

---

## Was sind die folgen für die Opfer?

Cyber Mobbing belastet manche derart, dass sie sich nicht mal mehr aus dem haus trauen. Depressionen, Schlafstörungen und Alpträume sind aber die häufigsten folgen, Scham und Selbstzweifel zwingen viele Leute in Isolation. Aber auch die schulischen Leistungen sinken und im schlimmsten fall Wechseln sie sogar die schule.

## Tipps gegen Cyber-Mobbing

1. Stelle so wenig wie möglich von dir online!
2. Nicht antworten!!!
3. Inhalte löschen lassen!
4. Täter blockiere
5. Sich jemanden anvertrauen
6. In schlimmen fällen die Polizei einschalten



---

## Wo du dir Hilfe holen kannst

- Für betroffene von Cyber-Mobbing gibt es zahlreiche Beratungsstellen und-Angebote
- Die Nummer gegen Kummer ist ein anonymes Beratungsangebot für Kinder und jugendliche
- [JUUPORT.de](http://JUUPORT.de) ist eine bundesweite online Beratungsplattform.
- Und das Bündnis gegen Cyber Mobbing vereint Menschen, die Persönlich von der Thematik betroffen sind.



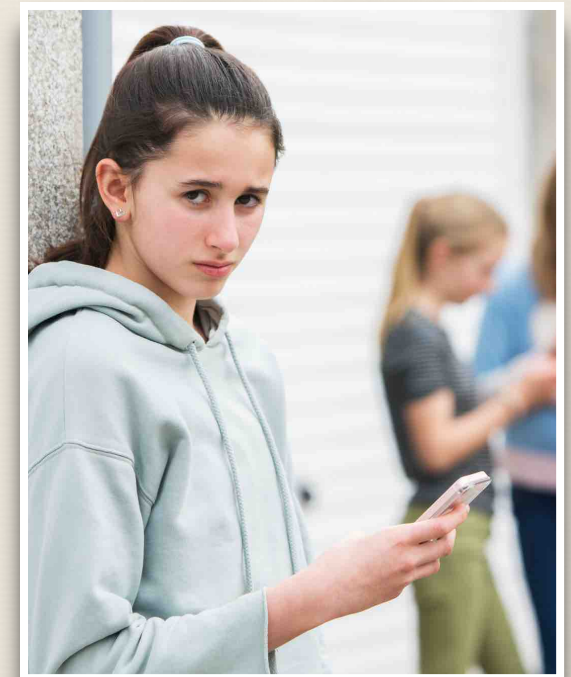
JULIUS CONSULTING  
Kleine Böckelmannstraße 13, 10827 Berlin

[Julius.Boeckelmann@MCG-Berlin.de](mailto:Julius.Boeckelmann@MCG-Berlin.de)

---

# CYBER MOBING

---



Wie unterscheidet sich Cyber Mobbing von Mobbing?  
Wie passiert es bzw. Wie wird es verbreitet?

Wie kann ich mich schützen ?  
Was sind die Folgen für die Täter?  
Was sind die Folgen für Opfer?

