

Freundschaft und Flirten im Netz

Unterrichtsvorschläge fürs Home-Schooling

Schulschließungen und Kontaktverbote stellen für Jugendliche eine besondere Herausforderung dar. Flirten, das erste Mal Händchen halten, der erste Kuss – all das ist gerade schwieriger. Viele Kontakte verlagern sich ins Internet. Die Sexualeaufklärung der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) hat Unterrichtsvorschläge zusammengestellt, die auf die besondere Situation Bezug nehmen. Jugendliche werden aufmerksam gemacht auf die Chancen und Risiken von Freundschaften und Flirten im Internet und können eigenständig Strategien zum Umgang erarbeiten.

Für Sie als Lehrkraft haben wir eine Übersicht zu den passenden Broschüren zum Thema Medienkompetenz erstellt. Sie können die Materialien online bestellen, oder einfach als PDF herunterladen:

➔ Medienkompetenz:

„Gut hinsehen und zuhören! –
Ratgeber für pädagogische Fachkräfte“

www.bzga.de/infomaterialien/unterrichtsmaterialien/nach-schulform-sortiert/gut-hinsehen-und-zuhoeren-ratgeber-fuer-paedagogische-fachkraefte/

➔ Medienkompetenz:

„Anregung statt Aufregung –
Neue Wege zur Förderung von
Medienkompetenz in Familien“

www.bzga.de/infomaterialien/unterrichtsmaterialien/nach-schulform-sortiert/anregung-statt-aufregung-neue-wege-zur-foerderung-von-medienkompetenz-in-familien/

➔ Medienkompetenz:

„Online sein mit Maß und Spaß“

www.bzga.de/infomaterialien/suchtvorbeugung/online-sein-mit-mass-und-spas/

➔ Suchtvorbeugung:

„Im Netz bin ich am liebsten!
Wo ist das Problem?“

www.bzga.de/infomaterialien/suchtvorbeugung/im-netz-bin-ich-am-liebsten-wo-ist-das-problem/

Auf www.loveline.de, dem Jugendportal zur Sexualeaufklärung der BZgA finden sich viele Tipps und Informationen rund um die Themen Flirten und Chatten im Netz. Die Informationen sind in jugendgerechter Sprache aufbereitet:

➔ Liebe im Internet:

www.loveline.de/infos/liebe/liebe-im-internet/

➔ Liebe im Internet und ihre Risiken:

www.loveline.de/infos/liebe/liebe-im-internet/risiken/

➔ Kontakte im Internet:

www.loveline.de/infos/liebe/liebe-im-internet/kontakte-im-internet/?L=0

➔ Informationen von dir:

www.loveline.de/infos/liebe/liebe-im-internet/informationen-von-dir/

➔ Belästigung und Mobbing im Internet:

www.loveline.de/infos/liebe/liebe-im-internet/belaestigung-und-mobbing/

➔ Von Bekanntschaft im Internet zu realem Treffen:

www.loveline.de/infos/liebe/liebe-im-internet/reale-treffen/

➔ Flirten:

www.loveline.de/infos/liebe/flirten/

➔ Wer passt zu mir?

www.loveline.de/infos/liebe/flirten/wer-passt-zu-mir/

➔ Die Initiative ergreifen:

www.loveline.de/infos/liebe/flirten/wie-sag-ich-es/

➔ Das erste Date:

www.loveline.de/infos/liebe/flirten/das-erste-date-das-erste-treffen/

➔ Beratungsstellen:

www.loveline.de/service/rat-und-hilfe/

➔ Flirten und Freundschaften aufrecht erhalten in der Corona-Krise:

Link folgt noch

Im Folgenden haben wir Arbeitsblätter und Lösungsblätter für Sie vorbereitet, die Sie für das Home-Schooling verwenden können. Die Arbeitsaufträge bauen auf den Informationen von loveline.de auf. Sie sind so konzipiert, dass sie von den Jugendlichen eigenständig bearbeitet werden können.

Weitere Unterrichtsvorschläge und Methoden zur Sexualeaufklärung finden Sie auf dem Portal www.schule.loveline.de für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren.

Der Privatsphäre-Check

Du meldest dich in einem Forum, einem sozialen Netzwerk oder auf einer anderen Internet-Plattform an, um neue Leute kennenzulernen.

Lies dir die Informationen zum Thema auf [loveline.de](https://schule.loveline.de) durch und mache dann den **Privatsphäre-Check**.

Kreuze die Einstellungen an, die du auf jeden Fall in deinem Profil vornehmen solltest.

Begründe anschließend, warum du die anderen Punkte nicht angekreuzt hast.

- ☐ Einen Spitznamen verwenden
- ☐ Fotos von meiner Schule hinzufügen
- ☐ E-Mail-Adresse geheim halten
- ☐ Mein Profil für alle sichtbar machen, damit mich meine Freunde einfacher finden können
- ☐ Mein Profil eingeschränkt sichtbar machen
- ☐ Ein Profilbild verwenden, auf dem man mich gut erkennt, damit mich meine Freunde einfacher finden können
- ☐ Meinen vollen Namen verwenden, damit mich meine Freunde einfacher finden können
- ☐ Fotos aus meinem letzten Urlaub posten, auf denen ich in Badekleidung zu sehen bin, damit andere auf mich aufmerksam werden
- ☐ Meine Handynummer in meinem Profil posten, damit man mich leichter erreichen kann
- ☐ Fotos von meinen Freundinnen oder Freunden posten, um allen zu zeigen, wie sehr ich sie mag
- ☐ Die AGB's (Allgemeinen Geschäftsbedingungen) lesen

Der Privatsphäre-Check

Du meldest dich in einem Forum, einem sozialen Netzwerk oder auf einer anderen Internet-Plattform an, um neue Leute kennenzulernen.

Lies dir die Informationen zum Thema auf loveline.de durch und mache dann den **Privatsphäre-Check**.

Kreuze die Einstellungen an, die du auf jeden Fall in deinem Profil vornehmen solltest.

Begründe anschließend, warum du die anderen Punkte nicht angekreuzt hast.

- ☒ Einen Spitznamen verwenden
- ☐ Fotos von meiner Schule hinzufügen
- ☒ E-Mail-Adresse geheim halten
- ☐ Mein Profil für alle sichtbar machen, damit mich meine Freunde einfacher finden können
- ☒ Mein Profil eingeschränkt sichtbar machen
- ☐ Ein Profilbild verwenden, auf dem man mich gut erkennt, damit mich meine Freunde einfacher finden können
- ☐ Meinen vollen Namen verwenden, damit mich meine Freunde einfacher finden können
- ☐ Fotos aus meinem letzten Urlaub posten, auf denen ich in Badekleidung zu sehen bin, damit andere auf mich aufmerksam werden
- ☐ Meine Handynummer in meinem Profil posten, damit man mich leichter erreichen kann
- ☐ Fotos von meinen Freundinnen oder Freunden posten, um allen zu zeigen, wie sehr ich sie mag
- ☒ Die AGB's (Allgemeinen Geschäftsbedingungen) lesen

Quiz: Bekanntschaften im Netz

Mit Freunden im Netz chatten oder online neue Bekanntschaften suchen macht Spaß, aber es gibt auch ein paar Dinge auf die du achten solltest. Wie gut kennst du dich mit den richtigen Verhaltensregeln im Internet aus? Recherchiere auf **www.loveline.de** und teste dann dein Wissen im folgenden Quiz. Achtung, es können mehrere Antworten richtig sein!

1. Du schreibst seit einiger Zeit mit einem nett wirkenden Jungen oder Mädchen im Internet. Welche Informationen von dir solltest du auf gar keinen Fall mit deiner Bekanntschaft aus dem Netz teilen?
 - ☐ (E-Mail-)Adresse
 - ☐ Vornamen
 - ☐ Telefon- oder Handynummer
 - ☐ Partyfotos
 - ☐ Musik, die du gerne hörst
 - ☐ ein Foto, auf dem du von Weitem zu sehen bist
 - ☐ Fotos in Unterwäsche
 2. Welche Situationen in Chats mit Internetbekanntschaften können gefährlich werden?
 - ☐ Wenn du nach deinem Musikgeschmack gefragt wirst
 - ☐ Wenn du gefragt wirst, ob du alleine vor dem Bildschirm sitzt
 - ☐ Wenn du nach deinen Interessen gefragt wirst
 - ☐ Wenn dir jemand ein Kompliment macht
 - ☐ Wenn jemand nach deinen sexuellen Erfahrungen fragt
 - ☐ Wenn dir jemand lustige Memes schickt
 - ☐ Wenn sich jemand unbedingt mit dir treffen will
- Achtung! Trotzdem solltest du auch in den anderen Situationen immer vorsichtig sein, wenn du mit unbekannten Personen im Internet schreibst.**
3. Du chattest seit einiger Zeit mit einer Person im Internet, die du sympathisch findest. Doch plötzlich wirst du dazu aufgefordert, intime Bilder von dir zu schicken. Wie gehst du mit so einer Situation um?
 - ☐ Du blockierst oder löschst die Person
 - ☐ Du schickst der Person die Bilder trotzdem, weil du nicht möchtest, dass der Kontakt abbricht
 - ☐ Du fragst deine Eltern oder eine andere Vertrauensperson um Rat
 - ☐ Du ignorierst die Aufforderung und chattest weiterhin mit der Person
 - ☐ Du schickst der Person die Fotos und forderst sie dazu auf, auch Fotos von sich zu schicken
 - ☐ Du brichst den Kontakt zu der Person ab
 - ☐ Du veränderst die Sicherheitseinstellungen deines Accounts, damit dich fremde Personen nicht mehr anschreiben können

Quiz: Bekanntschaften im Netz

4. Eine gute Freundin oder ein guter Freund wird im Internet gemobbt. Wie kannst du ihr oder ihm helfen?

- ☐ Du beleidigst die Personen, die deinen Freund oder deine Freundin mobben
- ☐ Du rätst deiner Freundin oder deinem Freund, auf die Beleidigungen nicht zu reagieren
- ☐ Du erstellst dir einen Fake-Account und mobbst damit die anderen Personen
- ☐ Du zeigst deiner Freundin oder deinem Freund, wie man die Privatsphäre-Einstellungen in seinem Account ändern kann
- ☐ Du hilfst deiner Freundin oder deinem Freund dabei, sich einen neuen Account anzulegen
- ☐ Du sagst deiner Freundin oder deinem Freund, dass er oder sie einfach nicht von jedem gemocht werden kann und mit der Situation leben muss
- ☐ Du sammelst gemeinsam mit deiner Freundin oder deinem Freund Beweise, indem du die Beleidigungen in E-Mail, SMS oder Kommentaren kopierst und speicherst. Anschließend wendest ihr euch gemeinsam an eine Vertrauensperson

Achtung! Sollte nichts davon helfen, kann sich der/die Betroffene auch an die Nummer gegen Kummer wenden: 0800 – 111 0 333 (www.nummergegenkummer.de)

5. Du schreibst seit einiger Zeit mit einer Person, die du im Internet kennengelernt hast. Ihr versteht euch sehr gut und wollt euch bald im „realen“ Leben treffen. Wie gehst du dieses Treffen am besten an?

- ☐ Ihr trefft euch bei der Person zu Hause
- ☐ Ihr trefft euch an einem öffentlichen Ort
- ☐ Du nimmst eine Begleitperson mit
- ☐ Du erzählst niemandem von eurem Treffen, weil es dir peinlich ist, jemanden im Internet kennengelernt zu haben
- ☐ Du bereitest dich darauf vor, dass du möglicherweise enttäuscht werden könntest und die Person nicht deinen Vorstellungen entspricht
- ☐ Du informierst eine Vertrauensperson vorher genau darüber, wann und wo ihr euch trefft
- ☐ Ihr trefft euch an einem öffentlichen Ort, doch du lässt dich dazu überreden, an einen „ruhigeren“ Ort zu gehen, weil dir die Person doch sehr nett und vertrauenswürdig erscheint

Quiz: Bekanntschaften im Netz

Mit Freunden im Netz chatten oder online neue Bekanntschaften suchen macht Spaß, aber es gibt auch ein paar Dinge auf die du achten solltest. Wie gut kennst du dich mit den richtigen Verhaltensregeln im Internet aus? Recherchiere auf **www.loveline.de** und teste dann dein Wissen im folgenden Quiz. Achtung, es können mehrere Antworten richtig sein!

1. Du schreibst seit einiger Zeit mit einem nett wirkenden Jungen oder Mädchen im Internet. Welche Informationen von dir solltest du auf gar keinen Fall mit deiner Bekanntschaft aus dem Netz teilen?
 - ☒ (E-Mail-)Adresse
 - ☐ Vornamen
 - ☐ Telefon- oder Handynummer
 - ☒ Partyfotos
 - ☐ Musik, die du gerne hörst
 - ☐ ein Foto, auf dem du von Weitem zu sehen bist
 - ☒ Fotos in Unterwäsche
 2. Welche Situationen in Chats mit Internetbekanntschaften können gefährlich werden?
 - ☐ Wenn du nach deinem Musikgeschmack gefragt wirst
 - ☒ Wenn du gefragt wirst, ob du alleine vor dem Bildschirm sitzt
 - ☐ Wenn du nach deinen Interessen gefragt wirst
 - ☐ Wenn dir jemand ein Kompliment macht
 - ☒ Wenn jemand nach deinen sexuellen Erfahrungen fragt
 - ☐ Wenn dir jemand lustige Memes schickt
 - ☒ Wenn sich jemand unbedingt mit dir treffen will
- Achtung! Trotzdem solltest du auch in den anderen Situationen immer vorsichtig sein, wenn du mit unbekannten Personen im Internet schreibst.**
3. Du chattest seit einiger Zeit mit einer Person im Internet, die du sympathisch findest. Doch plötzlich wirst du dazu aufgefordert, intime Bilder von dir zu schicken. Wie gehst du mit so einer Situation um?
 - ☒ Du blockierst oder löschst die Person
 - ☐ Du schickst der Person die Bilder trotzdem, weil du nicht möchtest, dass der Kontakt abbricht
 - ☒ Du fragst deine Eltern oder eine andere Vertrauensperson um Rat
 - ☐ Du ignorierst die Aufforderung und chattest weiterhin mit der Person
 - ☐ Du schickst der Person die Fotos und forderst sie dazu auf, auch Fotos von sich zu schicken
 - ☒ Du brichst den Kontakt zu der Person ab
 - ☒ Du veränderst die Sicherheitseinstellungen deines Accounts, damit dich fremde Personen nicht mehr anschreiben können

Quiz: Bekanntschaften im Netz

4. Eine gute Freundin oder ein guter Freund wird im Internet gemobbt. Wie kannst du ihr oder ihm helfen?

- ☐ Du beleidigst die Personen, die deinen Freund oder deine Freundin mobben
- ☒ Du rätst deiner Freundin oder deinem Freund, auf die Beleidigungen nicht zu reagieren
- ☐ Du erstellst dir einen Fake-Account und mobbst damit die anderen Personen
- ☒ Du zeigst deiner Freundin oder deinem Freund, wie man die Privatsphäre-Einstellungen in seinem Account ändern kann
- ☒ Du hilfst deiner Freundin oder deinem Freund dabei, sich einen neuen Account anzulegen
- ☐ Du sagst deiner Freundin oder deinem Freund, dass er oder sie einfach nicht von jedem gemocht werden kann und mit der Situation leben muss
- ☒ Du sammelst gemeinsam mit deiner Freundin oder deinem Freund Beweise, indem du die Beleidigungen in E-Mail, SMS oder Kommentaren kopierst und speicherst. Anschließend wendet ihr euch gemeinsam an eine Vertrauensperson

Achtung! Sollte nichts davon helfen, kann sich der/die Betroffene auch an die Nummer gegen Kummer wenden: 0800 – 111 0 333 (www.nummergegenkummer.de)

5. Du schreibst seit einiger Zeit mit einer Person, die du im Internet kennengelernt hast. Ihr versteht euch sehr gut und wollt euch bald im „realen“ Leben treffen. Wie gehst du dieses Treffen am besten an?

- ☐ Ihr trefft euch bei der Person zu Hause
- ☒ Ihr trefft euch an einem öffentlichen Ort
- ☒ Du nimmst eine Begleitperson mit
- ☐ Du erzählst niemandem von eurem Treffen, weil es dir peinlich ist, jemanden im Internet kennengelernt zu haben
- ☒ Du bereitest dich darauf vor, dass du möglicherweise enttäuscht werden könntest und die Person nicht deinen Vorstellungen entspricht
- ☒ Du informierst eine Vertrauensperson vorher genau darüber, wann und wo ihr euch trefft
- ☒ Ihr trefft euch an einem öffentlichen Ort, doch du lässt dich dazu überreden, an einen „ruhigeren“ Ort zu gehen, weil dir die Person doch sehr nett und vertrauenswürdig erscheint

Der Flirt-Guide

Lies die Behauptungen und kreise den Buchstaben der jeweils richtigen Antwort ein.

Am Ende ergibt sich ein Lösungswort.

1. Flirten lernen kann jeder. (S)

Nur die besonders „beliebten“ Jungen und Mädchen können flirten. (W)

2. Beim Flirten ist es wichtig, besonders cool zu wirken. (U)

Beim Flirten ist es wichtig, man selbst zu sein. (I)

3. Flirten bedeutet, sich einer anderen Person anzunähern. (G)

Flirten bedeutet, jemanden anzumachen. (A)

4. Beim Flirten sollte man möglichst mysteriös, zurückhaltend und ernst wirken, um die Neugier bei einer anderen Person zu wecken. (E)

Beim Flirten sollte man möglichst offen, nett und neugierig wirken, um Interesse an einer anderen Person zu zeigen. (N)

5. Wenn ich ehrlich bin, macht mich das sympathisch. (A)

Wenn ich ein paar Details über mich hinzufüge, die nicht stimmen, wirke ich interessanter. (J)

6. Wenn ich jemanden interessant finde, ergreife ich die Initiative und spreche die Person an. (L)

Wenn ich jemanden interessant finde, warte ich ab und hoffe darauf, dass die Person mich anspricht. (M)

Lösungswort: _____

Der Flirt-Guide

Lies die Behauptungen und kreise den Buchstaben der jeweils richtigen Antwort ein.

Am Ende ergibt sich ein Lösungswort.

1. Flirten lernen kann jeder. (S)

Nur die besonders „beliebten“ Jungen und Mädchen können flirten.

2. Beim Flirten ist es wichtig, besonders cool zu wirken.

Beim Flirten ist es wichtig, man selbst zu sein. (I)

3. Flirten bedeutet, sich einer anderen Person anzunähern. (G)

Flirten bedeutet, jemanden anzumachen.

4. Beim Flirten sollte man möglichst mysteriös, zurückhaltend und ernst wirken, um die Neugier bei einer anderen Person zu wecken.

Beim Flirten sollte man möglichst offen, nett und neugierig wirken, um Interesse an einer anderen Person zu zeigen. (N)

5. Wenn ich ehrlich bin, macht mich das sympathisch. (A)

Wenn ich ein paar Details über mich hinzufüge, die nicht stimmen, wirke ich interessanter.

6. Wenn ich jemanden interessant finde, ergreife ich die Initiative und spreche die Person an. (L)

Wenn ich jemanden interessant finde, warte ich ab und hoffe darauf, dass die Person mich anspricht.

Lösungswort: SIGNAL

Quiz: Flirten im Internet

Flirten, ohne sich persönlich zu begegnen, ist nicht leicht. Wie flirtet man also mit seinem festen Freund/seiner festen Freundin oder einer Person, in die man verknallt ist, über das Internet? Lies dir die Informationen zum Thema auf [loveline.de](https://schule.loveline.de) durch und überleg dir, wie du auf die folgenden Situationen antworten oder reagieren kannst:

1. Du chattest mit der Person, in die du verliebt bist. Plötzlich schickt sie dir ein Foto von sich. Wie zeigst du ihr dein Interesse?

2. Du hast deinen festen Freund oder deine feste Freundin schon lange nicht mehr gesehen. Was schreibst oder schickst du ihm oder ihr, um zu zeigen, dass du ihn oder sie vermisst?

3. Du schreibst seit längerer Zeit mit einer Person, die du sehr nett findest, doch irgendwann antwortet sie dir immer seltener und zeigt nur noch wenig Interesse. Wie gehst du damit um?

4. Du bist in einen Jungen oder ein Mädchen aus deiner Schule verliebt. Wegen des Corona-Virus kannst du ihn oder sie schon seit längerer Zeit nicht sehen und überlegst, ob du ihn oder sie in einem sozialen Netzwerk anschreiben sollst. Wie schreibst du deinen Schwarm an?

Quiz: Flirten im Internet

Flirten, ohne sich persönlich zu begegnen, ist nicht leicht. Wie flirtet man also mit seinem festen Freund/seiner festen Freundin oder einer Person, in die man verknallt ist, über das Internet? Lies dir die Informationen zum Thema auf [loveline.de](https://schule.loveline.de) durch und überleg dir, wie du auf die folgenden Situationen antworten oder reagieren kannst:

1. Du chattest mit der Person, in die du verliebt bist. Plötzlich schickt sie dir ein Foto von sich. Wie zeigst du ihr dein Interesse?

Mögliche Antwort:

Ich mache ihr ein Kompliment zu etwas Spezifischem auf dem Bild, z. B. ihr Oberteil oder ihre Haare.

2. Du hast deinen festen Freund oder deine feste Freundin schon lange nicht mehr gesehen. Was schreibst oder schickst du ihm oder ihr, um zu zeigen, dass du ihn oder sie vermisst?

Mögliche Antwort:

Ich schicke ihm/ihr ein Lied, das mich an ihn/sie erinnert und teile meine Gefühle mit ihm oder ihr.

3. Du schreibst seit längerer Zeit mit einer Person, die du sehr nett findest, doch irgendwann antwortet sie dir immer seltener und zeigt nur noch wenig Interesse. Wie gehst du damit um?

Mögliche Antwort:

Ich frage sie direkt, ob sie noch Interesse daran hat, mit mir zu chatten. Wenn nicht, versuche ich mich damit abzufinden, dass meine Gefühle nicht erwidert werden.

4. Du bist in einen Jungen oder ein Mädchen aus deiner Schule verliebt. Wegen des Corona-Virus kannst du ihn oder sie schon seit längerer Zeit nicht sehen und überlegst, ob du ihn oder sie in einem sozialen Netzwerk anschreiben sollst. Wie schreibst du deinen Schwarm an?

Mögliche Antwort:

Ich starte das Gespräch, indem ich frage, wie es ihr oder ihm mit der jetzigen Situation geht oder nehme konkret Bezug auf eine Tätigkeit (z. B. Vereinssport), die mein Schwarm betreibt und aufgrund des Corona-Virus nicht mehr machen kann.