

Checkliste: Verantwortungsvoll auf TikTok

Bevor du postest, teilst oder kommentierst – kurz checken:

BEVOR ICH TEILE

- ☐ **Stimmt das überhaupt?** Habe ich gecheckt, ob die wirklich Info stimmt – oder teile ich nur, weil es sich gut anfühlt?
 - ☐ **Woher kommt das?** Weiß ich, wer dahintersteckt – oder ist es anonym und dubios?
 - ☐ **Warum will ich das teilen?** Weil es wichtig ist – oder weil es mich wütend/ängstlich macht?
-

BEVOR ICH KOMMENTIERE

- ☐ **Würde ich das auch so sagen?** Direkt ins Gesicht, vor meiner Klasse, vor meinen Eltern?
 - ☐ **Hilft mein Kommentar?** Oder heize ich nur Streit an?
 - ☐ **Bleibe ich fair?** Auch wenn ich anderer Meinung bin – keine Beleidigungen, kein Hass?
-

BEVOR ICH SELBST POSTE

- ☐ **Ist das wahr?** Kann ich das belegen – oder behaupte ich einfach etwas?
 - ☐ **Ist das fair?** Stelle ich Menschen oder Gruppen unfair dar?
 - ☐ **Zeige ich, wer ich bin?** Oder verstecke ich mich, um Mist zu bauen?
-

WENN ICH UNSICHER BIN

- ☐ **Kurz warten** Nicht sofort reagieren – erstmal durchatmen.
- ☐ **Jemanden fragen** Eine Freundin, einen Freund, Eltern, Lehrkraft – zweite Meinung holen.
- ☐ **Im Zweifel: Nicht posten** Was einmal online ist, bleibt online.