

Soziale Netzwerke

...und du

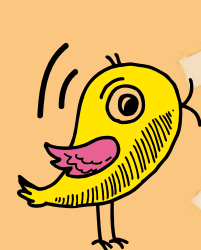


Was du schon immer über Facebook, Instagram & Co wissen solltest.

Soziale Netzwerke umgeben dich dein ganzes Leben lang: deine Familie, Mitschüler und Freunde gehören auch dazu. Facebook, Instagram oder andere soziale Netzwerke kannst du immer und überall nutzen. Bei deinen Kontakten bist du nicht an Uhrzeiten oder Orte gebunden. Du tauschst dich aus oder informierst dich, sobald du Zeit hast. Im Gegensatz zu Büchern oder Fernsehen kannst du selbst Texte und Fotos veröffentlichen, Links teilen, spielen und vieles mehr.

Wir zeigen dir, wie du damit Spaß hast und Fehler vermeiden kannst. Denn das Internet vergisst nichts.

Das musst du wissen



Verrückt + peinlich

- + Die Sängerin **Rihanna** hat über 81 Millionen Likes bei Facebook.
- + Die Sängerin **Shakira** hat über 100 Millionen.

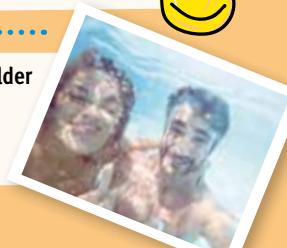
- + Der Rekord für die meisten Kommentare auf einen Post liegt bei über **1 Million**.



- + Ein Vater in Amerika versprach seinen Kindern einen Hund, wenn sie **1 Million** Likes bekommen. Ratzfatz hatten sie einen Hund.

- + Ein Schüler prahlt auf Facebook damit, die **Schule** zu schwänzen. Dummerweise ist er aber mit seinem Klassenlehrer befreundet. Und auch der Vater liest mit.

- + Ein Ehepaar postet ununterbrochen **Bilder** aus dem Urlaub. Als sie nach Hause kommen, ist ihre Wohnung komplett ausgeräumt.



So können sie dir speziell auf dich zugeschnittene Werbung anbieten. Wenn du z.B. verkallt bist, dürfen den deine Freunde ruhig wissen, aber den Supermarkt geht es nichts an.



Soziale Netzwerke im Web sind digitale Spielplätze: Du willst immer dort sein, wo sich deine Freunde aufhalten. Diese Angebote sind zwar oft kostenlos, doch ganz umsonst ist die Nutzung dennoch nicht. Denn viele Anbieter sammeln deine persönlichen Daten, werten deine Interessen aus und erfahren so auch ganz private Dinge über dich.

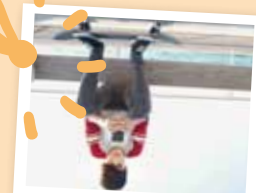
Jedes soziale Netzwerk hat andere Regeln und Bestimmungen. Bei Facebook darfst du dich erst ab 13 Jahren anmelden.

Überlege genau, was du über dich erzählst.

Das brauchst du

Einen Internetzugang

Das kann mit einem Computer oder Notebook sein, aber auch mit Smartphone oder Tablet.



Apps oder Webseiten

Es werden auch spezielle Apps angeboten, aber die schnüffeln manchmal dein Telefonbuch und mehr aus. Darum ist der Zugang über Webseiten empfehlenswerter.

E-Mail-Adressen

Es ist immer gut, zwei E-Mail-Adressen zu haben. Einen für deine Ausflüge ins Web und zu sozialen Netzwerken. Und eine Adresse für Schule und Verwandte.

Ein sicheres Passwort

Ein gutes Passwort besteht aus Zahlen, Sonderzeichen und Groß- und Kleinbuchstaben. Zum Beispiel **+M#i:n3-3ule*** Das ist sicher. Aber schwer zu merken.

Gut + schlecht



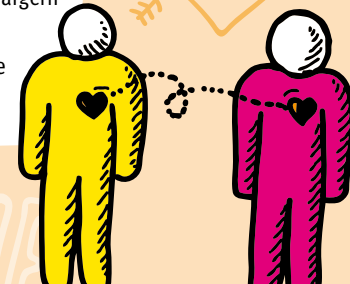
Fotos:

- ☺ **Gut ist**, dass andere durch deine Fotos viel von dir und aus deinem Leben sehen können, etwa wie du bei den Bundesjugendspielen gewinnst.
- ☹ **Schlecht ist**, dass einige Menschen Fotos von anderen in blöden oder peinlichen Situationen oder auch unerlaubte Bilder posten. Jeder Mensch hat das Recht an seinem eigenen Bild.



Mitmachen:

- ☺ **Gut ist**, dass du immer am Leben der anderen teilhaben kannst, um dich mit ihnen gemeinsam zu freuen, zu ärgern oder zu wundern.
- ☹ **Schlecht ist**, dass manche Leute andere öffentlich verspotten und mobben.



Wie es geht

Teilen:

Ist wie weiterreichen oder zeigen. Nur erreichst du im Netz mehr und schneller viele Menschen. **Aber Achtung:** Das Bild wandert über deine Freunde und deren Freunde immer weiter und weiter durch das Web. Das lässt sich weder aufhalten noch löschen.

Liken:

Zeige deinen Freunden, dass dir ein Foto besonders gut gefällt. Das können dann viele sehen. **Aber Achtung:** Schreibt jemand etwas Trauriges, kannst du ein „like“ tröstend meinen. Der andere könnte aber denken, dass dir sein Pech „gefällt“.

Kommentieren:

Schreibst du einen Kommentar, dann kannst du deine Meinung und etwas Persönliches hinzufügen. **Aber Achtung:** Ein Witz wird geschrieben oft missverstanden. Was du nett gemeint hast, könnte auch als flöckig aufgefasst werden.

Herausgegeben durch die:
Landeszentrale für Gesundheitsförderung
in Rheinland-Pfalz e.V.
Büro für Suchtprävention
Hölderlinstr. 8, 55131 Mainz
Fon: 06131 2069-0, Fax: 06131 2069-69
www.lzg-rlp.de

V.i.S.d.P.:
Dr. Matthias Krell, Geschäftsführer der LZG

Autor:
Thomas Feibel
FEIBEL.DE- Büro für Kindermedien
www.feibel.de

Redaktion und Kontakt:
Maja Bernhardt
Fachstelle „Prävention der Glücksspielsucht“ RLP,
Büro für Suchtprävention

Grafisches Konzept:
Michaela Ködel, Thomas Feibel

Bildnachweis:
Shutterstock.com

Druck:
I.B.HEIM GmbH

Materialien zur Gesundheitsförderung
LZG-Schriftenreihe Nr. 292 / Art.-Nr.: BfS 4177

5
2015

LZG Landeszentrale für
Gesundheitsförderung
in Rheinland-Pfalz e.V.



Rheinland-Pfalz
LANDESZENTRALE FÜR
GESUNDHEITSFÖRDERUNG
IN RHEINLAND-PFALZ E.V.

DIE TOPFEN DER SICHERHEIT

1

Gib dein Passwort nicht weiter

Andere können damit in deinem Namen Gemeinheiten schreiben oder auch einkaufen.

2

Überprüfe immer wieder deine Sicherheitseinstellungen

Oft ändert sich etwas, ohne dass du Bescheid weißt.

3

Das Internet vergisst NICHTS

Dumme Fotos, peinliche Kommentare lassen sich nicht wirklich löschen.

4

Vor dem Posten nachdenken

Kann das mir oder jemand anderem schaden? Kann der Witz missverstanden werden?

5

Vorsicht mit Fotos

Poste keine Bilder von anderen; weder in dummen Situationen, noch ohne ihre Erlaubnis. Keine Quatschfotos von dir selbst. Sende keine Bilder an Fremde.

6

Achte auf deine Privatsphäre

Wenn du im Bad bist, machst du die Tür zu. Auch im Netz musst du darauf achten, dass nicht jeder zu viel über dich weiß.

7

Vertraue im Netz NIEMANDEM

Sich mit seinen echten Freunden zu vernetzen, ist okay. Aber Fremde sind mit Vorsicht zu genießen. Im Netz kann der Andere ein falsches Ich vortäuschen und dich belügen.

8

Keine Verabredungen

Verabrede dich mit niemandem, den du nicht persönlich kennst. Im Internet gibt es Erwachsene, die mit dir über Sex sprechen oder haben wollen.

9

Streite nicht schriftlich

Sobald du dich mit jemandem in die Wolle kriegst, kläre das persönlich von Angesicht zu Angesicht. Schriftlich wird alles nur noch schlimmer!

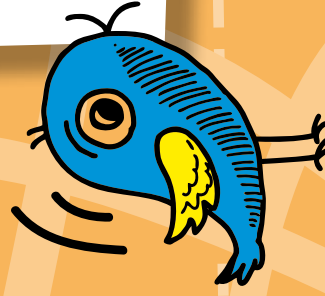
10

Was im Notfall zu tun ist

Wenn dir etwas Angst oder schlechte Gefühle macht, informiere deine Eltern. Gemeinsam könnt ihr dann Beweise sammeln und auch notfalls zur Polizei gehen.

Hilfe gibt's auch bei

jugendschutz.net und Nummergegenkummer.de



LZG

Landeszentrale für
Gesundheitsförderung
in Rheinland-Pfalz e.V.