

#ToxicTwitter



Leitfaden für Betroffene

**AMNESTY
INTERNATIONAL**



#ToxicTwitter: Hass und Gewalt gegen Frauen im Netz

I. Formen der Gewalt

1. Gewaltandrohung

Die Gewaltandrohungen sind oft sexualisiert und beziehen sich meist auf den Körper der Frau. Dies gilt häufig auch für Menschen, die nicht den Geschlechternormen entsprechen.

2. Nötigung

Nötigung heißt, dass versucht wird, eine Person mit Gewalt oder durch Drohungen zu einem bestimmten Verhalten zu zwingen.

Das kann heißen, »Wenn Du weiter solche Artikel schreibst, veröffentlichen wir Deine privaten Daten (Anschrift, Telefonnummer etc.)«

3. Cyber-Stalking

Online-Stalking kann zum Beispiel darin bestehen, jede Aktivität auf einem sozialen Netzwerk (negativ) zu kommentieren.

4. Beleidigung

Unter Beleidigung verstehen wir das öffentliche Beschimpfen oder Verspotten einer Person. Sexistische Hate Speech setzt hier vor allem auf sexuell konnotierte Schimpfwörter.

5. Bodyshaming

Bodyshaming bedeutet, dass eine Person aufgrund ihres Körpers abgewertet wird. Dazu gehören zum Beispiel übergriffige oder gemeine Kommentare über Größe, Gewicht, Kleidung und Aussehen einer Person.

6. Victim Blaming

Unter Victim Blaming wird die Tendenz verstanden, Menschen, die Opfer von sexualisierter Gewalt oder Sexismus wurden, die Schuld in die Schuhe zu schieben oder ihnen das Gefühl zu geben, sie trügen durch ihr Verhalten, Aussehen oder ihre Kleidung Mitschuld an dem, was passiert ist.

7. Slutshaming

Mit Slutshaming werden Frauen erniedrigt. Ihnen wird aufgrund ihres Kleidungs- oder Lebensstils unterstellt, eine „slut“ (abwertender Begriff für eine sexuell freizügige Frau) zu sein. Sexuelle Freizügigkeit, ob real oder nur unterstellt, wird als etwas Negatives dargestellt. Ein bekanntes Beispiel ist die Unterstellung, eine Frau habe sich für eine berufliche Position „hochgeschlafen“.

8. Doxing

Zusammentragen und veröffentlichen von personenbezogenen Daten, zumeist in böser Absicht. Identifizierung von bisher anonymen Personen.

9. Cybermobbing

Ausgrenzung aus Gruppen (z. B. Schule, Beruf) auch durch anonymisierte Kommentare in den sozialen Medien, mit verächtlichen oder erniedrigenden Inhalten.

II. Wie kann man sich schützen?

1. Stummschalten

Sowohl Facebook als auch Twitter bieten die Möglichkeit des Stummschaltens. Die Nachrichten und Updates des Haters werden nicht mehr in deinem Newsfeed angezeigt, ohne dass der Hater erfährt, dass Du ihn stummgeschaltet hast.

https://www.facebook.com/help/408677896295618?helpref=faq_content
<https://help.twitter.com/de/using-twitter/twitter-mute>

2. Blockieren

Wenn du jemanden blockierst, kann dich die Person beispielsweise nicht mehr markieren oder keine Inhalte mehr sehen, die du in deiner Chronik postest.

<https://www.facebook.com/help/290450221052800>
<https://help.twitter.com/de/using-twitter/blocking-and-unblocking-accounts>

3. Privat schalten

Sowohl bei Twitter als auch bei Facebook sind Dein Profil und Deine Beiträge zunächst öffentlich. Durch das Privatschalten kannst Du entscheiden, wer was von Dir erfahren soll und darf.

<https://help.twitter.com/de/safety-and-security/public-and-protected-tweets>
<https://www.facebook.com/help/325807937506242>

4. Den aktuellen Standort verdecken

Beim Posten von Fotos, Videos wird in der Regel der jeweilige Standort mit gepostet. Dies kann durch eine entsprechende Einstellung verhindert werden.

5. Sicheres Passwort

Dies ist ein absolutes „Muss“ für alle, die in den Social Media unterwegs sind.

6. Zwei- Faktoren Authentifizierung

Die zweistufige Authentifizierung ist eine Sicherheitsfunktion, die zusätzlich zu deinem Passwort zum Schutz deines jeweiligen Kontos beiträgt. Wenn du die zweistufige Authentifizierung einrichtest, wirst du jedes Mal, wenn jemand versucht, von einem von Dir bisher nicht genutzten Computer oder Mobilgerät aus auf Deinen Account zuzugreifen aufgefordert, einen speziellen Anmeldecode einzugeben oder deinen Anmeldeversuch zu bestätigen.

III. Wie kann man andere unterstützen?

1. Solidarität zeigen

Nicht mit den Hatern in Kontakt – nur mit den Opfern in Kontakt treten. Seelischen Beistand leisten. Bei Angriffen auf die eigene Person ist es wichtig, zu erfahren, dass man nicht alleine ist.

2. Information und Aufklärung des Opfers

Das „Opfer“ auf seine unter Punkt IV genannten Möglichkeiten hinweisen.

3. Achtsamkeit schärfen

Auf diskriminierenden, sexistischen Sprachgebrauch hinweisen und diesen dadurch bewusst machen.

4. Gegenrede

Die Gegenrede soll einerseits versachlichen und andererseits Unterstützung zeigen, dass das „Opfer“ nicht alleine ist. Beachte auch die Hinweise unter Punkt IV.

4. Melden

Diskriminierung und Gewalt den Betreibern der Plattform melden.

5. Aktiv werden

Sich bei Beratungsstellen oder Unterstützungsorganisationen engagieren und/oder diese finanziell unterstützen (siehe letzte Seite).

IV. Wie kann man sich wehren, wenn man selbst betroffen ist?

1. Ignorieren - Nicht persönlich nehmen

Die Angriffe haben in der Regel nichts (oder sehr wenig) mit der Person der Angegriffenen zu tun, sondern sie sind als ein Problem der Persönlichkeit des Haters zu betrachten. Oft hilft es, sich mit vertrauten Menschen zu besprechen und den Selbstwert zu stärken. Richte die Aufmerksamkeit auf die eigenen Stärken und Ressourcen. Gib dem Täter keine Macht über Deine Gefühle.

2. Gegenrede – Richtigstellen – Versachlichen

Der Vorteil ist, dass die Angriffe deutlich werden und nicht unwidersprochen bleiben. Der Nachteil ist, dass der Hater sehr viel Aufmerksamkeit bekommt, was möglicherweise auch seine Intention war.

Einige Argumentationsstrategien:

Nachfragen: Woher haben Sie diese Information?
Worauf wollen Sie mit Ihrer Aussage genau hinaus?

Benennen: Das ist eine sexistische Aussage!

Debunking: Falschinformationen aufdecken und richtig stellen. Wichtig bei der Gegenrede ist es, immer sachlich zu bleiben. Man sollte sich nicht zu sehr rechtfertigen und gegebenenfalls aus der Diskussion aussteigen.

3. Melden und löschen

Diskriminierende und herabwürdigende Aussagen sind nicht Bestandteil der Meinungsfreiheit und können somit von den Plattformen (z.B. Facebook oder Twitter) gelöscht werden, wenn ihnen diese gemeldet werden. Außerdem gibt es die Möglichkeit Hate Speech anonym, zum Beispiel bei der „BEE SECURE Helpline“ zu melden.

4. Sich Hilfe holen

Regionale Beratungsstellen für Frauen: In nahezu allen deutschen Städten gibt es vielfältige Beratungsstellen für Frauen bei Diskriminierung und sexueller Gewalt, die den Frauen auch bei Hass und Gewalt im Internet zur Seite stehen.

Die Antidiskriminierungsstelle des Bundes informiert über die juristischen Möglichkeiten sich gegen Diskriminierung und sexueller Belästigung zu wehren.

V.i.s.d.P.

Miguel Robeledo

Amnesty International – Nürnberg

Kontakt: Tel. 0911 52 55 13

E-Mail: kontakt@amnesty-nuernberg.de

Foto: iStock

Nürnberg, September 2019

Spendenkonto:

Bank für Sozialwirtschaft

IBAN: DE23370205000008090100, BIC: BFSWDE33XXX

Die „**BEE SECURE Helpline**“ bietet montags bis freitags 9:00 bis 16:00 die Möglichkeit, telefonisch ein anonymes und vertrauliches Gespräch zu führen.

Kostenfreie Telefonnummer 8002 1234

Die **Nummer gegen Kummer** bietet vor allem Kindern, Jugendlichen und deren Eltern ein kostenloses Beratungsangebot auch bei Problemen im Netz.

Für Eltern 0800 111 0 550

für Jugendliche 116 111

<https://www.nummergegenkummer.de>

HateAid ist eine Beratungs- und Anlaufstelle von Opfern digitaler Gewalt. Sie bietet sowohl eine psychologische als auch eine juristische Beratung an.

Tel: 0172 4636998

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

Die **Antidiskriminierungsstelle des Bundes** informiert über die juristischen Möglichkeiten sich gegen Diskriminierung und sexuelle Belästigung zu wehren.

Tel.: 030 18555-1855

https://www.antidiskriminierungsstelle.de/DE/Home/home_node.html

Regionale Beratungsstellen für Frauen:

In nahezu allen deutschen Städten gibt es vielfältige Beratungsstellen für Frauen bei Diskriminierung und sexueller Gewalt, die den Frauen auch bei Hass und Gewalt im Internet zur Seite stehen.

Beispiel:

<http://www.frauenberatung-nuernberg.de>

Telefon: 0911 284400

Allg: <https://www.frauen-gegen-gewalt.de/de/hilfsangebote.html>