### Nicht-teilnehmen

- kann Ausschluss aus sozialem Leben bedeuten
- erweckt aufgrund unbefriedigter Bedürfnisse Gefühl des Mangels



- ➔ permanentes Mangelgefühl kann psychische Gesundheit gefährden und Kompensationshandlungen begünstigen
- Teilnehmen ist wichtig für die (jugendliche) Persönlichkeitsentwicklung!

### Vertiefung

Vertiefend kann gesammelt werden, welche Dinge im Leben alternativ die Motive und Bedürfnisse befriedigen, die der Mediennutzung zugrunde liegen. In herausfordernden medialen Situationen ist es von großer Bedeutung, um persönliche Ressourcen zu wissen, auf die bei Stress und Unwohlsein zurückgegriffen werden können.

Eine entsprechende Methode **Ressourcenkoffer** im Anhang, S. 50.

### Übung

Medientagebücher eignen sich, über das Nutzungsverhalten zu reflektieren. Die Messengernutzung kann durch das Ausschreiben von erlebten Erfahrungen bewusster werden: Welche Kommunikation hat Spaß gemacht? Welcher Chat war stressig oder endete sogar in einem Konflikt? Was tut beim Chatten gut, was nicht? Wie oft werden Messenger wie WhatsApp am Tag genutzt? Über die Erlebnisse kann sich in der Klasse ausgetauscht werden. Gespräche fördern das Verständnis füreinander (z.B. bei der Feststellung, dass eine Nachrichtenflut im Chat bei vielen Personen Stress auslöst).

UE Medientagebuch: <https://bildungserver.berlin-brandenburg.de/sonderpaedagogik/medienbildung-im-sonderpaedagogischen-foerderschwerpunkt-geistige-entwicklung/unterrichtsbausteine-zur-medienbildung-in-den-faechern-1-1/downloads-fuer-den-unterrichtsbaustein-medientagebuch-mediennutzung-dokumentieren-und-auswerten> , LISUM Berlin



## Kurzreflexion: Sprachnachrichten



Sprachnachrichten gehören wie der geschriebene Text zur alltäglichen Chatkommunikation. Immer wieder führt die Funktion zu zwiegespaltenen Meinungen. Deshalb lohnt sich der gemeinsame Austausch und die Reflexion vor ihrem Einsatz.

Für den inhaltlichen Einstieg eignet sich dieses Video:

<https://youtube.com/shorts/veVCisV1f7o?feature=shared>

Abruf 28.08.23

Im Anschluss können folgende Fragen in der Gruppe diskutiert werden:

- 1. Welche eigenen Erfahrungen gibt es mit dem Versenden und Empfangen von Sprachnachrichten?**
- 2. Welche Vorteile bieten Sprachnachrichten?**
- 3. Welche Herausforderungen können sich beim Einsatz von Sprachnachrichten ergeben?**
- 4. In welchem Kontext und für welche Inhalte eignen sich Sprachnachrichten, für welche weniger?**

Vorteile

- Kommunikationsdimension Stimme kommt hinzu -> persönlichere Kommunikation
- inklusiv: z.B. für Menschen, die nicht schreiben und/oder lesen können (z.B. somit auch schon in der Grundschule nutzbar)
- Aufnahme von Sprachnachrichten ist leicht und effizient möglich



## Arbeitsmaterial: Gutes (Chat-) Miteinander

- Transport von Emotionen und dadurch Teilhabe an der Gedanken- und Gefühlswelt anderer
- kann für Gefühl der Verbundenheit und Nähe sorgen
- Empfänger kann entscheiden, wann und wo er die Nachricht abhört

### Herausforderungen

- Umgebung der Aufnahme und des Abhörens: nicht überall möglich z.B. aufgrund lauter Hintergrundgeräusche oder in Gesellschaft
- inhaltlicher Fokus des Senders: Fokusverlust kann zu weniger Nachvollziehbarkeit seitens des Empfängers führen
- je nach Länge der Nachricht ist eine höhere Konzentration und mehr Zeitinvest seitens des Empfängers notwendig
- Abwägung der Angemessenheit abhängig von der Beziehung zwischen Sender und Empfänger (freundschaftlich, partnerschaftlich, familiär, dienstlich)
- Sprachnachrichten in Gruppenchats
- Erwartungen des Senders der Sprachnachricht: Abwägung seitens Empfänger nötig, ob mit einer Sprachnachricht oder einem Text geantwortet wird

### Kontext und Anliegen

- *geeignet*
  - Berichte aus dem alltäglichen Leben- in freundschaftlichen, partnerschaftlichen und familiären Beziehungen
  - dienstliche/schulische Absprachen
- *weniger geeignet*
  - in Konfliktsituationen- hier können unmittelbare Antworten und Reaktionen für eine Klärung wichtig sein
  - bei dringlichen Anliegen, die eine schnelle Antwort benötigen
  - für die Mitteilung von Daten und Zahlen
  - in Gruppenchats (aufgrund des erhöhten Kommunikationstempos)

Das schafft Klarheit: dem Einsatz von Sprachnachrichten sollten alle am Chat Beteiligten als geeigneten Kommunikationsweg zugestimmt haben. Mit einem Austausch kann einem unpassenden Einsatz von Sprachnachrichten vorgebeugt werden.

Weitere Empfehlungen für den Einsatz von Sprachnachrichten werden ab S. 27 verdeutlicht.



# Regeln

## KNOWING

*„Keine menschliche Gemeinschaft kommt ohne Regeln und Grenzen aus. Entweder bestimmt jemand, was gelten soll oder es wird zusammen ausgehandelt. Aber ohne Regelungen und Gesetze, Vereinbarungen und Absprachen, Festlegungen und Grenzziehungen ist ein Zusammenleben von Menschen schlichtweg unmöglich. In irgendeiner Form sind sie immer vorhanden. Dabei ist nicht das „Ob“ die eigentlich wichtige Frage, sondern das „Wie“ “*

(Lothar Klein, Regeln Regeln wirklich was?)

[https://www.ooe-kindernet.at/Mediendateien/Der Sinn von Regeln.pdf](https://www.ooe-kindernet.at/Mediendateien/Der_Sinn_von_Regeln.pdf)



Um gut zu kommunizieren muss man vorher kommunizieren. Regeln geben Kommunikation einen Rahmen, setzen Grenzen und geben Klarheit für das Miteinander. Damit Regeln und Vereinbarungen mit der Lebensrealität vereinbar sind, sollten Sie immer wieder gemeinsam diskutiert und hinterfragt werden.

### **Regeln im digitalen Raum**

Digitale Kommunikation kann durch ihre Geschwindigkeit, die erhöhte Anonymität und fehlende Kommunikationsdimensionen (siehe Kapitel Kommunikation sowie Messengerkommunikation) herausfordernd sein. Neben der Freude an der unkomplizierten, synchronen Unterhaltung kann es zu Konfliktsituationen kommen. Im direkten, zwischenmensch-



Arbeitsmaterial: Gutes (Chat-) Miteinander

lichen Austausch etablierte Regeln wie „zuhören“, „ausreden lassen“, „respektvoller Umgang“ werden in Messengern häufig weniger gelebt. Doch gerade im digitalen Raum sind Leitplanken für ein gutes Miteinander, die Konfliktprävention und den Schutz von Heranwachsenden wichtig.

### Regeln schützen und stärken

Wo es Regeln gibt, gibt es klare Grenzen. Das Wissen um Regeln ermöglicht Heranwachsenden, sich auf diese zu beziehen und Grenzüberschreitungen schneller zu identifizieren. Phänomene wie der ungewollte Erhalt von expliziten, evtl. sogar strafbaren Inhalten, das Weitersenden persönlicher Fotos ohne Einverständnis, Messengerunterhaltungen, die Grenzen überschreiten oder sich nicht gut anfühlen (z.B. bei der Aufforderung zu sexuellen Handlungen, Anbahnung von Cybergrooming) sind im digitalen Raum keine Seltenheit. Umso relevanter ist, dass Kinder und Jugendliche zu einer bewussten und achtsamen Mediennutzung befähigt werden, um die Verletzung von Grenzen (der eigenen und derer anderer) zu erkennen und entsprechend Hilfe suchen zu können.

Sicherheitseinstellungen in Messengerapps und in den Systemeinstellungen von Smartphones ermöglichen einen Schutz auf technischer Ebene. Gesetze sichern die rechtliche Basis bei Straftaten.

Informationen zu einer sicheren und verantwortungsvollen Messengernutzung:

[https://faq.whatsapp.com/361005896189245/?helpref=tc\\_about](https://faq.whatsapp.com/361005896189245/?helpref=tc_about)

Ein Plakat für Warnsignale für sexualisierte Gewalt im Chat finden Sie im Anhang auf S. 51.

Für den Schutz auf menschlicher Ebene braucht es Reflexions- und Gesprächsräume. Das gemeinsame Erarbeiten von Regeln und die Thematisierung von Grenzüberschreitung schafft Vertrauen sowie das Bewusstsein für Hilfesysteme.





*Du entscheidest, weil du es weißt!*

Stärkung der Lernenden: Selbstverantwortung

Was es dazu braucht: Wissen um Hilfsangebote

*Hol dir Hilfe!*

Haltung: Hilfe holen ist Stärke, nicht Schwäche

Was es dazu braucht: Fehlerfreundliche Kultur, Wissen um Hilfe und Information, Raum sich zu öffnen

*Sei nett zu deinen Nachbarn*

Haltung: Freundlich bleiben zu allen, eigene Grenzen einhalten, anderen helfen

Was es dazu braucht: Formulierungshilfen für Grenzen, spüren von Grenzen, Wissen um Kommunikationsdynamiken, Deeskalationswerkzeuge, (digitale) Zivilcourage

*Schütze dich selbst!*

Stärkung der Lernenden: Selbstwirksamkeit

Was es dazu braucht: Wissen um Einstellungen in den Apps, Wissen um rechtliche Grundlagen, Grenzen setzen

**Chatregeln**

Das gemeinsame entwickeln von Regeln und Richtlinien schafft Konsens. Darüber zu sprechen, welche Faktoren und Verhaltensweisen in einer Chatkonversation Stress oder Druck in Gruppenmitgliedern auslösen und sich damit auseinanderzusetzen, was an einer Unterhaltung Spaß macht und was weniger, kann eine Gruppe verbinden und die Empathiefähigkeit aller Mitglieder fördern.

Was können Chatregeln regeln?

- Zweck des Chats
- Abgleich Ziel bzw. der Erwartungen an die Unterhaltung
- Inhalte
- Einsatz bestimmter Funktionen (z.B. Sprachnachrichten)
- Umgangsform
- Schreibstil
- Kommunikationstempo
- Umgang mit diskriminierenden/ beleidigenden Nachrichten und unangemessenen Inhalten
- Konsequenzen und Hilfe bei Regelmissachtung



Chatregeln gemeinsam entwickeln! Klicksafe bietet eine ganze Unterrichtseinheit zur Entwicklung für Regeln im Klassenchat inkl. einem Plakat für die Klasse:

<https://www.klicksafe.de/materialien/unsere-regeln-fuer-den-klassenchat-unterrichtseinheit>

Vertiefend können die Methoden **Take a picture** (S. 30) sowie **Chatregelranking** (S. 31) durchgeführt werden.

Ein Beispiel für 10 Chatregeln

<https://www.handysektor.de/artikel/10-goldene-regeln-fuer-den-gruppenchat-in-whatsapp>

Die Digitalen Helden haben einen kostenfreien Kurs mit dem Schwerpunkt Klassenchat entwickelt. Der Kurs ist als Doppelstunde oder Projekttag in der Schule umsetzbar:

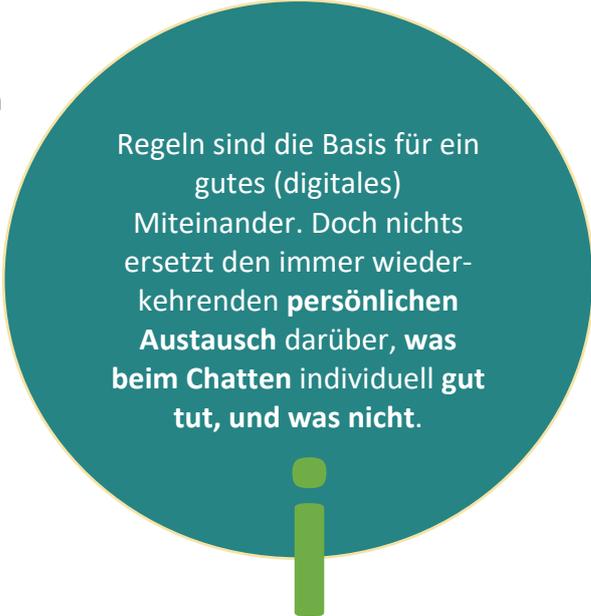
<https://akademie.digitalerhelden.de/online-kurse/klassenchat-ankuendung/>

### Regeln für Sprachnachrichten

Sprachnachrichten können in Chats unterschiedlich zum Einsatz kommen und vom Empfänger aufgefasst werden (siehe Kapitel Messengerkommunikation). Auch darüber bietet sich ein Austausch über Zweck und Gestaltung der Nachrichten an.

Was können Regeln für Sprachnachrichten regeln?

- Länge
- Aufnahmequalität
- Inhalt
- Sprachstil
- Einigung über Antwortmöglichkeiten (ist auch eine Textantwort ok?)
- Abgleich, ob der Einsatz für alle Beteiligten angenehm ist



Regeln sind die Basis für ein gutes (digitales) Miteinander. Doch nichts ersetzt den immer wiederkehrenden **persönlichen Austausch** darüber, **was beim Chatten individuell gut tut, und was nicht.**

Der Sender hat die Möglichkeit, sich nach der Aufnahme einer Sprachnachricht zu vergewissern, dass die Nachricht das vermittelt, was beabsichtigt war, indem die Sprachnachricht vor dem Versenden nochmals angehört wird.

<https://www.handysektor.de/artikel/whatsapp-tipp-sprachnachrichten-vor-dem-versenden-anhoeren>



Whats App veröffentlichte eine **Sprachnachrichten-Knigge** mit Empfehlungen:  
<https://onlinemarketing.de/technologie/whatsapp-knigge-leitfaden-optimale-sprachnachrichten>

Diese eignet sich für eine Analyse und anschließende Diskussion in der Klasse:

- Wie stehen die SuS dazu, dass der Gefallen einer Sprachnachricht mit einer selbigen erwidert werden sollte?
- Ist Schnelligkeit wirklich alles?
- Was wäre ihnen zusätzlich wichtig?



### TIPPS

- die Sprachnachricht mit einem kurzen Text versehen (z.B. #meintag, #eiltnicht#, #wichtig). So ist für alle am Chat Beteiligten schnell erkennbar, worum es inhaltlich geht und wie dringlich die gesprochene Nachricht abzuhören ist.
- einzelne, kürzere Sprachnachrichten für mehrere Themen erleichtern dem Empfänger das gezielte Antworten auf Nachrichten.
- das Anliegen ist dringend? Hier eignet sich ein Telefonat oder das persönliche Gespräch.

### Regeln für das Individuum

Chatregeln regeln die digitale Unterhaltung. Genauso relevant ist, dass jedes Individuum für sich Regeln findet, die die Nutzung von Messengern und anderen sozialen Medien positiv gestalten. Viele Nachrichten, ständige Erreichbarkeit, viel Zeit am Smartphone, unangemessene Inhalte, die Angst etwas zu verpassen (auch fomo genannt = fear of missing out) oder schlimmstenfalls Konflikte können zu digitalem Stress führen, der in alle Lebensbereiche ausstrahlt.

Um zu spüren, dass eine stressige oder angespannte Situation vorliegt, ist es wiederum nötig, eigene Gefühle und Körpersignale deuten zu können. Die stetige Thematisierung und damit Normalisierung der menschlichen Gefühlswelt kann Kindern und Jugendlichen dabei helfen, Warnsignale von Kopf und Körper wahrzunehmen und entsprechend für sich zu sorgen.



Für die Prävention von (digitalem) Stress aber auch die sofortige Stärkung des Wohlbefindens in akuten herausfordernden Situationen eignet sich die Auseinandersetzung mit den eigenen Ressourcen, die gut tun und Spaß machen. Hierfür eignet sich der **Ressourcenkoffer**, im Anhang auf S. 50.



Meist hilft, den Raum zwischen empfangener Nachricht und der Antwort zu vergrößern. Menschen reagieren auf Medieninhalte mit einer unmittelbaren Emotion, der ein Bedürfnis folgt, z.B. die eigene Meinung zu vertreten (Reiz-Reaktion). Vergrößert sich die Reaktionszeit, kann reflektiertes, weniger emotionsgesteuertes Handeln stattfinden.

Die meisten Messenger bieten die Möglichkeit, die Benachrichtigungseinstellungen so zu konfigurieren, dass nicht jede (Gruppen-)Nachricht auf dem Smartphone-Display erscheint. Auch die Push-Benachrichtigungen lassen sich in den Systemeinstellungen des Smartphones individuell anpassen. Um dem direkten Download von ungewollten Inhalten vorzubeugen lässt sich einstellen, dass Bilder und Videos aus Chats nicht automatisiert auf dem Smartphone gespeichert werden. Tricks wie diese können das digitale Wohlbefinden stärken.

Gute Informationen und Methoden für den Unterricht zum Thema Digital Wellbeing bietet die **Digital Detox Box** von Klicksafe: <https://www.klicksafe.de/materialien/digital-detox-box>



## DOING

### Take a picture!

#### Intention

- Sensibilisierung für Notwendigkeit von Regeln
- Haltung zu Regeln entwickeln
- Förderung von Empathie und Verständnis anderer
- Ausdrücken und Wahrnehmen von Emotionen
- spielerischer Austausch mit der Gruppe
- medienpraktische Umsetzung

#### Material

- Smartphones, Tablets und/oder Kameras

#### ABLAUF

##### *Schritt 1*

Es sollen Regeln recherchiert und gesammelt werden, die einen sicheren und freundlichen Chat unterstützen.

##### *Schritt 2*

In Kleingruppen werden Fotos von den drei in der Gruppe am wichtigsten erachteten Regeln angefertigt. Ein Foto zeigt mithilfe von Mimik und Gestik wie es aussieht, wenn die Regel eingehalten wird, eines wie es aussieht, wenn sie missachtet wird.

##### *Schritt 3*

Im Plenum werden die Regeln dann erraten und wie im Casting von 1 (= sehr treffend) bis 3 (= es gibt Ausbaupotenzial in der Gestaltung um das Verständnis der Regel sofort zu verstehen) bewertet. Die Zahlen werden addiert am Ende der Runde. Jene Gruppe mit den wenigsten Punkten und damit besten Bewertungen bekommt den Sieg.



## Chatregelranking

### Intention

- Recherche und Formulierung von Regeln für eine sichere und soziale Kommunikation
- Förderung der Kreativität
- Internalisierung und Sinnverstehen der Regeln
- Gemeinsamen Konsens in der Gruppe finden
- Eigene Meinung sozial verträglich vertreten lernen

### Material

- Tablet, Smartphone und/oder PC zum Recherchieren
- Moderationskarten
- Stifte

### ABLAUF

Chatten ist unkompliziert und birgt viele Möglichkeiten, diverse Inhalte hin- und herzuschicken. Meist wird direkt bzw. sehr zeitnah miteinander kommuniziert und dokumentiert. Die Weitergabe sensibler Daten kann einen Prozess in Gang setzen, der Gefahren mit sich bringt. Ein paar gemeinsame Regeln könnten das Miteinander im Chat sozialer und gefahrenärmer machen.

Die SuS bekommen die Aufgabe, Chatregeln zu recherchieren oder, interessanter, sich selbst mindestens fünf auszudenken.

Auf Moderationskarten notiert, sollen diese Regeln in einer Kleingruppe in eine Rankingreihenfolge von ‚finde ich besonders wichtig‘ bis ‚finde ich unwichtig‘ gebracht werden. In der Gruppe sollen sich möglichst alle einig über die jeweilige Bewertung der Regel werden, denn es dürfen keine Karten auf einer Stufe liegen.

### Reflexion

Im Anschluss stellen die Gruppen ihre Reihenfolge vor und begründen ihre Entscheidungen. Sollten die Diskussionen sehr lebhaft geführt worden sein, können sie als Grundlage einer grundsätzlichen Kommunikationsreflexion dienen.

In dieser Methode gibt es kein richtig oder falsch. Ziel ist die Auseinandersetzung der Scouts in der Diskussion und damit die grundsätzliche Bedeutung solcher Regeln zu erkennen.



## Was tun, wenn's brennt? - Risiken

*„Soziale Verunsicherungen, Missverständnisse, Anlässe für Unachtsamkeiten und Herabsetzungen sind vielfältig. Sie werden versehentlich und absichtlich herbeigeführt, gehen auf individuelle Eigenheiten von Schülern, Lehrern, auf problematische Konstellationen von Tätern und Opfern, auf klimatische Gegebenheiten an der Schule und anderes mehr zurück.“ (BzgA, k.A.)*

### KNOWING

Selbst wenn Regeln existieren, selbst wenn sie zu größten Teilen gelebt werden, kann es zu Schwierigkeiten kommen. Wenn es „brennt“, wenn es eine Krise gibt, dann holen Sie Hilfe. Jeder Konflikt schürt Ängste bei den Beteiligten und führt zu sehr unterschiedlichen Arten diese zu zeigen oder zu verarbeiten.

Folgende Möglichkeiten bieten sich an

- Krisenteam
- Schulsozialarbeit der Schule
- das regionale schulpsychologische Beratungszentrum (<https://schulpsychologie.bildung-rp.de/> Abruf 22.8.23)
- die Polizei (<https://www.polizei.rlp.de/> Abruf 22.8.23)

*„In bedeutsamen Fällen ist es empfehlenswert, in besonders schwerwiegenden sogar zwingend rechtlich vorgeschrieben, mit der zuständigen Referentin bzw. dem zuständigen Referenten der ADD Kontakt aufzunehmen und sie über das Ereignis zu informieren.“*  
(<https://schulpsychologie.bildung-rp.de/krisenmanagement.html> Abruf 22.8.23)

In Chats, allen voran Gruppenchats, entsteht ein rasantes Tempo. Die Eigendynamik einer solchen Kommunikationsform birgt ein hohes Potential an Dysbalancen, gespeist z. B. aus emotionalen Schnellschussreaktionen, Befindlichkeiten, individuellen Bedürfnissen, die in der Gruppe aufeinanderprallen oder schlicht ungewollten Missverständnissen. Dies zu unterbinden resp. so gering wie möglich zu halten, galt es in den vorherigen Kapiteln vorzubereiten.

Darüber hinaus wird in Chats Content (Inhalt) geteilt, der urheberrechtlich und/oder sogar strafrechtlich relevant ist und dringend bearbeitet werden muss.



Dokumentation von Kindesmissbrauch sofort melden! Informationen finden Sie gebündelt hier: <https://www.soundswrong.de> (Abruf 24.8.23) Bei Gefahr für Leib und Leben wie z. B. Morddrohungen, Polizei benachrichtigen!



### *Wie gute Lösungen entstehen können*

Von besonderer Bedeutung ist die eigene, offene **Haltung** bzgl. der aufeinanderprallenden, verschiedenen **Werte** in der Konfliktbearbeitung. Insbesondere moderierende Personen brauchen hier eine allparteiliche Haltung, die Diskrepanzen ertragen kann. Somit ist eine Konfliktbearbeitung auf Augenhöhe möglich(er). Die daraus resultierende Lösung nachhaltiger, weil sie von allen mitgetragen und verstanden wird.

Eine **Lösung** kann nur dann gefunden werden, wenn beide Parteien diese möchten und sich gegenseitigen Respekt wie auch Akzeptanz einräumen. Für eine gelungene Auseinandersetzung braucht es die Bereitschaft für Kompromisse, ein klärendes Gespräch und die Offenheit eine Perspektive akzeptieren zu können, die nicht der eigenen entspricht.

**Voraussetzung** einer gemeinsamen Kommunikation ist zudem eine **vertrauensvolle Atmosphäre**, in der eine **emotionale Öffnung** keine negativen Folgen für die beteiligten Personen haben wird. Kontinuierlich an einer solchen Atmosphäre in der Schule und dementsprechend in der Klassengemeinschaft zu arbeiten, internalisiert soziales Verhalten und fördert Empathie. Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung hat hierfür schöne Handreichungen mit dem Titel „Achtsamkeit und Anerkennung“ erarbeitet. Diese sind sowohl für Primarstufe, wie auch für Klasse 5-9 entworfen (s. Quellen).



**TIPP** Neben der Krisenhandreichung (<https://schulpsychologie.bildung-rp.de/krisenmanagement/handreicherung.html> Abruf 22.8.23) und den darin enthaltenen Dokumenten für Notfallkontakte und Vorgehen, ist es ratsam an der Schule selbst einen gemeinsamen Vorgehensplan zu entwickeln, hinter



Arbeitsmaterial: Gutes (Chat-) Miteinander

dem die komplette Schulgemeinschaft stehen kann. Insbesondere dann, wenn flächendeckend Tools wie z. B. der Schulchat eingesetzt werden. Entwickeln Sie gemeinsam an Schule mit allen an Schule beteiligten Personen gemeinsame Regeln und Maßnahmen der Sanktion wie auch Wiedergutmachung.

### *Störquellen der Decodierung*

Im einfachsten Kommunikationsmodell vermittelt der Sender dem Empfänger eine Nachricht. Neben einer sprachlich denkbaren Barriere (andere Sprache als die eigene, Dialekt), gibt es viele weitere Störfaktoren, die zu dysfunktionaler Kommunikation führen können und durch die im Kapitel „Kommunikation“ beschriebenen Formen und Dimensionen beeinflusst werden.

Sprachliche Dysbalancen in Form z. B. von Missverständnissen, Konflikten bis hin zu Cybermobbing und Hate Speech sind um einiges komplexer und erfordern daher Interventionswerkzeuge wie auch -kompetenzen, die diesen Rahmen sprengen würden. Sämtliche bis hierher angebotenen Informationen und Anregungen gehören zum Portfolio möglicher Präventionsmaßnahmen, die sogar in der Nachsorge genutzt werden können. Die enge Verzahnung von Fürsorge und Nachsorge *vor* und *nach* einer Krise zeigt die enorme Bedeutung dieser Phasen, die immer einer pädagogischen Bearbeitung bedürfen.



Quelle: <https://www.aktion-tu-was.de/zivilcourage-regeln/> Abruf 24.8.23, Postkarte aus Fundus



## DOING

### Konflikte bearbeiten

#### Intention

- Handlungsspielraum erweitern
- Werkzeuge der Konfliktbearbeitung kennenlernen und üben
- Technische Möglichkeiten kennenlernen

#### Materialien

- Präsentationsmaterial analog (Stifte, Klebezettel oder Moderationskarten, (Pinn-/Magnet) Wände und/oder digital (Rechner oder Tablets mit Präsentationssoftware)
- Allgemeiner Zugang zur Fallbeschreibung

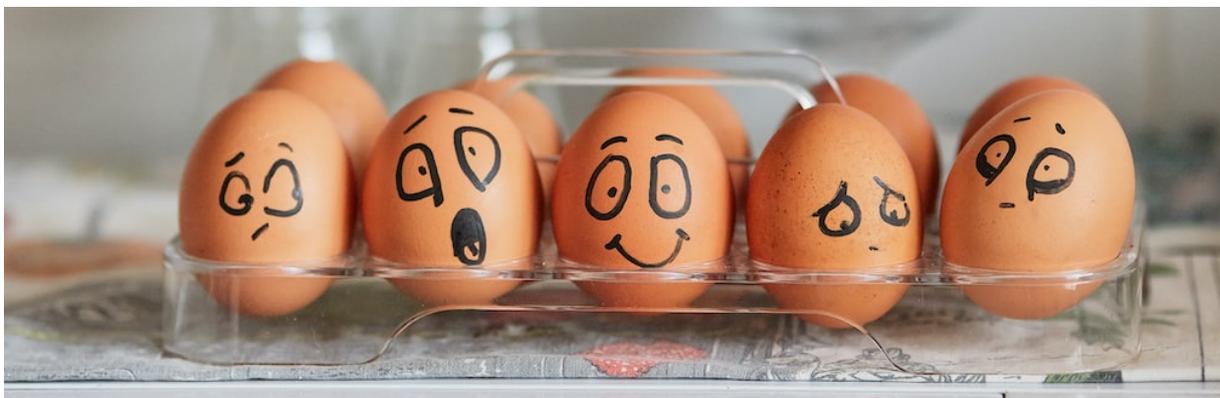
## ABLAUF

### Information/Einleitung

Gesammelt werden jene Apps, die die Gruppe am meisten nutzt, um vor allem am Schluss die systemimmanenten Möglichkeiten en Detail zu finden.

Im ersten Schritt werden je App die Spaß- wie auch Stressfaktoren gesammelt und thematisiert. Hier wird schnell klar, dass es sehr unterschiedliche Grenzen gibt, die jede Person für sich definiert. Ein Hinweis auf die gemeinsamen Absprachen zur Nutzung des Schulchats wäre an der Stelle günstig.

In Einzelarbeit erinnert sich jedes Gruppenmitglied an negative Gefühle ausgelöst durch Kommentare/Nachrichten anderer. Im Anschluss werden die verschiedenen Gefühle an der Tafel gesammelt, die durch diese Erlebnisse ausgelöst wurden, um die Gruppe emotional auf den Fall vorzubereiten.





### **Analyse/Erarbeitung**

Der Fall: Auf der Klassenfahrt macht Leon ein Foto von Kim wie sie schläft. Im Anschluss sieht man dieses Foto in seinem Video über die Klassenfahrt. Kim ist das peinlich und wird wütend. Sie kommentiert wütend unter das Video. Es entfacht sich eine temporeiche Dynamik mit sehr unterschiedlichen Ansichten und sehr vielen Emotionen.

Im anschließenden Arbeitsauftrag folgen die Kleingruppen der Frage, wie die Kommunikationsdynamik hätte aussehen können. Sie entwerfen mögliche Kommentare/Nachrichten und entwickeln zwischenmenschliche wie auch technische Lösungen, die die Dynamik unterbrechen könnten. Das Festhalten der fiktiven Dialoge kann via Klebezettel oder Moderationskarten analog oder auch digital mithilfe einer Präsentationssoftware gestaltet sein.

Im Plenum werden die Ergebnisse vorgestellt und diskutiert.

Mögliche Fragen:

- Wie wird die angebotene Möglichkeit empfunden? Hat jemand Ergänzungen?
- Hat jemand diese Möglichkeit schon angewendet? Welche Erfahrungen liegen vor? Gibt es etwas, was du anders machen würdest? Was? Warum?

### **Reflexion**

Die Ergebnisse werden für alle zugänglich festgehalten. Dies kann sowohl digital z. B. auf einer Pinnwand (Schulcampus > Curriculum > Pinnwand) oder in einem Etherpad (<https://etherpad.bildung-rp.de/>) sein, wie auch in anderer für die Gruppe stimmige Form gebracht werden. Auch möglich wäre ein individuelles Lerntagebuch oder Journal der Lernenden. Ebenfalls möglich wäre die gemeinsame Bearbeitung im Rahmen eines



Arbeitsmaterial: Gutes (Chat-) Miteinander

Moodlekurses als Buch, Wiki oder im Etherpad mit begleitendem Forum zur gegenseitigen Inspiration. In Open Office „Dokument“ kann ein gemeinsames Dokument oder ein Foliensatz mit „Präsentation“ gefertigt werden, um ihn im Rahmen der Einführung neuer Personen an der Schule wie auch Tag der offenen Tür, Einführung der 5er etc. genutzt ggf. sogar ausgedruckt werden.

Enthalten in der Ergebnissammlung sollte sein

- das Phänomen, der Ausgangssatz, die Ausgangssituation
- die erarbeiteten Möglichkeiten
- die Bedenken, Erweiterungen, Ideen darüber hinaus

### Lösungsideen (allg.)

*Technisch* ist es möglich Gesprächspartner zu blockieren, zu löschen oder zu melden.

Welches Angebot was ermöglicht, hat das Portal Jugend-Support (<https://jugend.support/>) aufgeführt.

*Menschlich* ist das Gespräch zu suchen, sofern die Person bekannt und greifbar in der Nähe ist. Ggf. ist auch ein Videocall möglich. Ziel ist, den Konflikt aus dem digitalen Raum zu entfernen, um eine besser gelingende Kommunikation über den Missstand zu ermöglichen. Im f-2-f Gespräch können alle Formen und Dimensionen einbezogen werden, sodass eine möglichst genaue und friedliche Klärung möglich ist.



## VORBEREITUNG KONFLIKTGESPRÄCH

 <p><b>Standortbestimmung</b> Wo ist das Problem? Wer hat es? Um welche Art von Konflikt handelt es sich? Warum muss es sich lösen, was blockiert der Konflikt?</p>	 <p><b>Regeln</b> Alle Beteiligten einigen sich auf gemeinsame Regeln des Gesprächs: Zuhören, ausreden lassen, jede Person bekommt die Möglichkeit den eigenen Standpunkt und die damit verbundenen Gefühle, ggf. Ängste, ohne Unterbrechung oder Bewertung vortragen zu dürfen.</p>
 <p><b>Zeitpunkt</b> Konflikte sollten zeitnah besprochen werden, trotzdem ein Lösungsgespräch genug zeitliche Distanz zum Konflikt haben. In der digitalen Kommunikation gilt: Das Thema stoppen und einen Termin für ein f-2-f Gespräch ansetzen.</p>	 <p><b>Setting</b> Einen großzügigen Zeitraum wählen. Einen Ort, der neutral ist, sowie eine Atmosphäre bietet, in der ein vertrauliches Gespräch möglich ist. Eine Methode, die der Moderation liegt und zielführend ist. Impuls wäre das KULT-Modell.</p>
 <p><b>Zielklärung</b> Was soll durch das Gespräch erreicht werden? Für wen, soll was sich wie ändern?</p>	





## Wollen wir ein Foto/Video machen?

### Intention

- Sensibilisierung bzgl. der Weitergabe von Fotos
- Information „Recht am eigenen Bild“
- Verantwortungsbewusstsein schaffen

### ABLAUF

Entnommen aus: Stress auf WhatsApp – Wie könnte die jeweilige Rolle handeln?, 25 ff (WIJHW, Hg, 2014)

#### Stress auf WhatsApp - Wie könnte die jeweilige Rolle handeln?

Gruppenarbeit mit anschließender Gesprächsrunde.

##### Ziele

- \* Handlungsmöglichkeiten bei Stress im Netz reflektieren.
- \* Unsicherheit im Umgang mit Stress im Netz begegnen.
- \* Souveränes Konflikthandeln erwerben.

##### Fallerzählungen

##### Aus der Betroffenenperspektive

Noah (13) hat seit drei Wochen Stress in seiner Klasse. Alles fing mit einem Fußballturnier der Schule an. Noah war Torwart und an diesem Tag nicht in seiner Bestform. Im entscheidenden Moment ließ er den gegnerischen Ball ins Tor. Sein Klassenkamerad Torben verfolgt das Spiel mit seiner Kamera mit und macht dabei einen Schnappschuss. Auf WhatsApp entdeckt Noah das Foto, welches ihn bei seiner Torniederlage zeigt, in seiner Klassengruppe. Darauf sieht man, wie er sich genau in die falsche Richtung vom Tor wirft und der Ball auf der anderen Seite problemlos ins Tor rollt. Seine MitschülerInnen haben das Bild bereits kommentiert. Noah ist dieses Bild extrem peinlich. Er schreibt, dass die anderen sich mal abregen sollen, schließlich sei das Bild jetzt auch nicht so witzig. In der Gruppe reagiert man darauf mit den Worten, dass er „nicht so rumheulen“ solle und ob er „denn nicht verlieren“ könne. Seit diesem Vorfall reiten die Klassenkameraden ständig darauf rum und machen gemeine Anspielungen.

##### Material

>> Fallerzählungen; jede Gruppe widmet sich einer Rolle (Kopiervorlagen s. Anhang).

##### Ablauf

Die Jugendlichen werden in Gruppen aufgeteilt und erhalten eine Rolle. Für ihre jeweilige Zuordnung soll sich die Gruppe positive Handlungsmöglichkeiten ausdenken (Wie kann die jeweilige Person handeln?). Nach der Arbeitsphase werden die Rollen vorgelesen und die Ergebnisse gemeinsam vorgetragen und in der Gruppe diskutiert.

**Tipp:** Es wäre auch denkbar, die Überlegungen zur jeweiligen Position kreativ vortragen zu lassen, bspw. anhand eines Rollenspiels.

##### Reflexionsfrage

>> Wie kann die jeweilige Rolle handeln?

##### Aus der Perspektive des Initiators

Torben (13) hat vor drei Wochen das Fußballturnier seiner Klasse mit der Fotokamera verfolgt. Als Noah, der Torwart, einen dummen Fehler macht, indem er den Ball der gegnerischen Mannschaft ins Tor lässt, drückt Torben auf den Auslöser. Weil das Foto extrem witzig aussieht, stellt er das Bild in seine Klassengruppe auf WhatsApp. Die Klassenkameraden reagieren mit lustigen Kommentaren, wie z.B. „;)“, „;-b“, „voll



der Fail“, „Wusste nicht, dass Noah `ne Brille braucht“, „Ei´ Opfer“. Torben freut sich, dass er so viele Kommentare für sein gepostetes Bild bekommt. Noah beschwert sich, dass das Bild „jetzt auch nicht so witzig sei“. Warum Noah sich so aufregt, versteht Torben überhaupt nicht, schließlich geht endlich mal was Lustiges in der Gruppe ab. Doch nach ein paar Wochen merkt er, dass Noah die ganze Geschichte ganz schön nah geht. Torben findet die Situation mittlerweile auch unangenehm und denkt darüber nach, wie er das Ganze wieder gut machen kann.

**Aus BeobachterInnenperspektive**

Endlich geht mal was ab in der Klassengruppe auf WhatsApp: Torben, ein Mitschüler hat ein witziges Bild vom Fußballturnier seiner Klasse auf WhatsApp gestellt. Es zeigt den Torwart Noah, der sich genau in die falsche Richtung vom Tor wirft, wodurch der Ball der gegnerischen Mannschaft auf der anderen Seite problemlos ins Tor rollt. Es folgen etliche Kommentare auf WhatsApp, wie z.B. „:)\", „:-b“, „voll der Fail“, „Wusste nicht, dass Noah `ne Brille braucht“, „Ei´ Opfer“, woraufhin Noah sich beschwert, dass das Bild „jetzt auch nicht so witzig sei“. Immer wieder kommt es auch vor, dass irgendjemand aus der Klasse Noah während des Unterrichts fies angeht. Eigentlich finden viele aus der Klasse, dass es jetzt auch mal genug sei. Doch die meisten schweigen und schauen weiter zu.

**Handlungsalternativen, die in die Reflexion eingebracht werden können**

**Initiator (Torben)**

- \* Öffentlich auf WhatsApp entschuldigen.
- \* Für die Zukunft: Personen, die auf eigenen Bildern abgebildet sind, vor einer Veröffentlichungum Erlaubnis fragen.

**Betroffener (Noah)**

- \* Gespräch mit dem Initiator (Torben) suchen und ihm erklären, dass das nicht in Ordnung ist.
- \* Erklären, wie er sich fühlt.
- \* Sich Unterstützung bei Freunden suchen.
- \* Mit Vertrauenspersonen darüber sprechen.

**Beobachtende**

- \* Bilder in denen jemand lächerlich gemacht wird, nicht kommentieren und sich somit nicht an der Dynamik beteiligen.
- \* Auf Betroffenen zugehen und Unterstützung zeigen.

Im Anschluss der offenen Fragen der Fallbesprechung wird die Gruppe in drei Kleingruppen aufgeteilt. Jede Gruppe bekommt die Aufgabe den Fall aus der ihr zur Verfügung gestellten Perspektive zu übernehmen (Anhang Seite X)





**Reflexion** Im Anschluss Infografik (Foto im Anhang) gemeinsam durchgehen.

Fragen und Aufgaben dazu könnten sein:

- Welche Fragen gibt es zu den einzelnen Teilbereichen?
- Welche Beispiele gibt es? Wann z. B. ist ein Foto schön? Woher weiß ich, ob jemand einverstanden ist - reicht es, wenn diese Person vor der Kamera steht?

### **Wichtige Informationen in diesem Zusammenhang**

#recht - Jede Person hat das Recht auf ihr eigenes Bild. Es braucht ein Einverständnis der Abbildung und Absprachen der Verbreitung: § 23 KunstUrhG

Weitere hilfreiche Informationen zu den Themen Recht und Schule finden Sie auf den Seiten von Schule.Medien.Recht.: <https://schulemedienrecht.bildung-rp.de/>



**Sonderfall:** Dokumentation sexuellen Missbrauchs wird in den Chat geschickt.

- Nicht teilen!
- Polizei melden!
- Menschen aufklären!

Weitere Informationen finden sich hier: Sounds wrong:

<https://www.soundswrong.de/aufklaerung/#fachleute> Abruf 24.8.23

#anzeige – Anzeige zu erstatten gilt es ohne Einschränkung bei Situationen, in denen es um Leib und Leben geht. Sind Sie sich nicht sicher, kontaktieren Sie ihre Polizeidienststelle. Möchten Sie dies ohne direkte Strafanzeige tun, äußern Sie dies offen und sprechen Sie anonym mit der Polizei. Die Onlinewache RLP nimmt Anzeigen entgegen und gibt Informationen und Beratung (<https://www.polizei.rlp.de/onlinewache> Abruf 24.8.23).



## Füße oder Bikini? – Weitergabe von Fotos

### Intention

- Sensibilisierung bzgl. der Weitergabe von Fotos
- Reflexionsangebot
- Information „Recht am eigenen Bild“
- Verantwortungsbewusstsein schaffen

### Materialien

- Präsentationstechnik für die Präsentation der Fotos

### Vorgehen

#### Information/Einleitung

Die Verbreitung von im Vertrauen gesendeten z. T. sehr intimen Foto (Sexting) führt zu großen Krisen. Derlei Missbrauch kann immense Folgen haben.

Der vorliegende, fiktive Fall setzt hier an und bietet einen Reflexionsraum.

Auf Basis des Materials aus: MKFS (2014): Sehbogen Mighty Mole. Unterrichtsmaterialien und Arbeitsblätter zum Film „Mighty Mole“, 28. [https://mkfs.de/wp-content/uploads/2021/04/Sehbogen\\_Mighty\\_Mole.pdf](https://mkfs.de/wp-content/uploads/2021/04/Sehbogen_Mighty_Mole.pdf) Abruf: 22.8.23

#### Analyse/Erarbeitung

**Fall:** Tim und Julia sind in den Urlaub gefahren. Hier macht Tim Fotos von ihr im Bikini. Er ist unheimlich stolz mit ihr zusammen zu sein. Es ist ihr erster gemeinsamer Urlaub. Per WhatsApp verschickt Tim Urlaubsgrüße. Er nutzt dafür dieses Hammerbild von Julia (im Fall würde Tim das ohne die Anonymisierung tun) und schickt es an seine Freunde. Tims bester Freund denkt sich: Die anderen Jungs aus der Fußballmannschaft freuen sich bestimmt auch über Tims Urlaubsgrüße...(Foto im Anhang)





Arbeitsmaterial: Gutes (Chat-) Miteinander

Zum Beispiel im gemeinsamen Gespräch werden folgende Fragen reflektiert:

- Stell dir vor, du bist Julia. Was geht dir durch den Kopf bei dem Gedanken, alle aus der Fußballmannschaft haben dieses Bild?
- Hast du dieses Bild Tim als Urlaubsfoto für alle freigegeben? Warum? Warum nicht? Begründe deine Antworten und tausche dich mit jemandem aus.

Erweiterung des Falls: Tim entscheidet sich kurz vor Senden des Fotos doch dagegen und wählt dieses: (Foto im Anhang)



Nun bilden sich Murmelgruppen mit folgendem Auftrag:

Was siehst du auf den beiden Bildern? Schreibt zu jedem Foto alles auf, was ihr seht. Sucht euch eine weitere Gruppe und tauscht euch aus und bearbeitet folgende weitere Frage: Was beabsichtigte Tim, als er das linke Foto verschickte, was, als er das rechte Foto verschickte? Welche Motive findet ihr? Welche Wirkung haben die jeweiligen Fotos auf dich? Was denkst du? Verändert sich der Text durch das jeweilige Foto?

### Reflexion

Im Plenum wird gemeinsam überlegt welche Tipps helfen können, um Fotos zu verschicken, mit denen alle einverstanden sind und die dennoch die Aussage, die getroffen werden will, treffen.

In einer Infografik, einer Präsentation oder einer Bulletliste kann dies individuell oder auch in Kleingruppen festgehalten werden. Ist hierfür keine Zeit, kann die Infografik als Zusammenfassung dienen:



## Eingreifen – aber wie? – Entwicklung von Handlungsstrategien

### Intention

- Einfühlungsvermögen fördern
- Gemeinschaft stärken
- anonymer Rat aus der Gruppe
- Thematisierung von Sorgen/Wut/Ängsten (Umgang mit negativen Emotionen)
- Grundlagen sicherheitsrelevanter Einstellungen in beliebten Apps

### Material

- Papier, Stifte
- Geräte inkl. Internetzugang, eigene Smartphones

### Vorgehen

#### Information/Einleitung

Das Netz hat viele Vorteile. Neben Spaß, Information und Schönerem, wird dort vermehrt Content geteilt, der negative Gefühle hervorruft. Ob selbst betroffen oder beobachtet, fehlen oft die Werkzeuge des Eingreifens, Ideen, wie diese Situation ein Ende haben könnte ohne einfach zu scrollen oder zu ignorieren.

#### Analyse/Erarbeitung

Der Arbeitsauftrag für die Gruppenmitglieder besteht nun darin Situationen, Kommentare, Nachrichten aufzuschreiben, die negative Gefühle hervorgerufen haben und nicht recht wissen wie sie damit umgehen sollen oder gern weitere Handlungsalternativen hätten. Anschließend kommen alle im Sitzkreis zusammen und werfen diese Zettel zusammengeknüllt in die Mitte. Nun nimmt sich die erste Person einen Zettel, liest vor was sie findet. Dies kann anonym stattfinden oder die betroffene Person beantwortet Verständnisfragen. Gemeinsam wird überlegt, was die betroffene Person tun kann, um die Situation für sie gut aufzulösen. Sollte im Vorfeld klar sein, von wem der Zettel ist, dann kann diese Person gefragt werden, ob sie nun genug Ideen und Alternativen hat oder vielleicht noch Fragen dazu sind. Die Lösungen werden auf der Rückseite notiert. Nun ist ein weiterer Fall Thema.

Dies kann sowohl solange gemacht werden, bis alle Zettel bearbeitet sind oder sukzessive abgearbeitet werden.

**Hinweis:** Diese Methode setzt voraus, dass die Gruppe vertrauensvoll miteinander umgeht. Achtsame und wertschätzende Kommunikation ohne Schuldzuweisungen ist hier von besonderer Bedeutung, da es um persönliche, reale Fälle geht. Alternativ können Sie sich Beispielfälle aus eigener Erfahrung oder Fantasie vorbereiten. Sollte dann die Gruppe Interesse an individueller Fallberatung haben, kann darauf umgeschwenkt werden.



**TIPP** Beschäftigen Sie sich im Vorfeld mit Ihrer eigenen Kommunikationskompetenz. Die Regeln der Gesprächsführung wie aktives Zuhören, zusammenfassen oder spiegeln, können hier helfen. Auch die Klärung der eigenen Haltung zu eskalierenden Themen ist notwendig immer wieder zu reflektieren und mit anderen zu diskutieren. Tipps zur besseren Kommunikation (Sprachsensibilität, Wortwahl, Konfliktgespräche...) <https://rhetorik-online.de/kommunikation-verbessern/>

Wir bieten mehrfach im Jahr eine Schulung für LOVE-Storm an. Ein Chattool, das speziell zur Übung von Interventionsstrategien und Moderationsfähigkeiten in Bezug auf Konfliktkommunikation im Gruppenchat entwickelt wurde. Geben sie auf Fortbildung-Online das Suchwort stimpz oder Stark im Netz ein, dann erhalten Sie diese Ergebnisse.



# ANHANG

## #emotionen

### Impact #emotionen

#### Intention

- Thematisierung von Emotionen in Schule
- Befähigung von SuS, ihre Gefühle und ihr Verhalten zu reflektieren
- SuS den Raum geben, sich mit eigenen Emotionen und Werten auseinanderzusetzen
- Stärkung des Gruppengefühls und Vertrauen im Klassenverband

#### Darum geht's

Dieser Impact soll Ihnen Inspiration und Ideen geben, warum es sinnvoll ist, das Thema Emotionen in der Schule einzubringen. Untenstehend finden Sie konkrete Methoden, Unterrichtsmaterialien und weitere Informationen, die Sie für die Umsetzung in der Praxis verwenden können.

Die in der #emoji-Methode thematisierten Emojis zeigen, dass wir uns über Emotionen ausdrücken, wir mithilfe von ihnen kommunizieren und sie somit einen großen Teil vom Menschsein ausmachen. Wie wichtig es ist, eigene Gefühle zu erkennen und sich in die Gefühlswelt anderer hineinversetzen zu können. Dies wird am Beispiel deutlich, dass Fehlinterpretationen von Emojis in Chats beispielsweise zu Missverständnissen und sogar zu dadurch ausgelösten Konflikten führen kann.

Es benötigt einige Fähigkeiten und Training, damit Kinder und Jugendliche in solchen Situationen reflektiert handeln können: zum einen die Fähigkeit, sich der eigenen Gefühlswelt bewusst zu sein. Zum anderen, sich in die Gefühle anderer hineinversetzen zu können. Die Empathie stellt ein wichtiges Element für unser soziales Zusammenleben im analogen sowie digitalen Raum dar.

Der Lebensraum Schule und die dortige soziale Interaktion prägen die Persönlichkeitsentwicklung von Kindern und Jugendlichen stark. Somit auch ihre Wertebildung. Doch was haben Gefühle mit Wertebildung zu tun? Emotionen zeigen an, wenn und welche Werte in einer Situation verletzt oder erfüllt sind. Damit Heranwachsende ihren eigenen Wertekompass entwickeln können ist es nötig, dass sie die Möglichkeit und den Raum haben, sich mit den eigenen Emotionen und dem daraus resultierenden Handeln auseinanderzusetzen und sie zu befähigen, beides zu reflektieren.

Schauen wir uns mal in Europa um. Gibt es bereits Länder, die diese Themen fest im Unterricht verankern? Ja, die gibt es. Während Großbritannien das Schulfach Achtsamkeit eingeführt hat, steht in Dänemark das Fach Empathie auf dem Stundenplan (einen Artikel und weitere Details dazu finden Sie in den unten aufgeführten Materialien).

## #emotionen

Doch wie könnte das Thema im Unterricht stattfinden? Naheliegend wäre die Thematisierung von Emotionen in Fächern wie Soziologie, Ethik und Religion. Aber auch in Fremdsprachen-Fächern (z.B. in Form eines Aufsatzes) oder Musik ist eine Verknüpfung denkbar. Oder Sie beauftragen einmal Ihre Medienscouts, einen Kurzfilm zu diesem Thema zu drehen! Bestimmt fallen Ihnen als Lehrkraft weitere kreative Möglichkeiten der Umsetzung ein.

Im Unterricht könnten folgende Themenkombinationen behandelt werden:

Emotionen & Kommunikation

Emotionen & Medien

Emotionen & Konflikte....

### **Materialien & Methoden**

*Magazin: „kompetent“ zum Thema Emotionen von Digitales Deutschland:*

Sie wollen mehr zum Thema Emotionen und Medien wissen? Hier ein Tipp zu einem sehr zeitgemäßen Magazin

<https://digid.iff.de/magazin/emotionen/gefuehle-digitaler-raum/>

*Artikel: Empathie als Schulfach*

Lassen Sie sich von anderen Ländern inspirieren!

<https://www.ndr.de/kirche/Empathie-als-Schulfach-Zuhoeren-und-respektieren,empathie106.html>

*Methode: Gefühlskreis*

Stärkung des Gemeinschaftsgefühls, Eindruck zu Stimmungslage der Klasse / SuS gewinnen

<https://www.methodenkartei.uni-oldenburg.de/methode/gefuehlskreis/>

*Methode: Klassen-Gefühlsbarometer*

Eindruck zu Stimmungslage der Klasse / SuS gewinnen

<https://www.grundschulchnueffler.de/index.php/classroom-management/gefuehlsbarometer/>

*Methode: Medien-Emotionen würfeln*

Bietet die Möglichkeit, über eigenes Online-Handeln zu reflektieren

<https://act-on.jff.de/methode-medien-emotionen-wuerfeln/>

*Unterrichtseinheit: 1x1 der Gefühle*

Unterrichtsideen und Methoden, Emotionen/Empathie konkret im Unterricht zu behandeln

<https://c.wgr.de/f/pdforama/uploads/onl87161.pdf>

*Unterrichtseinheit: Nietzsche und die Gefühle*

Unterrichtsideen und Methoden, Emotionen/Empathie konkret im Unterricht zu behandeln

## #emotionen

<https://www.planet-schule.de/wissenspool/knietzsche-der-kleinste-philosoph-der-welt/inhalt/knietzsche-und-die-gefuehle/unterricht>

*Unterrichtseinheit: Emotionen, Feeling, auf jeden Fall Gefühle*

Unterrichtsideen und Methoden, Emotionen/Empathie konkret im Unterricht zu behandeln

[https://www.auer-verlag.de/media/ntx/auer/sample/06821DA3\\_Musterseite.pdf](https://www.auer-verlag.de/media/ntx/auer/sample/06821DA3_Musterseite.pdf)

*Literatur: Heute bin ich*

Anregung, mit Kindern/Jugendlichen über Gefühle zu reden

[https://www.buecher.de/shop/kinderbuecher/heute-bin-ich/hout-mies-van/products\\_products/detail/prod\\_id/34531840/](https://www.buecher.de/shop/kinderbuecher/heute-bin-ich/hout-mies-van/products_products/detail/prod_id/34531840/)

alle Links abgerufen am 28.8.23

## **Ressourcenhand Team**

### **Impact "Ressourcenhand"**

*Inspiziert von Martin Bentrup/ Brigitte Geupel (2011): Ideen aus der Box. Fundus für Psychotherapie und Beratung. Borgmann Media. S. 45 & 46.*

### **Zeitansatz**

pro TN 30 Min. plus 10 Min. in der Gruppe

### **Intention**

Eigene Ressourcen entdecken, ihren Wert für die Gruppe, Ergänzung Ressourcenlotto:  
Ressourcen der Gruppe sehen,  
Selbstreflexion, Teamstärkung/ Commitment entwickeln

### **Material**

- Ggf. Ressourcenliste
- Fragen für die TN (z. B. Folien s. Anhang)
- Stifte, Papier

### **ABLAUF**

Male auf ein Blatt Papier den Umriss deiner Hand.

Daumen: Welche Ressource ist besonders ausgeprägt?

Zeigefinger: Welche Stärke schreiben dir andere zu?

Mittelfinger: Welche Stärke ist manchmal zugleich Schwäche?

Ringfinger: Welche Ressource magst du besonders?

Kleiner Finger: In welche Ressource möchtest du investieren?

Meine Stärke für alle. Wir wissen jetzt viel über die eigenen Stärken.

Widme dich nun der Gruppe/dem Team und beantworte für dich folgende Frage: Welche Stärke könnte ziemlich gut für eine Gruppe und/oder ein Team stärken? Schreibe diese Stärke auf deine Handfläche.

Präsentiere deine Handfläche der Gruppe (auf Papier, Handfläche selbst mit der jeweiligen Stärke beschriftet...) und mache Werbung für diese Stärke!

### **Idee**

Alle gemalten Hände in der Klasse aufhängen oder Fotos der Handflächen machen und als ein Foto im Klassenraum aufhängen.



# RESSOURCEN-KOFFER

WAS MIR ALLES HILFT, WENN ICH IN (DIGITALEN) STRESS GERÄTE.



## STOPP

Schließe die App. Leg das Gerät vielleicht zur Seite. Was ist los? Was ist es, was dich emotional berührt hat? Was ist da passiert, was dich verletzt hat? Was hat es genau verletzt? Was hast du Anderes erwartet?

## BODYAWARENESS

Wärmflasche, Wolldecke, Massage, Handschmeichler, baden gehen – Was tut dir gut? Was fühlt sich schön an?



## CHILL MAL

Autogenes Training, Meditation, Achtsamkeit – Was machst du gern, um runterzukommen?

## TU WAS

Graveln, skaten, joggen... Geh in Bewegung. – Wann warst du das letzte Mal mit dem Hund draußen?



## NOTFALLKONTAKTE

Telefonnummern von Freund:innen, Familie, Beratungsstellen – Notiere dir, wer dir helfen kann, wenn du in Not bist.  
<https://www.jugend.support/>

## DEINE TOP 4

Welche 4 Sachen helfen dir besonders gut, wenn du im Stress bist?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_

# WEHR DICH!

## Gegen sexualisierte Gewalt im Netz

Tolle Figur, Model? Schick mal ein Foto. 🍆

Hast du schon mal... du weißt schon was? 😏

Hey, gehn wir auf privat, ich hab was für dich. 📺 🍆

### Warnsignale im Chat!

Du chattest und das Gespräch klingt zunächst nett und harmlos. Doch das kann sich schnell ändern. Nicht alle Chatkontakte wollen nur ein bisschen quatschen. Sexuelle Belästigung und sexualisierte Gewalt passieren auch online. Die Anbahnung sexueller Gewalt gegen Kinder und Jugendliche im Internet nennt man Cybergrooming. Hier sind einige Warnsignale, die dir zeigen, dass vielleicht etwas nicht stimmt.

### Sei vorsichtig, wenn jemand ...

- versucht, dich in private Chats zu locken.
- möchte, dass euer Kontakt geheim bleibt.
- sich unbedingt offline mit dir treffen will.
- mit dir über deinen Körper und Sexualität sprechen möchte.
- Fotos oder Videos von dir verlangt.
- etwas Persönliches wie deine Adresse wissen will.
- anbietet, dir Geld oder Geschenke zu geben.
- dich dazu drängt, deine Webcam einzuschalten.
- sehr aufdringlich ist und kein „Nein“ akzeptiert.

Aber das bleibt unter uns, okay? 😏

? 🍆

### Hier bekommst du Hilfe!

- Kinder- und Jugendtelefon Nummer gegen Kummer 116111
- JUUUPORT.de
- jugend.support
- Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch 0800 22 55 530
- Online-Beratung des Hilfe-Telefons [hilfe-telefon-missbrauch.online](http://hilfe-telefon-missbrauch.online)

### Hier kannst du Cybergrooming melden!

Bei [fragzebra.de/cybergrooming](http://fragzebra.de/cybergrooming) kannst du Cybergrooming direkt melden. Die Beschwerdestellen [internet-beschwerdestelle.de](http://internet-beschwerdestelle.de) und [jugendschutz.net/verstoss-melden](http://jugendschutz.net/verstoss-melden) helfen dir außerdem, wenn du sexuell belästigt wurdest oder sexualisierte Darstellungen von dir öffentlich verbreitet wurden.

Scanne den QR-Code und schau dir unseren Flyer und die Videoreihe „WEHR DICH! Gegen sexualisierte Gewalt im Netz“ an!



Mehr Infos und Materialien unter: [www.klicksafe.de/cybergrooming](http://www.klicksafe.de/cybergrooming)



Kofinanziert von der Europäischen Union



### Fotograf Torben (13)

Torben (13) hat vor drei Wochen das Fußballturnier seiner Klasse mit der Fotokamera verfolgt. Als Noah, der Torwart, einen dummen Fehler macht, indem er den Ball der gegnerischen Mannschaft ins Tor lässt, drückt Torben auf den Auslöser. Weil das Foto extrem witzig aussieht, stellt er das Bild in seine Klassengruppe auf WhatsApp. Die Klassenkameraden reagieren mit lustigen Kommentaren, wie z.B. „:)“, „:-b“, „voll der Fail“, „Wusste nicht, dass Noah `ne Brille braucht“, „Ei´ Opfer“. Torben freut sich, dass er so viele Kommentare für sein gepostetes Bild bekommt. Noah beschwert sich, dass das Bild „jetzt auch nicht so witzig sei“. Warum Noah sich so aufregt, versteht Torben überhaupt nicht, schließlich geht endlich mal was Lustiges in der Gruppe ab. Doch nach ein paar Wochen merkt er, dass Noah die ganze Geschichte ganz schön nah geht. Torben findet die Situation mittlerweile auch unangenehm und denkt darüber nach, wie er das Ganze wieder gut machen kann.

### Torwart Noah (13)

Noah (13) hat seit drei Wochen Stress in seiner Klasse. Alles fing mit einem Fussballturnier der Schule an. Noah war Torwart und an diesem Tag nicht in seiner Bestform. Im entscheidenden Moment ließ er den gegnerischen Ball ins Tor. Sein Klassenkamerad Torben verfolgt das Spiel mit seiner Kamera mit und macht dabei einen Schnappschuss. Auf WhatsApp entdeckt Noah das Foto, welches ihn bei seiner Tornierniederlage zeigt, in seiner Klassengruppe. Darauf sieht man, wie er sich genau in die falsche Richtung vom Tor wirft und der Ball auf der anderen Seite problemlos ins Tor rollt. Seine MitschülerInnen haben das Bild bereits kommentiert. Noah ist dieses Bild extrem peinlich. Er schreibt, dass die anderen sich mal abregen sollen, schließlich sei das Bild jetzt auch nicht so witzig. In der Gruppe reagiert man darauf mit den Worten, dass er „nicht so rumheulen“ solle und ob er „denn nicht verlieren“ könne. Seit diesem Vorfall reiten die Klassenkameraden ständig darauf rum und machen gemeine Anspielungen.

### Die Beobachtenden

Endlich geht mal was ab in der Klassengruppe auf Whatsapp: Torben, ein Mitschüler hat ein witziges Bild vom Fußballturnier seiner Klasse auf WhatsApp gestellt. Es zeigt den Torwart Noah, der sich genau in die falsche Richtung vom Tor wirft, wodurch der Ball der gegnerischen Mannschaft auf der anderen Seite problemlos ins Tor rollt. Es folgen etliche Kommentare auf WhatsApp, wie z.B. „:)“, „:-b“, „voll der Fail“, „Wusste nicht, dass Noah `ne Brille braucht“, „Ei´ Opfer“, woraufhin Noah sich beschwert, dass das Bild „jetzt auch nicht so witzig sei“.

Immer wieder kommt es auch vor, dass irgendjemand aus der Klasse Noah während des Unterrichts fies angeht. Eigentlich finden viele aus der Klasse, dass es jetzt auch mal genug sei. Doch die meisten schweigen und schauen weiter zu.

# Ich habe ein Foto von meinem Freund/ meiner Freundin aufgenommen, das ich weitergeben möchte ... und was jetzt?

1. IST ES EIN SCHÖNES FOTO?

Ja Nein

Teile nur Fotos, auf denen andere gut wegkommen.

2. WÄRE MEIN FREUND/MEINE  
FREUNDIN EINVERSTANDEN?

Ja Nein

Sei fair. Du fändest es auch nicht toll, wenn dein Freund/deine Freundin ein blödes Foto von dir verbreitet, oder? Das Recht über Bilder zu bestimmen, auf denen man zu sehen ist, nennt man das Recht am eigenen Bild.

3. KÖNNTE MEIN FREUND/MEINE FREUNDIN DADURCH  
SCHWIERIGKEITEN BEKOMMEN?

Ja Nein

Poste keine Fotos, die dir oder deinen Freunden später Probleme machen könnten. Du weißt nie, wer sie zu sehen kriegt.

4. VERURSACHT DAS FOTO STRESS ODER  
SOGAR STREIT?

Ja Nein

Dann ist es nicht wert, es zu posten. Wirklich nicht.

Mein Freund/meine Freundin findet es ok, aber welche Folgen könnte es für mich haben?

5. IST MIR BEWUSST, DASS ES JEDER WEITERGEBEN KÖNNTE?

Ja Nein

Es ist aber so. Alles, was du online veröffentlichst, kann gespeichert, kopiert und mit einem großen Publikum geteilt werden.

6. WÄRE ES OK, WENN ES MEINE  
MUTTER SEHEN KÖNNTE?

Ja Nein

Wenn du glaubst, dass deine Mutter einen roten Kopf bekäme, besteht eine hohe Wahrscheinlichkeit, dass es jemand anderes ebenfalls unpassend fände.

7. HÄTTE ICH IN EINEM JAHR EIN GUTES GEFÜHL  
DABEI, DASS ICH DAS ÖFFENTLICH GEMACHT HABE??

Ja Nein

Lass es lieber bleiben, wenn du Zweifel hast. Du wirst dir selber später dankbar sein.

Herzlichen Glückwunsch! Du denkst eindeutig nach, bevor du dich online darstellst, also...

## Hab Spaß, aber denk nach bevor du postest!

Informationen und Ressourcen über digitales Bürgertum findest du unter [www.commonsense.org/educators](http://www.commonsense.org/educators) und [www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)



Fotos Bikini oder Füße?



Fotos Bikini oder Füße?



# Quellen

Lotter, Wolf (2020): Sei leise! In: brandeins, 2,2020. 36 ff.

Bundeszentrale gesundheitliche Aufklärung (k.A.): Kleine Ursache, großer Schaden – misslingende Kommunikation, 14-26.

Bundesnetzagentur (2021): Nutzung von Online-Kommunikationsdiensten in Deutschland. Ergebnisse der Verbraucherbefragung 2021. Kurzfassung  
[https://www.bundesnetzagentur.de/SharedDocs/Downloads/DE/Sachgebiete/Digitales/OnlineKom/befragung\\_kurz21.pdf?\\_\\_blob=publicationFile&v=3](https://www.bundesnetzagentur.de/SharedDocs/Downloads/DE/Sachgebiete/Digitales/OnlineKom/befragung_kurz21.pdf?__blob=publicationFile&v=3) , Abruf 2.8.23

Dorsch Hogrefe, Definition Kommunikation  
<https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/kommunikation> , Abruf 7.8.23

momentum Institut für Rhetorik und Kommunikation: Wie können wir unsere Kommunikation verbessern?  
<https://rhetorik-online.de/kommunikation-verbessern/> , Abruf 7.8.23

Bundeszentrale gesundheitliche Aufklärung (k.A.): Achtsamkeit und Anerkennung. Materialien zur Förderung des Sozialverhaltens in den Klassen 5-9.  
<https://www.schulentwicklung.nrw.de/materialdatenbank/material/view/5137> , Abruf 24.8.23

Bundeszentrale gesundheitliche Aufklärung (k.A.): Achtsamkeit und Anerkennung. Materialien zur Förderung des Sozialverhaltens in der Grundschule.  
<https://shop.bzga.de/pdf/20420000.pdf> , Abruf 24.8.23

WhatsApp (2023): Communitymanagement  
<https://www.whatsapp.com/communities/learning?lang=de> , Abruf 9.8.23

Schulpsychologie.de, Achtsamkeit und Anerkennung (2023)  
<https://schulpsychologie.de/blog/achtsamkeit-und-erkennung-5-9> , Abruf 9.8.23

Wissenschaftliches Institut des Jugendhilfswerk Freiburg e. V. (WIJHW, Hg, 2014): Wie umgehen mit Konflikten im Netz? [https://www.kindermedienland-bw.de/fileadmin/redaktion/kml/publikationen/Wie\\_umgehen\\_mit\\_Konflikten\\_im\\_Netz.pdf](https://www.kindermedienland-bw.de/fileadmin/redaktion/kml/publikationen/Wie_umgehen_mit_Konflikten_im_Netz.pdf), Abruf 9.9.23

Stangl-Taller, Arbeitsblätter Kommunikation <https://arbeitsblaetter.stangl-taller.at/KOMMUNIKATION/> , Abruf 24.8.23

KULT-Modell, vgl. <https://recruitee.com/de-artikel/konfliktgesprach-fuehren-vorbereiten#5>, Abruf 24.8.23

Handysektor (LFK): 10 goldene Regeln für den Gruppenchat,  
<https://www.handysektor.de/artikel/10-goldene-regeln-fuer-den-gruppenchat-in-whatsapp>,  
Abruf 30.8.23

Magazin Unsere Kinder, 4/17, S. 8, Lothar Klein: Regeln Regeln wirklich was?  
[https://www.ooe-kindernet.at/Mediendateien/Der Sinn von Regeln.pdf](https://www.ooe-kindernet.at/Mediendateien/Der_Sinn_von_Regeln.pdf) , Abruf 7.8.23

WhatsApp (2023): WhatsApp verantwortungsvoll nutzen,  
[https://faq.whatsapp.com/361005896189245/?helpref=tc\\_about](https://faq.whatsapp.com/361005896189245/?helpref=tc_about) , Abruf 28.8.23

Der Spiegel: WhatsApp veröffentlicht Knigge für Sprachnachrichten  
<https://www.spiegel.de/netzwelt/apps/whatsapp-veroeffentlicht-knigge-fuer-sprachnachrichten-a-e556d4a0-fa66-4776-a01d-0da4f2df8798> , Abruf 15.8.23

MDR: Warum Sprachnachrichten nerven, <https://www.mdr.de/wissen/sprachnachrichten-nerven-100.html> , Abruf 30.8.23

Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest: JIM-Studie 2022,  
<https://www.mpfs.de/studien/jim-studie/2022/> , Abruf 14.8.23

Deutsches Schulportal: Achtsamkeit in der Schule, <https://deutsches-schulportal.de/schule-im-umfeld/welche-wirkung-hat-achtsamkeitstraining-in-der-schule/> , Abruf 24.8.23

Campus-Schulmanagement (Akademie für Innovative Bildung und Management Heilbronn-Franken gemeinnützige GmbH): Zu wenig emotionale Kompetenzentwicklung in der Schule,  
<https://www.campus-schulmanagement.de/magazin/zu-wenig-emotionale-kompetenzvermittlung-in-der-schule> , Abruf 14.8.23

## Erstellt von

Sandra Lentz, Stabsstelle Digitales Kompetenzzentrum des Pädagogischen Landesinstituts RLP – Stark im Netz

Galina Unger, Stabsstelle Digitales Kompetenzzentrum des Pädagogischen Landesinstituts RLP – Stark im Netz

Kontakt: [starkimnetz@pl.rlp.de](mailto:starkimnetz@pl.rlp.de)

Web: <https://starkimnetz.rlp.de/>

August 2023

