



www.oldenburg.de/gleichstellung

Foto: Andrey Popov/AdobeStock

Meine Grenzen setze ich!

Tipps und Hinweise für den Umgang
mit sexueller Belästigung



Stadt
Oldenburg

A white rectangular card is suspended from a light brown twine string by a small wooden clothespin. The card features the German word 'NEIN' in a bold, black, sans-serif font at the top. Below it, the word 'heißt' is written in a red, lowercase, sans-serif font. At the bottom of the card, the word 'NEIN' is repeated in the same bold, black, sans-serif font as at the top. The background is a plain, light gray surface.

NEIN
heißt
NEIN

Inhalt

| | | |
|-----|--|----|
| 1. | Vorwort | 4 |
| 2. | Was ist sexuelle Belästigung? | 7 |
| 3. | Wer wird belästigt? | 11 |
| 4. | Warum fällt es schwer zu reagieren? | 13 |
| 5. | Handlungstipps | 18 |
| 6. | Wie handeln, wenn eine Freundin* sich mir anvertraut? | 24 |
| 7. | Wie handeln, wenn ich Zeug*in werde? | 27 |
| 8. | Besondere Bereiche der sexuellen Belästigung | 29 |
| | 8.1 Stalking | 29 |
| | 8.2 Sexting | 32 |
| | 8.3 Sexuelle Belästigung in der Therapie | 34 |
| | 8.4 Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz | 35 |
| | 8.5 Sexuelle Belästigung an der Universität/Hochschule | 36 |
| 9. | Fazit | 39 |
| 10. | Wohin wenden? Wer kann helfen? | 41 |

1. Vorwort

Sexuelle Belästigung begegnet uns häufig im Alltag. Mal bemerken wir es kaum, mal kommt es uns vor, als wären wir von anzüglichen Blicken, Pfiffen, anmachenden Sprüchen, unangenehmer Nähe und Berührungen umgeben.

In der Gesellschaft wird das Thema kaum ernst genommen und verharmlost. Begründungen, dass es als Kompliment gemeint war, oder Männer einen gewissen Trieb hätten, werden oft vorge-schoben.

Was als sexuelle Belästigung definiert wird, hängt maßgeblich davon ab, wie die belästigte Person empfindet!

Sexuelle Belästigung kann auch von Frauen* gegenüber Männern* ausgeübt werden oder in gleichgeschlechtlichen Kontakten stattfinden – in dieser Broschüre wird allerdings die am häufigsten vorkommende Konstellation in den Mittelpunkt gestellt: Männer*, die Frauen* belästigen.

Diese Broschüre macht „sexuelle Belästigung“ zum Thema, um zu informieren, zu sensibilisieren und zu ermutigen, darüber zu sprechen und dagegen anzugehen.

Tipps zum Verhalten und zum Umgang mit den verschiedenen Formen sexueller Belästigung sind am Symbol:
zu erkennen.



Ein Tipp, der durchgehend gültig ist:
Bei anhaltender und/oder extremer Belästigung wenden Sie sich an eine Fachberatungsstelle und nehmen Sie unter

Umständen anwaltliche Unterstützung in Anspruch.

Wichtige Adressen und Telefonnummern finden Sie am Ende der Broschüre.



60%

aller Frauen in Deutschland haben sexuelle Belästigung erlebt.

2. Was ist sexuelle Belästigung?

Bei sexueller Belästigung handelt es sich um jedes sexualisiertes Verhalten, das für die Betroffenen unerwünscht ist und sie als Person und/oder als Frau* herabwürdigt und dabei ihre persönlichen Grenzen verletzt.

Hierzu zählen:

- Körperliche Berührungen und Übergriffe
- Bemerkungen und Gesten mit sexuellem Inhalt
- Exhibitionistische Taten
- Aufforderungen zu sexuellen Handlungen
- Sexuelle Angebote
- Zweideutige Witze oder Sprüche
- Sexuelle Anzüglichkeiten
- Beleidigungen mit sexuellem Inhalt
- Sexuelle Belästigung mittels digitaler Medien
- Upskirting (Fotografieren unter den Rock)

Beispiele



Ein Bekannter will Ihnen einen ungewollten Abschiedskuss auf den Mund drücken, den Sie gerade noch durch das Drehen des Kopfes auf ihre Wange lenken können.



In der Uni schlägt Ihnen Ihr Betreuer den nächsten Termin für die Besprechung Ihrer Seminararbeit am Samstagabend vor.



Sie gehen durch den Park spazieren und ein Exhibitionist stellt sich in Ihren Weg.



Ihr Ex-Freund lauert Ihnen zum wiederholten Male vor Ihrer Haustür auf, sendet Ihnen gegen Ihren ausdrücklichen Willen immer wieder Nachrichten mit sexualisierten Inhalten.



Im Bus setzt sich jemand neben Sie und reibt sein Bein gegen das Ihre oder legt seine Hand darauf.



Sie sind bei sonnigem Wetter in der Stadt unterwegs und werden aus einem vorbeifahrenden Auto heraus mit Pfiffen, obszönen Gesten und Gelächter konfrontiert.



In der Disko oder Kneipe starrt Sie jemand ständig an, ohne Sie anzusprechen.



Der Mann, den Sie gerade neu kennengelernt haben, fordert Sie auf, ihm Nacktfotos zu schicken oder sendet Ihnen Bilder mit pornografischem Inhalt.

Sexuelle Belästigung ist immer ein einseitiges und unerwünschtes Verhalten!

Die Verantwortung für diese Grenzüberschreitung liegt allein bei dem Belästiger! Gleichgültig, ob sie ihn kennen oder nicht, ob aus einem anfänglichen Flirt eine Belästigung entsteht oder ob eine Frau* unvermittelt Opfer eines sexuellen Übergriffs wird.

Ein Belästiger ist jederzeit in der Lage, seine Zudringlichkeit zu unterlassen – er ist kein Ausgelieferter seiner vermeintlichen Triebe, sondern Herr seiner willentlichen Handlungen!



3. Wer wird belästigt?

Sexuelle Belästigung ist kein individuelles Problem, es kann **Jede** treffen! Höchstwahrscheinlich sind wir alle in der einen oder anderen Form schon mal damit konfrontiert worden und könnten potentiell gefährdet sein, erneut ungewollt sexuell belästigt zu werden.

Dennoch wird sexuelle Belästigung meist nicht von der Allgemeinheit als gesellschaftliches Problem wahr- und ernstgenommen:

Verbale Belästigungen werden als Bagatelle oder mit einem lapidaren „Da kann man eben nichts machen!“ kommentiert oder auch unangenehme körperliche Zudringlichkeiten mit den Worten: „Es ist ja eigentlich nichts passiert!“ abgetan – ein offenes Ohr für dieses Thema ist nicht immer selbstverständlich.



77%

der Täter* stammen aus dem sozialen Umfeld des Opfers.

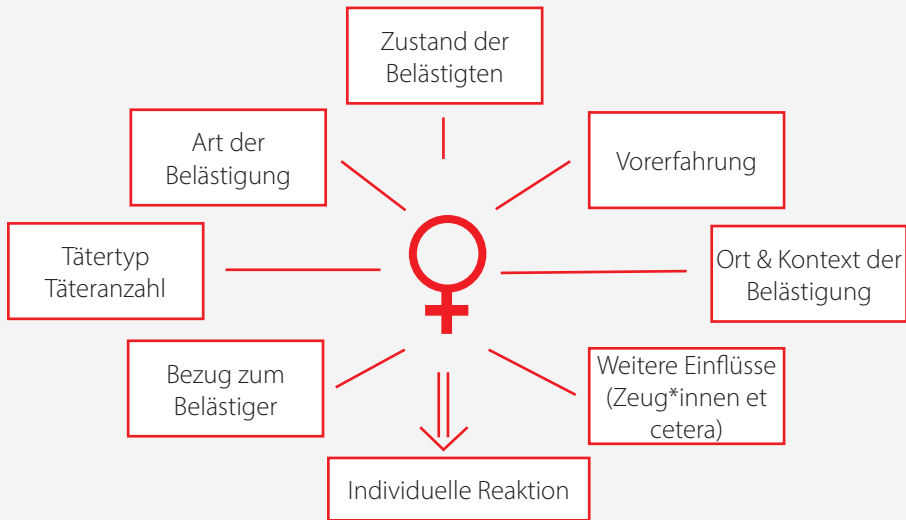
4. Warum fällt es schwer zu reagieren?

Wie in Kapitel 2 deutlich geworden ist, kann sexuelle Belästigung in den unterschiedlichsten Formen und Zusammenhängen stattfinden. Diese Umstände beeinflussen, inwieweit sich jede Betroffene zur Wehr setzen kann.

Ist der Belästiger uns fremd oder bekannt? In welchem Bezug stehen wir zu ihm? Ist es möglicherweise ein flüchtiger Bekannter, ein Kollege, ein näherer Freund oder stehen wir gar im Abhängigkeitsverhältnis zu ihm (Arbeitgeber, Lehrender, Vorgesetzter)? Sehen Sie sich mit einer Gruppe

konfrontiert oder ist es eine Einzelperson, die sehr aggressiv vorgeht? Werden Sie mit Sprüchen belästigt oder wird es körperlich? Sind Sie gerade gestresst, müde und abgespannt oder kraftvoll und gut gelaunt?

Das, und noch viel mehr, sind wichtige Faktoren, die mitbestimmen, wie wir uns in einer solchen Situation verhalten und die uns gleichzeitig hemmen können, uns zu wehren.



Emotionale Reaktionen wie

- Gehemmt und erstarrt sein
- Selbstzweifel
„Habe ich ihn provoziert?“
- Unsicherheit
„War es wirklich so schlimm?“
- Beklommenheit
- Angst

sind normal, nehmen jedoch die Fähigkeit zu handeln.



Nehmen Sie sich und Ihre Gefühle ernst!

Akzeptieren Sie, dass Sie sich so fühlen und wie Sie reagieren oder reagiert haben. Nutzen Sie dies als Information, um Strategien für erneute mögliche sexuelle Belästigungen zu überlegen. Sie haben gute Gründe – auch für ungute Reaktionen in und nach der Belästigungserfahrung.

Anzeige - Ja oder Nein?

Sexuelle Belästigung ist nach §184i StGB strafbar: Wer „eine andere Person in sexuell bestimmter Weise körperlich berührt und dadurch belästigt“ begeht eine Straftat. Auch das „Upskirting“, also das Fotografieren unter den Rock und das explizite Fotografieren von Genitalien, Gesäß- und Brustbereich sind laut §184k StGB strafbar. Des Weiteren können einzelne Vergehen, wie Beleidigung, Nötigung und Bedrohung, als sexuelle Belästigung empfunden werden. Wenn Sie überlegen, ob Sie eine Anzeige erstatten wollen, sollten Sie sich Vor- und Nachteile anschauen:

Vorteile

- Sich wehren können und Öffentlichkeit schaffen
- Möglichkeit, dass der Täter* bestraft wird
- Möglichkeit, dass weitere Taten verhindert werden

Nachteile

- Weiter mit dem Geschehenen auseinander setzen müssen
- Geschehenes oft erzählen müssen (Anwält*in, Polizei, Gericht et cetera)
- Täter* wieder begegnen



Foto: Kzenon/AdobeStock

8%

der Frauen*, die sexualisierte Gewalt erfahren haben,
zeigen diese Taten auch bei der Polizei an.

5. Handlungstipps



Nehmen Sie sich selbst mit Ihren Gefühlen und Erfahrungen ernst – auch wenn Sie vielleicht auf das Unverständnis anderer dabei stoßen.



Suchen Sie Verbündete. Tauschen Sie sich mit Frauen* in Ihrem Umfeld aus und überlegen sie gemeinsam, wie sie sich gegenseitig unterstützen können.



Selbstverteidigungskurse – zum Beispiel WENDO – können helfen, sich sicherer und selbstbewusster zu fühlen. Allerdings ist es nie Ihre Verantwortung, Ihren Schutz gegen Übergriffe auf diese Art zu verbessern.



Rechnen Sie damit, dass Sie in einer direkten Situation nicht reagieren können. Auch wenn Sie sich darauf vorbereiten.

TIPP! Wenn Sie am Telefon belästigt werden, legen Sie sich eine Trillerpfeife daneben und pfeifen Sie ins Telefon.

TIPP! Wenn Sie per SMS, Messengerdienst, Soziale Medien, E-Mail oder Brief belästigt werden, lesen Sie sich die Texte nicht durch, aber bewahren Sie sie auf. Zum Beispiel einen Screenshot machen, abspeichern und die Nachrichten löschen.

TIPP! Falls Sie noch Empfindungen oder Gedanken von vergangener sexueller Belästigung mit sich herumtragen, können Sie sich an eine Freundin oder Beratungsstelle wenden.

TIPP! Lassen Sie es sich gut gehen: Genießen Sie die positiven Dinge im Leben.

In der Übersicht auf der folgenden Seite sind Beispiele von vier verschiedenen Verhaltensstrategien zu verschiedenen Formen sexueller Belästigung skizziert.

Ignorieren/Rückzug:

Strategie, die am wenigsten Kraft kostet – Nachteil ist jedoch, dass die Belästigungsversuche oft nicht aufhören.

Diskutieren:

Dabei sagen Sie ganz klar, was Ihnen missfällt und was unterlassen werden soll. Dies kann höflich, aber bestimmend geschehen. Hier besteht jedoch die Gefahr erneuter Belästigungen.

Konfrontieren/Abgrenzen:

Sie sagen ganz klar STOPP! und holen sich sofort Unterstützung (wenn möglich), sofern er Sie nicht in Ruhe lässt. **Vorsicht:** Diese Verhaltensweise kann Aggressionen verstärken oder hervorrufen!

Hilfe holen:

Scheuen Sie sich nicht, auch Unbekannte anzusprechen – in der Regel greifen Leute ein, wenn man sie direkt dazu auffordert.

Anzügliche Blicke

- **Ignorieren/Rückzug:** Wegschauen, sich wegsetzen
- **Diskutieren:** Sie schauen ständig hierher. Würden Sie das bitte unterlassen?!"
- **Konfrontieren/Abgrenzen:** „Sie starren mich an – das nervt! Hören Sie auf damit!“
- **Hilfe holen:** Bekannte oder Anwesende um Unterstützung bitten

Obszöne Sprüche

- **Ignorieren/Rückzug:** Weghören, den Ort verlassen
- **Diskutieren:** „Was soll das? Stellen Sie sich vor, jemand beleidigt so Ihre Mutter.“
- **Konfrontieren/Abgrenzen:** „Unverschämt! Hören Sie auf damit!“

- **Hilfe holen:** Bekannte oder Anwesende um Unterstützung bitten

Ungewollte Berührungen

- **Ignorieren/Rückzug:** Schweigen, den Ort verlassen
- **Diskutieren:** „Ich mag es nicht, wenn Sie den Arm um mich legen. Sie überschreiten hier meine Grenze!“
- **Konfrontieren/Abgrenzen:** „Nehmen Sie sofort Ihre Hand da weg!“ Oder sagen Sie laut und demonstrativ: „Wem gehört denn diese Hand auf meinem Bein?“
- **Hilfe holen:** Sagen Sie einer vertrauten Person, dass Ihnen jemand zu nahe kommt oder weisen Sie Anwesende auf die Bedrängung hin

Verfolgung

- **Ignorieren/Rückzug:** Sie nehmen Ihr Handy ans Ohr, um zu zeigen, dass Sie mit jemanden in Kontakt sind oder Sie versuchen, den Mann abzuhängen
- **Diskutieren:** „Hallo! Das ist sehr unangenehm, dass Sie mir folgen, was soll das?“
- **Konfrontieren/Abgrenzen:** „Sie folgen mir schon seit einer Viertelstunde. Wenn Sie nicht sofort damit aufhören, rufe ich die Polizei!“
- **Hilfe holen:** Andere Passanten auf den Verfolger aufmerksam machen und um Hilfe bitten, die Polizei rufen, ein Taxi anhalten, an einem Haus klingeln et cetera.

Angriffe

- **Ignorieren/Rückzug/Diskutieren:** Falls Sie nicht fliehen können oder niemand in der Nähe ist, dann könnten Sie durch Reden mit dem Angreifer versuchen, wieder etwas mehr Kontrolle über die Situation zu erlangen.
- **Konfrontieren/Abgrenzen:** Sich mit Schreien, Treten und Schlagen zur Wehr setzen
- **Hilfe holen:** „Feuer!“ rufen (darauf reagieren Leute schneller als auf „Hilfe“), versuchen, das nächste Auto anzuhalten oder das nächste Haus zu erreichen und Sturm klingeln



6. Wie handeln, wenn eine Freundin* sich mir anvertraut?

Wenn eine Betroffene sich Ihnen anvertraut, dann sollten Sie auf folgende Dinge achten:

TIPP! **Vermeiden Sie Wertungen**
wie: „Na, so schlimm war das nicht!“, „Ist ja nichts passiert!“ oder „Der ist nun mal so, das weißt du doch, der flirtet eben etwas deftiger!“ Nehmen Sie die Gefühle der Person ernst und respektieren Sie diese.

TIPP! **Vermeiden Sie Rechtfertigungsdruck**

wie: „Wieso bist du denn auch zu Fuß gegangen?“, „Warum hast du denn nichts dagegen gesagt/getan?“ Fokussieren Sie sich auf das Befinden der Betroffenen und machen Sie deutlich, dass, egal was eine Frau* tut, sie trägt keine Verantwortung für die Übergriffe.

TIPP! **Ermöglichen Sie die Betroffene sich Hilfe zu holen.**
Begleiten Sie Ihre Freundin zu einer Fachberatungsstelle und/oder eine*r Fachanwält*in.



Vermeiden Sie Ausbrüche von Wut und Empörung bei schwerwiegenden Fällen

Auch wenn es sich ausschließlich gegen den Belästiger wendet. Beispielsweise: „Wenn der Kerl mir über den Weg läuft, mach ich den fertig!“, „Man ist als Frau nie sicher!“ Diese Reaktionen sind verständlich, belasten jedoch die Betroffene.



Bieten Sie aktiv Ihre Hilfe an
Aber nur, wenn Sie dieses Angebot auch leisten und einhalten können. Beispielsweise: „Kannst du Rückendeckung gebrauchen, wenn der Typ dir wieder auf die Pelle rückt?“ Sie können mit der Betroffenen ein Signal abmachen,

dass sie Ihnen gibt, wenn sie sich belästigt fühlt.



Wahren Sie das Selbstbestimmungsrecht

Machen Sie sich stets bewusst, dass die endgültige Entscheidung zum Umgang und Verhalten bei der betroffenen Frau* liegt.

Holen Sie sich selbst Hilfe, falls das Gespräch Sie emotional belastet.



7. Wie handeln, wenn ich Zeug*in werde?

TIPP! Wenn Sie bemerken, dass eine Frau in Ihrer Umgebung belästigt wird: Sehen Sie nicht weg, sondern versuchen Sie, aufmerksam zu sein! Wenn Sie sich nicht sicher sind: Mischen Sie sich ein und fragen Sie nach, ob die vermeintlich Belästigte Hilfe braucht. Signalisieren Sie dem Belästiger, dass sein Tun nicht unbeobachtet bleibt. Die Betroffene kann selbst entscheiden, ob sie Unterstützung annehmen möchte.

TIPP! Bringen Sie sich nicht selbst in Gefahr!
Rufen Sie die Polizei.

TIPP! Wenn die Belästigungssituation vorüber ist: Fragen Sie die Betroffene, wie es ihr geht und ob Sie etwas für sie tun können.

TIPP! Falls Ihr Hilfsangebot empört abgelehnt werden sollte:
Lassen Sie sich durch eine Ablehnung nicht entmutigen, weiter Zivilcourage zu zeigen.



8. Besondere Bereiche der sexuellen Belästigung

8.1 Stalking

Stalking (englisch für anspionieren) bezeichnet das wiederholte Verfolgen, Belästigen oder Bedrohen einer Person gegen ihren Willen.

Dies kann vielfältige Formen annehmen wie

- Auflauern
 - Beleidigungen
 - Sachbeschädigungen
 - Ungewollte „Liebeserklärungen“
 - Kontaktaufnahme per Messengerdienst, E-Mail et cetera.
 - Telefonterror
- Ausspionieren des Privatlebens und das der Angehörigen
 - Bedrängungen
 - Ungewollte Zusendung von Bestellungen
 - Körperverletzung

Der Stalker versucht Macht und Kontrolle über sein Opfer auszuüben und greift mit seinem Verhalten dabei empfindlich in den Alltag der Betroffenen ein. Statistisch gesehen handelt es sich in jedem zweiten Fall bei dem Stalker um den Ex-Partner der betroffenen Frau*.

In Deutschland ist Stalking ein Straftatbestand (§238 StGB). Es ist auch möglich, gegen einzelne Verhaltensweisen des Stalkers rechtlich vorzugehen, zum Beispiel Anzeigen wegen Beleidigung oder Nötigung, Unterlassungsklagen und Näherungsverbote auf der Basis des Gewaltschutzgesetzes.

TIPP! **Ignorieren Sie ihn!** Seien Sie dabei konsequent! Jedes Einklinken Ihrerseits, also jede weitere Reaktion auf sein Verhalten, motiviert den Täter* zum Weitermachen.

TIPP! **Reagieren Sie nicht!** Gerade dann, wenn Sie den Täter* aus einer früheren Beziehung kennen und sich vielleicht verpflichtet fühlen, weil der Täter* beispielsweise mit Selbstmord droht.



Bleiben Sie standhaft! Auch wenn Sie wütend, verzweifelt, ängstlich oder mitleidig sind. Sie sind NICHT dafür verantwortlich, dass der Stalker sich so verhält!



Dokumentieren Sie mit Angabe des Datums, des Ortes und eventuellen Zeug*innen was vorgefallen ist. Bewahren Sie Briefe und E-Mails auf, machen Sie andere auf den Belästiger aufmerksam.



Atteste einholen! Lassen Sie sich psychosomatische Auffälligkeiten ärztlich attestieren, die seit der Nachstellung aufgetaucht sind. Diese Dokumentationen und Atteste dienen als Grundlage für eine Anzeige gegen den Belästiger bei der Polizei.



Informieren Sie sich! Vor allem, wenn Sie sich zu einer Anzeige entschließen, sollten Sie sich unbedingt vorher bei professionellen Stellen informieren und beraten lassen.

8.2 Sexting

Das Wort „Sexting“ ist eine Zusammensetzung aus „Sex“ und „texting“. Dabei hat es sich vom „Schreiben über Sex“ weiterentwickelt zum Versenden von Nacktbildern über verschiedene digitale Medien.

Was nach einem privaten, erotischen Austausch klingt, kann durch die digitale Medien, zu ungewollter „Berühmtheit“ führen, wenn der Ex aus Rache die Bilder weiter verschickt oder die neue Bekanntschaft nur darauf aus ist, Nacktbilder weiter zu verbreiten.

Die Gefahr ist, dass alles, was im Internet erscheint, für immer im Internet bleibt. **Wenn ein Foto erst in Umlauf gerät, ist nicht mehr nachvollziehbar, wer es auf welchem Gerät bereits besitzt und weiterleitet.**

Auch das ungewollte Erhalten von Nacktfotos oder pornografischen Bildern kann als Belästigung empfunden werden.

TIPP! Gehen Sie Aufforderungen, anzügliche Bilder von sich selbst zu machen und zu verschicken, nicht nach.

TIPP! Behalten Sie stets im Hinterkopf, dass unkontrollierbar ist, ob und wer diese Bilder von Ihnen weiter versendet oder erhält.

TIPP! Blockieren Sie Kontakte, die solche Bilder von Ihnen fordern oder diese an Sie versenden.

TIPP! Wenn ein solches Foto von Ihnen im Umlauf ist, fordern Sie alle Beteiligten auf, es zu löschen und kontrollieren Sie das.

TIPP! Gehen Sie achtsam mit Ihren Daten im Internet um, denn was einmal im Internet öffentlich und zugänglich ist, bleibt im Internet öffentlich und zugänglich. Holen Sie sich Unterstützung in einer Fachberatungsstelle oder bei eine*r Fachanwält*in

8.3 Sexuelle Belästigung in der Therapie

In diesem Bereich geht es um eine besondere Konstellation: Frauen*, die therapeutische Hilfe in Anspruch nehmen, müssen sich darauf verlassen können, in diesem Rahmen geschützt zu sein. Dies ist eine der wichtigsten Voraussetzungen, um persönliche Dinge mitteilen und bearbeiten zu können. Jede Form von Grenzüberschreitung, insbesondere solche mit sexuellem Hintergrund, können das Vertrauen der Betroffenen enorm beschädigen.

Sexuelle Kontakte sind NIEMALS Bestandteil einer medizinischen oder psychotherapeutischen Behandlung!

8.4 Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz

Sexuelle Belästigung tritt häufig am Arbeitsplatz auf. Wobei nicht immer, wie gedacht, der Vorgesetzte seine Mitarbeiterinnen belästigt, sondern es können auch von Kollegen, Geschäftspartnern, Kunden und Patienten sexuelle Belästigungen ausgehen.

Gesetzlich ist jeder Arbeitnehmer und jede Arbeitnehmerin durch das Allgemeine Gleichbehandlungsgesetz (AGG) vor sexuellen Übergriffen geschützt. Das AGG regelt die Rechte der Arbeitnehmer*in und die Pflichten der Arbeitgeber*in.



Wenn Sie betroffen sind, können folgende Dinge bei einer Prüfung der Beschwerde Ihre Aussage untermauern:

- Aussage mit Angabe von Ort, Datum und Zeit
- Briefe von dem und an den Belästiger
- Tagebucheinträge
- Zeug*innenaussagen
- Aussagen von Dritten über verändertes Verhalten der Betroffenen
- Eidesstattliche Erklärung bei Notar*in (kostenpflichtig!)

8.5 Sexuelle Belästigung an der Universität/Hochschule

Auch Hochschulen als Arbeits- und Studienort sind ein Umfeld, das von Fällen sexueller Belästigung, Diskriminierung und Gewalt nicht ausgenommen ist. Eine Internationale Studie zu „Gender-Based Violence, Stalking and Fear of Crime“¹ (2012) bestätigt das Ergebnis der bundesweiten Repräsentativstudie zur Gewalt gegen Frauen* des BMFSFJ von 2003², dass Studentinnen* zu einer besonders gefährdeten Gruppe gehören. In der internationalen Studie gaben 54,7 Prozent

der deutschen befragten Studentinnen* an, während der Zeit des Studiums sexuelle Belästigung erlebt zu haben.

Insbesondere die ausgeprägten Hierarchien und Abhängigkeitsverhältnisse an Hochschulen können zu subtilen Formen sexueller Belästigungen und Gewalt führen. Neben der Tabuisierung des Themas erschweren es diese Machtverhältnisse den Betroffenen, sich gegen die Angriffe zur Wehr zu setzen.

1 www.gendercrime.eu

2 www.bmfsfj.de/BMFSFJ/gleichstellung,did=73018.html

So kann es für eine Studentin*, die von ihrem Professor einen Job als studentische Hilfskraft angeboten bekommt, zunächst eine Anerkennung ihrer Leistung sein, die ihr zudem einen Nebenverdienst ermöglicht. Wenn der Professor dieses Arbeitsverhältnis dann aber dazu ausnutzt, um sich der Studentin* in unangemessener Weise zu nähern und diese Annäherungsversuche mit dem Erhalt des Jobs verknüpft, missbraucht der Professor seine (Macht-) Position.



70%

der weiblichen Pflegekräfte sind von sexuellen Übergriffen durch Patienten* im Krankenhaus oder durch Pflegebedürftige in Heimen oder in der ambulanten Pflege betroffen.

9. Fazit

Wie diese Broschüre zeigt, ist sexuelle Belästigung kein Einzelfall und auch kein privates Problem, sondern ein gesellschaftliches. Es kann jede Frau* in unterschiedlichen Lebenssituationen treffen.

Abhängig von der Schwere der Belästigung, dem Verhältnis zum Täter* und auch dem sozialen Umfeld der Frau*, ist die benötigte Unterstützung immer individuell zu betrachten.



Es ist wichtig, Betroffene nicht alleine zu lassen, sondern gemeinsam eine Strategie zu entwickeln, die das Selbstbestimmungsrecht der Betroffenen wahrt.



Es ist wichtig, bei anhaltender Belästigung, egal in welcher Form, professionelle Beratungsstellen und unter Umständen anwaltliche Hilfe hinzu zu ziehen.

Niemand muss die Erfahrung mit sexueller Belästigung allein bewältigen, sondern kann auf ein Netz von Unterstützung zurückgreifen.



10. Wohin wenden? Wer kann helfen?

Wildwasser – Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt an Mädchen und Frauen e.V.

Bei Wildwasser werden weibliche Betroffene sexualisierter Gewalt, Bezugspersonen und Fachkräfte beraten und unterstützt. Taten gegen die sexuelle Selbstbestimmung wie Vergewaltigung, sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz, digitale Gewalt sind die Themen, die neben dem Schwerpunkt sexualisierte Gewalt gegen Kinder und Jugendliche bearbeitet werden.

Telefon: 0441 16656

E-Mail: info@wildwasser-oldenburg.de

www.wildwasser-oldenburg.de

conTakt – Beratungsstelle bei Fragen zu sexualisierter Diskriminierung und Gewalt

Die conTakt Beratungsstelle bei Fragen zu sexualisierter Gewalt und Diskriminierung steht allen Studierenden und Mitarbeiter*innen der Universität zur Verfügung. Ihr Angebot richtet sich an Betroffene, Unterstützer*innen von Betroffenen, Beobachtende übergriffiger oder zweifelhafter Situationen und alle, die sich informieren und engagieren möchten.

Telefon: 0441 798–2776

E-Mail: kontakt-beratungsstelle@uol.de
www.uni-oldenburg.de/kontakt-beratungsstelle

Angebot der Jade Hochschule

An der Jade Hochschule stehen die Zentrale Gleichstellungsbeauftragte sowie das Team der Gleichstellungsstelle bei Fragen zum Thema sexualisierte Diskriminierung und Gewalt zur Verfügung. Gesprächstermine und eine vertrauliche Erstberatung finden nach Vereinbarung statt.

Ebenso können sich Hochschulangehörige an den Vertrauensrat der Jade Hochschule wenden, wenn sie Beratung und Unterstützung suchen. Der Vertrauensrat setzt sich aus drei Mitgliedern zusammen, die aus je einem Studienort der Jade Hochschule kommen.

Telefon: 0441 7708-3238

E-Mail: gleichstellungsbeauftragte@jade-hs.de
www.jade-hs.de/gleichstellung

BISS – Beratungs- und Interventionsstelle gegen Häusliche Gewalt und Stalking der Stadt Oldenburg und des Landkreises Ammerland

Die BISS ist eine Erstberatungsstelle für Betroffene von Häuslicher Gewalt und Stalking. Sie berät Frauen* und Männer* aus der Stadt Oldenburg und dem Landkreis Ammerland über die zivilrechtlichen Schutzanordnungen bei Gewalterfahrungen, bietet psychosoziale Unterstützung und vermittelt gegebenenfalls zu anderen Einrichtungen. Auch Angehörige von Betroffenen können sich bei der BISS beraten lassen – Freund*innen, Geschwister, Eltern, erwachsene Kinder von Betroffenen, Vorgesetzte, Kolleg*innen und Nachbar*innen.

Telefon: 0441 235-3798

E-Mail: biss-olam@mailbox.org

www.frauenhaus-oldenburg.de

Olena – Beratungsstelle für gewaltbetroffene Migrantinnen und geflüchtete Frauen

Die Beratungsstelle Olena richtet sich speziell an von Gewalt betroffene Migrantinnen* und geflüchtete Frauen*. Die Beratung ist – mit der Unterstützung einer Dolmetscherin* – in der Muttersprache möglich.

Telefon: 0441 235-3490

E-Mail: olena.beratung@web.de

www.frauenhaus-oldenburg.de

Netzwerk ProBeweis – kostenfreie und vertrauliche Dokumentation und Beweissicherung für Opfer von Häuslicher Gewalt und/oder einer Sexualstraftat

Das Netzwerk ProBeweis bietet eine verfahrensunabhängige professionelle Beweissicherung für Betroffene von Häuslicher und/oder sexueller Gewalt, ärztliche Beratung unter Gewährleistung der Schweigepflicht, gerichtsverwertbare (Foto-) Dokumentation und Spurensicherung an. Zu Unterstützungseinrichtungen wird weiter vermittelt. In Oldenburg können sich Betroffene an das Institut für Rechtsmedizin oder an das Evangelische Krankenhaus wenden.

Telefon: 0176 15324572
probeweis@mh-hannover.de
www.probeweis.de

Opferhilfebüro Oldenburg

Opfer von Straftaten werden bei der Inanspruchnahme Ihrer Rechte unterstützt und erhalten psychosoziale Beratung und Begleitung.

Telefon: 0441 969712-10/-11/-12/-13
poststelleoldenburg@opferhilfe.niedersachsen.de
www.opferhilfe.niedersachsen.de

WEISSER RING e.V.

Der WEISSE RING bietet umfassende Hilfe für Menschen, die von Straftaten betroffen sind. Zu den Hilfsmöglichkeiten zählen unter anderem menschlicher Beistand und persönliche Betreuung, Begleitung zu Terminen bei Polizei, Staatsanwaltschaft und Gericht, Gewährung von Rechtsschutz sowie finanzielle Unterstützung in tatbedingten Notlagen.

Telefon: 0441 36164272
www.weisser-ring.de

Bundesweites Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“

Das Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ bietet Betroffenen die Möglichkeit, sich zu jeder Zeit anonym, kompetent, sicher und barrierefrei beraten zu lassen. Qualifizierte Beraterinnen stehen den Hilfesuchenden vertraulich zur Seite und vermitteln sie bei Bedarf an Unterstützungsangebote vor Ort, etwa an eine Fachberatungsstelle oder ein Frauenhaus in der Nähe. Barrierefreiheit und Mehrsprachigkeit sichern den Zugang für Frauen* mit Behinderung und geringen Deutschkenntnissen. Auch Angehörigen, Freund*innen sowie Fachkräften steht das Hilfetelefon für Fragen und Informationen zur Verfügung.

Telefon: 116016
www.hilfetelefon.de

Heimwegtelefon

Das Heimwegtelefon ist ein Service bei dem Menschen, die sich nachts auf dem Heimweg unwohl fühlen, anrufen können. Sie werden dann von Ehrenamtlichen am Telefon bis nach Hause begleitet.

Telefon: 030 12074182
www.heimwegtelefon.net

Weitere Informationen auch zu anderen Themen, die die Sicherheit von Frauen* betreffen, finden Sie im Gleichstellungsbüro der Stadt Oldenburg:
www.oldenburg.de/gleichstellung



Impressum

Stadt Oldenburg, der Oberbürgermeister, Gleichstellungsbüro

Angelehnt an die Broschüre „Tipps für die Wildnis“ der Frauenberatungsstelle Osnabrück in Kooperation mit der Universität und Hochschule Osnabrück.

Stand: August 2023

Für allgemeine Anfragen an die Stadt Oldenburg nutzen Sie bitte unser Kontaktformular unter www.oldenburg.de/kontakt

Quellenangaben

- Seite 6: „Lebenssituation, Sicherheit und Gesundheit von Frauen in Deutschland. Eine repräsentative Untersuchung zu Gewalt gegen Frauen in Deutschland.“ Im Auftrag des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. 2004
- Seite 12: Final Activity Report. Council of Europe Task Force to Combat Violence against Women, including Domestic Violence (EG-TFV), Straßburg 2008
- Seite 17: „Lebenssituation, Sicherheit und Gesundheit von Frauen in Deutschland. Eine repräsentative Untersuchung zu Gewalt gegen Frauen in Deutschland.“ Im Auftrag des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. 2004
- Seite 38: www.bibliomed-pflege.de/zeitschriften/die-schwester-der-pfleger/heftarchiv/ausgabe/artikel/sp-4-2016-natuerlich-gutwas-bringen-alternative-heilmethoden-in-der-pflege/24000-stopp-ich-moechte-das-nicht/