

## „Update verfügbar – ein Podcast des BSI“

Transkription für Folge 62, 17.12.2025

*Digitale Zivilcourage - Hass und Hetze im digitalen Alltag*

*Moderation: Schlien Gollmitzer und  
Hardy Röde*

*Gäste: Nadine Gottmann, Drehbuchautorin und  
Dramaturgin, Aktueller Film: „Eine bessere Welt“*



---

**Schlien Gollmitzer:** Hardy, hast du am Montag „Eine bessere Welt“ gesehen?

**Hardy Röde:** Ja, ich wünschte, ich hätte eine bessere Welt gesehen, aber leider nicht. Klingt fantastisch.

**Schlien Gollmitzer:** Nein, Hardy, ich meine den Thriller im ZDF, der da gerade lief, einen Film. „Eine bessere Welt“ heißt dieser Film und in dem geht es um Hass im Netz.

**Schlien Gollmitzer (Einspieler):** Das ist „Update verfügbar“, ein Podcast des BSI für Sicherheit im digitalen Alltag mit Schlien Gollmitzer und Hardy Röder.

**Hardy Röde:** Habe ich leider verpasst, aber kann ich dann hoffentlich in der Mediathek noch nachholen und ist für uns wahrscheinlich auch ein spannendes Thema, wenn du es schon ansprichst, oder? Wir haben da letztes Jahr schon darüber geredet, über einen Aspekt von digitaler Gewalt, Folge 55, glaube ich, ist die Zitatmarke.

**Schlien Gollmitzer:** Richtig, ganz genau, da ging es um den sogenannten sozialen Nahbereich und wir haben damit Michaela Burkhardt vom Bundesverband der Frauenberatungsstellen und Frauennotrufe gesprochen, besonders auch eben über diesen Bereich IT-Sicherheit und wie die eigene IT vor allem gegen einen verwendet werden kann.

**Hardy Röde:** Aber wenn es um Hatespeech geht, wie in dem Film, da hilft uns Cybersicherheit typischerweise erstmal ziemlich wenig, aber ich würde jetzt schon sagen, auch Hatespeech, also dass man sich angreift aus politischen und anderen Gründen im Netz, gehört für mich zu digitaler Gewalt ganz persönlich und natürlich ist es ein hochrelevantes Thema und wenn wir alle irgendwann mal friedlich in der schönen Cyber-Zukunft leben wollen, dann glaube ich, sollten wir uns das anschauen.

**Schlien Gollmitzer:** Vielleicht kannst du uns noch mal so eine kleine Zusammenfassung über diesen Überbegriff geben, digitale Gewalt.

**Hardy Röde:** Das mache ich gerne. Was ist eigentlich digitale Gewalt? Digitale Gewalt ist ein Überbegriff für verschiedene Formen von Gewalt, die einem im Internet oder durch

Missbrauch von Informationstechnik begegnen kann. Es geht also nicht nur um Hatespeech, also abwertende oder bedrohende Kommentare und Beleidigungen zu digitaler Gewalt, zählen unter anderem auch Cyberstalking, also das Verfolgen, Überwachen und Nachstellen einer Person mit digitalen Mitteln. Dann die missbräuchliche Verwendung von Informationstechnik, wenn sie eingesetzt wird, um Menschen einzuschüchtern, zu bedrohen oder zu kontrollieren. Auch die Desinformation, also Falschinformationen über einzelne Personen gehört dazu. Digitale Gewalt kann auch bildbasiert sein, mit Fotos und Videos, die eine Person zeigen, die damit nicht einverstanden ist, zum Beispiel um sie zu erpressen. Auch das Doxing, wenn also persönliche Informationen gesammelt und veröffentlicht werden, um jemanden bloßzustellen, einzuschüchtern oder ihm zu schaden. Und das Cybermobbing gehört dazu, also die Diffamierung, Belästigung, Bedrängung oder Nötigung von anderen über das Internet. Egal wie sie passiert oder von wem sie ausgeht, digitale Gewalt kann sehr schlimme Folgen haben. Betroffene leiden zum Beispiel oft psychisch unter Scham, Angstzuständen, Panikattacken und Depressionen. Sie kann auch dazu führen, dass Betroffene sich sozial isolieren und sich aus dem Internet zurückziehen.

**Schlien Gollmitzer:** In diesem Spielfilm Eine bessere Welt, Hadi, geht es jetzt um einen Bereich dieser digitalen Gewalt. Du hast es schon gesagt, um Hate Speech, also Anfeindungen im Netz, so den klassischen Shitstorm, von dem wir sicher ja alle schon mal zumindest gehört haben. Und es geht auch um Zivilcourage.

**Hardy Röde:** Und die braucht es nicht nur im echten Leben, sondern auch im Netz von uns allen, damit der Hass nicht die Bühne alleine versichert.

**Schlien Gollmitzer:** Richtig. Und darüber habe ich mit der Drehbuchautorin des Films gesprochen, Nadine Gottmann heißt sie. Zum einen haben wir gesprochen über ihre Herangehensweise an das Thema und zum anderen aber auch über ihre eigenen Erfahrungen seit Veröffentlichung dieses Films. Liebe Nadine, schön, dass du Zeit hast, mit uns zu sprechen. Herzlich willkommen.

**Nadine Gottmann:** Ja, danke für die Einladung.

**Schlien Gollmitzer:** Nadine, ich würde ganz gern mit dir erstmal über euren Film sprechen, den ihr gemacht habt. Kannst du kurz mal zusammenfassen, worum genau geht es und wie seid ihr dieses Thema angegangen?

**Nadine Gottmann:** Also es geht in der Geschichte um die Wissenschaftlerin Elena Stannert, die zum Thema Klimakrise forscht und in eine Talkshow eingeladen wird und dort mit einer relativ radikalen These auftritt und daraufhin in einen Shitstorm gerät, der sich vor allem online abspielt, aber später dann eben auch in die Realität übergeht. Wir erzählen zum einen, wie sie selbst damit umgeht, wie sich sowas anfühlt, wenn man von so einer anonymen Masse tagtäglich Hasskommentare liest, über sich selbst persönliche Beleidigungen, Bedrohungen, aber vor allem auch, was es mit ihrer Familie macht.

Sie ist gerade mit ihrer Familie ein neues Haus gezogen, wollte da wie so eine Art Neuanfang starten, weil sie auch innerhalb der Familie ein paar Probleme haben. In den nächsten Monaten begleitet mir dann quasi die Familie, die immer weiter in diesen Sumpf gezogen

wird und auch die Ängste, die sie dadurch erleidet. Wie sind wir an das Thema rangegangen? Ich habe mich schon eigentlich viele Jahre damit befasst, weil ich ja eben als Drehbuchautorin auch immer auf der Suche nach Themen bin, die uns als Gesellschaft bewegen und zu deren Diskurs ich gerne was beitragen würde.

Und ich glaube, der Gedanke kam so während der Corona-Pandemie auf, wo ja immer wieder WissenschaftlerInnen in solche Shitstorms geraten sind, wo auch in der Zeit ja unsere Gesellschaft so auseinandergedriftet ist und so eine Kluft entstanden ist, die sich glaube ich, bis heute nicht erholt hat. Da habe ich mich mit verschiedensten Fällen befasst und habe eben versucht, daraus eine emotionale Geschichte zu erzählen, die wir als Zusehende dann eben auch emotional nachvollziehen können.

**Schlien Gollmitzer:** Das heißt, das Ganze basiert auch auf realen Erfahrungen und realen Fällen, ne?

**Nadine Gottmann:** Ja, also es gibt jetzt glaube ich nicht diesen einen Fall, den wir da jetzt anhand der Geschichte genau nachvollziehen, sondern das sind glaube ich viele verschiedene Fälle, die mir dann sehr unterschiedliche Aspekte davon gezeigt haben.

Also ich erinnere mich noch gut an den Fall von Frau Dr. Kellermeier aus Österreich, die als Impfärztin damals in Erscheinung getreten ist und die sich ja quasi selbst so eine Art Panic Room gebaut hat, wodurch mir erstmal klar geworden ist, was für Ängste da wirklich geschürt werden und wie tiefgreifend die sind. Dann haben wir zum Beispiel mit der Aktivistin Katja Diehl eng zusammengearbeitet, die auch einen ähnlich gearteten Fall hatte in der Talkshow, der eben auch zeigt, wie schnell man in sowas reingerät und wie unvorbereitet man da irgendwie rein stolpert. Und ansonsten, wir kennen ja auch alle die Fälle von Fridays for Future AktivistInnen und so weiter, die über Jahre eben von Online-Hatern bedroht und verfolgt werden und das glücklicherweise auch öffentlich machen, sodass wir anderen das auch nachvollziehen können.

**Schlien Gollmitzer:** Vielleicht können wir mal so ein bisschen die Dimension von digitalem Hass aufzeigen. Wie groß ist denn das Problem von Online-Hass wirklich? Wie viele Menschen betrifft das denn so? Hast du da zufällig irgendwelche Zahlen oder sowas, die du nennen kannst, die dir bei deiner Recherche begegnet sind?

**Nadine Gottmann:** Wir haben ja sehr eng mit HateAid auch zusammengearbeitet, die uns auch ihre Studienergebnisse zur Verfügung gestellt haben. Es gab zum einen 2025 eine EU-weite Umfrage von mehreren tausend Personen, bei denen eben rauskam, dass 50 Prozent der jungen Erwachsenen von Hate betroffen sind, insbesondere Frauen. Also wir müssen uns auch bewusst machen, dass es wirklich vor allem die jüngeren Menschen sind, also 18- bis 27-Jährige. Über alle Altersgruppen hinweg sind es dann 30 Prozent der Leute, die davon betroffen sind. Und was ich auch eine sehr erschreckende Zahl fand, war, dass in dieser Befragung 52 Prozent der Frauen gesagt haben, dass sie ihre Meinung nur noch seltener äußern im Netz, weil sie eben Angst vor Hate haben.

Auch in Deutschland hat HateAid mehrere tausend Menschen befragt, wo die Zahlen etwa ähnlich waren. Also auch da haben 18- bis 27-Jährige 63 Prozent von denen digitale Gewalt

schon beobachtet und ein Drittel etwa selbst erlebt. Dann habe ich mir auch noch aus polizeilicher Sicht eben angesehen, da haben wir Zahlen von 2024, da gab es fast 22.000 Fälle von Hasskriminalität, was eben auch erschreckend war.

Im Gegensatz zum Jahr 2023 hatte die Zahl der Fälle bereits um 28 Prozent zugenommen. Und was wir eben auch immer sehen müssen, in dem Bereich gibt es ja auch eine große Dunkelziffer, weil die meisten Fälle ja gar nicht wirklich zur Polizei gebracht werden und das ist ja auf der anderen Seite auch das Erschreckende, dass es auch irgendwie schon so eine Alltäglichkeit hat. HateAid selbst sagen nach eigenen Angaben, dass sie schon mehr als 8.000 Menschen unterstützt und beraten haben.

**Schlien Gollmitzer:** Schauen wir uns doch mal an, was der Film mit euch als Team gemacht hat. Du als Drehbuchautorin hast natürlich mit dem Filmteam zusammengearbeitet. An welcher Stelle hat denn so ein bisschen die Realität den Film in Anführungsstrichen überholt? Also wie hat euch der Film als MacherInnen erst mal geprägt, verändert oder vielleicht auch aufmerksamer werden lassen?

**Nadine Gottmann:** Also ich glaube, dass mir eben vorher das Ausmaß von dem Hate nicht klar war. Also man hat natürlich immer mal den einen oder anderen Fall mitbekommen, der so an die Öffentlichkeit gedrungen ist, vor allem von Spitzenpolitikerinnen und Aktivisten. Aber dass es eben in manchen Berufsfeldern irgendwie wie Teil der Berufsbeschreibung ist, dass man sich diesem Hate aussetzt, wenn man irgendwie seinen Job macht und sachlich diskutiert, das war mir natürlich nicht bewusst. Das sind die ganz großen Fälle, die bekannt geworden sind, die ja auch so durch die Medien gegangen sind.

**Schlien Gollmitzer:** Aber vieles findet ja auch im Kleinen statt, also so im Privaten.

**Nadine Gottmann:** Ja, genau. Des Weiteren richtet sich der Hass vor allem auch gegen Menschen, die eh schon Diskriminierung ausgesetzt sind. Sie richtet sich gegen Geflüchtete, Menschen mit Migrationshintergrund, gegen die LGBTQ-Community und eben auch gegen Frauen im besonderen Maße. Das war auf jeden Fall erschreckend und man muss ja sagen, dass wenn man selbst eine fiktionale Geschichte erzählt, natürlich geht man da wirklich sehr stark in die Emotionen und wir haben unsere Geschichte ja auch als Thriller-Genre artig angedacht. Aber was mich dann so am meisten erschreckt hat, war eben auch, als dann die Leute von HateAid den Film gesehen haben, dass die dann gesagt haben, ja, das hat wirklich genau das getroffen, was uns die Klienten immer erzählen. Also das hat mich wirklich schon sehr getroffen.

**Schlien Gollmitzer:** Ja, das glaube ich. Und jetzt seid ihr ja auch mit eurem Film schon in die Promotion gegangen, lass uns da mal hinschauen. Also da gab es verschiedene Ankündigungen, ihr wart in Talkshows, in Interviews und was ist dabei passiert?

Der große Erfolg war eigentlich auf dem Filmfest München Premiere zu feiern und was uns wirklich auch schockiert hat, war, dass eben der Hate gegen diesen Film wiederum auch schon angefangen hat, bevor der Film überhaupt veröffentlicht wurde. Also wir haben sowohl auf unseren persönlichen Seiten von der Produktionsfirma, wo der Film angekündigt wurde, als auch jetzt, wenn es Rezensionen zu dem Film gibt, wird auch die

Kommentarspalte schon wieder geflutet mit Leuten, die halt diesen Film runtermachen oder schlechte Bewertungen geben, obwohl sie ihn noch nicht mal gesehen haben. Und ja, daran sieht man eben auch, dass es da eigentlich nicht um die Inhalte geht, sondern es geht um eine Art von Kulturkampf, weil wir eben unserer Meinung nach das Thema ja sehr differenziert und aus einer sehr persönlichen Perspektive erzählen von den Betroffenen. Und naja, andere nutzen das eben für ihre Stimmungsmache.

**Schlien Gollmitzer:** Das klingt ja fast schon, als wäre das auf eine Art und Weise orchestriert fast. Sind es eher so größere Gruppen oder sind es Einzelmenschen, die solche Kommentare abgeben? Oder wer genau kommentiert dann?

**Nadine Gottmann:** Es ist auf jeden Fall so eine Art Bubble und ich glaube auch, dass wir da nicht die einzigen sind, die davon betroffen sind, weil eben auch die Avatare von diesen Rezensenten schon irgendwie „Beklopptes deutsches TV“ oder „Scheiß deutsche Filme“ heißen. Das heißt, die führen eben insgesamt da einen Krieg gegen das deutsche Fernsehen, was ihrer Meinung nach zu politisch ist oder eben nicht ihre eigene persönliche Meinung widerspiegelt. Und man sieht dann eben, dass untereinander in dieser Bubble sich das natürlich gegenseitig befeuert und das ist ja auch das Problem vom Internet an sich. Früher, ich weiß nicht, da gab es eben Leute, die haben dem Ganzen widersprochen oder so, aber im Internet, du wirst eben immer eine anonyme Masse finden, die deinen Meinungen so entspricht und diese Bubbles driften eben immer weiter auseinander und irgendwann findet da eben kein Kontakt mehr statt, sondern die Situationen eskalieren eben immer weiter in eine Richtung.

**Schlien Gollmitzer:** Das ist auch ein ganz interessanter psychologischer Aspekt des Ganzen. Vielleicht können wir da mal so ein bisschen reingehen in das Thema. Es gibt auch bei Zivilcourage diesen sogenannten „Bystander-Effekt“, also dass Menschen sozusagen nicht direkt eingreifen, sondern halt erstmal danebenstehen und zuschauen. Das kennt man irgendwie so von der offenen Straße, wenn dort jemand angegriffen wird. Wie ist das denn mit dem digitalen Hass? Also warum greifen denn viele Menschen online nicht ein?

**Nadine Gottmann:** Ich glaube, bei Zivilcourage und so weiter geht es ja eigentlich immer darum, dass so der Einzelne direkt angesprochen wird. Also ich habe das zumindest so gelernt, dass wenn irgendwas passiert, dann muss man eine Person direkt ansprechen und sagen, hey, ruf du den Notruf und hilf du mir hier und so weiter. Weil wenn man in irgendwie so eine diffuse Masse reinspricht, dann fühlt sich halt keiner so richtig angesprochen und verantwortlich und im Internet wird es nochmal verstärkt und man selbst ist halt irgendwie so Zuschauer. Dabei ist es halt ein Riesenunterschied, allein schon ein Gegenkommentar schafft halt eine Sichtbarkeit, die wiederum dieser Bubble zeigt, es gibt nicht nur die eine Meinung. Gibt es denn irgendwie so eine Art Tipps, die man geben kann, wie man eingreifen kann, wenn man Hass im Netz begegnet, aber halt trotzdem auch selbst geschützt bleibt? Also das ist, glaube ich, eine große Angst, dass wenn Leute dann widersprechen, dass sie auf einmal selbst so ins Fadenkreuz geraten, und das kann man auf jeden Fall auch beobachten.

Also wenn irgendwie so ein Online-Shitstorm losbricht und dann irgendjemand anderes den Poster irgendwie verteidigt, dann wird meistens unter dem Kommentar schon wieder gehatet. Also ich glaube, es ist trotzdem sehr wichtig, dass man für so Leute da ist. Das kann ja zum einen sein, indem man öffentlich widerspricht und sich vielleicht das dann auf mehrere Schultern verteilt, zum anderen kann man solche Kommentare melden, die Leute blockieren oder sich eben dann bei Organisationen auch Hilfe suchen.

**Schlien Gollmitzer:** Ja, auf diese Hilfe wollen wir auch gleich nochmal genauer eingehen, aber es gibt ja auch bei Zivilcourage auf offener Straße, ich hatte da mal so einen Tipp irgendwo gelesen, so Situationen, wo es heißt, am besten ist es, wenn man mit dem Opfer spricht, also das Opfer direkt anspricht und nicht den Täter, sodass man eben auf der einen Seite mal dem Täter nicht noch mehr Plattform bietet und eben dem Opfer gleichzeitig signalisiert, ich bin bei dir, du bist nicht allein. Da kommt natürlich dann gleichzeitig auch beim Täter an. Wir sind mindestens schon mal zwei hier gerade gegen dich.

**Nadine Gottmann:** Also Betroffene haben mir auch geschildert, dass es ihnen halt auch oft wehgetan hat, dass dann von der anderen Seite irgendwie so Stille geherrscht hat. Also ich meine, man kann sich natürlich auch privat bei der Person melden und trotzdem würde ich auch den Mut begrüßen, sich dann auch öffentlich auch auf die andere Seite zu stellen. Also wir versuchen in unserem Film eben auch den Appell zu machen, dass wenn einer mal Schwäche zeigt, dass dann eben andere für ihn aufstehen und dass man sich eben nicht aus diesem öffentlichen Diskurs vertreiben lässt, weil dann hat irgendwie die andere Seite gewonnen.

**Schlien Gollmitzer:** Gibt es denn so eine Art „Red Flags“ im Netz, wann man merkt, so das driftet jetzt in digitalen Hass ab und geht nicht mehr in dem Bereich eben freie Meinungsäußerung, sondern da muss man jetzt wirklich mal die Reißleine ziehen?

**Nadine Gottmann:** Ja, also ich glaube, es wird immer schwierig, wenn die Menschen eben aufhören, über Inhalte zu sprechen, sondern wenn es eben plötzlich darum geht, die Person an sich anzugreifen. Wenn jemand systematisch beleidigt oder bedroht wird und auch vor allem, wenn andere Nutzer anfangen mitzumachen und es dann so Stück für Stück weiter eskaliert. Und ich glaube, das war ja zum Beispiel auch in der Zeit von Corona dann das Problem.

Man konnte da ja unterschiedlicher Meinung sein, aber es gab eben die Leute, die auf Fakten basiert, wissenschaftlich gesprochen haben und dann gab es eben die Leute, die persönlich wurden. Für mich sind es auch immer so zwei verschiedene Paar Schuhe. Also das eine ist Hasskriminalität, die zur Anzeige gebracht werden muss.

Das andere ist aber auch so die Frage, wie wollen wir überhaupt im Netz kommunizieren? Weil ich kann jetzt nicht alles zur Anzeige bringen, was mir missfällt oder so. Aber warum ist überhaupt das alles immer so auf Aufmerksamkeit getrimmt und so weiter? Also ich habe auch manchmal so das Gefühl, auch im Journalismus und so, dann wird da irgendwie so auf die Tube gedrückt, dass es dann irgendwie wieder anheizt. Dass es irgendwie nur noch zwei Richtungen, schwarz und weiß, gibt.

Und ich meine, wir haben jetzt viele Jahre das Internet so, aber irgendwie scheint es immer noch keine Lösung dafür zu geben, wie man da irgendwie respektvoll miteinander kommunizieren kann.

**Schlien Gollmitzer:** Im Gegenteil, es wird eigentlich fast sogar noch schlimmer, weil früher gab es ja, wenn wir uns daran erinnern, so Foren beispielsweise und da gab es eben noch diese sogenannten Moderatoren, Moderatorinnen, die dann dafür gesorgt haben, da konnte man ja dann auch Kommentare melden zum Beispiel, dann dafür gesorgt haben, dass die sogenannte „Netiquette“ eingehalten wird. Also so Grundstandards einfach mal, wie man beleidigt sich nicht gegenseitig beispielsweise oder wer dann dagegen verstoßen hat, der wurde eben auch mal für ein paar Tage oder sowas gesperrt und hatte dann eben auch gar keine Möglichkeit mehr zu schreiben. Jetzt heute ist es aber alles so groß geworden, auch bei Facebook gab es das ja Anfang noch. Heute ist es so unübersichtlich teilweise und eben dann auch bestimmte Kommentare werden einfach nicht mehr gesperrt. Also eigentlich hat sich sogar verschlimmert, kann man sagen, oder?

**Nadine Gottmann:** Ja, ich glaube auch, weil es einfach so viel inzwischen ist und so ein riesiger Wust und einfach so große Teile unseres Lebens irgendwie plötzlich auf Social-Mediastattfinden, dass man da irgendwie nicht mehr hinterherkommt. Und das Einzige, was, glaube ich, positiv dazu vermeldet ist, dass es schon im Bereich von Polizei und so inzwischen schon ein deutlich größeres Bewusstsein dafür gibt, dass digitale Gewalt die gleichen psychischen Auswirkungen wie analoge Gewalt hat. Und da gibt es jetzt auch Weiterbildung und so weiter bei der Polizei, dass das eben einfach ernster genommen wird, weil das ist ja auch eines der Probleme von den Betroffenen, dass eben auch viele in der Gesellschaft gibt, die so sagen, ja, na gut, es ist doch einfach nur am Computer, dann mach ihn doch aus.

**Schlien Gollmitzer:** Ja, deswegen ist es ja auch manchmal so tückisch, wenn man davon spricht, das ist das Internet und das andere ist die reale Welt. Also auch als wir gerade von Zivilcourage gesprochen haben beispielsweise, also die Zivilcourage im Netz versus die Zivilcourage auf der Straße. Wenn man aber von der realen Welt spricht, ich meine, das Internet ist ja auch die reale Welt.

**Nadine Gottmann:** Ich als Mutter jetzt denke mir halt so, dass es total wichtig ist, dass wir schon bei den Kindern oder jungen Jugendlichen anfangen, weil man jetzt zum einen durch die Befragungen ja sieht, dass das Problem vor allem junge Menschen betrifft. Die Art zu kommunizieren, muss man ja irgendwie von klein auf lernen. Also ich wurde da jetzt auch selbst sensibilisiert und war dann im Klassenchat von meinem Sohn und so und hab gesehen, ja, auch da fängt es ja schon an, dass die sich so völlig unbedarft irgendwelche privaten Sachen hin und her schicken oder über irgendjemand aus der Klasse reden und nicht merken, dass es eigentlich nicht in Ordnung ist, wenn so eine Gruppe gegen eine Person geht. Das ist eigentlich so das, was ich denke, dass halt wir als Gesamtgesellschaft nicht so denken sollten, naja, ist ja nur am Handy, ist ja nur am Computer, sondern dass wir eben von Anfang an wissen, wie mächtig eigentlich dieses Werkzeug ist und wie betroffen das eben jemand macht, wenn er das morgens als erstes sieht und abends vorm Einschlafen als letztes sieht.

**Schlien Gollmitzer:** Dann kommen wir doch jetzt mal zu dem Punkt, den du vorhin schon angesprochen hast. Wo bekomme ich denn Hilfe? Also an wen kann ich mich denn ganz konkret wenden, wenn ich betroffen bin?

**Nadine Gottmann:** Die bekannteste Beratungsstelle ist, was wir ja schon öfter angesprochen haben, „HateAid. Die beraten einen, da gibt es auch juristische Beratung, da gibt es aber eben auch psychologische Betreuung, Jugendschutznetz, Nummer gegen Kummer. Dann muss man aber trotzdem auch immer den richtigen Moment abpassen, wann es auch wichtig ist, zur Polizei zu gehen. Also bei Gewaltandrohungen, es gibt auch oft Morddrohungen, Stalking oder bei Doxing, das bedeutet, dass persönliche Daten an die Öffentlichkeit gegeben werden, bei Erpressung oder Volksverhetzung massive Beleidigungen.

**Schlien Gollmitzer:** Also bei strafrechtlich relevanten Punkten, da kann ja sicher dann auch HateAid beispielsweise mit der juristischen Beratung unterstützen und eben dann einschätzen, ist das jetzt tatsächlich ein Graubereich oder handelt es sich jetzt wirklich um strafrechtlich relevante Hate-Speech-Aussagen zum Beispiel?

**Nadine Gottmann:** Genau. Was nämlich in dem Fall sehr wichtig ist, ist, dass man dann rechtssichere Beweise sichert und da muss man Screenshots machen, in denen auch die Zeitangaben und so weiter drin sind. Da gibt es auch Online-Tools, die man dafür nutzen kann, die wirklich wichtig sind, damit dann auch eine Strafverfolgung stattfinden kann.

**Schlien Gollmitzer:** Nadine, hast du jetzt durch deine Erfahrung und Recherche eventuell drei Tipps, die du Menschen mitgeben würdest, um besser mit Online-Hass umgehen zu können?

**Nadine Gottmann:** Also ich glaube, wichtig ist, dass man jemanden im persönlichen Umfeld hat, dem man sich anvertrauen kann, weil ich glaube, man sollte da einfach nicht alleine durchgehen, weil ich habe irgendwie das Gefühl, unsere Psyche ist überhaupt nicht fähig, mit dieser Anonymität und dieser Masse an Ablehnung klarzukommen. Das ist auf jeden Fall was, was uns so eine neue Technologie mitgebracht hat, wo man so denkt, okay, evolutionär. Also wenn ich mir diese Personenmenge so real vor mir stehend vorstelle, dann übermannt einen das ja komplett und man muss ja auch bedenken, dass alles, was in dieser Anonymität geschrieben wird, würde einem ja niemand ins Angesicht sagen. Also das wird auch bei HateAid immer gesagt, dass man selbst sich persönlich auch einen Ausgleich suchen soll, also wenn man in so einen Shitstorm gerät, dass man eben auf andere Säulen in seinem Leben auch aufbaut, also was tut mir gut, wie möchte ich meine Freizeit verbringen, wie schaffe ich es auch, Distanz zu dem, was passiert ist, zu gewinnen.

Was auch sehr wichtig ist, ist also gerade, wenn man in der Öffentlichkeit ist, dass man auch prophylaktisch damit umgeht, also wenn der Shitstorm erst mal passiert ist, ist es eben auch oft zu spät, also uns haben zum Beispiel die Betroffenen, mit denen wir gesprochen haben, gesagt, dass sie eben die Vorkehrungen schon treffen, bevor sie überhaupt in die Sendung gehen, also dass sie schon vorher ihre Adresse, dass sie nicht rausgegeben werden darf, beim Amt abmelden, dass sie jemanden haben, der während sie dann in der Sendung sind, eben schon moderiert und blockiert, damit dieser Shitstorm erst gar nicht passieren kann.



Und das ist ja eben auch das, wo ich so denke, müssen wir halt ansetzen. Es gibt ja Botfirmen und es gibt Trolle, die sind ja gar nicht mehr erreichbar, sondern dass wir uns eher selbst so als Gesellschaft fragen, wie wollen wir miteinander kommunizieren, wie schaffen wir es, dass vor der Eskalation es eben schon aufgehalten werden kann, indem wir einfach einen respektvollen Umgang miteinander führen und das gilt ja nicht nur online, sondern auch, wenn wir so miteinander diskutieren.

**Schlien Gollmitzer:** Insgesamt sind wir dann einfach auch alle gefragt, das Netz wieder ein Stück respektvoller zu machen und zu nutzen.

**Nadine Gottmann:** Ja, es würde, glaube ich, auf jeden Fall helfen, wenn man sich vorstellt, dass hinter diesem Bildschirm ein realer Mensch sitzt und das ist eben auch was, was wir in unserem Film so wichtig fanden, dass wir nicht irgendeine Person im luftleeren Raum erzählen, sondern dass wir eine Frau haben, die Kinder hat, die auch ein Kind hat, das vielleicht selbst eh noch ein Problem hat, die auch einen Partner hat, der sich auch Sorgen macht. Das sind einfach echte Menschen, denen wir da begegnen und die das mit in ihr Leben nehmen, was wir da schreiben.

Und ich glaube, auch wenn man sich verteidigt, ist es halt sehr wichtig, dass man selbst sich nicht auf das Niveau begibt und dann selbst irgendwie beleidigend antwortet, sondern dass man eben entweder selbst im Sachlichen bleibt oder dann lieber die Kommentare meldet und die Leute blockiert, um sich davon zu distanzieren. Also ich habe jetzt ja dadurch, dass ich so Einblicke da reinbekommen habe, wie drastisch sich das auf die Psyche der Betroffenen auswirkt, nochmal wirklich einen besonderen Respekt dafür gefunden, dass gerade ja auch in unserem Film Darstellende, die selbst solche Shitstorms schon erlebt haben, mitgewirkt haben und ja den Mut aufgebracht haben, sich dann vielleicht weiteren Folgen, die dann da kommen, auch mal zu stellen, um eben auf dieses Thema aufmerksam zu machen. Das ist ein toller Sendezeit, den man da im ZDF 20:15 Uhr hat, weil man auch Leute die vielleicht auch schon etwas älter sind und nicht so ganz wissen, was eigentlich hinter diesem Online-Hate so steckt, erreichen kann und wo man wirklich für dieses Thema dann nochmal aufrütteln kann. Und dafür würde ich mich auf jeden Fall bedanken, dass es in unserer Gesellschaft eben die Menschen gibt, die trotz aller Anfeindungen irgendwie immer weitermachen und auch sich davon nicht so einschüchtern lassen, dass die Stimmen dann verschwinden.

**Schlien Gollmitzer:** Ich habe den Film angeschaut, ich fand ihn großartig, absolute, sehenswerte Empfehlung. Findet ihr in der ZDF-Mediathek „Eine bessere Welt, heißt der Film“ von Nadine und ihrem Team.

Ganz lieben Dank, Nadine, dass du dir die Zeit genommen hast, mit uns zu sprechen.

**Nadine Gottmann:** Ja, gerne, danke schön.

**Hardy Röde:** Also was bei mir jetzt total noch hängen bleibt, Schlien von eurem Interview ist, dass sie von der Stille gesprochen hat und zwar der Stille, Nadine hat die erwähnt, aus Sicht des Opfers.

**Schlien Gollmitzer:** Wenn niemand reagiert, ne?

**Hardy Röde:** Genau. Sie hat ja mit Opfern gesprochen, dass alle schweigen um die Situation rum, um die Szene rum, wahrscheinlich aus Angst, selbst zur Zielscheibe zu werden und dass das aber so irritierend ist, dieses sich alleine fühlen, habe ich so noch nicht gesehen, weil mir das zum Glück noch nicht passiert ist, muss ich sagen und total verstörend auch, stelle ich mir den vor.

**Schlien Gollmitzer:** Ja, ich finde auch vor allem diese Verknüpfung zwischen die Internetwelt in Anführungsstrichen und stell dir das bitte ganz normal am S-Bahn-Bahnsteig vor, da wird jemand angegriffen und wir alle wegsehen. Da gibt es ja auch ganz viele Videos bei Instagram oder sowas, so soziale Experimente, die öfter mal gemacht werden und wie irritierend man das doch findet, wenn man das dann sieht, wie alle wegschauen, aber wie ist man dann selbst in so einer Situation, was macht man denn eigentlich?

**Hardy Röde:** Da habt ihr auch viel drüber gesprochen, wie man so Zivilcourage trotzdem findet dann. Ich habe noch einen Gedanken mitgenommen, den muss ich jetzt kurz loswerden und zwar hat sie auch gesagt, dieses Tempo rausnehmen oder dass alles in Social-Medianatürlich immer schnell geht und der Feed nie aufhört und ich im Grunde in jede Ecke reingucken kann und ich finde, da müssen wir uns als Journalistinnen und Journalisten vielleicht auch an die Nase fassen, weil der Journalismus ja auch da oft mit aufspringt und irgendwas aus einer Ecke des Netzes rauszertr, was eigentlich nur eine kleine Diskussion irgendwo war und plötzlich ist es auf der ganz großen Bühne und ich finde, auch als Nutzerinnen und Nutzer können wir Tempo rausnehmen, also dass wir nicht jeder Diskussion einfach immer automatisch folgen, uns auch mal gut sein lassen.

**Schlien Gollmitzer:** Nicht über jedes Stöckchen springen vielleicht auch.

**Hardy Röde:** Irgendwie so, ja und dass wir vielleicht auch morgen dann den Kommentar, den wir schon im Kopf haben, erst abschicken und vielleicht dann die Zeit gewonnen haben für uns, einen eigenen Standpunkt zu gewinnen und nicht auf eins der Boote aufzuspringen, die unweigerlich aufeinander knallen.

**Schlien Gollmitzer:** Es sind ja ganz oft nur zwei Boote, ein schwarzes und ein weißes, aber vielleicht gibt es doch ein paar graue Zonen dazwischen, aber wo du gerade so dabei bist, was sind denn jetzt so die Punkte? Lass uns mal gemeinsam überlegen, die wir uns merken sollten, wenn es um Hass im Netz geht.

**Hardy Röde:** Nadine hat es ja gesagt, dass auf der anderen Seite immer ein Mensch sitzt, das ist so die zentrale Botschaft, die wir nie aus den Augen verlieren dürfen, auch wenn es heiß hergeht, also das bedeutet, dass im Netz die gleichen Regeln einfach gelten für Zivilcourage und für das Mitgucken wie auf der offenen Straße, also dass wir da das Opfer sehen und dass wir dem Opfer signalisieren, du bist nicht allein, dass wir uns dem Täter versuchen entgegenzustellen, da sind wir natürlich alle gefragt und im Zweifel, wenn irgendwas dagegen spricht, dass wir auch Hilfe einschalten.

**Schlien Gollmitzer:** Ja, das mit der Hilfe möchte ich auch noch mal betonen, Organisationen wie HateAid, das hat Nadine schon gesagt, können da eben eine wertvolle

Unterstützung sein, zum einen natürlich durch psychologische Beratung für Opfer, aber auch juristische Hilfestellung eben, sollte es dann doch mal um strafrechtlich relevante Angriffe gehen. Und da gibt es auch eine Übersicht mit weiteren Anlaufstellen, an die sich Opfer von digitaler Gewalt wenden können. Da hat das BSI auf seiner Webseite in einem „Cybersicherheit Lotsen zu digitaler Gewalt“ das Ganze zusammengestellt. Verlinken wir euch auf jeden Fall in den Shownotes.

**Hardy Röde:** Und an einem Punkt im Interview seid ihr ja auch noch zu einem Punkt gekommen. Ein Appell von Nadine, den ich gerne aufgreifen will. Aus ihrer eigenen Erfahrung hat sie den mitgebracht, und zwar, dass wir schon Kinder und Jugendliche sensibilisieren müssen, wie sie digital miteinander kommunizieren. Also heißt es, dass wir sie auf den digitalen Alltag vorbereiten müssen. Davon hatten wir es ja auch schon oft hier in „Update verfügbar“. Und dass wir sie von Anfang an nicht allein lassen im Umgang mit Handy oder Computer.

**Schlien Gollmitzer:** Und ein Teil der Debatte rund um das Thema Hatespeech ist ja auch die Frage, wo hört denn die Meinung auf und wo fängt Hetze an? Denn Meinungsfreiheit bedeutet natürlich nicht Rechtslosigkeit. Und es besteht ebenso ein bisschen die Sorge, dass sich Menschen aus Angst vor digitalem Hass einfach aus Debatten zurückziehen und dadurch eben diese Meinungsvielfalt verstummt.

Und das war die Folge 65 von Update verfügbar.

Wie gesagt, Anlaufstellen, die euch helfen, wenn ihr von digitaler Gewalt betroffen seid, die findet ihr beim BSI. Und den Link dazu stellen wir euch in die Shownotes zu dieser Sendung, zu dieser Folge.

**Hardy Röde:** Schaut auch bei uns vorbei auf Instagram, auf Mastodon, auf TikTok oder YouTube. Wenn ihr mehr Infos wollt zu allen sicherheitsrelevanten Fragen im Netz, auch schreiben in diesen Kanälen, wenn ihr ein bestimmtes Thema ...

**Schlien Gollmitzer:** oder auch gerne mal kommentieren, wenn es freundliche Nachrichten sind. Bitte kein Hass im Netz, das möchten wir nicht.

**Hardy Röde:** Den übernehme ich. Wenn ihr diesen Podcast abonniert, freuen wir uns natürlich sehr. Dann verpasst ihr keine neue Folge von „Update verfügbar“.

**Schlien Gollmitzer:** Wir sagen Ciao und bis zum nächsten Update.

**Hardy Röde:** Bis zum nächsten Update.