



... begann alles mit 'ner blöden SMS. Dann ging es in der Schule weiter. Jetzt ist es bei Facebook und überall.

... sieht aus, als wäre ich diesmal das Opfer ...

... hätte sofort was unternehmen sollen - aber was?

1



... es hört nicht von selbst auf, das ist sicher.

... warum machen die das, warum machen so viele mit? Viele kenne ich gar nicht.

... zurück mobben kann ich auch vergessen.

... so geht es auf keinen Fall weiter. Die machen mich fertig, das muss gestoppt werden.

2



... bin ich schuld ... soll ich etwa irgendwas an mir ändern?

... oder mit jemandem darüber sprechen, dem ich trauen kann?

3



... was läuft hier eigentlich, wann und womit hat das eigentlich alles angefangen ...

... weiß überhaupt nichts mehr ...

... bevor ich Hilfe suche, muss ich erst mal meine Gedanken ordnen ...

... schreib mal auf, was eigentlich passiert ist ...

4

Finde dich nicht damit ab, Opfer von Mobbing zu sein. Such dir so schnell wie möglich Hilfe. Man kann etwas tun. Du bist damit nicht allein.

Für Jugendliche:  
[www.handysektor.de](http://www.handysektor.de)  
[www.juuuport.de](http://www.juuuport.de) (Jugendliche beraten Jugendliche)  
[www.radiohilft.de](http://www.radiohilft.de)  
[www.polizei-beratung.de](http://www.polizei-beratung.de)  
[www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)

Für Lehrer, Eltern und Jugendliche:  
[www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)

NummergegenKummer  Für Jugendliche 0800 1110333  
 Für Eltern 0800 1110550

[www.handysektor.de](http://www.handysektor.de)   

projektleitung@handysektor.de - Konzept, Grafik, Text: Martin Pinkernell und Birgit Hen

