

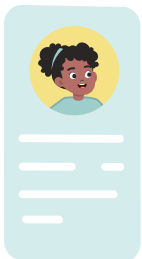
AwareNessi

Was ist Social Media?

Von Spielplätzen im Internet, schwarzen Schafen und digitalen Orten zum Plaudern



**Das fantastische
Security Activity Book**
für Kinder und Erwachsene



Inhaltsverzeichnis

Alle online!
Alle sicher?
Kinderleicht!



Liebe Kinder, liebe Erwachsene,

das Internet macht viele Dinge einfacher und kann jede Menge Spaß bringen. Doch Vorsicht – es lauert auch die eine oder andere Gefahr im Netz. Weshalb ihr bei Social Media besonders aufmerksam sein solltet und worum es sich dabei überhaupt handelt, erzählt euch AwareNessi in dieser Ausgabe. Viel Vergnügen beim Eintauchen in die Internet-Welt.

Übrigens: Wenn ihr die männliche Form von Wörtern lest, sollen sich trotzdem alle kleinen und großen Menschen angesprochen fühlen.

Geschichte (Teil 1) 03
Wer schreibt denn sowas?

 **Rätsel** 04
Findet ihr die schwarzen Schafe?

AwareNessi erklärt 05
In guter Gesellschaft

 **Ausmalbild** 06

 **Rätsel** 07
Wichtige Punkte

AwareNessi erklärt 08
Plätze und digitale Orte zum Plappern

 **Spielidee** 09
Darf ich das schreiben?

AwareNessi erklärt 10
5 Drachenweisheiten fürs Chatten und für Social Media

 **Ausmalbild** 11

Geschichte (Teil 2) 12
Die haben was zu melden

 **Bastelidee** 13
Himmel und Hölle

 **Quiz** 15
Wisst ihr Bescheid über Social Media?

 **Rätsel** 16
Direkter Draht zu euren Freunden

 **Backrezept** 17
Crêpes mit Füllung nach Wunsch

AwareNessi fasst zusammen 19
Alles zu Social Media auf einen Blick

 **Security-Yoga** 20
Achtsamkeit – das Aaa und Ooo

 **Quiz – die Auflösung** 21

Vielleicht habt ihr schon die Icons an manchen Kapiteln bemerkt? Diese zeigen euch an, auf welchen Seiten schöne, spannende und entspannende Aktivitäten auf euch warten.

Wer schreibt denn sowas?

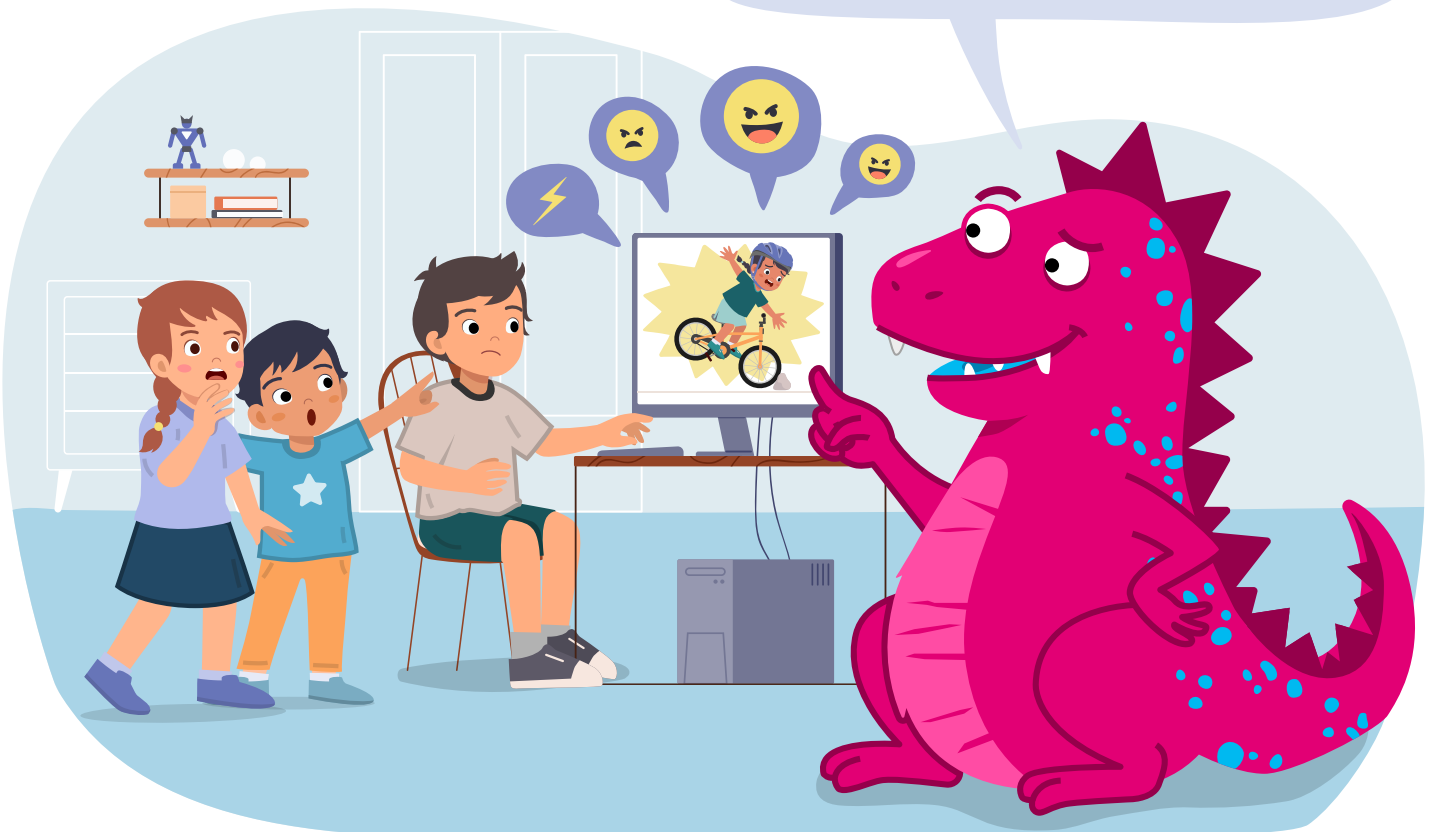
Danika und Finn sitzen am Wohnzimmermisch und spielen „Mensch, ärgere dich nicht“. Doch das mit dem Nicht-Ärgern fällt Finn gar nicht so leicht. „Och Menno, du hast ja schon wieder gewonnen“, klagt er, nachdem Danika ihn dreimal geschlagen hat. „Jetzt klappt es bestimmt“, möchte Danika ihren Bruder aufmuntern. Doch der hat keine Lust mehr: „Lass uns mal nachsehen, was Noah macht.“

Ihr älterer Bruder sitzt gerade am Computer. „Hey Noah, was schaust du dir denn da an?“ „Das ist eine Internetseite, auf der ich mich mit meinen Freunden austauschen kann.“ Er scrollt durch die Seite, um sie seinen Geschwistern zu zeigen. Da bleibt Finns Blick an einem Video hängen: „Guckt mal, das ist doch Saira.“ Noah spielt das Video ab. Darin ist zu sehen, wie ihre Freundin Saira mit dem Fahrrad stürzt.

Unter dem Video stehen fiese Kommentare, in denen die Leute sich über sie lustig machen. „Wie gemein! Warum schreiben die sowas?“ Die Kinder sind erschüttert. „Kann man da nichts gegen tun?“

Wie so oft suchen sie Rat bei AwareNessi. Der clevere Drache klärt die Kinder auf:

Die Internetseite, auf der Noah war, ist ein soziales Netzwerk. Das ist eigentlich eine schöne Sache, die Menschen verbindet. Doch leider gibt es hier schwarze Schafe, die lieber Ärger machen, statt Spaß und Freude zu verbreiten.



Findet ihr die schwarzen Schafe?



In sozialen Netzwerken tummeln sich auch schwarze Schafe. Findet ihr sie alle in diesem Bild?



In guter Gesellschaft

Sicher habt ihr schon von Facebook, TikTok oder Instagram gehört. Das sind sogenannte soziale Netzwerke: digitale Orte, an denen ihr euch mit anderen Menschen treffen und austauschen könnt – auch wenn diese ganz weit weg wohnen. „Sozial“ bezeichnet nämlich immer etwas, bei dem es um das Zusammenleben von Menschen geht. „Netzwerk“ heißt, dass Leute sich dort miteinander verbinden können. Soziale Netzwerke werden auch „soziale Medien“ genannt – oder auf Englisch: Social Media.

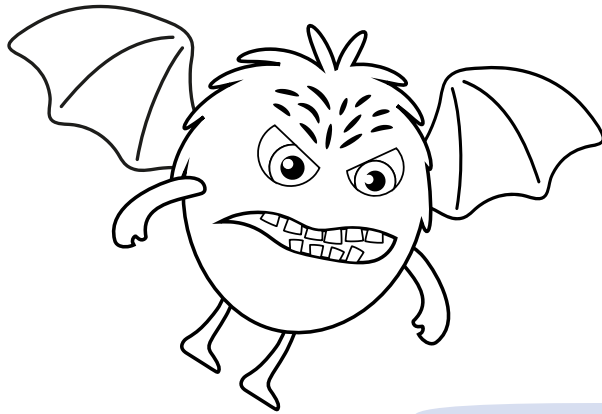


Wenn ihr euch bei sozialen Medien anmeldet, erstellt ihr ein sogenanntes Profil. Das ist eine Seite, die nur euch gehört. Hier könnt ihr etwas über euch schreiben, zum Beispiel was eure Hobbys sind, oder Fotos und Videos hochladen. Eure Freunde sehen das alles und haben die Möglichkeit, darauf mit Emojis zu reagieren oder zu kommentieren.

Das ist allerdings auch das Problem von Social Media: Jeder kann ein Profil erstellen und muss dafür nicht einmal seinen richtigen Namen angeben. Gemeine Menschen können dann fiese Sachen schreiben und niemand weiß, wer in Wirklichkeit hinter ihrem Profil steckt. Manchmal laden solche schwarzen Schafe auch Videos und Fotos von anderen Menschen hoch, ohne dass diese davon wissen – so wie bei dem Video von Saira.



Übrigens: Die meisten sozialen Medien haben ein Mindestalter. Es gibt aber auch Netzwerke extra für Kinder. Hierfür braucht ihr jedoch zumindest die Einverständniserklärung eurer Eltern.



Die meisten Menschen in den sozialen Netzwerken sind nett und wollen nur Spaß. Es gibt jedoch auch solche, die nicht so nett sind. Malt das Bild aus, um Engelchen und Teufelchen noch besser unterscheiden zu können.



Wichtige Punkte



Gebt nicht zu viel von euch in sozialen Medien preis und hüllt um manche Informationen lieber den Mantel des Schweigens. Apropos: Verbindet die Punkte in der richtigen Reihenfolge und findet heraus, wer sich hier unter dem Mantel versteckt.



Plätze und digitale Orte zum Plappern

Soziale Medien sind ein bisschen wie ein Spielplatz im Internet: Hier trifft ihr euch mit euren Freunden und tauscht euch aus. Auf manchen Social-Media-Seiten könnt ihr sogar gemeinsam spielen und kreativ sein. Und wie auf dem Spielplatz gibt es natürlich auch jede Menge Gelegenheiten, um miteinander zu plaudern – und zwar per Chat.



Was ist ein Chat

Das Wort „Chat“ kommt aus dem Englischen und bedeutet „Unterhaltung“ oder „Gespräch“. Bei einem Chat schickt ihr euch mit euren Freunden Textnachrichten hin und her. Das nennt sich dann „chatten“. Stellt euch vor, ihr schreibt euch gegenseitig kleine Briefe, nur eben im Internet. Die meisten sozialen Netzwerke bieten eine Funktion zum Chatten und Nachrichtenversenden an. Ihr könnt dafür allerdings auch ein eigenes Programm benutzen: einen sogenannten Messenger.



Was ist ein Messenger

Ein Messenger ist ein Programm extra zum Chatten. Wie das Wort „Chat“ ist auch das Wort „Messenger“ englisch: Es heißt „Bote“ oder „Kurier“. Denn wie ein solcher überbringt ein Messenger Nachrichten an eure Freunde. Neben reinem Text könnt ihr auch Bilder, Videos, Musik und Sprachnachrichten verschicken. Die bekanntesten dieser Nachrichtendienste sind WhatsApp und Facebook Messenger.

Darf ich das schreiben?



Ob auf eurem Profil, im Chat oder in einem Messenger: Überlegt euch gut, was ihr schreibt. Welche der folgenden Sätze dürft ihr bedenkenlos schreiben? Die Auflösung findet ihr unten auf der Seite.

A: Heute war ich Eis essen. ☐ Ja ☐ Nein

B: Du bist ein Doofkopf, den niemand mag! ☐ Ja ☐ Nein

C: Ich wohne in der Drachensstraße 12. ☐ Ja ☐ Nein

D: Ich habe meine Eltern ganz doll lieb. ☐ Ja ☐ Nein

E: Hast du schon gehört, was sich alle über Saira erzählen? ☐ Ja ☐ Nein

Auflösung: A) und D) dürft ihr schreiben, B), C) und E) nicht.

5 Drachenweisheiten fürs Chatten und für Social Media



Bleibt jederzeit nett und rücksichtsvoll.

- 1 Worte können wehtun. In sozialen Medien sind sie zudem manchmal noch für andere lesbar. Seid daher immer freundlich und respektvoll anderen gegenüber. Schreibt nur, was ihr selbst auch über euch lesen wollt.

Meldet euch, wenn euch etwas stört.

- 2 Ihr fühlt euch bedrängt, bedroht oder unwohl? Andere ärgern euch, schreiben gemeine Sachen oder laden Fotos von euch hoch? Behaltet es nicht für euch, sondern sprecht unbedingt mit euren Eltern darüber.

Überlegt genau, was ihr veröffentlicht.

- 3 Denkt daran: Nicht jeder ist im Internet, wer er vorgibt zu sein. Verratet Persönliches nur Menschen, die ihr wirklich kennt – und am besten nicht übers Internet. Macht Informationen wie eure Adresse oder Telefonnummer niemals in Social Media öffentlich.

Achtet darauf, was ihr mit Freunden teilt.

- 4 Ihr möchtet einen witzigen Kommentar, ein lustiges Bild oder ein peinliches Video mit euren Freunden teilen? Überlegt euch vorher genau, ob ihr damit jemanden verletzen oder ärgern könntet.

Glaubt nicht sofort alles, was ihr lest.

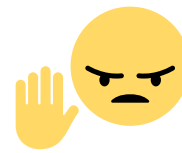
- 5 Jeder kann sich in sozialen Medien oder bei einem Messenger anmelden. Dadurch fühlen sich manche Leute frei, irgendwelchen erfundenen Quatsch zu schreiben.



Bei den ganzen Informationen in den sozialen Medien kann einem schon mal der Kopf schwirren. Vielleicht hilft euch dieses Mandala beim Entspannen. Malt es aus und lasst dabei die Gedanken zur Ruhe kommen.



Die haben was zu melden



Nachdem AwareNessi die Kinder über soziale Medien aufgeklärt hat, zeigt er ihnen noch eine wichtige Funktion. „Seht ihr dieses Feld?“ Der Drache zeigt auf eine Schaltfläche mit der Beschriftung „Melden“ neben dem Video von Saira. Das machen wir jetzt auch direkt mal bei

Wenn ihr da draufklickt, könnt ihr dem Besitzer des Netzwerks gemeine und gefährliche Inhalte melden. Die kümmern sich dann darum, dass diese gelöscht werden.

dem Video von Saira. Dass alle Welt ihren Sturz mit dem Fahrrad sieht – ich kann mir nicht vorstellen, dass sie das möchte.“ „Und außerdem sind die Kommentare unter dem Video auch total beleidigend“, ergänzt Noah. „Richtig“, meint AwareNessi, „soziale Netzwerke sollten schließlich dazu da sein, dass ihr Menschen euch noch besser versteht und zusammen Spaß im Internet habt.“



Finn brummt ein wenig der Kopf vor lauter Informationen: „Das kann ich mir alles gar nicht merken.“ „Du brauchst dir darüber zum Glück auch erst einmal keine Gedanken machen. Für Social Media bist du sowieso noch etwas zu jung“, schmunzelt AwareNessi. „Bis du alt genug bist, kannst du deine Freunde ganz normal auf dem Spielplatz treffen. Und dafür musst du nicht einmal ein Profil anlegen.“

Himmel und Hölle

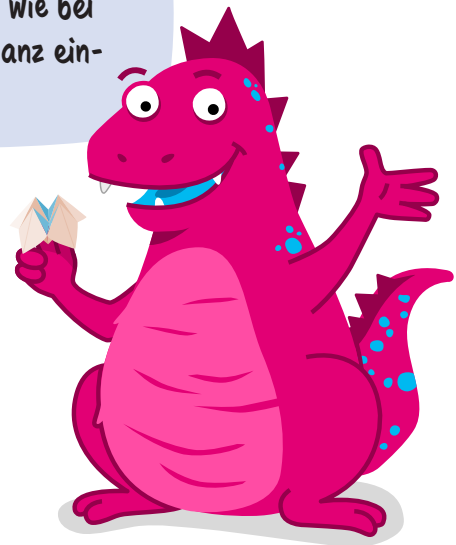


- **1 Stück Papier**
(quadratisch zurechtgeschnitten)
- **2 Filzstifte**
(zum Beispiel in Rot und Blau)

Das braucht ihr



Soziale Medien haben viele schöne Seiten: Ihr könnt sehen, was eure Freunde machen, Fotos anschauen und euch unterhalten. Doch es gibt auch nicht so schöne Seiten. Das ist fast so wie bei dem Spieleklassiker „Himmel und Hölle“. Den könnt ihr ganz einfach selbst basteln.



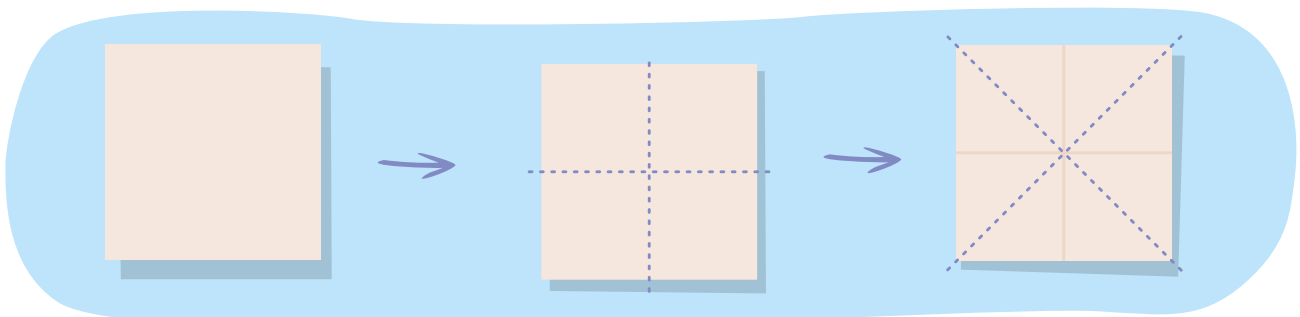
So wird's gemacht

1

Faltet das Blatt mittig von links nach rechts, klappt es wieder auf und faltet es von oben nach unten.

2

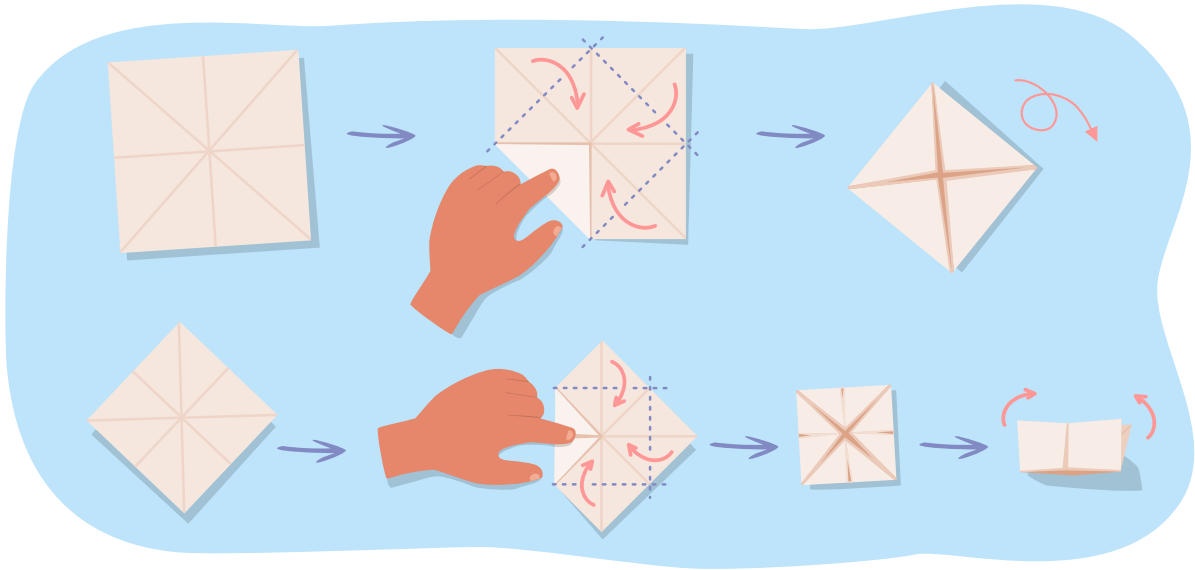
Klappt das Blatt wieder auf und knickt es in beide Richtungen diagonal.





3

Klappt alle Ecken zum Mittelpunkt. Dreht das Papier um und klappt abermals alle Ecken zum Mittelpunkt.

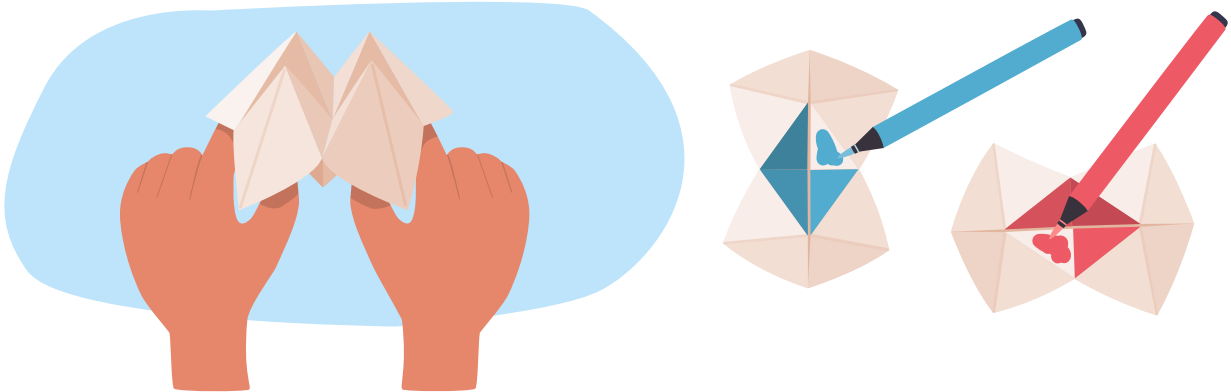


4

Durch das Falten entstehen vier Spitzen. Greift in diese mit vier Fingern von unten hinein.

5

Je nachdem wie ihr eure Finger bewegt, werden unterschiedliche Flächen auf der Innenseite des Spiels sichtbar. Malt die vier jeweils gegenüberliegenden Innenflächen blau (für den Himmel) und rot (für die Hölle) an.



6

Geschafft! Jetzt könnt ihr mit dem Spielen anfangen: Drückt die Spitzen so aneinander, dass sie in der Mitte zusammenstoßen und die Farben der Innenflächen nicht mehr zu sehen sind.

7

Fragt euren Mitspieler nun: „Himmel oder Hölle?“ Dieser muss sich entscheiden und außerdem eine Richtung nennen (waagrecht oder senkrecht), in welcher ihr das Spiel öffnet. Lag er mit seiner Antwort richtig (wenn er beispielsweise „Himmel“ gesagt hat und die blauen Innenflächen zu sehen sind), kriegt er einen Punkt.



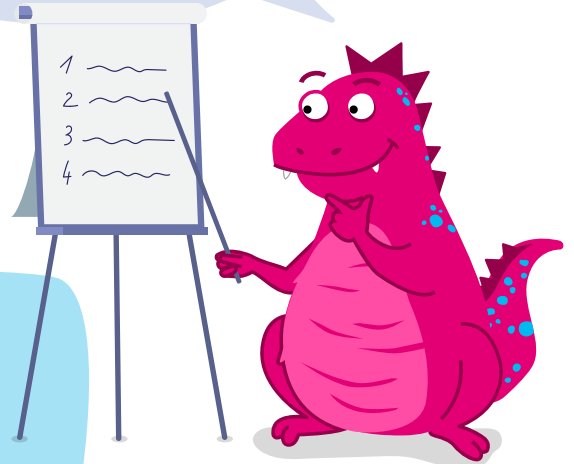
Wisst ihr Bescheid über Social Media?



Testet euer Wissen direkt einmal mit diesem Quiz. Macht es gemeinsam mit euren Eltern und sprecht anschließend darüber.

Sozial sein, heißt,
gut zusammenzuleben –
danach lasst uns auch
in Social Media streben!

Übrigens: Die Quiz-Auflösung findet ihr auf Seite 21.



1 Wofür sind soziale Medien gemacht?

- A: Für den Austausch mit anderen Menschen.
- B: Für das Verschicken von Hausaufgaben.
- C: Für die Übertragung von Sportveranstaltungen.

2 Was ist ein Profil?

- A: Ein Mensch, der unerlaubt Fotos hochlädt.
- B: Ein lustiger Kommentar unter einem Video.
- C: Eine persönliche Seite in einem sozialen Netzwerk.

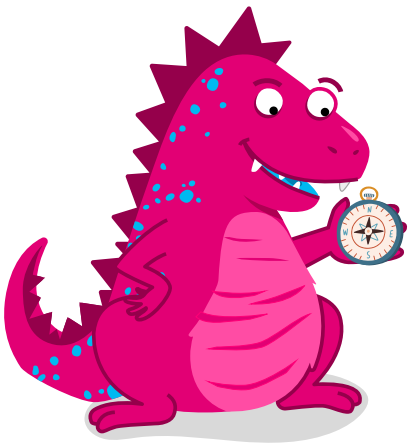
3 Womit könnt ihr chatten?

- A: Mit einem Messenger.
- B: Mit einer Computermouse.
- C: Mit einem Betriebssystem.

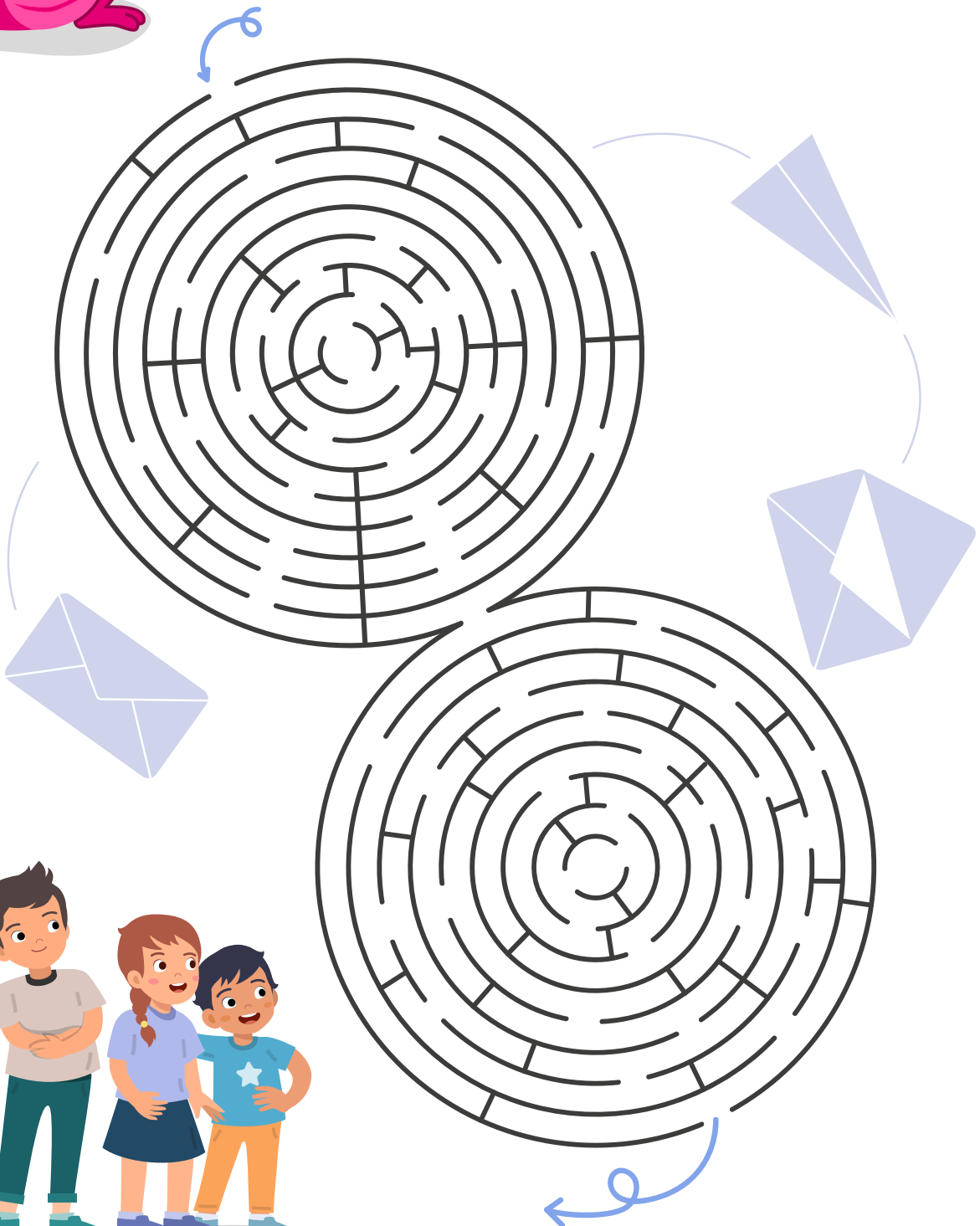
4 Was dürft ihr bei Social Media bedenkenlos teilen?

- A: Eure Adresse und Telefonnummer.
- B: Nettigkeiten und freundliche Worte.
- C: Fotos von anderen Menschen.

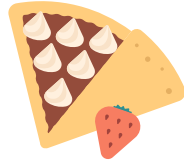
Direkter Draht zu euren Freunden



Social Media und Messenger machen es euch ganz leicht, eure Freunde zu erreichen. Im Gegensatz zu diesem extra schwierigen Labyrinth: Könnt ihr mir helfen, zu Danika, Finn und Noah zu kommen?



Crêpes mit Füllung nach Wunsch



Das braucht ihr ↪

Vorsicht und Umsicht sind in den sozialen Medien wichtig. Das ist ein bisschen wie mit Crêpes: Beim Backen sind Aufmerksamkeit und Fingerspitzengefühl gefragt – und anschließend heißt es beim Füllen, sich austoben und ausprobieren.

- 300 g Mehl
- 100 g Margarine
- 4 Eier
- 400 ml Milch
- 1 Prise Salz
- 2 EL Rapsöl
- **Füllung nach euren Vorlieben:** zum Beispiel Schokocreme für alle, die es süß mögen, oder Schinken und Käse für die Liebhaber von Herzhaftem



Und so geht's



1

Vermixt Eier, Margarine und Salz in einer Schüssel.

2

Gebt nach und nach das Mehl hinzu, bis eine glatte Masse entsteht.

3

Mischt die Milch bei und verrührt alles gut, bis ihr einen Teig ohne Klümpchen erhaltet.

4

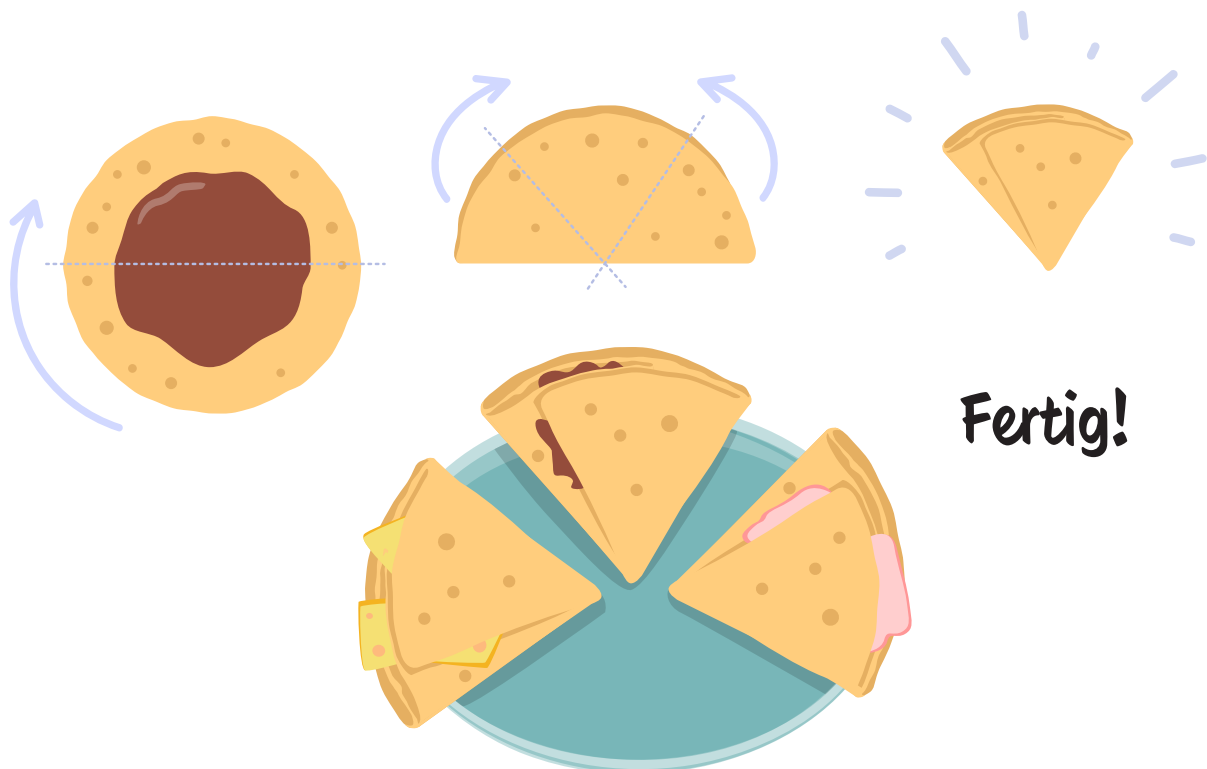
Rührt anschließend das Öl unter und lasst den Crêpe-Teig etwa 60 Minuten ruhen.

5

Nun könnt ihr Crêpes backen. Gebt mit einer Suppenkelle ein wenig Teig in eine Pfanne. Verstreicht diesen mit kreisenden Bewegungen, so dass eine ganz dünne Schicht den Pfannenboden bedeckt. Noch besser: Ihr benutzt ein Crêpe-Eisen (falls vorhanden).

6

Wendet den Teig nach 30 bis 60 Sekunden und gebt eure Füllung auf die Oberseite. Klappt den Crêpe einmal in der Mitte und dann noch einmal von beiden Seiten tütenförmig zusammen.



Fertig!

Alles zu Social Media auf einen Blick



➡ Social Media ist ...



- der englische Ausdruck für soziale Medien und soziale Netzwerke: Das sind digitale Orte, auf denen Menschen sich treffen und austauschen können. Hier könnt ihr Fotos und Videos hochladen, anschauen, kommentieren und mit euren Freunden teilen.
- nur bedingt für ganz kleine Menschen geeignet. Nicht ohne Grund haben große Netzwerke eine Altersbeschränkung.

➡ Achtet auf ...

- euer Verhalten und eure Wortwahl. Behandelt andere in sozialen Medien und Chats, wie ihr es euch auch für euch wünscht.
- alle Informationen, die ihr über euch preisgebt. Fremde sollten nicht einfach so persönliche Dinge wie eure Adresse oder Telefonnummer herausfinden können.



➡ Schützt euch und ...

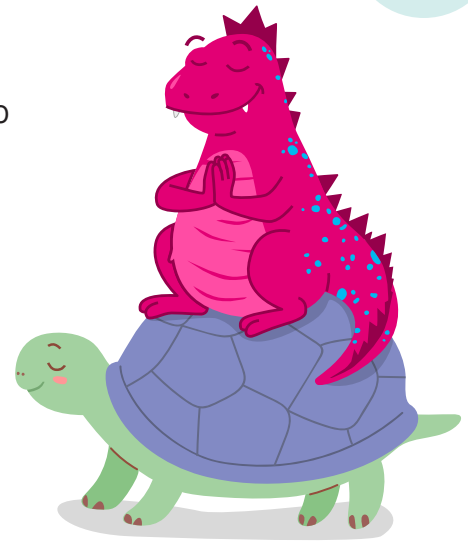
- sprecht mit euren Eltern, wenn euch in sozialen Netzwerken etwas unangenehm ist oder komisch vorkommt.
- meldet Inhalte, die gemein, beleidigend und unfair gegenüber euch oder anderen sind.

Achtsamkeit – das Aaa und Ooo



In vielen sozialen Medien könnt ihr einstellen, wer was von euch sehen und lesen darf. Denkt trotzdem immer zweimal nach, was ihr über andere schreibt und was ihr teilt. Das Motto lautet: überlegt und besonnen handeln.

Dabei hilft euch die folgende Yoga-Übung. Sie heißt „die Schildkröte“ und steht für Bedächtigkeit und Durchsetzungskraft. Denn auch das gehört bei Social Media dazu: „Nein!“ sagen und anderen zeigen, wo eure Grenzen liegen.



Und so geht's:

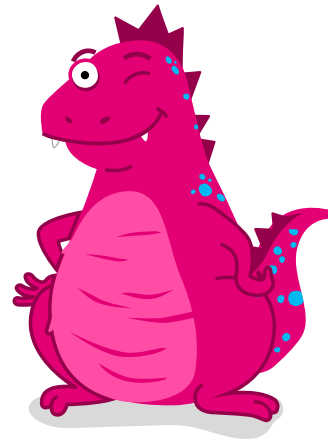
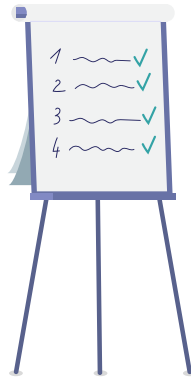
1. Stellt euch in einer weiten Hocke hin und schiebt die Arme von innen nach außen unter den Kniekehlen durch.
2. Lasst euren Po auf den Boden sinken und zieht die Wirbelsäule in die Länge. Legt eure Handflächen ab und streckt die Arme seitlich weg vom Körper.
3. Rutscht mit den Fersen nach vorne und streckt die Beine. Die Zehen zeigen nach oben.
4. Lasst den Oberkörper nach vorne sinken, bis Kinn und Brust den Boden berühren. Schiebt euer Steißbein nach hinten und zieht den oberen Rücken in die Länge.
5. Dreht die Oberschenkel nach innen. Achtet darauf, dass sie immer den Brustkorb berühren.
6. Entspannt die Hüften und sinkt mit jeder Ausatmung tiefer in die Haltung.



Viel Spaß beim Ausprobieren!

Eure Familie und Freunde können gerne mitmachen. Am besten ist es natürlich, wenn Mama oder Papa die Anleitung vorlesen, während ihr die Übung ausführt.

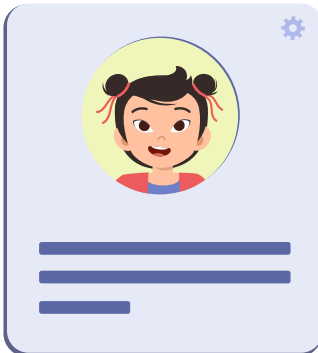
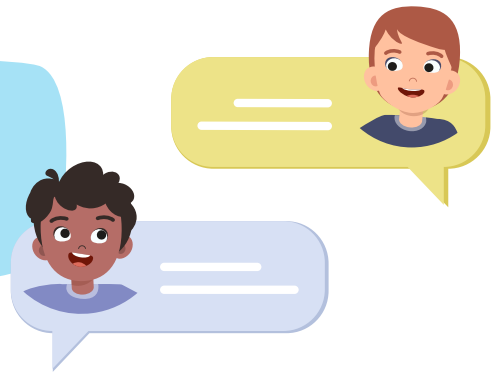
Quiz-Auflösung



1

Wofür sind soziale Medien gemacht?

A: Für den Austausch mit anderen Menschen.



2

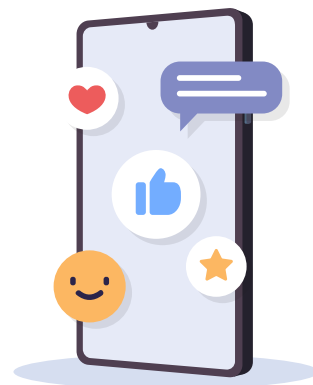
Was ist ein Profil?

C: Eine persönliche Seite in einem sozialen Netzwerk.

3

Womit könnt ihr chatten?

A: Mit einem Messenger.



4

Was dürft ihr bei Social Media bedenkenlos teilen?

B: Nettigkeiten und freundliche Worte.

TELEKOM SECURITY

DEUTSCHE TELEKOM SECURITY GMBH

Chapter Security Awareness and Communication

Bonner Talweg 100, 53113 Bonn, Deutschland

Kontakt: Security-Awareness@telekom.de

Jetzt wisst ihr, wie ihr euch in den sozialen Medien verhalten solltet und schützen könnt.

Seid schlau und schaut immer genau.



Gerne darf unser fantastisches Security Activity Book auch zu privaten, nicht-kommerziellen Zwecken an neue AwareNessi-Fans verteilt werden!

Bei kommerziellem Interesse wendet euch bitte an die oben genannte Kontaktadresse.