

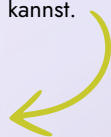
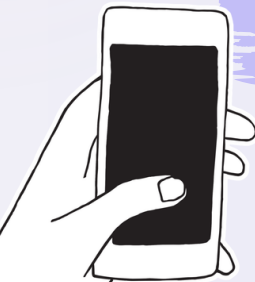
Was ist Cyber-Gewalt?

Cyber-Gewalt trifft Mädchen und Frauen besonders stark - oft in Beziehungen, nach Trennungen oder durch Personen, die ihnen nahe stehen.

Die Täter nutzen technische Geräte oder Programme, um Mädchen und Frauen zu kontrollieren, zu belästigen, zu bedrohen oder ihnen finanziell zu schaden.

Die Verantwortung für Gewalt hat immer die gewaltausübende Person.

Es gibt Tipps und Methoden, wie du dich vor Cyber-Gewalt schützen und sicher im Internet bewegen kannst.



🔍 #GemeinsamGegenCybergewalt ✕



**Gemeinsam
Gegen
Cyber-Gewalt**

Digitale Gewalt und
Diskriminierung im Netz
müssen aufhören!

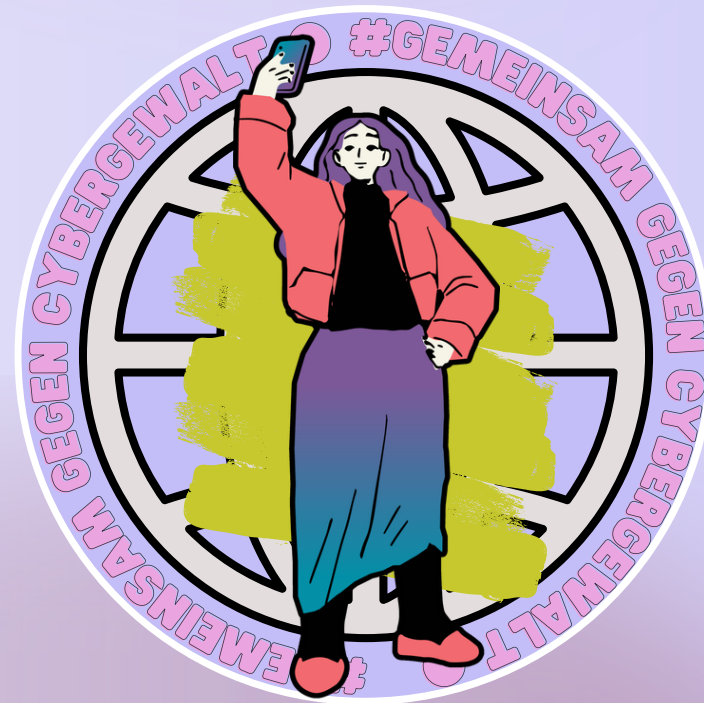
Wir wollen ein feministisches und solidarisches Netz, das Mädchen und Frauen sicher und selbstbestimmt nutzen können. Das Netz ist auch für uns da!

DFMB
Dachverband Frauen-
und Mädchenberatung

**FRAUEN*
SERVICE**
BERATUNG BILDUNG FORSCHUNG

 **Bundeskanzleramt**
gefördert aus den Mitteln des Bundeskanzleramts

© [Trendify; irsyart; colorblocks; Salbine B. | Amaré Creative; NNJDesigns; boholine; Deia Afonso; Modern Graphic; m-Kos; graphixmania] via Canva.com



Formen von Cyber-Gewalt

Cyber-Gewalt ist genauso real wie körperliche Gewalt. Für Betroffene kann sie sehr belastend sein. In Partnerschaften tritt Cyber-Gewalt meist in Verbindung mit anderen Gewaltformen auf. Es gibt verschiedene Formen der Gewalt - Hier ein paar Beispiele:

Ein Mann überwacht seine Frau heimlich über Apps mithilfe von Stalkerware.

Ein Ex-Freund lädt intime Fotos ohne Zustimmung auf Pornoseiten hoch.

Ein Mann erstellt falsche Social Media-Profile von seiner Frau, um ihr zu schaden.



Checkliste - Wie kann ich mich digital selbstverteidigen?

Geräte checken

- Welche elektronischen Geräte besitze ich (oder meine Kinder)?
- Wer kann darauf zugreifen? (Laptops, Computer, Smartphones, Smartwatches, Tablets etc.)

Erste To Dos für alle Geräte

- Ortungsdienste und Bluetooth ausschalten
- Apps und Programme, die nicht bekannt sind, löschen
- Möglichst wenige Daten auf den Geräten speichern
- Cloud sichern durch ein starkes Passwort

Was ich tun kann

- Erstelle eine E-Mail-Adresse, auf die nur du Zugriff hast
- Nutze sichere Passwörter und Zwei-Faktor-Authentifizierung (ein zusätzlicher Code, z. B. aufs Handy)
- Surfe in privaten Sitzungen, um deine Daten zu schützen
- Bei Cyber-Gewalt: Hilfe holen und Beweise sichern

Mädchen und junge Frauen sind häufig auch von anderen Formen betroffen:

Q Cyber-Grooming

Erwachsene suchen gezielt Kontakt zu Kindern und Jugendlichen, um sie online zu manipulieren und sexuelle Übergriffe vorzubereiten.

Q Veröffentlichung privater Daten (Doxxing)

Private Infos wie Adresse oder Telefonnummer werden ohne Erlaubnis veröffentlicht.

Q Hassnachrichten

Mädchen und Frauen werden im Internet beschimpft, bedroht oder beleidigt, oft in sozialen Medien.

Hilfe & Unterstützung

Es gibt in Österreich ein breites Unterstützungssystem: Bleibt nicht alleine und holt euch Hilfe – z.B. bei Frauen- und Mädchenberatungsstellen, Gewaltschutzzentren, der Beratungsstelle #GegenHassImNetz oder der Frauenhelpline gegen Gewalt (0800 222 555).

Sie stehen an eurer Seite und beraten kostenfrei!



Mehr Informationen zu Cyber-Gewalt, digitaler Selbstverteidigung und den österreichweiten Frauen- & Mädchenberatungsstellen findest du hier



<https://qrco.de/bfCLmA>