

Situation 1: Der gemeine Kommentar



1

Was ist passiert?

A postet ein Foto auf Instagram

B kommentiert darunter etwas Gemeines über das Aussehen von A

2

Wie fühlen sich Person A und B?

A: verletzt, traurig, unsicher, beschämt

B: witzig gemeint, will Aufmerksamkeit, gelangweilt

3

Was brauchen/wünschen sich Person A und B in dieser Situation?

A: respektvoll behandelt werden, Unterstützung von Freunden, dass Kommentar gelöscht wird

B: Anerkennung/ Aufmerksamkeit bekommen, dazugehören

4

Was denken Person A und B über die Situation?

A: Warum schreibt jemand so etwas über mich? Alle sehen das jetzt.

B: Das war doch nur Spaß, mal sehen wie die Leute reagieren

5

Welche zwei möglichen Lösungen gibt es für den Konflikt?

B löscht den Kommentar und entschuldigt sich

A spricht **B** direkt darauf an oder meldet den Kommentar

Situation 2: Niemand reagiert auf einen Post



1

Was ist passiert?

A postet ein Bild oder Video

B sieht den Post, reagiert aber nicht

2

Wie fühlen sich Person A und B?

A: enttäuscht, unsicher, denkt, dass es niemandem gefällt

B: neutral, hat keine Zeit, denkt nicht weiter über die Auswirkungen nach

3

Was brauchen/wünschen sich Person A und B in dieser Situation?

A: gesehen werden, positive Rückmeldung

B: will einfach nur Social Media benutzen, ohne reagieren zu müssen

4

Was denken Person A und B über die Situation?

A: Warum liken das so wenige? War das Bild/Video schlecht? Niemand mag mich.

B: Ich schaue nur kurz durch meinen Feed.

5

Welche möglichen Lösungen gibt es für den Konflikt?

A spricht mit Freunden darüber, statt sich nur aus Likes zu verlassen
Freunde geben Feedback direkt im Gespräch statt nur über Likes

Situation 3: Ausschluss aus einer Chatgruppe



1

Was ist passiert?

A merkt, dass eine neue Chatgruppe ohne ihn erstellt wurde
B ist Teil dieser Gruppe

2

Wie fühlen sich Person A und B?

A: verletzt, traurig, ausgeschlossen
B: unsicher, will keinen Streit, folgt einfach der Gruppe

3

Was brauchen/wünschen sich Person A und B in dieser Situation?

A: dazugehören, erklärt bekommen, warum das passiert ist
B: keinen Konflikt, mit Freunden verbunden bleiben

4

Was denken Person A und B über die Situation?

A: Warum wollten sie mich nicht dabei haben? Habe ich etwas falsch gemacht?
B: Ich will niemanden verletzen.

5

Welche zwei möglichen Lösungen gibt es für den Konflikt?

Offenes Gespräch darüber führen
Die Gruppe überlegt gemeinsam, wie sie fair miteinander umgeht

Situation 4: Zu viele Nachrichten



1

Was ist passiert?

A schreibt B ständig Nachrichten
B antwortet irgendwann nicht mehr

2

Wie fühlen sich Person A und B?

A: verwirrt, traurig, denkt vielleicht, B ist sauer
B: überfordert, genervt, müde, braucht Ruhe

3

Was brauchen/wünschen sich Person A und B in dieser Situation?

A: Kontakt, Antworten
B: Pause, weniger Druck sofort zu antworten

4

Was denken Person A und B über die Situation?

A: Warum antwortet B nicht mehr?
B: Ich brauche gerade eine Pause vom Handy

5

Welche zwei möglichen Lösungen gibt es für den Konflikt?

B erklärt ehrlich, dass er gerade eine Pause braucht
A respektiert das und schreibt weniger

Situation 5: Das heimliche Foto



1

Was ist passiert?

A macht in der Schule ein Foto von B, auf dem B etwas unvorteilhaft aussieht
A schickt das Bild in eine Klassenchatgruppe oder postet es

2

Wie fühlen sich Person A und B?

A: findet es lustig, will andere zum Lachen bringen, will sich beliebter machen, denkt nicht über die Folgen nach
B: peinlich berührt, verletzt, wütend, ausgelacht

3

Was brauchen/wünschen sich Person A und B in dieser Situation?

A: Anerkennung/ Aufmerksamkeit bekommen, dazugehören
B: respektiert werden, Kontrolle über eigene Bilder, dass das Bild gelöscht wird

4

Was denken Person A und B über die Situation?

A: Das ist doch nur Spaß. Die anderen finden das bestimmt lustig.
B: Warum macht jemand so etwas mit mir? Jetzt sehen das alle.

5

Welche zwei möglichen Lösungen gibt es für den Konflikt?

A löscht das Bild und entschuldigt sich
Die Klasse spricht darüber, dass man Bilder nur mit Zustimmung postet

Situation 6: Der Vergleich mit anderen



1

Was ist passiert?

A sieht auf Instagram Bilder von B und anderen aus der Klasse
Die Bilder zeigen perfekte Outfits, Filter oder ein tolles Leben

2

Wie fühlen sich Person A und B?

A: neidisch, unsicher, fühlt sich nicht gut genug, traurig
B: stolz auf den Post, will schöne Momente teilen, möchte Likes bekommen

3

Was brauchen/wünschen sich Person A und B in dieser Situation?

A: sich selbst respektieren können, weniger Druck durch Vergleiche
B: Anerkennung, positive Rückmeldungen

4

Was denken Person A und B über die Situation?

A: Warum sieht mein Leben nicht so aus? Alle anderen haben es besser.
B: Ich hoffe, das Bild gefällt den Leuten.

5

Welche zwei möglichen Lösungen gibt es für den Konflikt?

A spricht mit Freunden darüber, wie realistisch Social Media wirklich ist
Die Klasse reflektiert gemeinsam, dass viele Bilder bearbeitet oder inszeniert sind