

CHECKLISTE FÜR SOCIAL MEDIA POSTS

Edno Chovak's Praktisches Handbuch der Gegenmaßnahmen – Band 1: Digitaler Widerstand

SICHER UND VERANTWORTUNGSVOLL POSTEN IN SOCIAL MEDIA

Vor dem Posten – Kurzprüfung

Beantworten Sie diese Fragen ehrlich für sich:

- Würde ich das auch so in einem öffentlichen Raum sagen?
 - Würde ich diesen Beitrag notfalls vor einem Richter erklären wollen?
 - Greift mein Beitrag eine Person oder Gruppe persönlich an?
 - Enthält er Wut, Spott, Häme oder Gewaltfantasien?
 - Reagiere ich gerade emotional oder im Affekt?
- ➔ Wenn Sie eine dieser Fragen mit **Ja** beantworten: **Pause einlegen.**

Absolute No-Gos (hohes Risiko)

- Verbotene Symbole extremistischer oder terroristischer Gruppen
 - NS-Vergleiche, Holocaust-Relativierung oder historische Anspielungen
 - Gewaltverherrlichung oder Rechtfertigung von Straftaten
 - Aussagen wie „geschieht ihnen recht“, „man müsste mal...“
 - Pauschale Abwertung oder Entmenslichung von Gruppen
 - Persönliche Beschimpfungen von Politikern oder Privatpersonen
- Wichtig:** Auch **Satire, Ironie, Memes, Emojis, Codes, Likes und Shares** können strafbar sein.

Likes, Shares & Reposts

- Würde ich den Inhalt selbst genauso formulieren?
 - Könnte mein Like als Zustimmung verstanden werden?
 - Verbreite ich damit einen möglicherweise strafbaren Inhalt?
- ➔ Im Zweifel: nicht liken, nicht teilen, nicht weiterleiten.

Besser so formulieren (Risikominimierung):

- ✓ Eigene Wahrnehmung betonen
- ✓ Sachlich bleiben
- ✓ Gefühle benennen, keine Beschimpfungen
- ✓ Keine Verallgemeinerungen

Umgang mit Triggern

- Nicht sofort antworten
 - Mindestens ein paar Minuten warten
 - Text noch einmal ruhig lesen
 - Fragen: „Will ich beitragen – oder nur reagieren?“
- ➔ Schnelligkeit schützt nicht – **Besonnenheit schon!**

Formulierungstipps:

- Meiner Meinung nach ..
- So wie ich das sehe ...
- Ich empfinde das als ...
- Ich halte diese Entscheidung für falsch, weil ...
- Ich fühle mich (betrogen, verraten, getäuscht, ...)

Grundregel

Meinungsfreiheit heißt: sagen dürfen, was man denkt.

Verantwortung heißt: überlegen, wie man es sagt.

Im Zweifel gilt immer:
Lieber nichts posten
als ein unnötiges
Risiko eingehen.