

# PRAXIS INFO

## Gefährliche Online-Challenges und Mutproben

Erkenntnisse und Handlungsempfehlungen

Mai 2019

**Auf Social-Media-Plattformen und in den Medien sorgen immer wieder Challenges für Furore und finden zahlreiche Nachahmer. Die Herausforderungen gelten als hip und unterhaltsam, verbreiten sich schnell im Netz und können durch gegenseitiges Nominieren Mitmachzwang erzeugen. Viele sind spaßig und harmlos, einige können jedoch zu schweren gesundheitlichen Schäden führen. Vor allem junge Nutzerinnen und Nutzer fühlen sich von den gefährlichen Challenges und Mutproben im Netz angezogen und denken nicht an die mitunter lebensgefährlichen Risiken. jugendschutz.net stößt bei der Sichtung von beliebten Social-Media-Diensten immer wieder auf sehr riskante Challenges. Kinder und Jugendliche, aber auch Eltern, Pädagoginnen und Pädagogen sowie Journalistinnen und Journalisten sollten für mögliche Gefahren sensibilisiert und aufgeklärt werden.**

## Was sind Challenges?

Challenges (englisch für Herausforderungen) sind ein weltweiter Internettrend, bei dem vor allem Kinder und Jugendliche vor der Kamera eine bestimmte Handlung ausführen und das Video auf Social-Media-Plattformen hochladen oder per Messenger an ihre Kontakte verschicken. Häufig werden zudem andere herausgefordert, es ihnen gleich zu tun. Je nach Ausführung befriedigen Challenges bei den Zuschauern das Bedürfnis nach Unterhaltung und/oder Schadenfreude. Aufseiten der Onlinesteller indes locken Aufmerksamkeit und Anerkennung.

## Risiken für Kinder und Jugendliche

Herausforderungen und Mutproben hat es immer schon gegeben. Sie gehören zum entwicklungsbedingten Risikoverhalten vieler Jugendlicher dazu. Diese stellen sich gerne anspruchsvollen Herausforderungen, um sich selbst und anderen den eigenen Mut zu beweisen und Anerkennung dafür zu erhalten. Durch das Internet sind die Herausforderungen aber viel bedeutsamer geworden. Videos von Challenges werden bewusst für Social Media erstellt, vielfach geteilt und gelikt. Sie verbreiten sich als Internethype sehr schnell, erzielen eine große Reichweite und dienen, versehen mit entsprechenden Hashtags, als Beweise, für die man bei Facebook, Instagram, TikTok, Twitter oder YouTube von Tausenden bewundert oder aber angegriffen wird.

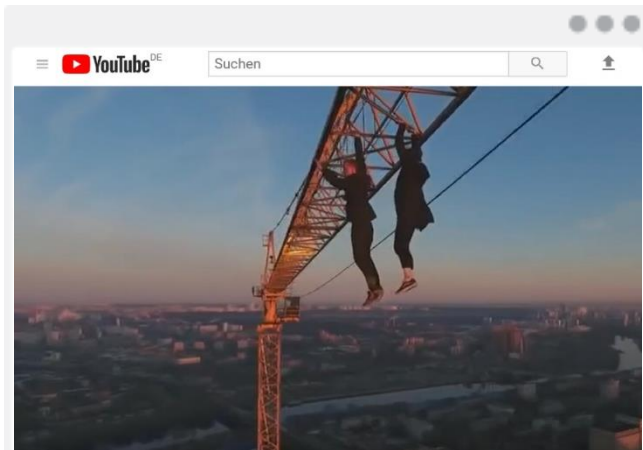
Auf der einen Seite gibt es viele harmlose Challenges, die vorrangig zum Spaß oder für einen guten Zweck ins Leben gerufen werden und der reinen Unterhaltung dienen. In der Regel besteht bei diesen nicht die Gefahr, dass jemand zu Schaden kommt. Auf der anderen Seite gibt es immer wieder riskante Challenges und Mutproben, die andere Nutzerinnen und Nutzer – insbesondere Kinder und Jugendliche – zu gefährlichen Handlungen ermutigen oder gar auffordern und schwere gesundheitliche Folgen haben können. Die Bandbreite und die damit verbundenen Risiken sind groß. Bekannt oder weit verbreitet sind z.B. folgende Challenges:

- extreme Hunger-Wettbewerbe, so genannten "Pro-Ana-Challenges", die Essgestörte in ihrer Krankheit bestätigen bzw. bei Gefährdeten den Einstieg in eine Essstörung fördern



Eine Jugendliche hungert mit jedem Retweet und jedem Follower immer weiter.  
(Quelle: Twitter, Original unverpixelt)

- die Zimt-Challenge, bei der ein Löffel voller Zimt geschluckt werden muss, was zu allergischen Reaktionen und Erstickungsanfällen führen kann
- "Roofing", das illegale Klettern auf hohe Gebäude ohne Sicherung, bei dem die Gefahr besteht, abzustürzen



"Roofing": Gefährliches illegales Klettern an einem Kran (Quelle: YouTube)

- die "Fire-Challenge", bei der schwere Verbrennungen drohen, da man sich mit brennbarer Flüssigkeit einreibt und diese dann entzündet
- das "Trainsurfing" / "Backriding", bei dem man außen auf Zügen mitfährt, wobei ein entgegenkommender Zug oder eine Vollbremsung sogar tödliche Folgen haben kann
- die "Tide-Pod-Challenge", die dazu auffordert, ein Waschmittelpad zu essen, was zu einer Vergiftung führen kann
- das "Choking-Game" (Würgespiel), bei dem durch absichtliche Unterbrechung der Sauerstoffzufuhr eine Ohnmacht herbeigeführt wird, was zu verheerenden Gesundheitsschäden sowie irreparablen Hirnschäden führen kann
- Suizid-Challenges wie "Blue Whale" oder "Momo", die zu Selbstverletzungen und gar zum eigenen Suizid auffordern

Die Aufzählung ist nicht abschließend und enthält nur einige der gefährlichen Online-Challenges. Es kommen immer wieder neue hinzu.

Für ein paar Likes und Kommentare mehr, tun viele Userinnen und User immer gefährlichere Dinge, um sich von der Masse der abzuheben. Natürliche Hemmschwellen, Ängste und Grenzen werden immer häufiger überschritten. Das kann insbesondere bei Kindern und Jugendlichen den Druck erhöhen, selber gefährliche Challenges auszuprobieren oder nachzuahmen, um möglichst viel Anerkennung zu erhalten.

Ernstgemeinte Warnungen gibt es in den Videos kaum. Stattdessen werden Challenges, die schief gelaufen sind, so genannte Fails (englisch von to fail = scheitern), auch ins Netz gestellt und bekommen zu meist sogar noch mehr Klicks. Der Spott und die Schadenfreude anderer Userinnen und User zeigen sich auch oft in den zahlreichen Kommentaren, die derartige Videos erhalten. Dadurch, dass man die Person vor der Kamera nicht kennt, sinkt das Mitgefühl und die Hemmschwelle. Hier liegen auch große Gefahren für Cybermobbing.



Mobbing-Hashtags in einem Post, der einen Jungen mit Verletzungen durch die "Fire-Challenge" zeigt. (Quelle: Instagram, Original unverpixelt)

## Was unternimmt jugendschutz.net?

jugendschutz.net nimmt Hinweise auf Inhalte, die gefährliche Challenges und Mutproben zeigen und/oder zur Teilnahme auffordern unter <https://www.jugendschutz.net/hotline/> bzw. [hotline@jugendschutz.net](mailto:hotline@jugendschutz.net) entgegen.

Da in der Mehrzahl ausländische Social-Media-Plattformen betroffen sind, sind die Handlungsmöglichkeiten eingeschränkt.

jugendschutz.net meldet jugendgefährdende Videos den jeweiligen Diensten und fordert sie auf, geeignete Maßnahmen zu ergreifen.

jugendschutz.net stellt Plattformbetreibern zudem ein Best Practice Paper Selbstgefährdung zur Verfügung. Dieses enthält praxisnahe Einschätzungs- und Bewertungshilfen zu Inhalten, die selbstgefährdende Verhaltensweisen zeigen. Gleichmaßen werden Empfehlungen zu proaktiven und weiterführenden Maßnahmen sowie zu Online-Beratungseinrichtungen gegeben.

jugendschutz.net tauscht sich zudem regelmäßig mit Plattformbetreibern, weiteren Hotlines und Initiativen wie Klicksafe, jugend.support, SchauHin oder Nummer gegen Kummer aus.

## Was müssen Plattformbetreiber tun?

Anbieter müssen ihre Plattformen so gestalten, dass junge Userinnen und User vor riskanten, gefährlichen Challenges und Mutproben geschützt werden. Dabei ist ein proaktives Vorgehen wünschenswert. Die schnelle Entfernung von Inhalten, die gefährliche Challenges verharmlosen oder verherrlichen, ist eine wichtige Voraussetzung, um gefährdete Userinnen und User zu schützen. Es braucht zudem Nutzungsbedingungen, die derartige Inhalte untersagen sowie effektive, gut erreichbare und einfach zu handhabende Beschwerde- und Hilfesysteme.

## Handlungsempfehlungen für die Praxis

### Was können Nutzerinnen und Nutzer tun?

Userinnen und User sollten riskante Online-Challenges und Mutproben melden, aber nicht zur weiteren Verbreitung beitragen. Auch Warnungen vor problematischen Herausforderungen sollten nicht öffentlich gepostet oder gelikt werden, da dies die Verbreitung fördert.



Warnungen vor problematischen Challenges sollten nicht gepostet oder gelikt werden, da dadurch die Verbreitung der Challenges gefördert wird.

(Quelle: Twitter)

- Challenges und Mutproben, die gefährliches oder gesundheitsschädliches Verhalten fördern, sollten immer bei den Plattformen direkt gemeldet werden. Zusätzlich helfen Meldestellen wie [jugendschutz.net](https://www.jugendschutz.net) oder [internet-beschwerdestelle.de](https://www.internet-beschwerdestelle.de).
- Bei akuten Gefahrensituationen sollten sich Userinnen und User direkt an die Polizei wenden.

### Was können Eltern und Pädagoginnen und Pädagogen tun?

Es ist wichtig, Kinder und Jugendliche für die Mechanismen von Online-Challenges zu sensibilisieren. Präventive Aufklärung und eine regelmäßige Begleitung der Internetnutzung von Kindern wirken am besten.

- Sprechen Sie das Thema Online-Challenges offen an. Klären Sie das Kind über die Gefahren von riskanten Mutproben auf, besonders, wenn gerade wieder eine gefährliche Challenge zum Internethype mutiert und in aller Munde ist.
- Ermutigen Sie das Kind, nicht alles mitzumachen und kritisch zu hinterfragen, welche Challenge es nachmachen will. Bei schwer zu erfüllenden Aufgaben sollten vorher unbedingt die möglichen Folgen abgewogen werden. Von riskanten Challenges, bei denen man sich Schaden oder verletzen kann, ist ganz klar abzuraten. Hier gilt es, Kinder und Jugendliche darin zu bestärken, sich nicht in unnötige Gefahr zu begeben.
- Sprechen Sie darüber, dass nicht alles, was im Internet zu sehen ist, zwingend echt sein muss. Vermutlich "einfache" bzw. "machbare" Challenges können gefakt sein und somit bei Nachahmung doch größere Gefahren in sich bergen.
- Wer in Social-Web-Plattformen für eine Challenge benannt bzw. nominiert wird, steht unter dem Druck, sich der Herausforderung zu stellen. Der soziale Druck darf aber nicht dazu führen, ein gesundheitsschädliches Verhalten in Kauf zu nehmen. Ermutigen Sie das Kind darin, zu gefährlichen Mutproben Nein zu sagen.
- Da sich manche Challenges auch über Messenger-Dienste wie WhatsApp verbreiten, sollten Eltern, bei der Messengernutzung ihrer Kinder vorsichtig sein. Eine Kontaktaufnahme über derartige Dienste kann man nicht verhindern, sobald die Telefonnummer in die falschen Hände gerät. Daher sollte man bei der Weitergabe der Nummer und beim Eintreten in öffentliche Gruppen besonders vorsichtig und sparsam sein.

- Sollte das Thema an der Schule oder im Freundeskreis aktuell sein, wenden Sie sich auch an die Klassenlehrerin oder den Klassenlehrer, die Schulsozialarbeiterin oder den Schulsozialarbeiter oder die Direktion. Sprechen Sie sich auch mit anderen Eltern ab.

### **Beratung und Hilfe**

jugendschutz.net empfiehlt folgende Beratungsangebote:

- [juuport.de](http://juuport.de): Selbstschutz-Plattform von Jugendlichen für Jugendliche. Gegenseitige Hilfe bei Problemen in und mit dem Web.
- [nummergegenkummer.de](http://nummergegenkummer.de): Anonyme und kostenfreie Beratung per E-Mail oder Telefon für Kinder, Jugendliche und Eltern.

### **Hinweise für Journalistinnen und Journalisten**

Je mehr über gefährliche Online-Challenges und Mutproben berichtet wird, desto mehr Aufmerksamkeit erhalten sie. Dies birgt jedoch die Gefahr, dass Kinder und Jugendliche nach Videos der Challenges im Netz suchen, was die Nachahmungsgefahr erhöht.

- Medienberichte sollten daher sehr sensibel und zurückhaltend gestaltet sein, um gefährdete Userinnen und User nicht auf derartige Internet-Angebote aufmerksam zu machen.
- Medienberichte sollten insbesondere nicht auf einschlägige Hashtags bzw. Suchbegriffe verweisen oder gar detaillierte Anleitungen zu den gefährlichen Aufgaben der Challenges und Mutproben veröffentlichen. Diese können gefährdungsgeneigte Jugendliche zum Nachmachen animieren.
- Medienberichte sollten die Mechanismen gefährlicher Online-Challenges und den damit verbundenen Medienhype kritisch hinterfragen sowie die Risiken und Gefahren aufzeigen.



## Weiterführende Informationen



[www.jugendschutz.net/selbstgefaehrung](http://www.jugendschutz.net/selbstgefaehrung)

## Meldemöglichkeiten



[www.jugendschutz.net/hotline](http://www.jugendschutz.net/hotline)



[www.internet-beschwerdestelle.de](http://www.internet-beschwerdestelle.de)

## Kindern und Jugendlichen ein gutes Aufwachsen mit Medien ermöglichen

jugendschutz.net ist das gemeinsame Kompetenzzentrum von Bund und Ländern für den Schutz von Kindern und Jugendlichen im Internet.



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend



KJM  
Kommission für  
Jugendmedienschutz

die  
medienanstalten



Gefördert vom



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie *leben!*

GUTES  
AUFWACHSEN  
MIT MEDIEN

