

---

# BeReal - Grundlagen

Arbeitshilfe für Fachkräfte der  
(aufsuchenden) Jugendsozialarbeit



# Was bietet diese Arbeitshilfe?

Jugendliche und Kinder nutzen viele Apps, darunter zahlreiche Social-Media-Apps, die sich unterschiedlicher Beliebtheit erfreuen.

Für Fachkräfte der Jugendsozialarbeit stellen sich dabei immer auch Fragen des Nutzungsverhaltens und der Sicherheit der jeweiligen Apps: Wie ist eine bestimmte App oder Plattform aufgebaut? Was macht sie für junge Menschen attraktiv? Welches Nutzungsverhalten fördert die App? Und was gilt es mit Blick auf die Jugendlichen zu beachten?

Eine dieser Apps ist "BeReal." Die App wurde in Frankreich entwickelt und ist 2020 erschienen. Seit 2022 ist sie auch unter jungen Menschen sehr beliebt.



Die vorliegende Arbeitshilfe stellt Fachkräften der Jugendsozialarbeit die Social Media App "BeReal" vor und liefert dabei Einblicke in die Lebenswelten der BeReal-Nutzenden. Die Arbeitshilfe erläutert, welche Funktionen die App bietet und warum sie dadurch für Jugendliche und Erwachsene gleichermaßen reizvoll ist.

Außerdem bietet die Arbeitshilfe einen Überblick über die Datenschutzbestimmungen der App und stellt eine exemplarische „User Experience“ dar. Schließlich werden die Risiken der Nutzung von BeReal für Jugendliche und Kinder besprochen und Hinweise für einen sicheren und bereichernden Umgang mit der App gegeben und wie diese in die Beziehungsarbeit eingebunden werden können.

## Inhaltsübersicht

Was bietet diese Arbeitshilfe? (S. 2)

BeReal - Was ist das eigentlich? Eine Übersicht über die Funktionen und Inhalte von BeReal (S. 3-6)

Nutzungsbedingungen & Datenschutz auf BeReal verstehen (S.6)

Mögliche Risiken für Kinder & Jugendliche - und Tipps zum Umgang (S. 7-9)

***Diese Arbeitshilfe stellt keine Rechtsberatung dar. Für die Vollständigkeit, Richtigkeit und Aktualität wird keine Haftung übernommen. Die Hinweise sollen Trägern und Fachkräften dabei helfen, eigene Konzepte und Strategien zur Einbindung digitaler Kommunikation zu erarbeiten bzw. zu verbessern.***

# BeReal - Was ist das eigentlich?

BeReal ist eine 2020 entwickelte Social-Media-App. Die App funktioniert intuitiv und bietet eine angenehme User Experience. BeReal erhebt den Anspruch eine „authentische“ Alternative zu Instagram, Facebook und Co. zu sein, die den Nutzer\*innen mehr Authentizität bzw. „Realness“ verspricht.

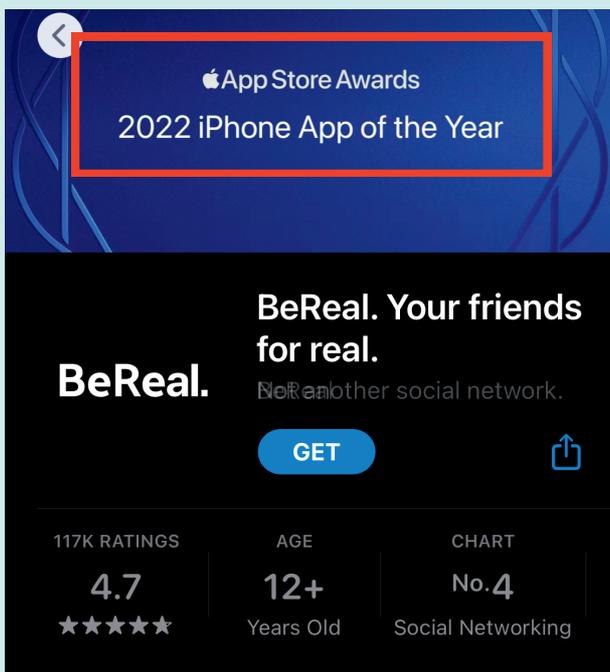
BeReal zeigt keine Werbung innerhalb der App (Stand 11/2023). Das macht sie nutzer\*innenfreundlicher und attraktiver. Die Finanzierung ist abhängig von externen Investoren, da die App offiziell (noch) keine Umsätze generiert. Die französischen Gründer der App versprechen, die App so lange wie möglich kosten- und werbefrei halten zu wollen.

Im November 2023 hatte die App 25 Millionen aktive Nutzer\*innen. Die meisten davon in den USA, Großbritannien und Frankreich. In Deutschland hat die App im August 2022 den ersten Platz in den Apple Appstore Charts erreicht. Ob die App sich langfristig etabliert oder in Vergessenheit gerät, wird sich noch zeigen.

Interessant zu beobachten ist, dass das erfolgreiche Konzept der App von größeren Diensten wie z.B. TikTok im Format „TikTok Now“ übernommen wurde. Die Verwendung der App ist für Nutzer\*innen ab 13 Jahren erlaubt. Das Alter der Nutzer\*innen wird jedoch nicht überprüft.

Zuverlässige Nutzer\*innen-Statistiken zu BeReal in Deutschland sind nicht verfügbar.

Jugendsozialarbeiter\*innen und Pädagog\*innen berichten von einer hohen Anzahl junger Nutzer\*innen sowohl im Grundschulalter als auch bei älteren Kindern und Jugendlichen.



# Wie sieht die App aus und was machen Nutzer\*innen dort?

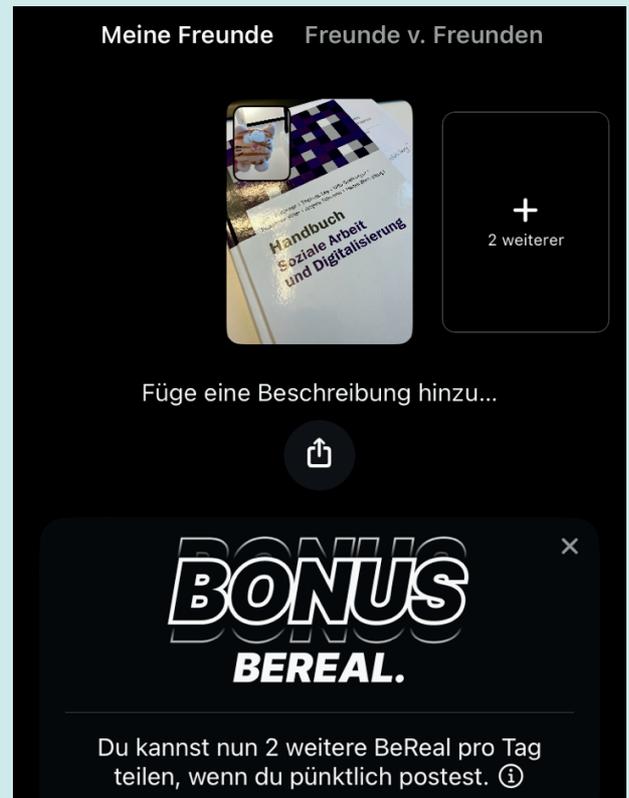
Das Prinzip der App ist einfach: Einmal am Tag werden Nutzer\*innen per Push-Benachrichtigung zu wechselnden Zeiten dazu aufgefordert, innerhalb von zwei Minuten eine spontane, unvorbereitete Fotoaufnahme zu veröffentlichen. Das Posten von Fotos ist nur nach Erhalt der Push-Benachrichtigung möglich.



Bilder aus der eigenen Galerie sind dabei nicht erlaubt. Für die Aufnahme verwendet die App gleichzeitig die Front- und Rückkamera. Es stehen keine Filter oder sonstige Bearbeitungsfunktionen zur Verfügung. Die Aufnahme kann aber wiederholt werden, wenn das Ergebnis nicht gefällt. Es ist möglich, eine kurze Beschreibung und den Standort, sowie die Musik, die momentan vom Handy über die Apps Spotify oder Apple Music abgespielt wird, hinzuzufügen.

BeReal belohnt das pünktliche Hochladen eines Fotos mit der Freischaltung zwei weiterer Fotos am selben Tag. Wer also rechtzeitig postet, darf noch am selben Tag zwei weitere Fotos zu einer selbstgewählten Uhrzeit posten.

Bilder von Freund\*innen werden erst angezeigt, nachdem man selbst ein Foto veröffentlicht hat. Verspätete Veröffentlichungen werden als „late“ (deutsch: „spät“) in der App markiert und anderen Nutzer\*innen entsprechend angezeigt.



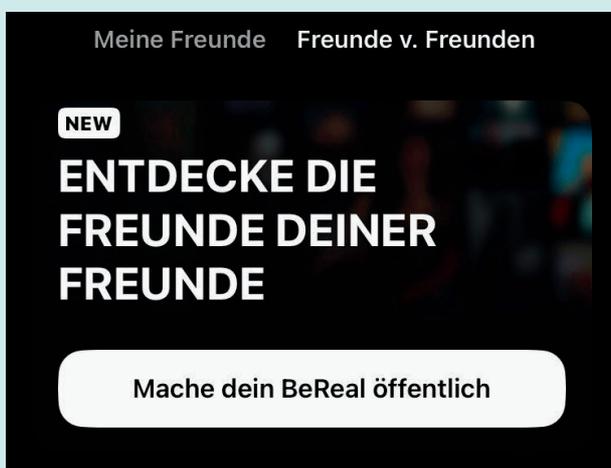
Der Feed ist somit nur zu sehen, wenn man selbst einen Inhalt geteilt hat. Anschließend besteht der Feed aus den aktuellen Posts von „Freunden“ (Personen, die in der App als „Freunde“ angefragt bzw. bestätigt wurden), die chronologisch in der Reihenfolge ihrer Posts aufgereiht werden. Das bedeutet: es gibt keinen Algorithmus, der Inhalte sortiert. Diese werden schlicht nach „Erscheinungszeit“ geordnet. Der neueste Post erscheint dabei immer ganz oben im Feed.

Wenn am folgenden Tag die nächste Aufforderung zum „BeReal“-Posten verschickt wird, verschwinden die vorherigen Aufnahmen aller Nutzer\*innen aus dem Feed. Es ist allerdings möglich, die eigenen Posts als „Memories“ zu speichern, sodass sie dauerhaft in der App erhalten bleiben. Eigene BeReal-Posts können auch selbstständig wieder gelöscht werden.

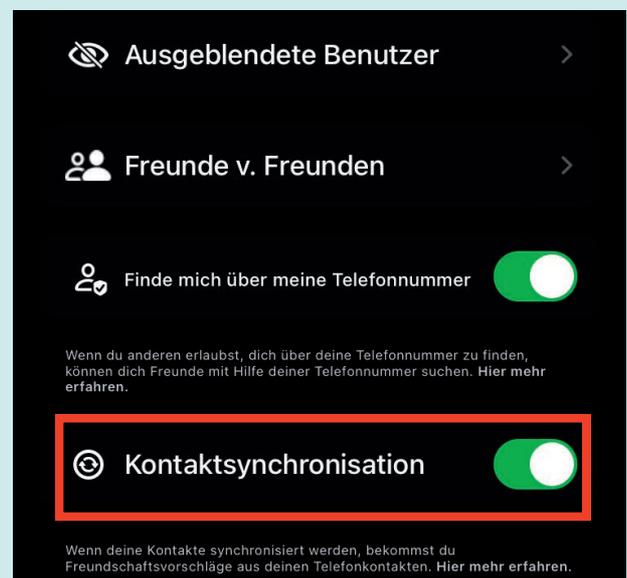
Nutzer\*innen können auf die Posts anderer Nutzer\*innen durch „RealMojis“ reagieren, was in etwa den Like-Funktionen anderer Apps entspricht. Dabei ist ein Realmoji ein mit einem Selfie personalisierter Emoji: ein Klick auf die Funktion „SmileyFace“ öffnet die Frontkamera, um ein Selfie aufzunehmen. BeReal bemüht sich hierbei, die Gesichtsausdrücke durch möglichst passende Emojis zu ersetzen.

Darüber hinaus können Nutzer\*innen Beiträge kommentieren. Die Kommentare werden allerdings beim Scrollen durch die Startseite nicht präsent dargestellt. Sie werden erst nach einem Klick auf „Kommentare anzeigen“ sichtbar.

Es ist weder im Feed noch in den Profilen der Nutzer\*innen erkennbar, wie viele „Freunde“ der\*die Nutzer\*in hat. Wenn allerdings im eigenen Feed keine oder wenige Posts anderer („befreundeter“) Nutzer\*innen vorhanden sind, erscheint die Nachricht „Es ist ziemlich ruhig hier. Füge ein paar Freunde hinzu und schau dir an, was sie so treiben.“ Dieser Beitrag kann bei Kindern und Jugendlichen evtl. dazu führen, dass sie „Freunde“ hinzufügen, die keine realen Freund\*innen sind.



Die App basiert auf direkten Verbindungen zwischen Menschen. „Freunde“ können über ihre Telefonnummern aus dem Telefonbuch gefunden werden, oder direkt nach Benutzernamen gesucht werden. Es können keine Inhalte gesucht werden: es gibt weder Hashtags oder nach Themen oder Gruppen sortierte Posts noch global veröffentlichte Inhalte (Stand: Oktober 2023).



Damit sind die Funktionen und Möglichkeiten der App begrenzt und sie ist – im Verhältnis zu anderen Plattformen – eher übersichtlich und einfach gehalten. Es gibt auf BeReal **nicht die Möglichkeit, jemandem einseitig zu „folgen“** – es gibt keine Geschäftskonten, oder Influencer\*innen, die besonders markiert sind (Vergleich: blauer Haken auf anderen Plattformen). Es gibt nur die Möglichkeit, eigene Inhalte zu teilen oder weiterzuleiten. Posts von Freund\*innen können höchstens via Screenshots gespeichert und geteilt werden. Die Reichweite spielt auf BeReal somit keine gesonderte Rolle für den Erfolg der Inhalte – ein zentraler Unterschied zu anderen Plattformen.

# Nutzungsbedingungen und Datenschutz

Bei der Erstellung eines Benutzerkontos werden Telefonnummer, Name, das Geburtsdatum und ein Benutzername abgefragt. Eine detaillierte Auflistung der Datennutzung durch die App findet ihr [hier](#) (Link auch in den Quellen). Neben der Pflichtangaben (Name, Benutzername, Telefonnummer, Geburtsdatum) werden während der Kontoerstellung weitere optionale Informationen während der Kontoerstellung abgefragt wie z.B. Standortfreigabe, Profilbild, E-Mailadresse und Profil-Biografie.

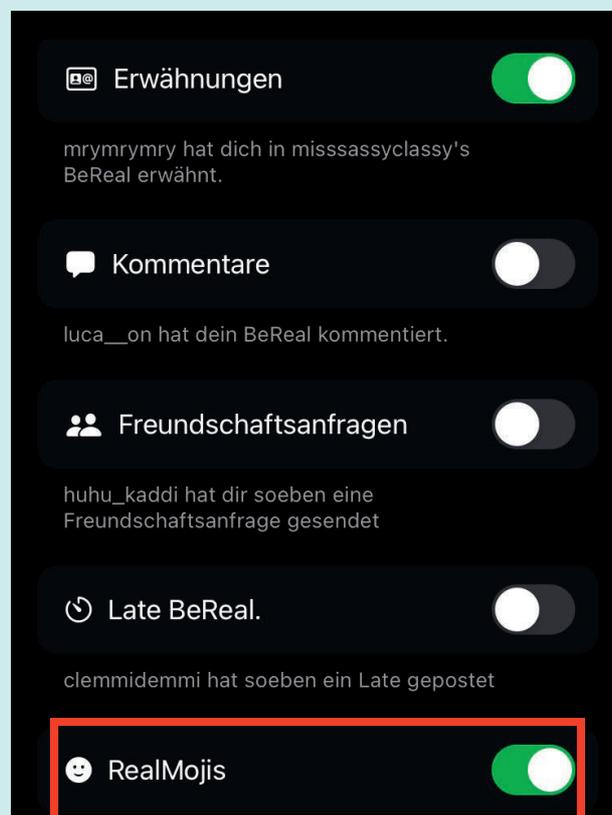
BeReal erklärt in ihrer Datenschutzerklärung, dass sie lediglich Inhalte sammeln, die während der Nutzung der App entstehen. Also Bilder, Kommentare, RealMojis und Standortfreigabe sowie Musik, die im Zusammenhang mit den Bildern gepostet werden.

Doch während der Nutzung entstehen noch weitere Daten, z.B. durch die Kommunikation mit dem Support der App, bei Problemmeldungen oder Umfragen. Innerhalb dieser Kommunikation werden folgende Informationen (je nach Art des Anliegens) abgefragt: Nachrichteninhalte, Fotos, Ausweiskopien, Telefonnummern oder E-Mailadressen.

Technische Daten wie die IP-Adresse, das Datum der Kontoerstellung, der letzte Zugriff, die Version des Betriebssystems des Endgeräts, die Spracheinstellungen der App werden ebenfalls erhoben.

BeReal sammelt zudem die Interaktions- und Nutzungsdaten, wie z.B. durchgeführte Aktionen, Anzahl der Freund\*innen, Reaktionen, angesehene Inhalte sowie die Anzahl der nichtveröffentlichten Aufnahmen, die vor dem Posten eines Fotos gemacht wurden.

Die App fragt bei Verwendung bestimmte Zugriffe ab (Kamera, Bildergalerie, Standort, Kontakte). Die Kameranutzung sowie der Zugriff auf die Bildergalerie sind für das Funktionieren der App unabdingbar. Der Zugriff auf Telefonkontakte sowie die Standortfreigabe sind nur für erweiterte Funktionen wie Freundschaftsanfragen an Kontakte oder Anzeige des Standorts einer BeReal-Aufnahme nützlich, aber nicht notwendig. Laut Datenschutzbestimmungen verkauft BeReal die gesammelten Daten nicht. Sie werden lediglich für interne Zwecke verwendet wie z.B. die Verbesserung der Dienste, Kommunikation mit den Nutzer\*innen und interne Forschungen. BeReal gibt Informationen an externe Dienstleister nur dann weiter, wenn dies für die Bereitstellung der App-Dienste oder gesetzlich erforderlich ist.



# Mögliche Risiken von BeReal für Kinder und Jugendliche

BeReal legt nach eigenen Auskunft Wert darauf, sich gegen die Entwicklung einer **Mediensucht** (bei Kindern und Jugendlichen) einzusetzen. Vor allem durch die Beschränkung der Veröffentlichungsmöglichkeit innerhalb der App und die Boschaften, die in der App zu lesen sind. Trotzdem handelt es sich bei BeReal um eine weitere Social-Media-App, die insbesondere bei der Aktivierung der Push-Benachrichtigungen mit jedem Post dazu beitragen kann, das Handy häufiger zu nutzen. Allerdings liegt die Nutzungszeit bei BeReal im Durchschnitt deutlich unter der Nutzungszeit anderer Social-Media-Apps, da die Menge des verfügbaren Inhalts auf „Freunde“ sowie – im erweiterten Feed – auf „Freunde von Freunden“ begrenzt ist.

Ein potenzielles Risiko liegt in der Unvorhersehbarkeit des Zeitpunkts der Push-Benachrichtigung für die Fotoaufnahme. Die plötzliche Benachrichtigung in Kombination mit dem knappen Zeitfenster von zwei Minuten kann den Druck erhöhen, immer erreichbar zu sein, verweist die Initiative „Schau hin!“.

Laut [jugendschutz.net](http://jugendschutz.net) kann die enge zeitliche Begrenzung von zwei Minuten, eine Aufnahme hochzuladen, besonders bei jungen Nutzer\*innen zu **Stress** führen. Dies könne Kinder und Jugendliche dazu verleiten, unüberlegt Fotos aufzunehmen, die nicht für die Öffentlichkeit vorgesehen sind. Der Druck kann dadurch erhöht sein, dass die App die rechtzeitige Veröffentlichung eines Fotos mit der Möglichkeit belohnt, zwei weitere Fotobeiträge am selben Tag zu posten.

Die Risiken, denen junge Menschen auf BeReal ausgesetzt sind, ähneln an zentralen Stellen denen anderer Social-Media-Plattformen.

**Cybermobbing** kann begünstigt werden, wenn durch den plötzlichen Druck der Meldung der App für das zweiminütige Zeitfenster unüberlegte Fotos gepostet werden: andere Nutzer\*innen können hiervon Screenshots erstellen und diese, ggf. mit verletzenden Kommentaren, weiterverbreiten. Darüber hinaus können auch in den Kommentaren Beleidigungen und übergriffige Aussagen geteilt sowie mit abwertenden „RealMojis“ auf Posts reagiert werden.

Wie auch auf anderen Plattformen, können Verletzungen des Rechts am eigenen Bild vorkommen, da die App auf Front- und Rückkamera gleichzeitig zugreift. Es ist daher sinnvoll, bei der Nutzung von BeReal darauf zu achten, wer in welcher konkreten Darstellung mit auf dem Bild abgebildet ist.

Etwas geringer als auf anderen Plattformen ist das Risiko der **unerwünschten Konfrontation mit sexuellen Inhalten**. Da es keine Nachrichten-Funktion gibt und Nutzer\*innen nur die veröffentlichten Bilder von „Freunden“ bzw. „Freunden von Freunden“ sehen können, ist beispielsweise der gezielte Versand von „Dickpics“ oder ähnlichen Inhalten deutlich erschwert. **Cybergrooming** ist durch die fehlende Möglichkeit der direkten Kontaktaufnahme über Nachrichten eher keine typische Gefahr bei der Nutzung von BeReal.

Nichtsdestotrotz können unter den geteilten Inhalten auch problematische Inhalte vorkommen, die nicht für Kinder und Jugendliche geeignet sind. [Jugendschutz.net](https://www.jugendschutz.net) berichtet jedoch, dass BeReal, Meldungen zu Verstößen gegen das Jugendmedienschutzgesetz schnell und zuverlässig bearbeitet.

**Die Standortfreigabe** birgt das Risiko, dass die regelmäßigen Aufenthaltsorte der Nutzer\*innen identifiziert werden können. Die Standort-Angabe ist dabei relativ präzise. Durch die zusätzliche Angabe, wann genau ein Bild gepostet wurde, können andere Nutzer\*innen sich über einen gewissen Zeitraum ein relativ genaues Bild davon machen, an welchen Orten die jungen Nutzer\*innen sich regelmäßig aufhalten. Dies kann eine potenzielle Gefahr darstellen. Die Standortfreigabe sollte über die Einstellungen des Smartphones zu App-Berechtigungen daher (auch) für BeReal deaktiviert werden.

Da es keine Möglichkeiten der **Monetarisierung** bei BeReal gibt, (bisher) keine **Werbung** in der App geschaltet wird und **keine Influencer\*innen oder Geschäftskonten** vorhanden sind, gibt es aktuell keine Gefahren, dass Kinder oder Jugendliche durch BeReal Geld ausgeben könnten.

# Tipps zur Nutzung von BeReal

Die Website [Onlineoptimism.com](https://www.onlineoptimism.com) listet 4 Sicherheitstipps auf, die es bei der Verwendung zu beachten gilt. Sinnvoll ergänzt werden diese Tipps durch die Hinweise des österreichischen Portals „[Mimikama](#)“ für Eltern zum Thema BeReal. Diese Aspekte können mit den Kindern und Jugendlichen besprochen werden:

- Deaktivierung der Standortfreigabe in den App-Berechtigungen.
- Meldung von unangemessenen Beiträgen – hierbei ist es sinnvoll, ernsthaft und auf Augenhöhe zu besprechen, was unangemessene Beiträge sind,
- in den eigenen Beiträgen nicht zu viel von sich preisgeben bzw. zeigen (dabei auch darauf achten, dass aus Fotos der Umgebung ggf. der Standort genauer bestimmt werden kann).
- Umgang mit den Benachrichtigungen: sich nicht ständig unterbrechen lassen.
- Umgang mit dem Druck, den die Benachrichtigung über das kurze Zeitfenster auslöst: bei Spontanität auch darauf hinweisen, dass das Bild potenziell doch weiterverbreitet werden kann (z.B. durch Screenshots).
- Bei BeReal-Posts wird immer auch das Umfeld fotografiert: damit erhalten „Freunde“ Einblick in das eigene Zuhause und evtl. konkrete private Bereiche.

- Die Kinder und Jugendlichen sollten sich damit auseinandersetzen, was es bedeuten kann, z.B. im Badezimmer, in der Toilette, aber auch im eigenen Bett oder in Zimmern anderer Menschen Fotos zu machen und diese zu veröffentlichen.
- Verständnis von „Freunden“ entwickeln und die Frage, welche „Freundschaftsanfragen“ ich annehme oder nicht besprechen: wessen BeReal-Bilder will ich wirklich sehen und wer soll meine Beiträge sehen können?
- Auch wenn BeReal keine Filter und vorproduzierten Bilder erlaubt, kann der Wunsch entstehen, sich möglichst „cool“ und interessant zu präsentieren. Das kann Druck auf Jugendliche und Kinder ausüben.

Mit der entsprechenden pädagogischen Unterstützung können auch Kinder und Jugendliche im Gespräch und bei der gemeinsamen Nutzung der App lernen, sie verantwortungsvoll und reflektiert zu nutzen. Tipps zu möglichen sozialarbeiterischen Unterstützungen von Kindern und Jugendlichen in Bezug auf die Nutzung von Social-Media-Apps und -Plattformen, finden sich auch in unserer [Grundlagen-Arbeitshilfe zu TikTok](#).

# Quellen

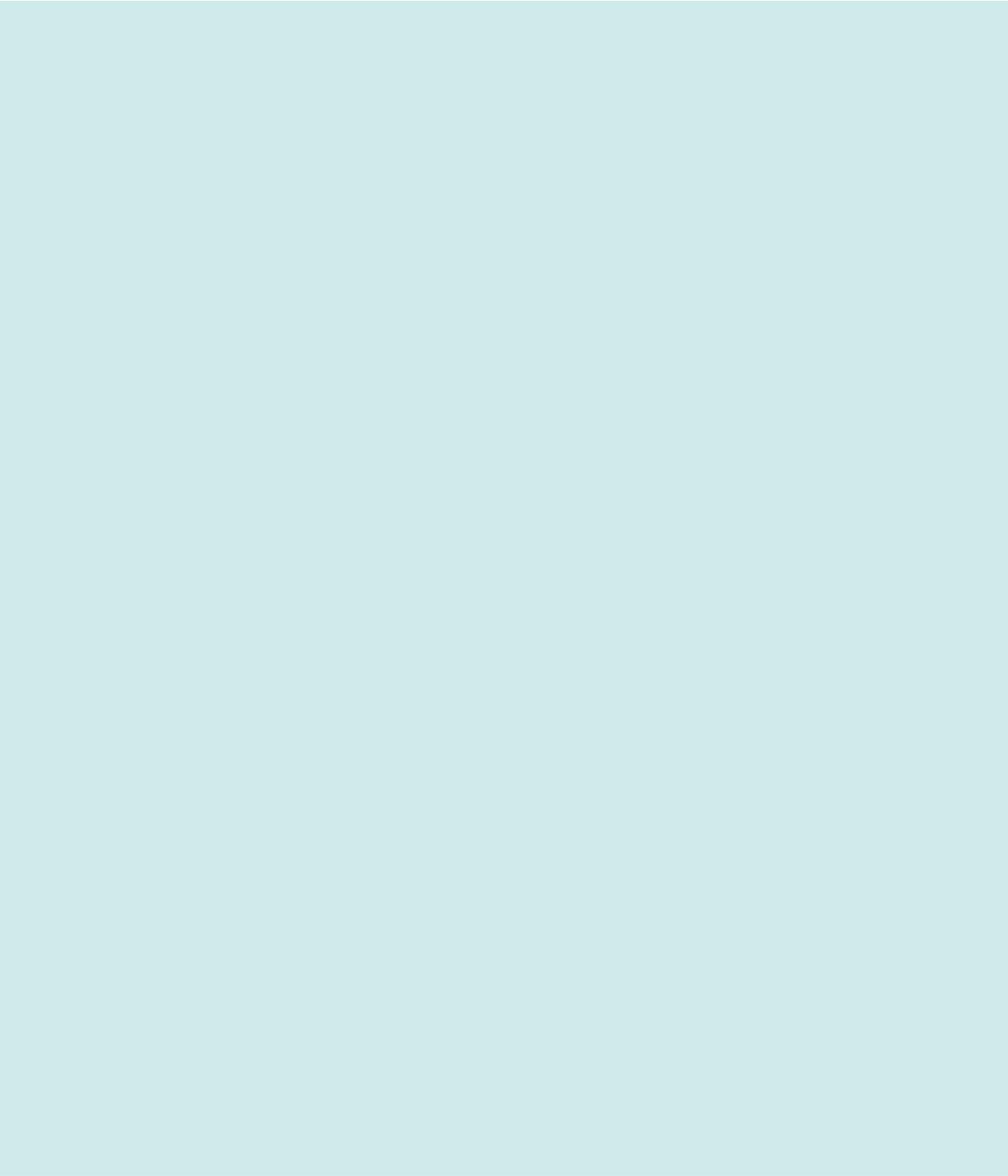
- Abby Sklencar, 20 BeReal Stats you need to know. Online verfügbar unter: <https://www.onlineoptimism.com/blog/bereal-stats-app-figures-data-be-real-numbers-to-know/> (abgerufen am 25.10.23)
- Tom Wannemacher, Das müssen Eltern über BeReal wissen. Online verfügbar unter: <https://www.mimikama.org/das-muessen-eltern-ueber-bereal-wissen/> (abgerufen am 25.10.23)
- Lewin Hubert, Authentische Instagram-Alternative? Die BeReal-App im Test. Online verfügbar unter: <https://www.techbook.de/mobile-lifestyle/smartphones-apps/bereal-app-instagram-alternative> (abgerufen am 25.10.23)
- Nadine Reip, BeReal - Die ungefilterte Wahrheit. Online verfügbar unter: <https://medienkompass.de/bereal-die-ungefilterte-wahrheit/> (abgerufen am 25.10.23)
- BeReal, Datenschutzbestimmungen. Online verfügbar unter: <https://bereal.com/de/datenschutzbestimmungen/> (abgerufen am 25.10.23)
- Jugendschutz.net, BeReal - Neues soziales Netzwerk mit bekannten Risiken. Online verfügbar unter: <https://www.jugendschutz.net/themen/social-media/artikel/bereal-neues-soziales-netzwerk-mit-bekanntem-risiken> (abgerufen am 25.10.23)
- Initiative Schau hin!, BeReal: Echte Einblicke, echte Risiken? Online verfügbar unter: <https://www.schau-hin.info/grundlagen/bereal-echte-einblicke-echte-risiken> (abgerufen am 25.10.23)

## Hinweis

Die digitale pdf-Version dieser Arbeitshilfe ist verfügbar auf der Website <https://minor-kontor.de/dime/>

In der digitalen Version sind alle Links anklickbar.

# Raum für eigene Notizen



## Impressum

Minor - Projektkontor für Bildung und Forschung gGmbH

Inhaltliche Gestaltung: Laura Ballaschk, Andrei Chitu

"DiMe – Digitale Methoden der (aufsuchenden) Jugendsozialarbeit" ist ein Projekt von



Minor - Projektkontor für Bildung und Forschung gGmbH

Alt-Reinickendorf 25

13407 Berlin

Tel.: +49 (0)30 457989521

E-Mail: [minor@minor-kontor.de](mailto:minor@minor-kontor.de)

[www.minor-kontor.de](http://www.minor-kontor.de)

Das Projekt "DiMe – Digitale Methoden der (aufsuchenden) Jugendsozialarbeit" wird gefördert und unterstützt durch die Landeskommision Berlin gegen Gewalt und die Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie

