

# TRAININGSKONZEPT



 **Bundeskanzleramt**  
Bundesministerin für Frauen,  
Familien und Jugend

 **Bundesministerium**  
Digitalisierung und  
Wirtschaftsstandort

Sehr geehrte Trainerinnen!

Liebe Kolleginnen und Kollegen!

Gewalt im Netz beschäftigt Beraterinnen im psychosozialen Bereich in einem zunehmenden Ausmaß. Diese Anfragen bedürfen oftmals neuer Herangehensweisen in der Beratung. Die technischen Möglichkeiten eröffnen neue Dimensionen bei Stalking und Mobbing. Themen, die Fraueneinrichtungen schon lange beschäftigen, finden in den sozialen Medien neue Ausdrucksformen.

Für die Beratung von Betroffenen müssen Beraterinnen in erster Linie bereit sein, sich auch Fragestellungen im Bereich der Online-Gewalt zu stellen. Dafür gilt es, Berührungspunkte ab- und Handlungssicherheit aufzubauen.

Mit dem vorliegenden Trainingskonzept sollen Grundzüge der Thematik vermittelbar werden. Es geht dabei in erster Linie darum, die Grundzüge der Thematik zu vermitteln sowie die Sicherheit, auch bei Gewalt im Netz kompetent beraten zu können. Wesentlich ist dabei, zu erkennen, welche Fragestellungen selbst beantwortet werden können und wann externe Unterstützung auch in der Beratung beizuziehen ist.

Die vorliegenden Trainingsmaterialien beziehen sich auf das Thema „Gewalt im Netz gegen Frauen und Mädchen“. Es wird kein thematischer Schwerpunkt auf Stalking oder andere Gewaltformen in (Ex-) Partnerschaften gelegt. Das spiegelt sich im gesamten Trainingskonzept wieder. Selbstverständlich sollen und können die Methoden für den jeweiligen Bedarf des Trainings angepasst werden. Grundlage dieses Trainingskonzepts ist eine vom Bundeskanzleramt in Auftrag gegebene Bestandsaufnahme Gewalt im Netz gegen Frauen und Mädchen in Österreich, die das Phänomen juristisch und empirisch untersucht hat.

Wir hoffen, dass das Trainingskonzept Basis für viele Fortbildungen sein kann und im Sinne der Nachhaltigkeit noch lange genutzt und weiterentwickelt wird.

Für das Projektteam

Anna Müller-Funk

Forschungszentrum Menschenrechte,  
Universität Wien

Dina Nachbaur

WEISSER RING Verbrechensofferhilfe

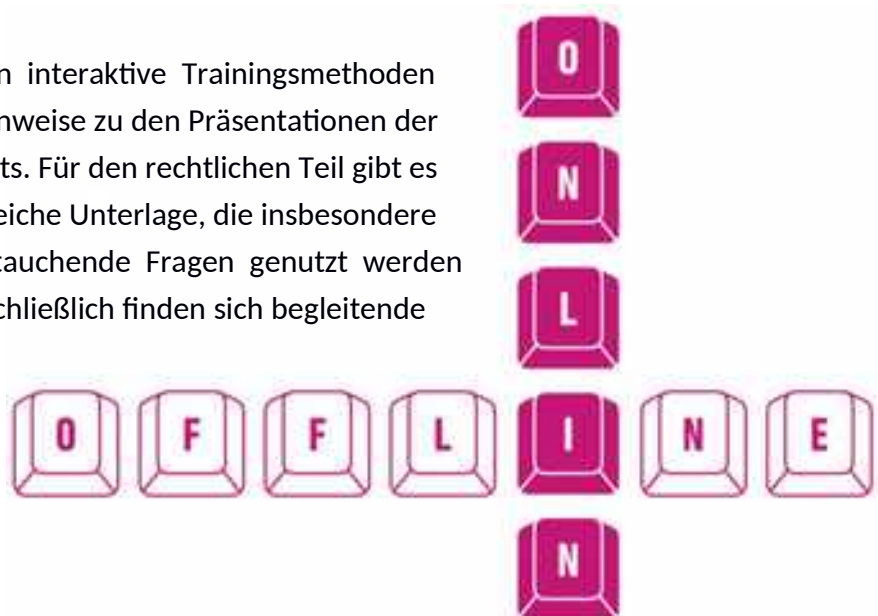
Stand: Juni 2018

## ZUM AUFBAU DES TRAININGSKONZEPTS

Das Trainingskonzept gliedert sich in vier Kapitel:

- Definition von Gewalt im Netz gegen Frauen und Mädchen und deren Besonderheiten
- Überblick über den rechtlichen Rahmen von Gewalt im Netz
- Formen und Ausmaß von Online-Gewalt gegen Frauen und Mädchen in Österreich und ihre psychosozialen Folgen
- Überblick über die relevantesten Internetdienste sowie Möglichkeiten sich vor Gewalt im Netz zu schützen bzw. dagegen zu wehren

Im jeweiligen Kapitel werden interaktive Trainingsmethoden vorgestellt. Weiters gibt es Hinweise zu den Präsentationen der jeweiligen theoretischen Inputs. Für den rechtlichen Teil gibt es darüber hinaus eine umfangreiche Unterlage, die insbesondere zum Nachlesen und für auftauchende Fragen genutzt werden kann. In der beigelegten CD schließlich finden sich begleitende Vorlagen und Arbeitsblätter.



# 1. VORSTELLRUNDE

Kein Training ohne Vorstellungsrunde! Die vorgeschlagenen Trainingseinheiten eignen sich auch für Gruppen, die einander bereits kennen. Dann kann die Vorstellungsrunde bereits eine erste Sensibilisierung in Bezug auf den Umgang mit persönlichen Daten anregen. Selbstverständlich können darüber hinaus alle anderen Methoden eingesetzt werden.



## Vorstellungsrunde I

### Material

---

Vorbereitete Präsentation zu den Teilnehmerinnen

Die Recherche beinhaltet Fotos, berufliche und private Daten soweit diese im Internet abrufbar sind.

Die Recherche ist beschränkt auf 10 Minuten pro Teilnehmerin.

### Zeit

---

Ca. 30 Minuten // pro Teilnehmerin ca. 3 Minuten

### Ablauf

---

Zu den angemeldeten Teilnehmerinnen wird jeweils eine 5-minütige Online-Recherche in der Vorbereitung des Trainings durchgeführt. Einzelne Ergebnisse werden in einer Präsentation zusammengefasst. Es werden dabei – falls im Netz auffindbar – Fotos sowie Daten aus dem Berufs- und Privatleben präsentiert.

Nach der „Vorstellung“ einer Teilnehmerin durch die Trainerinnen hat sie Gelegenheit, Informationen zu ihrer Person zu ergänzen oder richtigzustellen.

Darüber hinaus wird jede Teilnehmerin von den Trainerinnen befragt,

- 🌐 ob sie selbst soziale Medien nutzt / welche / in welchem Umfang
- 🌐 ob sie privat oder beruflich bereits mit Gewalt im Netz konfrontiert war

Im Anschluss daran wird gemeinsam in der Gruppe besprochen, was es bedeutet

- 🌐 wenn Daten bekannt werden und vor einer Gruppe präsentiert werden
- 🌐 ob alle gewusst haben, dass diese Daten im Netz zu finden sind.

Abschließend wird über das „Recht auf Vergessen“ informiert und über dessen Grenzen.

## **Ziel**

---

Die Teilnehmerinnen setzen sich sehr persönlich damit auseinander, was es bedeutet, wenn Daten im Netz über die eigene Person zugreifbar sind.

Darüber hinaus werden Informationen erfragt, die für die Thematik und für das Training von Bedeutung sein können.

## **Vorstellungsrunde II**

### **Material**

---

Formatvorlage zu einem persönlichen Portrait auf sozialen Netzwerken

Eventuell Sofortbildkamera

### **Zeit**

---

40 Minuten // pro Teilnehmerin ca. 4 Minuten

### **Ablauf**

---

- 1) Die Teilnehmerinnen bekommen eine Formatvorlage, um ein Portrait für einen Internet-Auftritt zu kreieren. Dafür bekommen sie 2 Minuten Zeit. Erfragt wird dabei unter anderem ob sie selbst soziale Netzwerke nutzt, welche und in welchem Umfang?
- 2) Im Anschluss daran stellt sich jede Teilnehmerin an Hand der Formatvorlage vor. Die Trainerinnen erfragen zusätzlich, ob sie privat oder beruflich bereits mit Gewalt im Netz konfrontiert war

Im Anschluss wird besprochen, welche Informationen gerne genannt wurden und bei welchen gezögert wurde. Darüber hinaus wird besprochen, welche Daten freiwillig preisgegeben worden sind.

## **Ziel**

---

Die Teilnehmerinnen lernen sich persönlich kennen. Darüber hinaus werden Informationen erfragt, die für die Thematik und für das Training von Bedeutung sein können. Es wird Sensibilität dafür geschaffen, dass bestimmte Daten nicht gerne genannt werden, wenn sie in der Gruppe präsentiert werden. In einem Sitzkreis gibt es unter Umständen eine unmittelbarere Wahrnehmung dazu, dass ich etwas von mir zeige und präsentiere als im Internet.

## Tipp

---

Sollte diese Vorstellungsrunde gewählt werden, können die angefertigten Portraits in einer Schlussrunde wiederverwertet werden!

## 2. DEFINITION VON GEWALT IM NETZ GEGEN FRAUEN & MÄDCHEN UND DEREN BESONDERHEITEN



Gewalt im Netz lässt sich zwar googeln. Eine Definition zu finden, die einer Bestandsaufnahme zu Grunde gelegt werden kann, stellt sich jedoch als anspruchsvoll heraus. Die **Präsentation „Gewalt im Netz gegen Frauen und Mädchen: Definition, Ausmaße und Formen“** bietet dafür einen Anknüpfungspunkt und eine Grundlage zur Vorbereitung.

### Brainstorming: „Besonderheiten von Gewalt im Netz“

#### Material

---

Karteikarten in zwei unterschiedlichen Farben

Ausreichend Platz auf Tisch / Fußboden / Pinnwand

#### Zeit

---

15 Minuten // 3 Minuten Brainstorming // 12 Minuten Clustern und Diskussion

## Ablauf

---

Die Teilnehmerinnen werden gebeten, in einem Brainstorming auf Karteikarten zu notieren, was

das Besondere an Gewalt **online**

das Besondere an Gewalt **offline**

ist. Schlagworte dazu werden auf den Karteikarten (jeweils ein Schlagwort auf jede Karte) notiert, wobei eine Farbe für „online“ und eine Farbe für „offline“ verwendet wird.

Die Karten werden abgesammelt und gemeinsam werden die Karteikarten geclustert, wobei ein Bild entstehen wird, welche Besonderheiten es gibt und in welchen Bereichen sich Gewalt **online** und **offline** ergänzt, sich entspricht oder vielleicht oftmals sogar deckungsgleich ist.

## Ziel

---

Die Teilnehmerinnen machen sich Gedanken über Online-Gewalt und können durch die Bestimmung von Besonderheiten oder von Übereinstimmungen an bereits vorhandenes Wissen anknüpfen und ihre Expertise einbringen.

## Gewaltbarometer

### Material

---

Vorbereitete „Postings“

Ausreichend kleine runde Klebe-Etiketten in zwei unterschiedlichen Farben

### Zeit

---

10 Minuten

### Ablauf

---

An den Wänden werden Plakate mit Postings gehängt. Darunter wird ein Gewaltbarometer gezeichnet, auf der einen Seite lässt sich markieren, dass es sich bei dem Posting eindeutig, also zu 100% um Gewalt im Netz handelt, auf der anderen Seite lässt sich markieren, dass es sich um eine vollkommen unbedenkliche Äußerung handelt, die zu 0% Gewalt ist. Dazwischen entsteht ein Kontinuum zwischen Gewalt und Nicht-Gewalt.

Die Teilnehmerinnen werden gebeten, mit einem kleinen runden Kleber zu markieren, wie sie ganz persönlich das entsprechende Posting einschätzen. Während der Übung sollte nicht gesprochen werden.

### **Ziel**

---

Die Teilnehmerinnen können - ohne noch über detaillierte Informationen zu verfügen - selbst auf ihr „inneres Gefühl“ und auf ihre Haltung achten und markieren, wo für sie Gewalt beginnt und endet. Es beginnt dabei eine intensive Auseinandersetzung mit dem Thema.

### **Tipp**

---

Am Ende des Seminars lässt sich die Übung noch einmal wiederholen und damit feststellen, ob es durch die Informationen während des Seminars zu geänderten Einschätzungen kommt.

## **!!WICHTIG!!**

Ziel dieser Trainingseinheit ist es, bei den Teilnehmerinnen Gedanke und Diskussion darüber anzuregen, was sie als Gewalt im Netz in der Beratung und im persönlichem Umfeld erleben. Es soll thematisiert werden, dass der verwendete Gewaltbegriff nicht einer gesetzlichen Definition entspricht. Vielmehr gilt es hier, eine vernünftige Grenzziehung zu versuchen, welche dem Erleben der Betroffenen gerecht wird, aber den Gewaltbegriff nicht inflationär verwendet.



### 3. ÜBERBLICK ÜBER DEN RECHTLICHEN RAHMEN VON GEWALT IM NETZ GEGEN FRAUEN & MÄDCHEN



Fast alle psychosozialen Beraterinnen in Fraueneinrichtungen verfügen über ein ausgezeichnetes juristisches Fachwissen zu den Themenschwerpunkten Stalking und Gewaltschutz. Die Trainingseinheit zum rechtlichen Rahmen zu Gewalt im Netz geht daher bewusst auf Themengebiete ein, die in Beratungssituationen zwar gebraucht werden, aber bisher weniger eingeübt worden sind.

Im strafrechtlichen Bereich sind das insbesondere die Straftatbestände der Beleidigung § 115 Strafgesetzbuch, der Verhetzung § 283 Strafgesetzbuch und der Fortgesetzten Belästigung im Wege einer Telekommunikation oder eines Computersystems § 107 c Strafgesetzbuch.

Der Schwerpunkt des rechtlichen Rahmens sollte auf strafrechtlichen Delikten liegen. In der Praxis spielen zivilrechtliche Möglichkeiten – auf Grund des Prozesskostenrisikos – eine untergeordnete Rolle. Die **Präsentation „Der rechtliche Rahmen von Gewalt im Netz“** bietet dafür einen Anknüpfungspunkt und eine Grundlage zur Vorbereitung.

#### Wir produzieren (Gemüse-)Hass

##### Material

---

Papier und Schreibzeug

Kopiervorlage „Gemüsehass“

Handout „Gewalt im Netz – materielles Strafrecht“

##### Zeit

---

10 Minuten

##### Ablauf

---

In dieser Übung wird versucht, aktiv Hass zu produzieren.

Die Teilnehmerinnen werden gebeten, sich das Bild einer Gemüsesorte auszusuchen, über die sie ohne Bedenken hasserfüllte Kommentare schreiben können. Die Teilnehmerinnen sollen dabei aktiv

- 🌐 eine Beleidigung iSd § 115 StGB
- 🌐 eine Beleidigung iSd § 117 Abs 3 StGB

- 🌐 eine Verhetzung iSd § 283 StGB
- 🌐 eine gefährliche Drohung iSd § 107 StGB

produzieren. Dabei werden von den genannten Straftatbeständen zwei oder drei gewählt. Der Zettel mit dem Hasskommentar wird anschließend im Kreis weitergegeben. Die Nachbarin ergänzt das Profil mit weiteren Hasskommentaren.

### **Ziel**

---

Durch das aktive Tun werden die Unterscheidungen klarer. Die Teilnehmerinnen entwickeln mehr Sicherheit bei der Identifikation von strafrechtlich relevanten Postings und Kommentaren. Gemüse wird deshalb gewählt, da in diesem Zusammenhang keine Hemmungen bestehen müssen, tatsächlich ausführliche Beleidigungen und Bedrohungen zu verfassen. Es soll damit ein wenig die Schwere der Thematik genommen werden und es wird dadurch betont, dass es in der Übung tatsächlich ausschließlich um ein theoretisches Üben von Hass geht, ohne dass dabei auf Gefühle Rücksicht genommen werden muss.

### **Tipp**

---

Die Hasskommentare können weiter verwendet werden um „Counter-Speech“ zu üben oder zum Thema „Psychohygiene“ und „Selbstfürsorge“.

## **!!WICHTIG!!**

Rechtliche Informationen werden von vielen als ermüdend empfunden. Es empfiehlt sich daher, die Trainingseinheit im Trainingsablauf gut zu positionieren und sie jedenfalls mit interaktiven Übungseinheiten aufzulockern!

## 4. FORMEN UND AUSMASS VON GEWALT IM NETZ GEGEN FRAUEN UND MÄDCHEN UND IHRE PSYCHOSOZIALEN FOLGEN

Die Präsentation „Gewalt im Netz gegen Frauen und Mädchen: Definition, Ausmaße und Formen“ sowie die Infobroschüre Gewalt im Netz gegen Frauen und Mädchen bieten dafür einen Anknüpfungspunkt und eine Grundlage zur Vorbereitung.



**Lerntool - <https://kahoot.com>**

### **Material**

---

Mobiltelefone

vorbereitetes Quiz

### **Zeit**

---

Ca 10 Minuten

### **Ablauf**

---

Die Teilnehmerinnen werden zu einem Quiz gebeten und schätzen selbst Ausmaß und Formen von Gewalt im Netz an Frauen und Mädchen ab. Dazu werden Fragen entsprechend den Ergebnissen vorbereitet. Das Quiz kann klassisch mit Flipchart und Filzstift gespielt werden, aber auch mit einer App.

### **Ziel**

---

Die Teilnehmerinnen entwickeln ein Gefühl für Formen und Ausmaß von Gewalt im Netz an Frauen und Mädchen.

## Auswirkungen auf Betroffene

### Material

---

Flipchart-Papier

Filzstifte

### Zeit

---

Ca 20 - 30 Minuten // 10 Minuten Kleingruppenarbeit // 3 Minuten pro Kleingruppe für die Präsentation der Ergebnisse im Plenum // 5 Minuten abschließende gemeinsame Diskussion

### Ablauf

---

Die Teilnehmerinnen werden gebeten, in Kleingruppen mit bis zu 4 Teilnehmerinnen zu überlegen, welche Auswirkungen von Gewalt im Netz sie aus ihrer Beratungserfahrung kennen und mit welchen darüber hinaus zu rechnen ist. Die Teilnehmerinnen gestalten ein Flipchart-Plakat und präsentieren dieses im Plenum. In einer abschließenden Diskussion werden die Ergebnisse zusammengefasst.

### Ziel

---

Es ist wichtig, den Fokus der Aufmerksamkeit auf die Betroffenen von Gewalt im Netz zu richten und die Auswirkungen anschaulich machen. Die Ergebnisse der Teilnehmerinnen werden den Erkenntnissen aus der Bestandsaufnahme ergänzt.

## 5. ÜBERBLICK ÜBER DIE RELEVANTESTEN INTERNETDIENSTE SOWIE MÖGLICHKEITEN, SICH VOR GEWALT IM NETZ ZU SCHÜTZEN UND ZU WEHREN

Für das Verständnis von Gewalt im Netz ist grundlegendes Wissen über die Möglichkeiten mancher sozialen Medien erforderlich. Wissen etwa dazu, was soziale Medien leisten können (etwa Ortungen) aber auch welche Handlungsmöglichkeiten sie bieten, um etwa die Privatsphäre zu schützen oder um sich gegen Gewalt im Netz wehren zu können. Die Präsentationen „Gewalt im Netz gegen Frauen und Mädchen: Die Rolle der sozialen Medien“ sowie die Präsentationen „Facebookquiz - Was wird gelöscht?“ bieten dafür einen Anknüpfungspunkt und eine Grundlage zur Vorbereitung.



### Facebook-Quiz

#### Material

---

Präsentation

#### Zeit

---

ca. 20 Minuten

#### Ablauf

---

Die Teilnehmerinnen werden gebeten, selbst einzuschätzen, ob vorgelesene Postings von Facebook als Gewalt qualifiziert und gelöscht werden.

#### Ziel

---

Das Ziel des Quiz ist in erster Linie Auflockerung. Die einzelnen Beispiele werden im Internet kolportiert, haben aber nicht tatsächlich so stattgefunden. Es gilt, einen Eindruck zu gewinnen, dass Facebook anhand der eigenen Nutzungsbedingungen tatsächlich bemüht ist, gegen Gewalt im Netz vorzugehen. Tatsächlich sind die Rahmenbedingungen im Moment jedoch nicht so, dass von einem verlässlichen und nachvollziehbaren Vorgehen gesprochen werden kann.

## Counter Speech - Zivilcourage im Netz

### Material

---

Papier

Schreibzeug

vorbereitete Hasskommentare

### Zeit

---

10 Minuten

### Ablauf

---

Die Teilnehmerinnen bekommen vorbereitete Hass-Postings und werden gebeten, diese zu kommentieren. Es wird dabei geübt,

- 🌐 Zivilcourage zu zeigen,
- 🌐 sich mit Betroffenen zu solidarisieren,
- 🌐 vielleicht gelingt es, schlagfertig und humorvoll zu sein.

### Ziel

---

Für Betroffene ist es besonders schmerzlich, wenn sie den Eindruck gewinnen müssen, dass User\*innen Hasskommentaren und Gewalt im Netz zustimmen. Wer sich nicht äußert, kann den Eindruck vermitteln, dem Hass zuzustimmen oder zumindest der Gewalt gegenüber gleichgültig zu sein.

Wichtig ist es daher, dafür sensibel zu bleiben, Gewalt im Netz zu widersprechen und dies auch zu üben.

### Tipp

---

Die Hasskommentare aus der Einheit „Wir produzieren (Gemüse-)Hass“ können noch einmal herangezogen werden.

## Social media - BINGO!

### Material

---

Bingo! Vorlage

### Zeit

---

Ca. 10 Minuten

### Ablauf

---

Die Teilnehmerinnen bekommen eine Bingo!-Vorlage ausgehändigt. Gewinnerin ist, wer alle Felder zuerst ausgefüllt hat. Es gilt jedoch, die anderen Teilnehmerinnen zu fragen und sich durch den Raum zu bewegen.

### Ziel

---

Durch das Spiel wird ein langes Training etwas aufgelockert. Dabei können die Teilnehmerinnen eigenes Wissen und das der Kolleginnen spielerisch abfragen und einbringen. Vor allem in Gruppen, die bereits viel über soziale Medien wissen, kann die Trainingseinheit Neues lukrieren.

## 6. ABSCHLUSSÜBUNG



### Fallgeschichten

#### Material

---

vorbereitete Fallgeschichten

#### Zeit

---

30 Minuten // 15 Minuten Kleingruppenarbeit // 15 Minuten Vorstellung der Fälle und Ergebnisse im Plenum

#### Ablauf

---

In Kleingruppen zu maximal 4 Teilnehmerinnen werden Fallgeschichten bearbeitet. Anschließend präsentieren die Teilnehmerinnen „ihren“ Fall und die Handlungsmöglichkeiten, die sie einer Betroffenen aufzeigen werden. Im Plenum wird der Fall mit den anderen noch einmal diskutiert.

#### Ziel

---

Durch die Anwendung des Gelernten in einer Fallgeschichte wird das Gehörte und Gelernte von den Teilnehmerinnen noch einmal wiederholt und auf Praxistauglichkeit getestet. Fragen, die in diesem Zusammenhang auftauchen, können noch einmal mit den anderen Teilnehmerinnen und den Trainerinnen besprochen werden. Damit gewinnen die Teilnehmerinnen Handlungssicherheit.

#### TIPP

---

Es hat sich als hilfreich erwiesen, den Teilnehmerinnen einen Lösungsvorschlag mit in die Kleingruppe zu geben, eventuell erst nach 10 Minuten.



## Selbstfürsorge

### Material

---

Papier

Schreibzeug

### Zeit

---

10 Minuten // 5 Minuten „stille“ Übung // 5 Minuten Flüstergruppe

### Ablauf

---

Die Teilnehmerinnen werden eingeladen, sich zu überlegen, wie sie selbst mit sich fürsorglich umgehen können.

- 🌐 Was tun Sie im Alltag, um sich psychisch gesund zu halten?
- 🌐 Wie lässt sich auch im Arbeitsalltag „Selbstfürsorge“ gestalten?
- 🌐 Wie kann Frau sich dafür Zeit nehmen?
- 🌐 Welche kleinen, bewussten Handlungen lassen mich achtsam bleiben, für mein psychisches Befinden und für meine psychische Gesundheit?

### Ziel

---

Für Betroffene und Beraterinnen ist es von entscheidender Bedeutung, auf das eigene seelische Gleichgewicht zu achten. Eine wesentliche Fähigkeit ist es dabei, sich selbst gegenüber „fürsorglich“ zu sein. Am Ende des Trainings machen sich die Teilnehmerinnen noch einmal bewusst, dass es für Betroffene wichtig ist, „Gewalt im Netz“ psychisch zu ertragen und dass es daher wichtig ist, dass Betroffene gut für sich selbst sorgen. Aber auch Beraterinnen sind mit Hass und Gewalt konfrontiert und müssen sich immer wieder bewusst Zeit nehmen, um die eigene psychische Gesundheit zu bewahren und zu stärken. Dazu beitragen kann die achtsame Auseinandersetzung mit „Selbstfürsorge“.



## Arbeitsblätter / Handouts

- Gewaltbarometer (Anleitung Seite 7)
- Gemüsehass (Anleitung Seite 9)
- Gewalt im Netz – materielles Strafrecht (Anleitung Seite 9)
- Social Media Bingo (Anleitung Seite 15)
- Fallgeschichten mit Lösungen



## Präsentationen

- Gewalt im Netz gegen Frauen und Mädchen: Definition, Ausmaße und Formen
- Der rechtliche Rahmen von Gewalt im Netz
- Facebook-Quiz Hassrede
- Gewalt im Netz gegen Frauen und Mädchen: Die Rolle der Sozialen Medien
- Gewalt im Netz gegen Frauen und Mädchen: Umgang, Unterstützung und Strategien