

# Gewalt in und über soziale Medien & im digitalen Raum

Netzwerk- und Arbeitstagung zum Schutz vor  
sexualisierter Gewalt im Schwimmsport 2024

In welchen sozialen  
Netzwerken bist du unterwegs?

Was bedeuten digitale Medien  
für dich?

Stuie |

In welchen sozialen Netzwerken bist du unterwegs?

Telefon ☺ |

Face book ||| | ||| |

X ||

Mastodon |

TikTok |||

LinkedIn |

Instagram ||| | ||| | ||| |

Youtube + ||| ||| | ||| ||

Snapchat |||

Bereal

WhatsApp ||| ||| | ||| | ||| |

Twitch |

Signal |||

Reddit ||

Telegram |||

Elements |

Was bedeuten  
digitale Medien für  
dich?

Internationale  
Verbindungen

Bestell-Nr. 155 0211 02  
Herst.-Nr. 1140

Austausch

einfacher  
Zugang

(Falsch-)  
Informationen

viele Kontakte  
gleichzeitig

Sucht-  
potenzial

Verdrängung

Fake  
Profile

potenziell  
geese Reswidrich

Kommunikation

Sich ausdrücken

Zeitvertrieb

(24/7) Erreichbarkeit

Selbstplatzierung

unreguliert

Anonymität

Was bedeuten  
digitale Medien für  
dich?

finden von „Gleichgesinnten“  
für seltene Hobbies

- ⇒ schnelle Kontaktaufnahme und Rückmeldung
- ⇒ in Kontakt bleiben
- ⇒ Kontrolle
- ⇒ Flüchten vor dem Alltag
- ⇒ Rezeptideen

- Zeiträuber!

- ⇒ Lernquelle
- ⇒ Nachrichten & Informationen
- ⇒ Austausch

Beschäftigung

Information

DIY-Ideen

Zeitersparnis  
Abhängigkeit

02  
8A+

# Chancen & Potenziale



take action **beyond**  
against cyber **digital**  
sexual **violence**

Initiativart unter der  
Förderkennung 101051221  
durch die Europäische Union



take action **beyond**  
against cyber **digital**  
sexual **violence**

Initiativart unter der  
Förderkennung 101051221  
durch die Europäische Union



take action **beyond**  
against cyber **digital**  
sexual **violence**

Initiativart unter der  
Förderkennung 101051221  
durch die Europäische Union



take action **beyond**  
against cyber **digital**  
sexual **violence**

Initiativart unter der  
Förderkennung 101051221  
durch die Europäische Union



take action **beyond**  
against cyber **digital**  
sexual **violence**

Initiativart unter der  
Förderkennung 101051221  
durch die Europäische Union



take action **beyond**  
against cyber **digital**  
sexual **violence**

Initiativart unter der  
Förderkennung 101051221  
durch die Europäische Union

# Welche Chancen bieten Soziale Medien?

24/7  
erreichbar

Individuelle  
Unterhaltung

(Internationale)  
Freundschaften

Kommunikation

in  
Verbindung  
bleiben

HORIZONT.  
ERWETERUNG

Information  
austausch

Wissen  
erweitern

In  
Kontakt  
bleiben

Kontakt  
zu Menschen  
die weiter  
wegwohnen

Eine Info  
an viele  
gleichzeitig

Information

Schnelle  
Informationen

sich  
connecten

Beziehungen  
pflegen

Kontakt  
aufnahme

Kontakte  
knüpfen

Emotionen  
ausdrücken

Schnelle  
Kommunikation  
mit großer  
Reichweite

Wissen/  
Informationen  
f. Interessen

Bewerben  
von Veranstaltungen  
& Events

Außen-  
darstellung

REICH-  
WEITE

Jobs

Termine/  
Freizeitgestaltung

Reich-  
weite  
(Verein)

Welche Chancen bieten Soziale Medien?

Monistischer Dialog

Austausch  
Fam., Kollegen, Verein

Austausch

Netzwerken

In Kontakt bleiben

Austausch

Kommunikation

neue Jobchancen

Schnelle Informationen & finden

Informationen erhalten

Vernetzung

"alte" Kontakte wiederfinden

GELD

Selbstdarstellung

Werbung f. unseren Spot

# Chancen & Potenziale

Unabhängigkeit  
von Ort und Zeit

Neues Erstellen  
und Vorhandenes  
verändern

„Spielwiese“, um  
sich  
auszuprobieren

Lernen und  
Wissenserwerb

Eigene  
„geschützte“  
Handlungsräume

Flexible Zugänge  
zu Informationen

Austausch und  
Vernetzung mit  
anderen

Teilhabe an Kultur  
und Gesellschaft

Soziale Medien können die Kreativität, Beziehungen und die Identitätsbildung stärken. Wichtig ist, aufmerksam zu sein, um Risiken zu minimieren und Chancen zu nutzen.

# Unsere Schwimmstrecke für heute

Welche Chancen und Risiken stellen sich heraus?

Was verstehen wir unter digitaler Gewalt?

Was sagt das Recht?

Wie gehen Täter\*innen im Netz vor?

Welche Folgen ergeben sich für Betroffene?

Wie ist das im Sport?

Prävention und Medienkompetenz

Tipps bei Vorfällen

# **Welche Chancen und Risiken stellen sich heraus?**

Gewalt in und über soziale Medien & im digitalen Raum

Wie siehst Du grundsätzlich die  
Mediennutzung (bspw. von Kindern &  
Jugendlichen)?

Was verbindest Du mit (sexualisierter)  
Gewalt im digitalen Raum?

Wie siehst Du  
grundsätzlich die  
Mediennutzung?

Spielregeln  
erforderlich

Informationen  
mit Vorsicht  
genießen

Kritisch  
+  
gefährlich

MUSS "man" lernen

großer  
Potential  
Informationen bewerten  
lernen

frei/  
grenzenlos

Suchtgefahr

Möglichkeit  
zur "Selbsthilfe"  
(Communities)

nützlich



Was verbindest Du mit (sexualisierter) Gewalt im digitalen Raum?

Fake-Profile

Momo + Co.

Hasskommentare

Dickpics

Nötigung

Manipulation / Missbrauch von Bildern / Videos

Revenge-Porn

Mobbing

Verbreitung von Bildern / Videos

Ki-Bild Videos

von Bloßstellen Personen

Verleumdung

Bots

Teilen von

Missbrauchs-darstellungen

Erhalten von

Unangemessenen ~~verbotenen~~

Inhalten

Cybermobbing

Verstecken  
hinter schönen  
Bildern

Gewaltvideos

Sexting

Anonymität

Bilder machen u. verschicken  
ohne das der andere es wollte

Das Internet vergisst nicht

Was verbindest Du  
mit (sexualisierter)  
Gewalt im digitalen  
Raum?

KI!

Filter

ungewollter  
Kontakt

Darknet

Hilflosigkeit  
"öffentliche Bossstellung"  
audenranger stellen

# Der digitale Raum und seine Risikobereiche

## Kommunikation

- Missverständnisse
- Unerwünschte Nachrichten (u.a. mit sexualisierten Texten / Bildern / Videos)

## Identität

- Beeinträchtigung der Identitätsfindung
- Selbstdarstellung

## Stress

- Fear of missing out (FOMO)

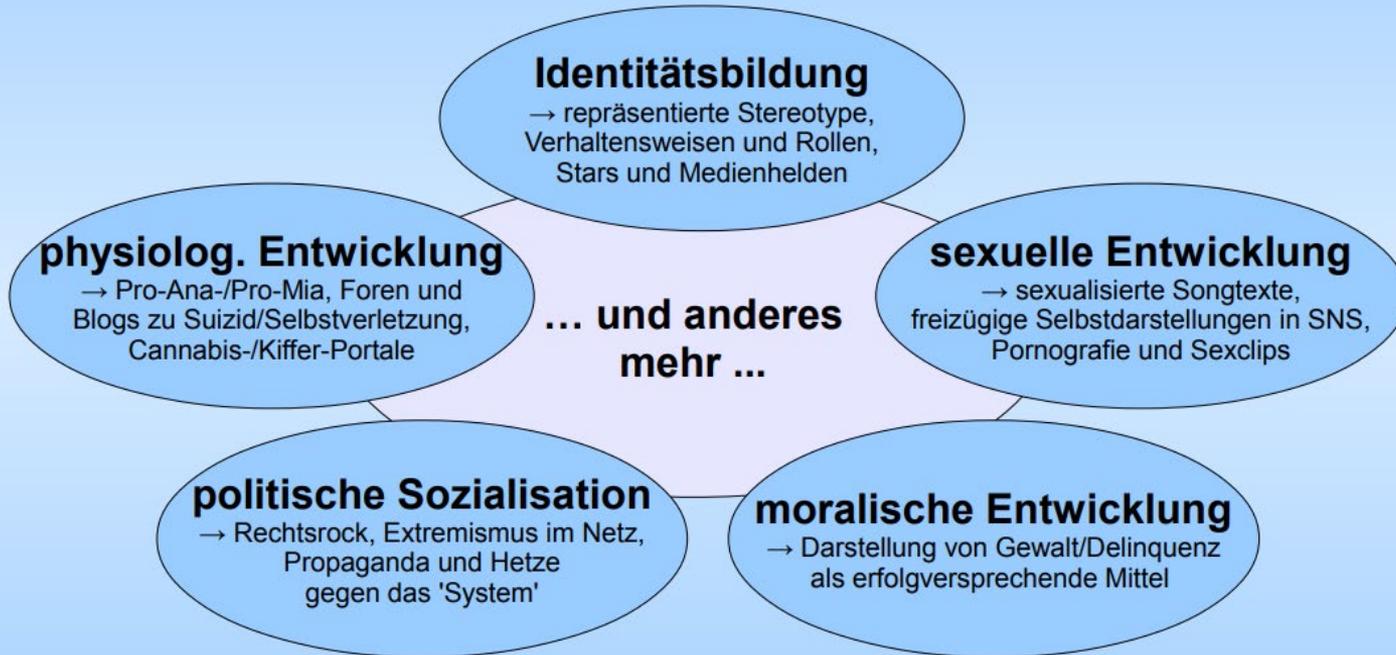
## Nutzungsdauer

- Ständige Erreichbarkeit

## Gewalt

- Mobbing
- Hatespeech
- Doxing
- Stalking

# Bereiche möglicher Gefährdungen (Hajok 2014)

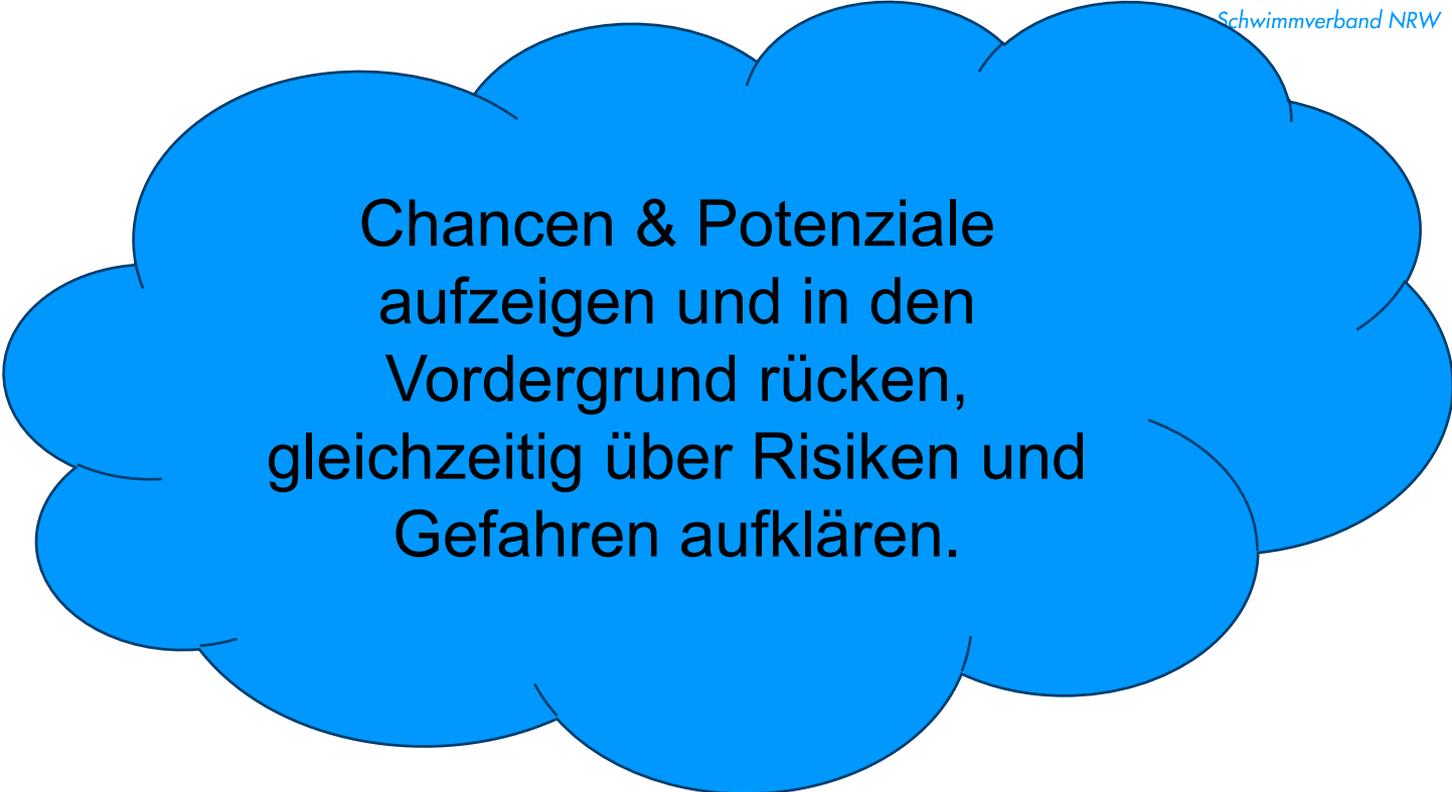


## Chancen

- Sich selbst ausdrücken und Resonanz erhalten
- In Kontakt bleiben mit Gleichaltrigen
- Freundschaften leben und ausdrücken (auch im Sport – über Ländergrenzen hinweg)
- Sich zugehörig fühlen/sich weniger einsam fühlen
- Selbstgesteuert, interessengeleitet lernen
- Im Sport: „Vermarktung“, Ergebnisse zeigen

## Risiken

- Risiko interpersoneller Gewalt, sexueller Missbrauch
- Risiko ungewollter Konfrontation mit gefährlichen Inhalten
- Abnahme von Lebenszufriedenheit
- Gesundheitliche Probleme bei exzessiver Nutzung



Chancen & Potenziale  
aufzeigen und in den  
Vordergrund rücken,  
gleichzeitig über Risiken und  
Gefahren aufklären.

# **Was verstehen wir unter digitaler Gewalt?**

Gewalt in und über soziale Medien & im digitalen Raum

# Digitaler Raum | digitale Gewalt

## Digitaler Raum

Das Internet ist das bekannteste Medium zur Kommunikation und Information

Zur Nutzung sind digitale Medien nötig

Zunehmende Verlagerung der Lebenswelt in den digitalen Raum

## Digitale Gewalt

Bedient sich digitaler Medien und findet im digitalen Raum statt

Steht oft in Verbindung mit analoger Gewalt

Physische, psychische, sexualisierte Form

Digitale Gewalt ist ein Oberbegriff für Formen von geschlechtsspezifischer Gewalt, die sich technischer Hilfsmittel und digitaler Medien (Handy, Apps, Internetanwendungen, Mails etc.) bedienen und/oder geschlechtsspezifische Gewalt, die im digitalen Raum, z.B. auf Online-Portalen oder sozialen Plattformen stattfindet. Digitale Gewalt funktioniert nicht getrennt von „analoger Gewalt“, sie stellt meist eine Ergänzung oder Verstärkung von Gewaltverhältnissen und -dynamiken dar.

# Formen

Cybermobbing /  
Cyberbullying

Cybergrooming

Cyberstalking

Sexting und  
Missbrauch von  
Sexting

Hatespeech und  
Fake News

Konfrontation mit  
Pornografie und  
Missbrauchs-  
darstellungen

Doxing

## Cyberstalking

- Ausspähen von persönlichen Daten
- Verfolgung über das Internet, Social Media, E-Mail, Smartphone etc.
- Penetrantes Belästigen, Bedrohen oder Terrorisieren durch Kontaktaufnahme, Kommentare oder Anrufe
- Oftmals über einen längeren Zeitraum

## Sexting und Missbrauch von Sexting

- Zusammensetzung von „sex“ und „texting“
- Versenden von Text- und Bildnachrichten mit sexistischen Inhalten; freizügige Bilder, Nacktbilder über Messengerdienste wie WhatsApp, Skype etc.
- Sexting kann einvernehmlich sein, kann aber auch strafbar sein, wenn...
  - Bilder von unter 14-Jährigen oder Versand an diese Altersgruppe
  - Bilder werden ohne Einverständnis weiterversendet und/oder veröffentlicht
  - Revenge Porno (Racheporno): In einer Beziehung gemachten Bildaufnahmen werden mit dem Ziel veröffentlicht, sich zu rächen, den anderen bloßzustellen

## Cybermobbing / Cyberbullying

- Über einen längeren Zeitraum wiederholtes und systematisches Beleidigen, Bedrohen, Bloßstellen, Belästigen oder Ausgrenzen einer Person
- In (Klassen-/Vereins-)WhatsApp-Gruppen, Chat-Foren oder anderen sozialen Medien
- Zusammenschließen einer Gruppe/Klasse gegen ein „Opfer“
- Zunahme um 25 % seit 2018
- Es kann jede\*n treffen und Mobbing hört nicht von selbst auf!

## Cybergrooming

- Gezielte Anbahnung sexueller Kontakte mit Minderjährigen über das Internet
- Häufig geben Täter\*innen sich als Kinder, Jugendliche oder junge Erwachsene aus, um Vertrauen aufzubauen
- Ziel ist in den meisten Fällen eine sexuelle Belästigung bis hin zum sexuellen Missbrauch in Realität
- „Du warst heute im Training viel besser als die anderen. Sollen wir uns mal privat treffen?“ / „Ich finde dich so hübsch, schick doch mal ein Bild oben ohne.“

## Hatespeech und Fake News

- Hassrede im digitalen Raum beleidigt, bedroht und verachtet Menschen aufgrund ihrer Herkunft, ihres Glaubens, ihres Geschlechts oder ihrer sexuellen Orientierung
- Bilder, Videos, Kommentare
- Fake News sind eine Form der Desinformation
- Erstellung, um Stimmung für oder gegen bestimmte Themen, Personen, Gruppen oder Organisationen zu machen
- Sie sehen echten Nachrichten sehr ähnlich und sind daher schwer zu identifizieren

## (unerwünschte) Konfrontation mit Pornografie und Missbrauchsdarstellungen

- Unerwünschte Konfrontation ist immer problematisch, da es teilweise überraschend und unerwartet passiert
- Darstellungen können (re-)traumatisieren und überfordern, Selbstwert erschüttern
- 60-80% der Jugendlichen haben bereits Erfahrungen mit (Internet-)Pornografie gemacht – mehr Jungen als Mädchen
- Wirkungspotentiale bei regelmäßigem Konsum:
  - Realitätskonzeption/Normalisierungseffekt, Leistungs- und Perfektionsdruck, Körperbild (Intimrasur, Bodymodification etc.), problematische Rollenbilder, heteronormativ, Einfluss auf Verhaltensweisen, Wertewelt
  - Wichtig!: Konsum nicht verteufeln, Sprache finden

# YouTube: „Missbrauch im Turnverein: Wie Betroffene sich wehren“ (STRG\_F)

- <https://www.youtube.com/watch?v=XIBXKci8AMY>
- Minute 22:03 – 24:20 min
- Beispiel Chatverlauf



# **Was sagt das Recht?**

Gewalt in und über soziale Medien & im digitalen Raum

# § Rechtliches

1. Digitale Gewalt umfasst eine Vielzahl von Angriffsformen, die zumeist Straftatbestände erfüllen und gegen die juristisch vorgegangen werden kann.
2. Beispiele von Straftatbeständen:
  - Ungefragtes Versenden pornografischer Inhalte (§ 184 Abs. 1 Nr. 6 StGB sowie § 184 b/ § 184 c StGB bei Bildern von Minderjährigen)
  - Weitergabe von Fotos oder Videos ohne die Zustimmung der abgebildeten Person (§ 33 KUG, § 201a StGB)
  - Unerlaubt erstellte Bilder in einen gegen Einblick besonders geschützten Raum (z. B. Umkleidekabine) sowie die Übertragung solcher Aufnahmen (§ 201a StGB)
  - Nötigung nach § 240 StGB, wenn mit der Veröffentlichung intimer Aufnahmen gedroht wird, um die abgebildete Person zu einem Handeln, Dulden oder Unterlassen zu drängen (Versuch ist bereits strafbar: § 253 StGB)
  - Falsche Behauptungen als Beleidigung oder üble Nachrede (§§ 185, 186 StGB)

# § bzgl. des Alters

- Das Schutzalter liegt in Deutschland bei 14 Jahren. Damit sind sexuelle Handlungen mit, vor oder an unter 14-Jährigen grundsätzlich strafbar.
- Die Strafmündigkeitsgrenze liegt ebenfalls bei 14 Jahren. Damit können Jugendliche ab diesem Alter zur Verantwortung gezogen werden, wenn sie ein Foto/Video mit sexuellen Inhalten erhalten und dieses weiterleiten.
- Personen, die aus Versehen sexualisierte Inhalte herunterladen oder erhalten sollten das Material unverzüglich löschen; ein Behalten ist nur zum Zwecke der Strafverfolgung erlaubt.

# § bzgl. des Alters

## Juristische Altersgrenzen

**13**

bis

- Nacktfotos nennt man Kinderpornografie
- Jede Pornografie ist verboten !!
- Freiwillig verschickte Nacktfotos von bis 13-Jährigen verboten (aber Kinder nicht strafmündig)
- Weiterschicken immer verboten! !!

**17**

14 bis

- Nacktfotos nennt man Jugendpornografie
- Kinderpornografie verboten !!
- Erwachsenenpornos verboten !!
- Freiwillig verschickte Nacktfotos von 14-17-Jährigen sind in Beziehung erlaubt
- Weiterschicken immer verboten! !!

**18**

ab

- Erwachsenenpornos erlaubt
- Kinderpornografie verboten !!
- Jugendpornografie verboten !!
- Bilder aus Partnerschaft, als beide noch unter 18 waren, darf man behalten
- Weiterschicken ohne Einverständnis verboten! !!

# § Mögliche Folgen für jugendliche Täter\*innen

2021 wurde das Strafrecht reformiert (erneute Überarbeitung ist bereits fertig!)

- Strafraum wurde angehoben
- §184 b StGB Kinderpornografie = Mindestfreiheitsstrafe 1 Jahr
- Bedeutet Hochstufung zum Verbrechen, somit keine Einstellung wg. Geringfügigkeit
  - Fälle für Minderjährige (40 % der Tatverdächtigen bei digitaler Verbreitung von Kinderpornografie sind Kinder und Jugendliche)
  - Sexting unter 13/14 jährigen sind strafrechtlich relevant.
  - Kinder und Jugendliche wissen häufig nicht, dass die Inhalte kinderpornografisch und somit strafbar sind.
  - Weiterleitung zur Beweissicherung oder aus Überforderung an Eltern oder Lehrer\*innen problematisch.
  - Folgen für das Führungszeugnis= Zugang zu ehrenamtlichen Tätigkeiten oder Erzieher\*innenausbildung verwehrt.

# Wie gehen Täter\*innen im Netz vor?

Gewalt in und über soziale Medien & im digitalen Raum

# Wie gehen Täter\*innen vor?

Viele Komplimente und mit der Zeit anzügliche Kommentare

Haben für alles Verständnis

Fragt, ob man allein ist und was man gerade sonst noch macht

Isolieren die betroffene Person von ihrem sozialen Umfeld: In-Group aufwerten – OutGroup abwerten (vgl. Enders et al. 2012)

Bringen betroffene Personen in eine emotionale Abhängigkeit

Manipulieren, üben Druck aus, erpressen

# Wie gehen Täter\*innen vor?

- Bittet, niemandem von dem Chat oder der Bekanntschaft zu erzählen → bauen ein „System der Geheimhaltung“ auf, das die Normalisierung einer sexualisierten Atmosphäre erleichtert
- Fragt nach persönlichen Daten oder Bildern (wenn ihr über soziale Medien schreibt, wird nach der Telefonnummer gefragt oder es wird nach einem heimlich persönlichen Treffen gefragt)
- Unglaubliches Profil mit Bildern bekannter Persönlichkeiten hat
- Verschleierung der Identität!

# **Welche Folgen ergeben sich für Betroffene?**

Gewalt in und über soziale Medien |  
im digitalen Raum

# Folgen für Betroffene

Fühlen sich  
ohnmächtig

Sind ambivalent:  
positiv erlebte  
„Zuwendung,  
Wertschätzung und  
Zuneigung“ der  
Tatperson fällt weg

Schämen sich und  
haben Schuldgefühle

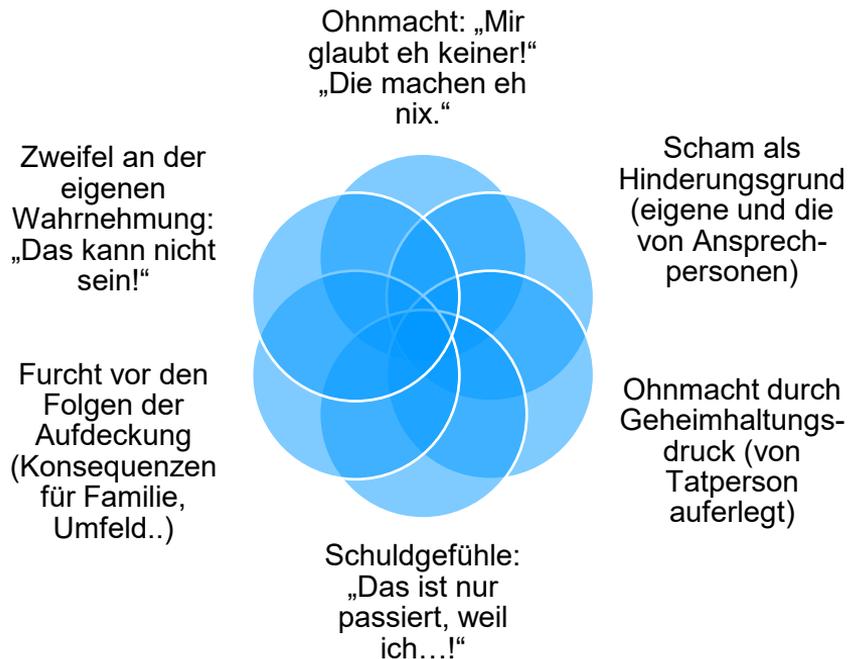
Entwickeln Ängste oder  
erleiden Panikattacken

Misstrauen den  
eigenen Gefühlen

Überlebensstrategien:  
Anorexie, Regression,  
Verdrängung

Langfristig negatives  
Selbstwertgefühl

# Warum schweigen sie?



# Wie ist das im Sport?

Gewalt in und über soziale Medien |  
im digitalen Raum

# Kontext Sport

Vermehrte Nutzung digitaler Medien durch Vereine/Verbände zur Kommunikation und Darstellung von z. B. Wettkampfergebnissen

- Nichtnutzung der Plattformen kann zu Wissensdefizit oder Gefühl der Ausgeschlossenheit führen

Kommunikation erfolgt über Plattformen wie WhatsApp

- Private Handynummern sind im Verein vielen Personen bekannt
- Personen können unerwünschte Text- und Bildnachrichten mit sexualisierten Inhalten erhalten oder zielgerichtet angesprochen werden

# Kontext Sport

## Foto-/Videoerstellung

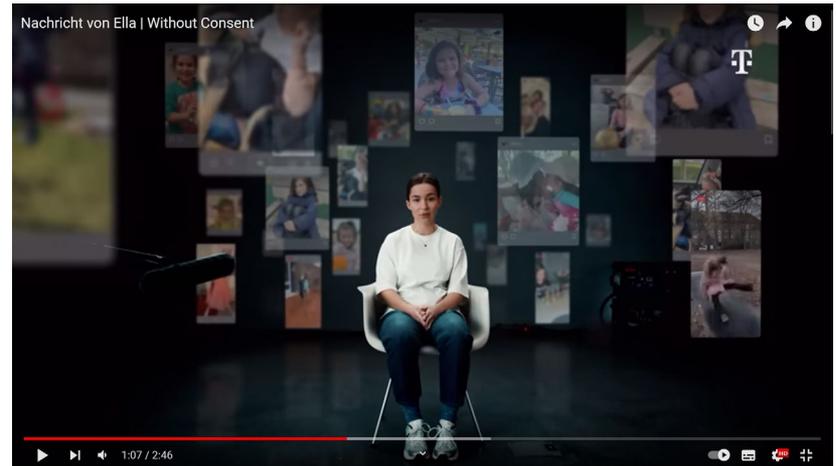
- ungewollte Fotos oder Videos werden erstellt und über z. B. Chats verbreitet

Berühmte Personen wie (Spitzen-) Sportler\*innen vernetzen sich über soziale Medien mit Fans und generieren u. a. auch Werbeverträge; häufig körperbetonte Profildarstellung (knappe Kleidung bzw. nackter Oberkörper)

- Möglicher Anreiz sich selbst in knapper Kleidung auf dem eigenen Profil darzustellen
- Mögliche Entstehung des Gefühls, dass die eigene Figur nicht den Bildern/Videos und somit der vermeintlichen „Norm“ entspricht

# YouTube: „ Nachricht von Ella | Without Consent“ (Deutsche Telekom Archiv)

- <https://www.youtube.com/watch?v=bu-fR8nrwjs>



Es besteht ein erhöhtes Risiko der (sexualisierten) Mediengewalt. Als Teil der Gesellschaft steigt damit auch das Risiko in Sportvereinen.

Wichtig ist das Wissen um die Risiken und das Bewusst darüber machen aller Akteur\*innen im Sport.  
Auch in der digitalen Welt muss eine Kultur der Achtsamkeit entwickelt werden.

# Prävention und Medienkompetenz

Gewalt in und über soziale Medien |  
im digitalen Raum

# Ziele der Prävention

Förderung der  
Medienkompetenz

Förderung von Sozial- und  
Selbstkompetenz

Förderung von sexueller  
Selbstbestimmung

Schutzkonzepte entwickeln  
und Hilfsstrukturen aufbauen

Regeln entwickeln  
(Netiquette)

Kinderrechte stärken

# Präventiv handeln – mitdenken im Schutzkonzept

- **Informieren** über Chancen und Risiken
  - Mitarbeitende schulen, Kinder und Jugendliche sensibilisieren
  - U.a. Wissen über Täter\*innenstrategien → „Medienkompetenz“ an Athlet\*innen weitergeben
  - Eltern mit einbeziehen – gesundes Aufwachsen mit digitalen Medien ermöglichen (Medienkompetenz)
- **Prüfung der Nutzung:** Datenschutz, Altersfreigaben, Plattformauswahl, Veröffentlichung von Bildern und/oder Videos
- **Hilfe** anbieten und auf **Hilfsangebote** von Fachberatungsstellen verweisen
- **Beschwerdemöglichkeiten** altersgerecht anbieten
- Innerhalb der **Verhaltensleitlinien** auch die sozialen Medien bzw. den digitalen Raum mitbedenken.  
→ Grundregeln für Soziale Netzwerke

# Medienkompetenz

Viele **Chancen**, die man nutzen bzw., bei denen man sich frei entfalten kann

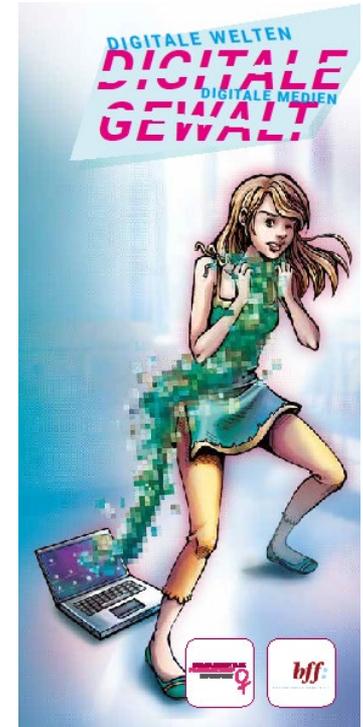
Über beide Richtungen informieren und **präventive und intervenierende Handlungsmöglichkeiten** an die Hand geben

**Bewusstsein** über **Risiken**, die sich im digitalen Raum oder über die sozialen Medien ergeben können

# Für Eltern / Erziehungsberechtigte:

# Gesundes Aufwachsen mit digitalen Medien mit Hilfe der Eltern

- Sich interessieren! Kinder brauchen glaubwürdige Ansprechpartner\*innen
- Sich schlau machen! z.B. technische Schutzmöglichkeiten kennen
- Vorbild sein! Den eigenen Mediengebrauch reflektieren
- Regeln zur Mediennutzung vereinbaren!
- Bewusstsein schaffen für Rechtsverletzungen/ Strafbarkeit!





### Tipps für Eltern

## Mediennutzung in der Familie

Ein Patentrezept gibt es leider nicht –  
aber ein paar sinnvolle Zutaten:



Wählen Sie mit Ihrem Kind gemeinsam Sendungen, Hörspiele, Webangebote oder auch Computerspiele aus, die für das Alter Ihres Kindes geeignet sind.

Interessieren Sie sich für die Mediennutzung Ihres Kindes. Sprechen Sie z. B. über das, was im Fernsehen spannend war. Helfen Sie ihm oder ihr, die Medienerlebnisse zu verarbeiten.



Achten Sie darauf, wie Sie selbst Medien nutzen und welchen Umgang mit Fernsehen, Smartphone, Internet und anderen Medien Sie vorleben.

Bleiben Sie dran! Spielen, gucken, lesen oder hören Sie gemeinsam mit Ihrem Kind. Lassen Sie sich neue Medienangebote zeigen, die Sie noch nicht kennen.



Schalten Sie den Fernseher und andere Medien auch einmal bewusst aus und unternehmen Sie etwas mit Ihrem Kind. Oder nutzen Sie Medien für kreative Aktionen.

Besprechen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind klare Regeln, welche Medieninhalte wann und wie lange genutzt werden. Handeln Sie zum Beispiel einen Vertrag aus, wenn das erste Smartphone angeschafft wird.



Schaffen Sie eine vertrauensvolle Atmosphäre, um bei Fragen oder negativen Erfahrungen ansprechbar zu sein. Holen Sie sich bei schwierigen Themen Unterstützung. Tauschen Sie sich mit anderen Eltern aus.

# Für Minderjährige:

# Grundlagen für Soziale Netzwerke



1. Informiere Dich vor Anmeldung/Download über das Netzwerk/die App.
2. Stelle keine Informationen online, die Dir später peinlich sein könnten und achte auf Bildrechte anderer.
3. Stelle Dein Profil so ein, dass nur Freunde es sehen können und überlege gut, wen du auf Deine Freundesliste lässt.
4. Schreibe nichts schlechtes über andere (z. B. Teammitglieder, Trainer\*innen etc.)
5. Hole Dir Hilfe, wenn Dich jemand belästigt oder jemand komische Anfragen macht

# ...BEISPIEL Verhaltensleitlinien

1. Freundlich bleiben
2. Erst denken, dann senden
3. Keine privaten (im Vertrauen gesendeten) Bilder weiterleiten
4. Es muss nicht jede\*r „Hi“ schreiben
5. Keine Fotos und Videos von anderen machen – vor allem nicht heimlich.
6. Streit sollte nicht im Gruppenchat ausgetragen werden
7. Streit sollte nicht am Handy (via Textnachrichten) ausgetragen werden
8. Schreibe nicht schlecht über andere. Bewerte andere nicht öffentlich.
9. Wenn sich etwas nicht richtig anfühlt, ist es das auch nicht – hol´ dir Hilfe, wenn es nötig ist.

# Wissen über Täter\*innen- strategien

## Misstrauisch werden, wenn im Chat jemand...

- ... sehr viele Komplimente und anzügliche Kommentare macht
- ... Verständnis für „alles“ hat und eine bemüht jugendliche Sprache nutzt
- ... erklärt, dass er\*sie Talent-Scout ist und dich berühmt machen kann
- ... fragt, wo dein Computer steht und ob du alleine davor sitzt
- ... persönliche Daten und Bilder verlangt
- ... ein unglaubliches Profil mit Bildern bekannter Persönlichkeiten hat
- ... möchte, dass du deine Kamer einschaltest und selbst erklärst, seine\*ihre sei kaputt
- ... zu einem Messenger wechseln oder sich heimlich treffen will
- ... bittet, niemandem von dem Chat oder der Bekanntschaft zu erzählen

# Tipps bei Vorfällen

Gewalt in und über soziale Medien |  
im digitalen Raum

# Es ist etwas passiert? Wann nun? – schnelle Hilfen:

Deaktivierung der  
Kommentarfunktion  
und/oder Änderung der  
Accounteinstellungen

Dokumentation der  
ungewollten  
Kommentare/Aktionen  
(Protokoll / Tagebuch /  
Screenshot)

Melden von Nutzer\*innen,  
die gegen Regeln des  
sozialen Netzwerks  
verstoßen haben

Nicht auf beleidigende  
Nachrichten reagieren

Hilfe einholen  
(Vertrauenspersonen,  
Beratungsstellen)

Löschung oder  
Aushändigung von  
unerwünschten  
Aufnahmen verlangen und  
den Löschvorgang  
beaufsichtigen

Bei ungefragten  
Nachrichten mit  
pornografischen Inhalten:  
Bilder nicht weiterleiten,  
um sich nicht selbst  
strafbar zu machen!

Juristische Schritte prüfen

Soziale Medien können die Kreativität, Beziehungen und die Identitätsbildung stärken. Wichtig ist, aufmerksam zu sein, um Risiken zu minimieren und Chancen zu nutzen.

Die positiven Aspekte sollten in  
den Vordergrund gerückt  
werden.

Über Risiken und Gefahren  
aufklären, ohne Angst zu  
machen

# Materialien & Quellen

Gewalt in und über soziale Medien |  
im digitalen Raum

# Hilfestellen / Linksammlung

Ist man im Internet auf etwas gestoßen, das man für illegal, jugendgefährdend oder entwicklungsbeeinträchtigt hält, gibt es die Möglichkeit dies zu melden:

- Jugendschutz.net  
<https://www.jugendschutz.net/verstoess-melden>
- Internet-Beschwerdestelle.de  
<https://www.internet-beschwerdestelle.de/de/index.html>



# Hilfen

- [Safe Sport e.V.](#)
- [www.juuuport.de](http://www.juuuport.de)
- [Hilfe - Innocence in Danger](#)
- [Elternratgeber SCHAU HIN!](#)
- [„Take It Down“ entfernt Nacktbilder von Minderjährigen aus dem Netz \(klicksafe.de\)](#)

# Infomaterial

- [Landesfachstelle Prävention sexualisierte Gewalt NRW \(psg.nrw\)](https://www.psg.nrw)
- [Wissen hilft schützen](#)
- [Kein Raum für Missbrauch.de](https://www.keinraumfuermissbrauch.de)
- [Materialien DE – Beyond Digital Violence \(byedv.de\)](https://www.byedv.de)
- [klicksafe.de: Die EU-Initiative für mehr Sicherheit im Netz](https://www.klicksafe.de)
- [Wissen kompakt: Cybergrooming, Sexting und Co](#)
- [Cyberspace - ECHT KRASS \(echt-krass.info\)](https://www.echt-krass.info)





[HOME](#) [BERATUNG](#) [ÜBER UNS](#) [FAQs](#) [DOWNLOADS](#) [NEWS](#) [KONTAKT](#)



## DEIN HALT BEI GEWALT WENN SPORT KEIN SAFE SPACE MEHR IST

Unabhängige Ansprechstelle für Betroffene  
sexualisierter, psychischer und physischer Gewalt im Sport



Telefonische Beratung

**0800 11 222 00**

Mo, Mi, Fr 10–12 Uhr  
Do 15–17 Uhr

**MEHR ERFAHREN**



Online-Beratung

**ANMELDEN**

Schreibe uns direkt oder buche deinen  
Chat-Termin!

**MEHR ERFAHREN**



Beratung vor Ort

**BERLIN**

Termine unter: 030-220138710  
oder: [beratung@ansprechstelle-safe-sport.de](mailto:beratung@ansprechstelle-safe-sport.de)

**MEHR ERFAHREN**



# Safe Sport

Menschen, die sexualisierte, psychische und/oder physische Gewalt im Breiten- oder Spitzensport erlebt oder beobachtet haben, können sich hier psychologische und/oder juristische Unterstützung holen – anonym und kostenfrei. Die Beratung erfolgt betroffenenzentriert und unabhängig von Vereinen und Verbänden des Sports.

<https://www.ansprechstelle-safe-sport.de/>

- online – also per Mail, Chat oder Video (datensicher über <https://safe-sport.not-a-problem.de/>)
- telefonisch (0800 11 222 00, Mo, Mi, Fr 10-12 Uhr, Do 15-17 Uhr und nach Vereinbarung)
- vor Ort in Berlin (nach Vereinbarung unter 030 - 220138710)
- Unter <https://www.ansprechstelle-safe-sport.de/downloads/> findet Ihr Infomaterial zum Bestellen und Verteilen oder Auslegen in Eurer Beratungsstelle.

# Quellen

1. Bange, Dirk „Die Diskussion über Missbrauchsdarstellungen im Internet“ In: BAJ (Hg.) BLICKPUNKT Kinder und Jugendschutz „Sexualisierte Gewalt in digitalen Medien“ (Berlin 2022) S. 57
2. [Digitale Gewalt - Aktiv gegen digitale Gewalt \(aktiv-gegen-digitale-gewalt.de\)](https://aktiv-gegen-digitale-gewalt.de)
3. [Digitale Gewalt: Was ist das? - bff Frauen gegen Gewalt e.V. \(frauen-gegen-gewalt.de\)](https://frauen-gegen-gewalt.de)
4. Dritter Gleichstellungsbericht der Bundesregierung: Götz, Maya/ Prommer, Elisabeth Expertise: Geschlechterstereotype und Soziale Medien. Berlin 2020
5. Elternratgeber SCHAU HIN! (<https://www.schau-hin.info/grundlagen/diese-chancen-bieten-soziale-medien>)
6. [https://www.humboldtschule-berlin.de/images/pdf/medienbildung/Bits21\\_Chancen\\_Risiken\\_Digitale\\_Medien\\_2015-01-14\\_ohne\\_Bilder.pdf](https://www.humboldtschule-berlin.de/images/pdf/medienbildung/Bits21_Chancen_Risiken_Digitale_Medien_2015-01-14_ohne_Bilder.pdf)
7. [Human - Human \(human-srh.de\)](https://human-srh.de)
8. Kampagne war Teil des Projekts "Beyond Digital Violence,, (ByeDV) der SRH Hochschule Heidelberg und DGfPI e.V <https://byedv.de/wpcontent/uploads/2022/05/ByeDV-SID-2022-de1.pdf>
9. Marie-Louise Gausling (KSB Coesfeld): Prävention sexualisierter Gewalt im digitalen Raum
10. Ralf Holländer - <https://psg.nrw/rs-muenster>
11. [Sexting. Porno. Missbrauch. - Landesanstalt für Medien NRW \(medienanstalt-nrw.de\)](https://medienanstalt-nrw.de)
12. SO, P. DIVSI U9-Studie Kinder in der digitalen Welt. <https://www.divsi.de/wp-content/uploads/2015/06/U9-Studie-DIVSI-web.pdf>