

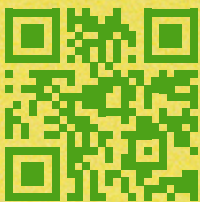


QueeResilience

Mitgestaltung digitaler Schutz- räume (Safe Spaces)

WORKSHOP

MODUL B3



www.queeresilience.eu



Co-funded by
the European Union



Modul B3

„Mitgestaltung digitaler Schutzräume (Safe Spaces)“

Selbstschutz, Grenzen und kollektive Sicherheit

Überblick

Thema	Digitale Safe Spaces, Selbstschutz & Grenzen
Ziele	<ul style="list-style-type: none">» Zweck:» Teilnehmende befähigen, sicherere digitale Umgebungen für queere Jugendliche aufzubauen, zu moderieren und aufrechterhalten.» Lernziele:» Definition und Relevanz digitaler „Safe Spaces“ verstehen.» Online-Risiken und schädliche Verhaltensweisen identifizieren.» Elemente von Inklusivität und Schutzmechanismen erkennen.» Moderations- und digitale Sicherheitswerkzeuge praktisch anwenden.» Ein Konzept für einen queer-freundlichen digitalen Raum entwerfen.
Dauer	90–120 Minuten (aufteilbar in zwei Einheiten à 45–60 Min.)
Zielgruppe	Jugendliche (16–21 Jahre), besonders Social-Media-aktive Personen (auch geeignet für informelle Workshops)
Gruppengröße	Bis zu 25 Personen (optimal: Kleingruppen von 4–5 für die Design-Aktivität).
Komplexität und Rahmenbedingungen	Diese Aktivität ist für die Niveaustufen 2–3 geeignet. Sie führt in grundlegende Konzepte der digitalen Sicherheit und Inklusivität ein und bindet die Teilnehmenden gleichzeitig in praktische Anwendungen ein, wie etwa die Gestaltung und Moderation von queer-freundlichen digitalen Räumen. Sie ist auf den Europäischen Referenzrahmen für digitale Kompetenzen (DigComp 2.2) abgestimmt – insbesondere auf die Bereiche Sicherheit und Online-Zusammenarbeit – sowie auf die Kompetenzen für eine demokratische Kultur des Europarates, mit Fokus auf Empathie, Respekt und Menschenrechte. Sie ist besonders relevant für die

Jugendarbeit, die informelle Bildung und Kontexte der digitalen Rechte, da sie marginalisierte Gemeinschaften unterstützt und eine inklusive Online-Teilhabe und Identität (2.6) fördert. Das angestrebte Kompetenzniveau ist Grundlagen bis Mittelstufe (Levels 2–3).

Trigger

Während der Aktivität können verschiedene Trigger auftreten, die mit früheren Erfahrungen in sozialen Medien verknüpft sind.

Beispiele für Online-Belästigung können Teilnehmende retraumatisieren.

Druck, persönliche Erfahrungen offenzulegen.

Unbehagen bei Moderations-Rollenspielen (Angst vor Konflikten).

Angst, verurteilt zu werden, weil man „nicht genug“ über digitale Sicherheit weiß.

Wie die Moderation helfen kann, diese Trigger zu verhindern oder darauf zu reagieren:

- » Gib klare Inhalts- und Triggerwarnungen aus, bevor Online-Belästigung, Diskriminierung oder Konfliktszenarien besprochen werden.
- » Halte alle Beiträge strikt freiwillig – erinnere die Teilnehmenden daran, dass sie niemals persönliche Erfahrungen offenlegen müssen.
- » Biete Alternativen zur Teilnahme an, wie z. B. Beobachten statt Rollenspiel oder schriftliche Beiträge statt mündlicher Wortmeldungen.
- » Schaffe eine Opt-out-Möglichkeit oder einen Ruheraum, in dem Teilnehmende ohne Erklärung hinausgehen können.
- » Normalisiere unterschiedliche Wissensstände und betone, dass der Workshop ein Lernraum ist und kein Test.
- » Frag die Teilnehmenden regelmäßig nach ihrem Befinden, besonders nach emotional schweren Abschnitten („Wie geht es euch? Brauchen wir eine Pause?“).
- » Arbeite nach Möglichkeit mit einer Co-Moderation zusammen, um einzelne Teilnehmende zu unterstützen, die Aufmerksamkeit oder Erdung benötigen.
- » Validiere Emotionen, ohne jemanden ins Rampenlicht zu stellen, z. B.: „Es ist völlig okay, sich unwohl zu fühlen – danke, dass du auf dich achtest.“
- » Lenke Diskussionen um oder schwäche diese ab, wenn das Gespräch zu intensiv wird oder in Richtung persönlicher Trauma-Offenlegungen abdriftet.
- » Lebe ruhiges und respektvolles Verhalten vor und zeige, wie digitale Konflikte sicher und ohne Eskalation angegangen werden können.

Material

- » Projektor/Whiteboard
- » Internetfähige Geräte (Laptops, Tablets oder Smartphones)
- » Handouts mit Definitionen und Fallstudien
- » Haftnotizen oder kollaborative Online-Boards (Miro, Padlet, Jamboard etc.)
- » Handouts: Definitionen, Fallstudien, Beispiele für Community-Richtlinien
- » Optional: Gastsprecher*in aus einer queer-online Community oder einer Organisation für digitale Rechte

Zusätzliche Empfehlungen**Sicherheitsaspekte**

- » Stelle sicher, dass alle Diskussionen auf Freiwilligkeit basieren und verlange niemals von den Teilnehmenden, persönliche Identitäten, Erfahrungen oder Traumata offenzulegen.
- » Moderiere Gruppendiskussionen proaktiv, um die emotionale und psychologische Sicherheit zu wahren.
- » Biete Opt-out-Optionen an und schaffe Ruhebereiche oder Pausen, falls das Thema emotional herausfordernd wird.
- » Füge Inhalts- und Triggerwarnungen hinzu, wo sie benötigt werden, insbesondere bevor Belästigung oder Online-Gewalt besprochen werden.
- » Fördere inklusive Kommunikationspraktiken wie das Teilen von Pronomen, die Verwendung geschlechtsneutraler Sprache und das Vermeiden von Annahmen über Identitäten.

Umgang mit Triggern:

- » Gib Inhaltswarnungen immer im Voraus vor sensiblen Materialien aus.
- » Ermittle die Teilnehmenden daran, dass sie jederzeit ohne Erklärung den Raum verlassen, Kameras ausschalten (falls online) oder eine Aktivität überspringen können.
- » Frage regelmäßig in der Gruppe nach, um das emotionale Wohlbefinden zu prüfen.
- » Validiere die Gefühle der Teilnehmenden, ohne sie bloßzustellen („Es ist okay, eine Pause zu machen oder sich Raum zu nehmen, wenn nötig.“).

Tipps für die digitale Moderation:

- » Lege zu Beginn der Sitzung oder Aktivität klare Community-Richtlinien fest. Nutze verfügbare Moderations-, Melde- und Blockierungstools effektiv und erkläre den Teilnehmenden, wie sie funktionieren.

- » Arbeite nach Möglichkeit mit Co-Moderator*innen oder Support-Personal zusammen, um die emotionale Belastung, Fragen oder Konflikte besser zu bewältigen.
- » Lebe eine ruhige, respektvolle digitale Kommunikation und Strategien zur Deeskalation vor.

Inklusion fördern:

- » Ermutige die Teilnehmenden, sich so vorzustellen, wie sie sich am sichersten fühlen (Name, Pronomen oder keines von beidem).
- » Verwende in allen Anweisungen und Diskussionen geschlechtsneutrale und barrierefreie Sprache.
- » Erkenne vielfältige Erfahrungen an und validiere sie, insbesondere solche, die durch intersektionale Identitäten geprägt sind.
- » Fördere die Gleichberechtigung bei der Teilnahme – lade leisere Stimmen ein, ohne jemanden zum Sprechen zu drängen.

Teil 1:

Einleitung (10–15 Min.) – Begrüßung, Icebreaker, Erwartungen.

Ziele: Eine einladende Atmosphäre schaffen.

Anweisungen:**Begrüßung und Vorstellung:****Hinweise für Trainer*innen:**

Begrüße die Teilnehmenden herzlich und stelle dich sowie eventuelle Co-Moderatorinnen/Trainerinnen vor.

Ermutige die Teilnehmenden, während der Sitzung Fragen zu stellen und die Diskussion in eine Richtung zu lenken, die sie interessiert.

Icebreaker:

Kurze Aktivität, damit sich alle wohlfühlen (z. B.: Teilt die Online-Plattform, die ihr am meisten nutzt; nennt euren Namen, Pronomen und euer liebstes Tierbaby; etc.).

Fahre dann mit diesen Icebreaker-Fragen fort, entweder über Mentimeter oder in einer kurzen Vor-Ort-Runde.

Erwartungen klären:**Hinweise für Trainer*innen:**

Zeige die Agenda auf einem Flipchart oder einer Folie.

Erkläre kurz jeden Abschnitt und dessen Zweck.

Bitte die Teilnehmenden, ihre Erwartungen an die Sitzung und ihre Gefühle zum Thema zu teilen.

Notiere die wichtigsten Erwartungen auf dem Flipchart.

Aktivität: „Was gibt dir Sicherheit?“ (10 Min.) – Gruppen-Brainstorming.

In Paaren oder Kleingruppen listen die Teilnehmenden jeweils 3 Dinge auf, die ihnen online und offline ein Gefühl von Sicherheit geben.

Auswertung durch eine gemeinsame Liste an der Tafel oder digital.

Mini-Vortrag: Was ist ein digitaler Safe Space? (15 Min.) – Trainer*innen-Input.**Behandle folgende Punkte:**

- » Definition eines digitalen Safe Spaces.
- » Warum Schutzräume für marginalisierte Gruppen, insbesondere LGBTQIA+ Jugendliche, wichtig sind.
- » Beispiele: moderierte Queer-Discord-Server, Queer-TikTok-Communities, Foren wie r/lgbt oder Richtlinien für sicherere Direktnachrichten (DMs) auf Plattformen.
- » Konzepte: Intersektionalität, digitale Grenzen, Identitätssicherheit, emotionale Arbeit, Konsens im Netz.

Für einen detaillierteren theoretischen Hintergrund und eine erweiterte Definition digitaler Safe Spaces siehe **Anhang 1**.

Diskussion: Gefahren und Herausforderungen online (10 Min.) – Moderation**Impulsfragen:**

- » Welchen Arten von Schaden sind queere Menschen online ausgesetzt?
- » Musstest du schon einmal Online-Verhalten moderieren oder melden?
- » Was ist der Unterschied zwischen Zensur und Sicherheit?

Optionale Aktivität: Zeige 1–2 anonymisierte Praxisbeispiele für Online-Belästigung oder Community-Konflikte und diskutiere, wie man besser damit hätte umgehen können. Siehe Anhang 3 – Beispielszenarien für Diskussionen für vorbereitete anonymisierte Beispiele, die du während der Sitzung verwenden kannst.

– Pause – (5 Min.)

Teil 2: Praxis (45–60 Min.)

Design-Challenge: Baue deinen eigenen digitalen Safe Space (30 Min.) – Gruppen erstellen ein Konzept.

Aktivität: In Kleingruppen (3–4 Personen) entwerfen die Teilnehmenden ein Konzept für einen digitalen, queer-freundlichen Raum. Das kann sein:

- » Eine private Discord- oder Telegram-Gruppe
- » Ein Instagram-/TikTok-Account oder eine Community
- » Ein Blog oder eine Website für queere Geschichten
- » Ein Gaming-Bereich / Server
- » Ein Newsletter im Zine-Stil oder eine anonyme Support-Gruppe

Dabei müssen sie 5 Fragen beantworten:

- » Welche Plattform werdet ihr nutzen und warum?
- » Für wen ist euer Raum gedacht (z. B. queere Jugendliche, trans BIPOC, Leute im Prozess des Coming-outs/Questioning)?
- » Wie lauten eure Community-Richtlinien?
- » Wie werdet ihr für Sicherheit sorgen (Moderation, Melde-Systeme, Tools für Konsens etc.)?
- » Wie werdet ihr Inklusion fördern und „Gatekeeping“ (Ausschlussmechanismen) vermeiden?

Die Teilnehmenden können die Vorlage aus Anhang 2 nutzen, um das Design ihres digitalen Safe Spaces zu strukturieren (Zweck, Rollen, Richtlinien und Sicherheits-Tools).

Vorstellung & Feedback (10–15 Min.) – Peer-Feedback.

Jede Gruppe präsentiert ihren digitalen Safe Space der restlichen Gruppe.

Die anderen Teilnehmenden können unterstützendes Feedback geben:

Eine Sache, die ihnen gut gefallen hat

Ein Vorschlag zur Verbesserung

Abschluss & Reflexion (10 Min.) – Emotionale Wirkung, persönliche Erkenntnisse.

Impulsfrage: Was ist eine Sache, die du nach dieser Sitzung online anders oder bewusster machen wirst?

Das kann schriftlich festgehalten oder laut geteilt werden. Fördere die Selbstreflexion und das Gefühl von Handlungsfähigkeit.

Optional: Verteile eine kuratierte Liste von queer-freundlichen Online-Communities und Ressourcen für digitale Sicherheit (wie GLAAD, Trevor Project, Digital Defense Fund etc.). Weitere Buchempfehlungen und Ressourcen zu digitalen Rechten findest du in Anhang 4 – Weiterführende Ressourcen.

Abschluss (5 Min.) – Zusammenfassung, Ressourcen, Evaluation.

Anhang 1 – Theoretischer Hintergrund: Digitale Safe Spaces

Definition:

Digitale Safe Spaces (Schutzräume) sind Online-Umgebungen, in denen Personen – insbesondere solche aus marginalisierten Gemeinschaften wie LGBTQIA+ Jugendliche – interagieren, Erfahrungen teilen und sich selbst ausdrücken können, ohne Angst vor Belästigung, Diskriminierung oder Schaden haben zu müssen. Sie bieten nicht nur Schutz, sondern auch Möglichkeiten für Gemeinschaftsbildung, Empowerment und Aktivismus.

Historischer Kontext:

Das Konzept der Safe Spaces entstand in den 1960er Jahren in feministischen und queeren Bewegungen. Damals wurden physische Räume geschaffen, die Zuflucht vor Diskriminierung und Gewalt boten.

Im digitalen Zeitalter haben sich diese Räume zu moderierten Online-Communities, privaten Chatgruppen, Discord-Servern, queer-orientierten TikTok-Communities, Blogs und Foren wie r/lgbt entwickelt.

In letzter Zeit ist zudem der Begriff der Braver Spaces (mutigere Räume) aufgekommen. Dieser betont kollektives Lernen, das Aushalten von Unbehagen und den Dialog zwischen verschiedenen Perspektiven.

Grundprinzipien:

Grenzen & Konsens: Respektiere persönliche Grenzen und achte auf ausdrücklichen Konsens in allen Interaktionen.

Inklusivität & Barrierefreiheit: Stelle sicher, dass Plattformen einladend für vielfältige Identitäten und zugänglich für Menschen mit Behinderungen sind.

Moderation & Verantwortlichkeit: Aktive Moderation, um Schaden zu verhindern und Probleme umgehend anzusprechen.

Empowerment & Repräsentation: Priorisiere marginalisierte Stimmen und stelle sicher, dass Community-Mitglieder bei den Regeln mitbestimmen können.

Traumainformierter Ansatz: Berücksichtige mögliche vergangene Traumata und vermeide re-traumatisierende Inhalte.

Anhang 2 – Vorlage: Community-Richtlinien für digitale Safe Spaces

Zweck: Einen respektvollen, inklusiven und bestärkenden Online-Austausch gewährleisten.

Beispiele für Richtlinien:

- » Respektiere alle Identitäten und Pronomen.
- » Nutze Inhaltswarnungen (Content Warnings) für sensible Themen.
- » Keine Hassrede, Belästigung oder Diskriminierung.
- » Wahre die Vertraulichkeit geteilter Geschichten.
- » Nutze inklusive Sprache und vermeide Annahmen.
- » Fördere Verantwortungsbewusstsein – „Call in“ statt „Call out“ (beziehe Leute ein, statt sie nur öffentlich bloßzustellen), wenn Fehler passieren.

Handout-Vorlage: Designe einen digitalen Safe Space

1. Zweck / Mission

Was ist der Hauptzweck deines Raums?

(Beispiel: ein sicherer Chat für queere Jugendliche; Peer-Support-Gruppe; Plattform für kreativen Ausdruck)

Antwort: _____

2. Zielgruppe

Für wen ist dieser Raum?

(Beispiel: LGBTQ+ Teenager von 16–19; Trans-Jugendliche; die breitere queere Community)

Antwort: _____

3. Plattform / Tools

Welche Plattform wirst du nutzen und warum?

(Beispiel: Discord, Instagram, TikTok, Telegram, Blog)

Antwort: _____

Zusätzliche Funktionen:

- Chat / Messenger
- Videocalls
- Content-Erstellung (Memes, Blogposts, Stories)
- Moderations- & Melde-Tools

4. Rollen & Verantwortlichkeiten

Wer kümmert sich um den Raum (Moderator*innen, Admins)? Wie werden die Aufgaben verteilt? (Beispiel: Eine Person moderiert, eine andere postet Inhalte, eine weitere teilt Ressourcen)

Antwort: _____

5. Community-Richtlinien

Schreibe mindestens 3–5 Regeln für deine Community auf. (Beispiele: „Respektiere alle Identitäten“, „Keine Hassrede oder Diskriminierung“, „Nutze Inhaltswarnungen für sensible Themen“)

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. Sicherheit und Wohlbefinden

Wie wirst du Sicherheit gewährleisten?

- Aktive Moderation
- Melde-/Flagging-System
- Privatsphäre-Einstellungen
- Inhalts-/Triggerwarnungen

Was passiert, wenn jemand die Regeln bricht?

(Beispiel: Verwarnung → temporäre Stummschaltung → Ausschluss aus der Gruppe)

Antwort: _____

7. Empowerment & Inklusion

Wie stellst du sicher, dass alle Stimmen gehört werden?

(Beispiel: regelmäßige Umfragen, Vorschlags-Kanal, rotierende Moderation)

Antwort: _____

8. Nächste Schritte

Was sind die ersten 2–3 Aktionen nach diesem Workshop?

1. _____

2. _____

3. _____

Anhang 3 – Beispielszenarien für Diskussionen (Anonymisierte Beispiele)

Beispiel 1: Online-Belästigung in einem Gruppen-Chat

Eine queerer Jugendlicher teilt ein Foto von seinem neuen Haarschnitt in einem Gruppen-Chat mit gemischten Interessen (Discord-Server).

Ein anderes Mitglied antwortet: „Wow, versuchst du jetzt wie ein ‚echter Mann‘ auszusehen?“ Mehrere Leute reagieren mit lachenden Emojis.

Die Person, die das Foto gepostet hat, schreibt nichts mehr und nimmt für den Rest des Tages nicht mehr am Chat teil.

Diskussionsfragen:

- » Was ist hier schiefgelaufen?
- » Welche Community-Richtlinie(n) wurden verletzt?
- » Was hätte eine moderierende Person tun können?
- » Wie könnten Unbeteiligte (Bystander) die betroffene Person unterstützen?

Beispiel 2: Konflikt in einem queeren Community-Raum

In einer geschlossenen Online-Community für LGBTQ+-Jugendliche postet ein*e Teilnehmer*in ein Meme, das ein Stereotyp über bisexuelle Menschen enthält (z. B. „Bi-Leute sind immer verwirrt“).

Mehrere Mitglieder kommentieren, dass das Meme abwertend wirkt.

Die Person, die es gepostet hat, reagiert defensiv und sagt: „Entspannt euch, es ist nur ein Witz – seid nicht so empfindlich.“

Ein heftiger Wortwechsel beginnt sich zu entwickeln.

Diskussionsfragen:

- » Wie können Moderator*innen Verletzungen ansprechen, selbst wenn der*die Poster*in es „nicht so gemeint hat“?
- » Wie sieht Verantwortungsübernahme (Accountability) in dieser Situation aus?
- » Wie könnte eine „Call-in“-Reaktion (einladendes Ansprechen) klingen?
- » Wie könnten Community-Richtlinien helfen, solche Konflikte zu vermeiden?