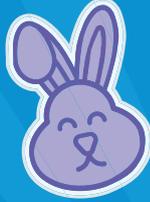


klicksafe



YEAH



WOW



# Challenges – Alles nur Spaß???

OMG



Kofinanziert von der  
Europäischen Union

## Challenges – Alles nur Spaß?

### Thematische Einführung

Wir kennen sie aus unserer Kindheit: Schulhofspiele, kleine Wettbewerbe oder auch Mutproben auf Kindergeburtstagen, bei denen es häufig darum geht, die Rolle in der Gruppe oder Klasse zu finden oder zu verfestigen. Nicht selten sind diese kleinen Spiele auch Anlass für Tränen. Im Internet, vor allem auf YouTube und TikTok, hat seit einigen Jahren mit sogenannten Challenges die Kultur des „Wettbewerbs“ neue Dimensionen angenommen. Bei Internet Challenges zeigt man sich, mit unterschiedlichen Aufgaben und Mutproben konfrontiert, öffentlich und mithilfe von Bildern und Videos.

Die meisten Internet-Challenges sind harmlos und verbreiten sich über die sozialen Netzwerke. Sie werden geteilt, geliked und den Freund\*innen vorgeschlagen. Nicht selten befeuern solche Produktionen wie der Netflix-Hit „Squid Game“ problematische Mutproben. Gerade auf Jugendliche üben sie einen besonderen Reiz aus, da sie herausfordernd und witzig sein können. Einige Challenges bergen reale Gefahren, können ernste Verletzungen hervorrufen, psychisch belastend sein oder gar zum Tod führen.

Wie stossen Kinder und Jugendliche auf solche Inhalte und was bewirken negative Challenge Videos bei ihnen? Diesen Fragen geht die Landesanstalt für Medien NRW in einer → [Untersuchung von 2024](#) nach. Dafür wurden über 750 TikTok-Nutzende zwischen 10 und 16 Jahren befragt und rund 2500 TikTok-Videos analysiert. Die Inhaltsanalyse zeigt, dass mehrheitlich harmlose Tanz- oder Sing-Challenges im Umlauf sind. Rund ein Drittel der Videos beinhalten jedoch potenziell schädliche und ein Prozent sogar potenziell tödliche Challenges.

Da das Genre der Challenge-Videos bei Kindern und Jugendlichen sehr beliebt ist, diese jedoch häufig unreflektiert konsumiert und geteilt werden, lohnt es sich, folgende problematischen Aspekte von Challenges in dieser Einheit mit den SuS zu reflektieren:

- Gewinner und Verlierer (Wettbewerbsprinzip)
- Verletzungsgefahr
- Überwindung oder Ekel
- Ängste
- Ausschluss aus der Gruppe
- Demütigung bis hin zu Mobbing

In den Praxisinfos werden verschiedene Beispiele gezeigt und es finden sich Hinweise für Plattformbetreiber, Eltern und Pädagog\*innen, wie mit den gefährlichen Herausforderungen umzugehen ist. jugendschutz.net ist das gemeinsame Kompetenzzentrum von Bund und Ländern für den Schutz von Kindern und Jugendlichen im Internet.

→ [www.jugendschutz.net/fileadmin/daten/publikationen/praxisinfos\\_reports/praxisinfo\\_gefaehrliche\\_online-challenges\\_und\\_mutproben.pdf](http://www.jugendschutz.net/fileadmin/daten/publikationen/praxisinfos_reports/praxisinfo_gefaehrliche_online-challenges_und_mutproben.pdf)

→ [www.jugendschutz.net/fileadmin/daten/publikationen/praxisinfos\\_reports/praxisinfo\\_gefaehrliche\\_suizid-challenges.pdf](http://www.jugendschutz.net/fileadmin/daten/publikationen/praxisinfos_reports/praxisinfo_gefaehrliche_suizid-challenges.pdf)



## Spektrum von Challenges

POSITIVE CHALLENGES		NEUTRALE CHALLENGES		NEGATIVE CHALLENGES
wohltätig	gemeinschafts- oder persönlichkeitsfördernd	neutral	schädlich	potenziell tödlich
gemeinwohlorientiert	Zugehörigkeitsgefühl, sinnstiftend	harmlos, ohne unmittelbaren Einfluss auf das (körperliche) Wohlbefinden	risikobehaftet	hohes Risiko
Formen: politischer Aktivismus, Wohltätigkeit	fördern den Zusammenhalt, das eigene Wohlbefinden	Spaß und Unterhaltung, Kreativität und Geschicklichkeit	Ergebnis: bspw. körperliche Schäden	Ergebnis: schwere bis tödliche Verletzung
Beispiele: Ice Bucket Challenge	Beispiele: Trashtag Challenge, Chalk your Walk Challenge, 30-Tage Challenge	Beispiele: Mannequin Challenge, Bottle Cap Challenge	Beispiele: Salt and Ice Challenge, Banana and Sprite Challenge, Duct Tape Challenge	Beispiele: Tide Pot Challenge, Blackout Challenge, Blue Whale Challenge

→ [www.medienanstalt-nrw.de/fileadmin/user\\_upload/Bericht\\_TikTokChallenges\\_LFMNRW.pdf](http://www.medienanstalt-nrw.de/fileadmin/user_upload/Bericht_TikTokChallenges_LFMNRW.pdf)<sup>1)</sup>

## Challenges bei TikTok — Das sind die Richtlinien

Auch TikTok versucht gegen gefährlichen Pranks und Challenges vorzugehen. Auszug aus den Community Richtlinien (Stand 17. April 2024):

*Wir begrüßen Möglichkeiten zur Teilnahme an lustigen und kreativen Trends. Die meisten Aktivitäten oder Herausforderungen/Challenges sind für alle Nutzer\*innen geeignet und bringen Menschen zusammen. Einige stellen aber ein erhebliches Verletzungsrisiko dar. Wir gestatten keine Inhalte, die gefährliche Handlungen und Herausforderungen/Challenges zeigen oder fördern. Inhalte werden mit einer Altersbeschränkung (ab 18 Jahren) versehen, wenn sie Aktivitäten zeigen, die mit hoher Wahrscheinlichkeit nachgeahmt werden und zu körperlichen Schäden führen könnten. Inhalte sind nicht für den Für-dich-Feed zulässig, wenn sie Aktivitäten zeigen, die zu mäßigen körperlichen Schäden führen können. Um bei der Gestaltung des TikTok Erlebnisses zu helfen, versehen*

*wir diese Art von Inhalten außerdem mit Warnhinweisen. Dies gilt auch für Inhalte, die Profis bei der Ausführung von Extremsportarten oder Stunts zeigen. Hier kann man mehr darüber erfahren, was man tun kann, wenn man eine Online-Challenge sieht<sup>2)</sup>.*

Mit Altersbeschränkungen können zwar Risiken minimiert werden, eine absolute Sicherheit kann man aber nicht erwarten. Deshalb ist es wichtig, Kinder und Jugendliche aktiv zu begleiten und beispielsweise regelmäßig über aktuelle Trends und Challenges zu sprechen.



Sicherheitseinstellungen für Geräte finden Eltern unter → [www.medien-kindersicher.de](http://www.medien-kindersicher.de)

## Mit Kindern über Challenges sprechen

So schützen Sie Kinder vor gefährlichen Challenges:

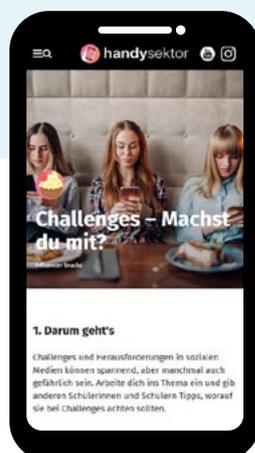
- Bleiben Sie in regelmäßigem Austausch mit Kindern und Jugendlichen, um zu erfahren, welche Mutproben aktuell angesagt sind.
- Verurteilen Sie Challenges nicht pauschal und helfen Sie interessierten Kindern und Jugendlichen dabei, sichere Challenges zu finden.
- Besprechen Sie, dass unter riskanten Challenges auch viele Fakes kursieren. Ermutigen Sie Kinder und Jugendliche, das Gezeigte kritisch zu hinterfragen.
- Bestärken Sie Kinder und Jugendliche darin, sich und andere nicht in Gefahr zu bringen und auch Gruppendruck nicht nachzugeben.
- Vermitteln Sie, dass das Weiterverbreiten von gefährlichen Challenges andere gefährden kann und daher unterbleiben sollte.
- Vorsicht ist geboten, wenn Sie selbst Challenges posten oder teilen, um davor zu warnen. Auch wenn die Absicht gut ist, kann es dazu führen, dass die Challenges so weiterverbreitet werden.
- Informieren Sie Eltern und evtl. die Schulleitung ruhig und besonnen, wenn in der Klasse gefährliche Challenges im Umlauf sind.
- Schädliche Internet-Challenges können Kinder und Erwachsene direkt bei den Plattformen oder bei → [internet-beschwerdestelle.de](https://internet-beschwerdestelle.de) und → [jugendschutz.net](https://jugendschutz.net) melden.
- Machen Sie Kinder präventiv mit anonymen Hilfsangeboten wie → [www.nummergegenkummer.de](https://www.nummergegenkummer.de) oder → [www.juuuport.de](https://www.juuuport.de) vertraut. Nicht über jedes Thema kann oder möchte man mit Eltern oder Lehrer\*innen sprechen.



### Lust auf mehr?

handysektor bietet zum Thema eine kurze Selbstlerneinheit für SuS an - Die „Handysektor Snacks“ dauern so lange wie ein Snack:

→ [www.handysektor.de/artikel/challenges-machst-du-mit](https://www.handysektor.de/artikel/challenges-machst-du-mit)



### Hilfe und Meldestellen

#### Nummer gegen Kummer e.V.

Kinder- und Jugendtelefon: 116 111

Elterntelefon: 0800-111 0 550

→ [www.nummergegenkummer.de](https://www.nummergegenkummer.de)

#### JUUUPORT e.V.:

Eine bundesweite Online-Beratungsplattform für junge Menschen, die von Gleichaltrigen bei Online-Problemen unterstützt werden:

→ [www.juuuport.de](https://www.juuuport.de)

Meldestellen wie → [jugendschutz.net](https://jugendschutz.net) und → [internet-beschwerdestelle.de](https://internet-beschwerdestelle.de) nehmen Verstöße entgegen.

## Unterrichtseinheit

<b>Alter</b>	empfohlen ab Klasse 5
<b>Dauer</b>	Eine Unterrichtsstunde á 45 Min.
<b>Methoden und Material</b>	Einschätzungsübung Challenges <b>Zugang zu PC oder Internet ist nicht nötig!</b>
<b>Ziele</b>	Die Schüler*innen reflektieren anhand einer Einschätzungsübung problematische Aspekte von Challenges. Sie lernen Aspekte positiver Challenges kennen und führen eine gemeinsame Challenge in der Klasse durch.

In dieser Einheit sollen die SuS dazu angeregt werden, die problematischen Aspekte von Challenges zu reflektieren sowie positive Aspekte von Challenges sowie kooperative Schulhofspiele aus aller Welt kennen lernen.

### Einstieg

Führen Sie zu Beginn der Einheit eine kleine Challenge in der Klasse durch, bei der es um Geschicklichkeit geht: Die „Bottle Flip Challenge“ („Flaschensalto“). Sie benötigen dafür eine Plastikflasche, die zu einem Drittel mit Wasser gefüllt sein sollte. Man nimmt die Flasche am Flaschenhals und versucht sie beim Werfen so zu rotieren, dass sie bei der Landung stehen bleibt. Hinweise für die Durchführung:

→ [de.wikipedia.org/wiki/Bottle\\_Flip](https://de.wikipedia.org/wiki/Bottle_Flip)

Werten Sie die Challenge danach mit den SuS aus.

Auswertungsfragen: Was sind Challenges? Wie fühlen sich die SuS die es geschafft haben/nicht geschafft haben? Wieso sind Challenges so interessant? Welche Challenges kennt ihr?

### Alternative Einstiege

1. Zum Einstieg eignet sich der Spot der Initiative schauhin:  
→ [www.youtube.com/watch?v=H3Inj-0Jhnl](https://www.youtube.com/watch?v=H3Inj-0Jhnl)  
Er dient als Gesprächsanlass, um über Gefühle, Ängste und aktuelle Challenges wie das Roofing mit den SuS ins Gespräch zu kommen.
2. Schreiben sie den Begriff „Challenges“ an die Tafel, jedoch als „Wortsalat“, z. B. sCahllegne und lassen Sie die SuS so das Thema der Stunde herausfinden. Fragen: Was bedeutet Challenge? Welche Challenges kennt ihr (und woher)?

### Erarbeitung

Anhand von Beispielen bekannter Challenges auf YouTube und TikTok soll in der Klasse diskutiert werden, wie weit Challenges gehen dürfen und wo der Spaß aufhört. Auf einer Skala von „harmlos“ bis „gefährlich“ schätzen die SuS die Beispiele ein und begründen im Einzelfall ihre Auswahl. Die Auswahl reicht z. B. von harmlosen „Nicht lachen - Challenges“ über eine „Pizza Challenge“ bis hin zu gefährlichen Challenges, bei denen die Verletzungsgefahr für die durchführenden Personen wie auch unter Umständen für Unbeteiligte hoch ist. Es ist spannend zu sehen, wie Jugendliche Challenges auf der „Skala“ bewerten und welche Diskussion in der Klasse darüber entsteht. Die SuS können auch eigene Challenges mit in die Bewertung geben.

### Einschätzungsübung

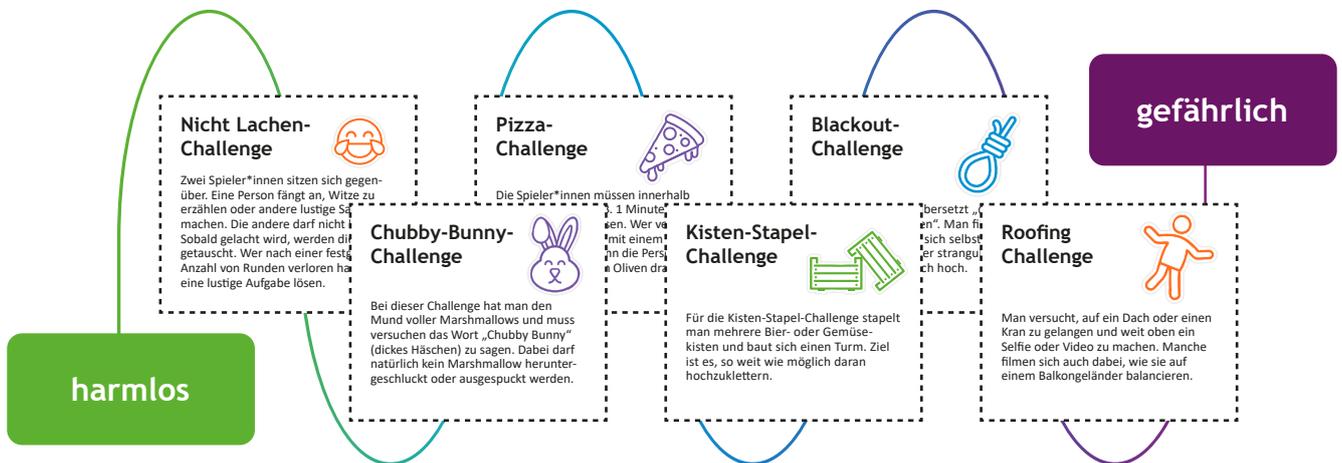
Die SuS kommen in einen Sitzkreis. Verteilen Sie die Kärtchen im Anhang auf dem Boden in der Kreismitte. Sie können zwei Blätter ausdrucken mit dem Aufdruck „harmlos“ und „gefährlich“ und diese an beide Enden einer imaginären Linie legen.

Sie nehmen nacheinander einzelne Beispiele und ordnen sie entlang der Linie ein. Die SuS begründen ihre Positionierung. Auswertungsfragen: Gibt es andere Meinungen? Unter welchen Umständen kann eine harmlose Challenge vielleicht gefährlich werden und umgekehrt?



### Auswertung in der Klasse

Die Aspekte aus der Einstiegsinformation, wie Gewinner- und Verlierer-Prinzip, Ausschluss, Angst, Mobbing können hier als Begründung genannt werden. Die folgende Einschätzung können Sie bei der Auswertung zu Hilfe nehmen:



## Sicherung

Zum Abschluss können die SuS Ideen für gute Challenges sammeln, die die ganze Gruppe mit Freude spielen kann. Fragestellung: Welche Aspekte sollten Challenges haben, die allen Kindern und Jugendlichen guttun und Spaß machen? Führen Sie am Ende der Einheit eine positive Challenge mit der gesamten Klasse durch.

Ideen für positive Challenges wie die clean-up oder Komplimente Challenge finden Sie hier:

→ [www.handysektor.de/artikel/challenge-deine-schule](http://www.handysektor.de/artikel/challenge-deine-schule)

Alternativ können Sie eine Sammlung guter Schulhofspiele zeigen. Aus diesem Fundus suchen sich die SuS ein Spiel für die nächste Pause heraus und berichten in der Folgestunde über ihre Erfahrungen:

→ [www.fundmate.com/lehrer/schulspiele/pausenspiele](http://www.fundmate.com/lehrer/schulspiele/pausenspiele)

## Lust auf mehr?

### Zusatzübung: „Bystander Verhalten bei einer Challenge“

Lesen Sie das folgende Fallbeispiel vor und fragen die SuS: Stellt euch vor, ihr wärt dazu gekommen. Wie hättet ihr reagiert? Sie können die Situation auch in Form eines Rollenspiels nachstellen lassen. Nehmen Sie die Disussion als Anlass, um z. B. über Zivilcourage zu sprechen. Die Kampagne der Polizei „Hinsehen statt weggehen“ zeigt, wie Zivilcourage aussehen kann:

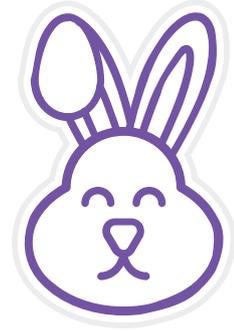
→ [www.bundespolizei.de/Web/DE/02Sicher-im-Alltag/02Zivilcourage-zeigen/Zivilcourage-zeigen\\_node.html](http://www.bundespolizei.de/Web/DE/02Sicher-im-Alltag/02Zivilcourage-zeigen/Zivilcourage-zeigen_node.html)



### Fallbeispiel

Ihr kommt auf eine Party und seht, dass Freund\*innen von euch Unmengen an Hot Chips, also extrem scharfen Chilichips, essen. Sie filmen sich dabei und stellen die Videos auf TikTok. Einigen ist davon schon sichtbar schlecht oder sie bekommen schlecht Luft.

## Chubby-Bunny-Challenge



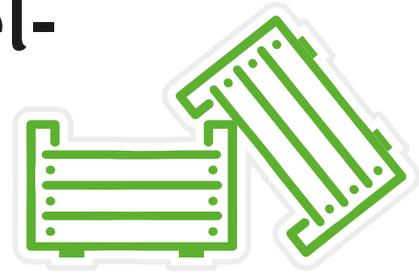
Bei dieser Challenge hat man den Mund voller Marshmallows und muss versuchen das Wort „Chubby Bunny“ (dickes Häschen) zu sagen. Dabei darf natürlich kein Marshmallow heruntergeschluckt oder ausgespuckt werden.

## Roofing Challenge



Man versucht, auf ein Dach oder einen Kran zu gelangen und weit oben ein Selfie oder Video zu machen. Manche filmen sich auch dabei, wie sie auf einem Balkongeländer balancieren.

## Kisten-Stapel-Challenge



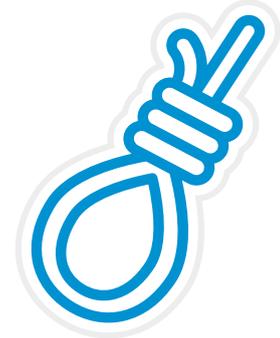
Für die Kisten-Stapel-Challenge stapelt man mehrere Bier- oder Gemüseboxen und baut sich einen Turm. Ziel ist es, so weit wie möglich daran hochzuklettern.

## Nicht Lachen-Challenge



Zwei Spieler\*innen sitzen sich gegenüber. Eine Person fängt an, Witze zu erzählen oder andere lustige Sachen zu machen. Die andere darf nicht lachen. Sobald gelacht wird, werden die Rollen getauscht. Wer nach einer festgelegten Anzahl von Runden verloren hat, muss eine lustige Aufgabe lösen.

## Blackout-Challenge



Blackout bedeutet übersetzt „das Bewusstsein verlieren“. Man filmt sich dabei, wie man sich selbst bis zur Ohnmacht würgt oder stranguliert und lädt das Video danach hoch.

## Pizza-Challenge



Die Spieler\*innen müssen innerhalb einer kurzen Zeit (z. B. 1 Minute) so viel Pizza wie möglich essen. Wer verliert muss ein Stück Pizza mit einem ekligen Belag essen (z. B. wenn die Person keine Oliven mag, kommen Oliven drauf).

## Quellen und Bildnachweise

### Quellen

<sup>1)</sup> Quelle: Dr. Lara Kobilke & Dr. Antonia Markiewitz: „Challenge accepted: Welche Challenges sich auf TikTok verbreiten und wie Kinder und Jugendliche sie wahrnehmen. Zentrale Ergebnisse von Inhaltsanalyse und Befragung“; Düsseldorf, Februar 2024; S. 4

<sup>2)</sup> Quelle: [www.tiktok.com/community-guidelines/de/mental-behavioral-health](https://www.tiktok.com/community-guidelines/de/mental-behavioral-health)

### Bildnachweise

Titel und Icons S. 8 bis 10: Vecteezy und Pixabay, bearbeitet von klicksafe

## Herausgeber

### Kontakt

klicksafe

Medienanstalt Rheinland-Pfalz

Turmstraße 10

67059 Ludwigshafen

[info@klicksafe.de](mailto:info@klicksafe.de)

[www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)

Mehr zum Thema Challenges: [www.klicksafe.de/challenges](http://www.klicksafe.de/challenges)

Weitere Materialien: [www.klicksafe.de/materialien](http://www.klicksafe.de/materialien)

klicksafe ist das deutsche Awareness Centre im Digital Europe Programm der Europäischen Union und wird verantwortet von der Medienanstalt Rheinland-Pfalz.