



Informationen für Jugendliche zum Thema digitale Gewalt

Was ist sexualisierte Gewalt und wer ist hauptsächlich betroffen?

Sexualisierte Gewalt umfasst alle Übergriffe, Angriffe und Grenzverletzungen, die mit sexuellen Mitteln ausgeübt werden. Wir sprechen von **sexualisierter** Gewalt, weil es dabei vorrangig nicht um Sexualität geht, sondern um Gewalt, Machtausübung und Kontrolle über eine Person. Es gibt vielfältige Formen sexualisierter Gewalt, sexistische Sprüche, Grenzüberschreitungen, sexuelle Belästigung oder auch Vergewaltigung sind Beispiele dafür.

Sexualisierte Gewalt kann jeden treffen– es ist keine Frage des Alters, Aussehens oder wie man sich kleidet. Bei sexualisierter Gewalt gegen Kinder und Jugendliche machen Mädchen etwa zwei Drittel der Opfer aus, Jungen ein Drittel. Die meisten Taten geschehen im sozialen Umfeld der Betroffenen.

Was ist digitale Gewalt?

Es gibt sehr viele verschiedene Formen digitaler Gewalt. Gemeint sind Gewalthandlungen und Übergriffe, die mit technischen Hilfsmitteln und digitalen Medien ausgeübt werden und im digitalen Raum stattfinden, z.B. auf Online-Portalen oder sozialen Plattformen.

Hier nur einige Beispiele digitaler Gewalt :

- Beleidigen, Bedrohen, verbale Belästigung oder Versenden bewusster Falschnachrichten über Smartphones und soziale Medien
- Versendung von Bildmaterial, Nacktfotos, Filmen sexualisierten Inhalts ohne Kenntnis und Einverständnis der betroffenen Person
- Weiterleiten von Fotos, Filmen und sexualisierten Inhalten ohne Kenntnis der betroffenen Person
- Erpressung mit privaten Aufnahmen, Anfertigung von Bildmontagen mit sexualisierten und pornografischen Inhalten und Einstellung ins Netz
- Identitätsdiebstahl oder Veröffentlichung personenbezogener Daten anderer Personen im Netz
- Cyber-Stalking, Verfolgung, Installierung von Spy-Apps oder anderer Formen der Überwachung
- Ungewollte Zusendung von pornographischem Material oder sexualisierter Abbildungen

Gibt es Möglichkeiten, sich vor digitaler Gewalt zu schützen?

Es gibt eine Reihe von Möglichkeiten, sich vor sexualisierter Gewalt zu schützen oder zumindest das Risiko zu verringern. In Bezug auf die Technik gibt es verschiedene Sicherheitseinstellungen, die mögliche Übergriffe erschweren. Wenn man sich damit nicht

auskennt, gibt es dazu eine Reihe von Broschüren, Videos und Hinweise auf hilfreichen Plattformen (einige Links dazu sind am Ende aufgeführt). Hier nur einige Beispiele:

- auf die Privatsphäreinstellungen des Smartphones oder digitaler Plattformen achten,
- sichere Passwörter zu benutzen und diese nicht weitergeben
- die Meldefunktionen bei unangemessenen Beiträgen oder Übergriffen auf Apps oder anderen Plattformen nutzen,
- Personen blockieren,
- die Standorterkennung deaktivieren,
- keine unbekannte Anhänge in Mails oder Postings öffnen, etc.

Man sollte generell vorsichtig damit sein, persönlichen Daten (Adressen, Telefonnummern) zu verbreiten und sich fragen, wie viel Persönliches (Bilder, Videos, Inhalte) man öffentlich preisgeben möchte. Manchmal hilft es auch, nicht zu schnell zu posten, sondern sich zu überlegen, aus welchen Gründen, man Dinge in welchem Medium veröffentlicht.

Wenn man ein komisches Gefühl hat, jemand z.B. im Chat zu nahe kommt, sexuelle Dinge fordert oder zuschickt, kann es hilfreich sein, sich anderen anzuvertrauen. Das ist auch auf Portalen im Netz wie juuport möglich, wenn man sich z.B. nicht traut, mit den Eltern oder anderen Personen zu reden.

Es ist auch wichtig, sich selbst klar zu machen, wo die eigenen Grenzen sind. Man kann auch mit Freunden darüber reden oder Regeln vereinbaren, z.B. dass Videos oder Fotos nicht einfach ohne nachzufragen weitergeleitet werden. Man sollte auf das eigene Bauchgefühl achten und aufmerksam werden, wenn einem etwas komisch vorkommt, auch wenn es Andere betrifft. Sich gegenseitig zu stärken, statt auszugrenzen und Betroffene zu unterstützen, statt zu verurteilen, sind wichtige Aspekte im Kontext digitaler Gewalt.

Wie wehre ich mich als Betroffene*r gegen digitale Gewalt?

Wichtig ist es, sich Unterstützung zu holen, auch wenn man zunächst glaubt, es niemanden erzählen zu können. Neben Freund*innen, Eltern, Lehrkräften oder anderen Vertrauenspersonen, gibt es Beratungsstellen, die Hilfen anbieten. Es gibt auch Anlaufstellen im Internet, wie z.B. das Hilfeportal gegen sexuellen Missbrauch oder juuport, wo Jugendliche selbst beraten. Diese kennen auch Wege, technisch oder rechtlich gegen digitale Gewalt vorzugehen. Z.B. kann man auch bei Anbietern wie google, facebook, instagram oder tiktok dafür sorgen, dass Daten gesperrt oder gelöscht werden oder die Weiterverbreitung unterbunden wird. Wenn man systematisch beleidigt, bedroht oder erpresst wird, Videos oder Bilder mit sexuellen Inhalten geschickt bekommt oder Ähnliches, ist es wichtig, zu dokumentieren (Screenshots machen oder Ausdrucken, Aufschreiben, wer, was, wo und wann verbreitet oder eingestellt hat, ob es Zeug*innen gibt, Sprachnachrichten speichern.) Man sollte die Beschwerde- und Meldefunktionen auf sozialen Plattformen nutzen. In vielen Fällen ist es auch möglich, die Taten anzuzeigen, denn es können unterschiedliche Straftaten vorliegen. Selbst wenn jemand z.B. der Herstellung von Bildern oder Videos zugestimmt hat,

darf niemand diese ohne Einverständnis weiterleiten. Bei Cybermobbing oder Veröffentlichungen von Bildern in Gruppenchats ist es wichtig, dass dies auch in der Institution, wie z.B. der Schule unterbunden wird. Auch wenn etwas peinlich ist und man sich vor den Reaktion von Anderen fürchtet und sich am Liebsten nur noch zurückziehen würde, hilft es doch, wenn man Verbündete sucht. Denn nicht die Betroffenen tragen die Schuld und die Verantwortung, sondern diejenigen, die die Gewalt ausüben und die, die nichts dagegen unternehmen oder mitmachen.

Was kann man persönlich tun, um digitale Gewalt einzuschränken?

Generell ist es wichtig, dass man nichts ohne Einverständnis einer möglicherweise betroffenen Person tun sollte. Das können ganz einfache Dinge sein, z.B. Fotos nicht einfach ungefragt weiterzuleiten oder ins Netz stellen, gleich welchen Inhalts. Das Posten von Fotos oder Videos von Personen ohne deren Wissen und Einverständnis auf verschiedenen Onlineplattformen oder das Weiterleiten z.B. in Gruppenchats ist etwas, was sehr verbreitet ist. Viele machen sich darüber gar keine Gedanken und trotzdem ist das nicht in Ordnung, auch wenn es harmlose Bilder sind. Es ist die Entscheidung jedes und jeder Einzelnen, wo man im Netz mit welchen Dingen erscheinen möchte und es gibt ein Recht am eigenen Bild.

Darüber hinaus sollte man niemanden bloßstellen, beleidigen, keine herabwürdigenden Kommentare abgeben oder sich an Ausgrenzungen von Personen in einer Gruppe beteiligen. Wenn man mitbekommt, dass Fotos, Videos oder Beleidigungen im Umlauf sind, ohne Einverständnis oder Kenntnis einer Person, sollte man diese informieren und Hilfe anbieten und/oder sich gemeinsam an eine Vertrauensperson wenden. Es erfordert Mut und Stärke, sich einem Gruppenchat entgegenzustellen, dies kann für eine betroffene Person aber ein wichtiger Schritt sein, sich Unterstützung zu holen. Manchmal hilft es, sich selbst zu fragen, wie man sich fühlen würde, wenn ein Bild, ein Kommentar oder ein Video verbreitet würde, das man nicht freiwillig verschickt hat und das vielleicht peinlich und unangenehm ist. Es ist zudem oftmals strafbar, Bilder und Videos ohne Einverständnis online zu stellen oder zu weiter zu leiten, insbesondere mit sexuellen Inhalten. Wenn man selbst oder ein Freund oder eine Freundin mit gravierenderen Formen sexueller Übergriffe konfrontiert wird, bedroht wird, erpresserische Mails oder Videos bekommt, ist es hilfreich, sich an eine Vertrauensperson zu wenden und sich externe Hilfe zu holen. Dazu gibt es Beratungsstellen vor Ort und es gibt auch im Netz eine Reihe von Unterstützungsmöglichkeiten. Beratung ist auch anonym möglich.

Ganz wichtig ist es auch, dass diejenigen, die im Umfeld einer Person oder auch in Chats oder Onlineplattformen mitbekommen, dass ein Übergriff passiert ist, nicht die Betroffenen beschuldigen oder deren Verhalten bewerten. Wenn jemand, z.B. wenn eine Beziehung beendet wurde, vorher einvernehmlich gemachte Nacktbilder ins Netz stellt, um sich für die Trennung zu rächen oder um die Person bloßzustellen, so ist das sexualisierte Gewalt. Manche Menschen reagieren dann so, dass sie der Betroffenen eine Mitschuld geben, weil sie den Fotos vorher zugestimmt hat oder auch selbst schon einmal freizügige

Bilder ins Netz gesetzt hat. Dies ist jedoch eine persönliche Entscheidung und rechtfertigt keine Einstellung von Bildern gegen deren Willen. Bewertende Reaktionen über Betroffene können dazu führen, dass diese sich aus Scham zurückziehen, mit niemandem reden und sich keine Hilfe holen. Das sogenannte victim blaming ist auch in der analogen Welt ein großes Problem und führt zu einer Verstärkung der Folgen sexualisierter Gewalt

Zusammenfassende Praxistipps zum Thema digitale Gewalt für Jugendliche:

Neben dem bereits Gesagten, sind zusammengefasst ein paar zentrale Punkte und Fragen wesentlich, die immer mal wieder reflektiert werden sollten:

Was will ich über mich öffentlich preisgeben? Manchmal kann es hilfreich sein, nicht so schnell zu posten, weiterzuleiten oder zu kommentieren, sondern erst mal nachzudenken. Vielleicht ärgere ich morgen schon über das, was ich eingestellt habe und anders als ein Kommentar oder ein Spruch in der analogen Welt, wird es von sehr vielen gelesen und weitergegeben.

Was mache ich mit den Daten anderer? Bevor ich ungefragt und ohne Erlaubnis, Bilder, Videos oder Informationen teile, ist es wichtig nachzufragen: Ist die Person damit einverstanden? Wo könnte ich Freunde oder andere Personen verletzen? Muss ich wirklich alles kommentieren? Wo laufen Dinge, die nicht in Ordnung sind? Wie würde ich mich fühlen, wenn ein bestimmtes Bild/Video von mir im Umlauf wäre? Wo kann ich vielleicht unterstützen, Hilfe anbieten und Respekt/Haltung zeigen?

Wie kann ich mich gegen Gefahren, Übergriffe oder auch Abzocke schützen, bevor etwas passiert? Habe ich mal meine Sicherheitseinstellungen überprüft? Kennen meine Freunde vielleicht entsprechende Tipps? Wo gibt es Möglichkeiten, sich darüber auszutauschen? Vielleicht einfach mal reinschauen bei handysektor, klicksafe oder juuport.

Was kann ich tun, wenn mir oder anderen etwas passiert ist?

Auch wenn es erst einmal schwer ist: es ist sehr wichtig, damit nicht alleine zu bleiben. Sprecht mit einer vertrauten Person, kontaktiert eine Beratungsstelle oder eine Anlaufstelle im Netz: **Unterstützung zu holen ist das wichtigste Mittel!**

Hilfreiche Literatur/Medien:

Beratung und Hilfe im Internet

<https://www.juuport.de/beratung>

(Online-Beratung von Jugendlichen für Jugendliche)

<https://www.nummergegenkummer.de/>

(Online-Beratung für Kinder und Jugendliche sowie für Eltern)

<https://www.hilfe-portal-missbrauch.de/startseite>

(Telefonische Beratung oder Onlineberatung bei sexualisierter Gewalt)

<https://hateaid.org/betroffenenberatung/>

(Telefonische und Onlineberatung bei Hass im Netz)

Internetbeschwerdestelle und Meldestelle

<https://www.jugendschutz.net/deutsch/index.html>

Informationen, Tipps und Materialien

<https://www.handysektor.de/startseite>

(Viele praktische Informationen zu allen digitalen Themen)

www.klicksafe.de

(Informationsportal mit vielfältigen Informationen, Materialien und hilfreichen Tipps für Kinder, Jugendliche, Eltern und Fachkräfte zu allen digitalen Themen)

<https://aktiv-gegen-digitale-gewalt.de>

(Informationen und ausführliche Technische Sicherheitstipps)

Conny Schulte, Beratungsstelle gegen sexualisierte Gewalt Bonn

info@beratung-bonn.de

www.beratung-bonn.de

<https://www.facebook.com/beratungsstellebonn>

https://www.instagram.com/beratungsstelle_bonn/

<https://www.youtube.com/channel/UC8tD-0NyQNbUwXMHz15PsHw>