Wut-Emojis und 605 Nachrichten im Klassenchat

Beim Thema WhatsApp, TikTok und YouTube gelten Erwachsene oft als Spielverderber. Im Leipziger Gustav-Hertz-Gymnasium übernehmen daher Siebtklässler die Aufgabe, Mitschüler gegen Cybermobbing und weitere digitale Risiken vorzubereiten.

Von Mathias Wöbking

Leipzig. Maya hat es nur gut gemeint. Aber das schützt in einer Chatgruppe nicht unbedingt davor, beschimpft zu werden. „Hä, was mischst du dich denn ein!?“, schreibt jemand und setzt ein paar Wut- und Brech-Emojis drumherum. Dabei hat die Fünftklässlerin nur einen kleinen Hinweis ins Handy getippt: Eine Freundin könne momentan nicht auf eine Frage antworten, die man ihr im Chat gestellt hatte.

„Ich bin dann selbst wütend geworden“, erzählt die Elfjährige. „Ich habe zurück geschimpft.“ Der Streit schraubte sich hoch. „Irgendwann habe ich das Handy ausgeschaltet.“ Zurück blieb ein schlechtes Gefühl und die Furcht vor der nächsten Begegnung im Chat. Oder im Schulflur. Und die peinliche Frage: Wer hat alles mitgelesen?

Deftige Sprache: Die Siebtklässler Joshua, Bastian, Samuel, Tamia und Charlotte (von links) gehen mit einer fünften Klasse des Gustav-Hertz-Gymnasiums beispielhaft einen Chat durch, der zum Streit eskaliert. FOTO: ANDRÉ KEMPNER

Fast zwei Drittel mit Cybermobbing-Erfahrung

Nach der aktuellen Sinus-Jugendstudie im Auftrag der Barmer-Krankenkasse haben 62 Prozent der Jugendlichen in Deutschland Erfahrungen mit Cybermobbing gemacht. 16 Prozent gaben an, selbst online gemobbt worden zu sein, fünf Prozent bezeichneten sich sogar als Täter. „Für Opfer gibt es keinen Rückzugsort“, sagt die 13-jährige Charlotte. „Auch zu Hause ist man nicht sicher.“

Gustav-Hertz-Gymnasium in Leipzig-Paunsdorf, Klassenraum der 5/2: Charlotte ist Siebtklässlerin, zwei Jahrgänge über Maya und fast allen Kindern, die im Zimmer sitzen. Im ersten Halbjahr haben sich Charlotte, Tamia, Bastian, Joshua und Samuel aus der Klasse 7/2 zu Medienscouts ausbilden lassen. Jetzt, im zweiten Halbjahr, bieten sie einen Workshop für jüngere Schülerinnen und Schüler an.

Die Idee dahinter: größere Glaubwürdigkeit. Erwachsene sind in den Augen Heranwachsender in der digitalen Welt oft nur die Spielverderber. „Die Jugendlichen sind zwar ein bisschen älter, aber sie haben noch eine Wortwahl wie wir“, sagt Maya. Emilia, ebenfalls Fünftklässlerin, hat den Eindruck: „Kinder sprechen aus eigener Erfahrung.“

Die Empfehlung der Siebtklässlerin Tamia lautet: „Beleidigungen hören am ehesten auf, wenn man gar nicht darauf reagiert.“ Wenn man sich aber provozieren lasse und selbst herumschimpfe, werde es meistens nur schlimmer. Maya ist zufrieden mit dem Ratschlag. Wie sich Gemeinheiten hochschaukeln können, hat sie ja selbst erlebt.

Hohe Motivation ohne Schulnote

„Kinder kennen die Fallstricke besser“, vermutet Deutsch- und Ethiklehrer Alexander Keßler. Er hat den Siebtklässlern geholfen, den Workshop vorzubereiten. Eine Note gibt es nicht. So oder so: Sie wirken enorm motiviert. Keßler betont, dass nicht nur die jüngeren Kinder vom Erfahrungsschatz der älteren Schülerinnen und Schüler profitieren: „Die Medienscouts erleben eine starke Selbstwirksamkeit. Es ist das größte Geschenk, das wir ihnen als Schule machen können.“

Schülerbeteiligung hat einen hohen Stellenwert am Hertz-Gymnasium. Im Auftrag der Technischen Universität Bergakademie Freiberg etwa messen Kinder und Jugendliche mit einem Seismografen weltweite Erdbeben. Mit der Datenerhebung tragen sie zu echter Forschung bei. Ein weiteres Beispiel: Auf Initiative einer Fairtrade-Schülergruppe wurde ein „Fair-O-Mat“ aufgestellt, ein Automat für fair gehandelte Lebensmittel. Im vergangenen Schuljahr erhielt das Gymnasium den Sächsischen Schulpreis für Bildung nachhaltiger Entwicklung.

Die Kinder sollen auch Lehrer und Eltern schulen

„Als Nächstes könnten die Kinder Schulungen für Lehrer anbieten“, regt Keßler an. „Und für Eltern.“ Denn auch viele Erwachsene unterschätzten das Risiko, das von digitalen Medien ausgehe. Beispielsweise die Gefahr, Opfer einer „Impersonation“ zu werden.

Impersonation? Der 13-jährige Bastian erklärt der fünften Klasse, was das ist: „Jemand verschafft sich euer Passwort oder legt ein Fake-Profil in eurem Namen an, um euch lächerlich zu machen.“ Daher dürfe man nicht jedem vertrauen und sowieso keine peinlichen Fotos und Videos teilen. Neben den sozialen Netzwerken und Messenger-Diensten sind Online-Spiele häufige Kanäle für Beschimpfungen und Verletzungen.

Eine weitere Form des Cybermobbings wird mit einem Wort bezeichnet, das fast genauso schwierig ist: Exklusion. „Vielleicht kennen einige von euch das blöde Gefühl, wenn ihr absichtlich aus einem Chat ausgeschlossen bleibt“, erklärt Joshua.

Wenn das eigene Handy zur Quelle von Zurückweisung, Traurigkeit und Einsamkeit wird, trifft es Menschen besonders hart, die sich unter dem Druck fühlen, nichts zu versäumen und alles kommentieren zu müssen. Auch dafür gibt es ein Fachwort: „Fomo“. Es ist die Abkürzung für „Fear of missing out“. Tamia hält „Fomo“ für die größte Cyber-Gefahr: „Dann sitzt man die ganze Zeit vor dem Handy.“

Der Sog, den soziale Medien und Messenger-Apps erzeugen, kennen die jugendlichen Medienscouts aus ihrem eigenen Klassenchat. „Wenn das Handy an ist, macht es fast pausenlos Pling“, berichtet Bastian. „Und wenn man es über den Nachmittag ausmacht oder stumm schaltet, hat man am Abend 605 ungelesene Nachrichten.“ Unter all den Emoticons und Stickern verschwinden wichtige Informationen über Hausaufgaben und Klassenarbeiten.

> Die Schülerinnen und Schüler erleben eine starke Selbstwirksamkeit. Es ist das größte Geschenk, das wir ihnen als Schule machen können.
>
> **Alexander Keßler,**
> Lehrer am Gustav-Hertz-Gymnasium

Für Samuel birgt „Cybergrooming“ das größte Risiko: „Wenn Kinder von Erwachsenen mit Lügen und falschen Identitäten in eine Falle im echten Leben gelockt werden, kann es richtig gefährlich werden“, warnt er. Hilfe bei Fast-Gleichaltrigen zu suchen, reiche spätestens dann aber nicht mehr. Die Medienscouts haben Kärtchen mit Notfall-Kontakten für die Fünftklässler laminiert. Auch die Handy-Nummer der Hertz-Schulsozialarbeiterin ist darauf zu finden.

ANZEIGE

Gesundheit

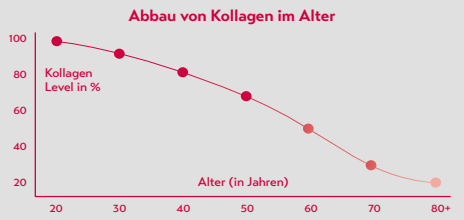
ANZEIGE

Kollagen-Pulver im Kaffee: Wunderwaffe der Stars oder wirkungslos?

Was wirklich dran ist am neuen Beauty-Trend für schöne Haut, Haare und Nägel. Und worauf Sie unbedingt achten sollten!

Kollagen ist längst mehr als ein Hollywood-Hype – es hat sich zu einem festen Bestandteil der Schönheitsroutine von Millionen Menschen weltweit entwickelt. Ein Löffel Kollagenpulver täglich soll der langersehnte Ausweg für viele ihrer Problemchen sein. Aber funktioniert das wirklich?

Der Blick in den Spiegel und endlich zufrieden sein – für viele scheint dieser Wunsch dank Kollagen wahr geworden zu sein. Im Netz findet man zahlreiche positive Rezensionen wie diese: „Meine Haut sieht hervorragend aus und es wachsen mehr Haare nach.“ Das sind erstaunliche individuelle Aussagen. Doch wie viel Wahrheit steckt dahinter? Und was sagt die Wissenschaft?



Fakt ist: Die sichtbaren Zeichen des Alterns sind oft das Ergebnis eines natürlichen Prozesses. Der Körper produziert ab dem 25. Lebensjahr immer weniger Kollagen. Dieses wichtige Protein verleiht Haut, Haaren und Nägeln ihre jugendliche Vitalität und Strahlkraft. Tatsächlich lässt sich die Kollagenaufnahme gezielt unterstützen. Man sollte jedoch auf ein hochwertiges Präparat achten, das der Körper optimal verwerten kann.

Die Nr. 1* aus der Apotheke: pureSGP Kollagen Peptide

Genau hier setzt der pharmazeutische Hersteller von pureSGP Kollagen Peptide an. Er verwendet für sein Kollagenpulver ausschließlich das hochreine SOLUGEL™ ULTRA BD Kollagenhydrolysat, das aus natürlichen und kollagenreichen Materialien und durch ein streng kontrolliertes Verfahren gewonnen wird. Das Besondere an SOLUGEL™ ULTRA BD: Durch eine enzymatische Verarbeitung entstehen kleine, bioaktive Peptide, die vom Körper leicht aufgenommen und effektiv verwertet werden können. Zusätzlich enthält es Vitamin C, was der Körper für die Kollagensynthese benötigt.[1] Biotin, Zink und Kupfer unterstützen zusätzlich Haut, Haare, Nägel und Bindegewebe.**

Geschmacksneutral und hervorragende Löslichkeit

Das geschmacksneutrale Pulver lässt sich unkompliziert in Tee, Kaffee oder Mahlzeiten einrühren und ist dank des beigelegten Dosierlöffels einfach anzuwenden. Verbraucher berichten von unterschiedlich schnellen Erfolgen und bestätigen, dass ein regelmäßiger täglicher Verzehr wichtig ist. Es wird ein Verzehr von mindestens 12 Wochen empfohlen.

Erworben werden kann das Präparat in der Apotheke oder online. Sollte Ihre Apotheke das Produkt nicht vorrätig haben, kann es innerhalb weniger Stunden bestellt werden.

Für Ihre Apotheke:
pureSGP Kollagen Peptide
(PZN 19120155)

*Kollagenpulver, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 01/2025 • **Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Blutgefäße, Haut, Knochen und Knorpel bei, Zink trägt zum Erhalt normaler Knochen, Haut und Nägel bei, Biotin trägt zum Erhalt normaler Haut und Haare bei, Vitamin D trägt zum Erhalt einer normalen Muskelfunktion bei, Kupfer trägt zum Erhalt von normalem Bindegewebe bei. • [1]Pullar JM et al. The Roles of Vitamin C in Skin Health. Nutrients. 2017 Aug 12;9(8):866 • Abbildung Betroffenen nachempfunden

306859901_001125