

# Sexuelle Belästigung

## Informationen und Hilfe

**Beratungs-**  
**stelle** gegen  
**sexualisierte**  
**Gewalt**

02 28 63 55 24 | Notruf, Beratung,  
Information,  
Fortbildung, Prävention

## **Inhalt**

<b>1. Einleitung .....</b>	<b>3</b>
<b>2. Allgemeiner Teil.....</b>	<b>4</b>
<b>3. Sexuelle Belästigung im öffentlichen Raum .....</b>	<b>8</b>
<b>4. Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz .....</b>	<b>12</b>
<b>5. Digitale Gewalt.....</b>	<b>17</b>
<b>6. Literatur und weiterführende Hinweise .....</b>	<b>22</b>

# 1. Einleitung

Diese Broschüre richtet sich an Betroffene, die verschiedene Formen sexueller Übergriffe und Belästigungen erfahren haben, aber auch an Angehörige, Freund\*innen, Bekannte sowie an Fachkräfte und Interessierte.

Es ist unser Anliegen, über das Thema Sexuelle Belästigung zu informieren, für die Situation von Betroffenen zu sensibilisieren und Handlungs- und Präventionsmöglichkeiten auf unterschiedlichen Ebenen aufzuzeigen.

Die Broschüre ist in Abschnitte gegliedert, die einen Gesamtüberblick zu verschiedenen Formen sexueller Belästigung geben, aber auch als Einzelkapitel gelesen werden können.

Neben einer allgemeinen Einführung werden kurze und zusammenfassende Informationen zu den Themenbereichen: „Sexuelle Belästigung im öffentlichen Raum“, „Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz“ und „Digitale Gewalt“ vermittelt. Für vertiefende Informationen werden Hinweise auf Broschüren, Literatur und Internetseiten gegeben.

Weitere Informationen, Beratung und Unterstützung erhalten Betroffene, Angehörige und Fachkräfte bei der Beratungsstelle gegen sexualisierte Gewalt. Die Beratungsstelle ist zuständig für alle Formen sexualisierter Gewalt und für Personen aus Bonn und dem Rhein-Sieg-Kreis. Neben der Beratung und Krisenintervention umfasst das Angebot der Beratungsstelle vielfältige Maßnahmen zum Opferschutz sowie zur Prävention und Öffentlichkeitsarbeit. Psychosoziale Prozessbegleitung in Gerichtsverfahren wird ebenso angeboten wie Fortbildungen, Vorträge und Grundschulprojekte zum Thema Sexueller Missbrauch.

Das Angebot der Beratungsstelle findet sich auch Internet auf der Seite **[www.beratung-bonn.de](http://www.beratung-bonn.de)**.

## 2. Allgemeiner Teil

### DEFINITION: SEXUELLE BELÄSTIGUNG

Taxierende Blicke, anzügliche Bemerkungen, der Griff ans Knie oder an den Po, das sind Erfahrungen, die Frauen und Mädchen in vielen Situationen und wiederholt in ihrem Leben machen.

**Sexuelle Belästigungen sind vielfältig und umfassen alle Formen und Situationen, in denen Personen aufgrund ihres Geschlechtes diskriminiert und herabgewürdigt werden.**

Dazu kann auch das aufgehängte freizügige/ pornographische Bild gehören oder das unerwünschte Zusenden von Dateien mit sexualisiertem Inhalt. Das hohe Ausmaß und das alltägliche Erleben von Grenzüberschreitungen und sexuellen Übergriffen sind wissenschaftlich belegt. Öffentliche Debatten und Berichte von Betroffenen auf verschiedenen Plattformen in sozialen Netzwerken zeigen anschaulich, wie verbreitet sexuelle Diskriminierungen und Übergriffe sind.

**Nationale und europäische repräsentative Studien belegen, dass über fünfzig Prozent der Frauen von sexueller Belästigung betroffen sind.**

Dabei ist entscheidend, wie das Verhalten auf Betroffene wirkt. Während eine unbeabsichtigte Grenzübertretung leicht durch eine Entschuldigung korrigierbar ist, beinhaltet eine Belästigung das willentliche und wissentliche Übertreten der Grenze eines anderen und das Nichtbeachten nonverbaler Hinweise (Schritt zur Seite, Knie wegziehen, sich versteifen, den Blick abwenden, Nicht-Lachen über eine Bemerkung ...). Die Betroffenen fühlen sich dadurch beschämt und abgewertet, was das Ziel der Belästigung darstellt. Durch sie soll ein Machtungleichgewicht hergestellt, oder – im Falle von hierarchischen Strukturen, bspw. am Arbeitsplatz – unterstrichen werden. Indem Sexualität als Mittel zur Herabwürdigung eingesetzt wird, wird gezielt die Intimsphäre der betroffenen Person massiv verletzt und dadurch ein zumindest vorübergehendes Gefühl von Hilflosigkeit erzeugt. Anders als ein Flirt, der zum Ziel hat, das Gegenüber kennen zu lernen und darauf zu reagie-

ren, soll durch eine Belästigung dessen Handlungsfreiheit und Reaktionsfähigkeit eingeschränkt werden.

## **AUSWIRKUNGEN FÜR BETROFFENE**

Die Auswirkungen sexueller Belästigungen sind vielfältig und unterschiedlich, je nach Schwere und Art des Übergriffs und der jeweiligen individuellen Lebenssituation der Betroffenen. Mit Häufigkeit, Dauer und Intensität steigt das Risiko gesundheitlicher Beeinträchtigungen und psychischer und körperlicher Folgen. Durch wiederholte Erfahrungen mit diskriminierenden Äußerungen oder körperlichen Übergriffen leidet das Selbstwertgefühl, was zu Einschränkungen in der Handlungsfähigkeit und zu Einschränkungen im Verhalten oder der Mobilität führt.

Dies kann zum Ausbruch oder zur Verstärkung bereits bestehender psychischer und physischer Erkrankungen führen. Häufig wird von Konzentrationsproblemen, Schlafstörungen, Unruhe-/Angstgefühlen, Niedergeschlagenheit bis hin zu Depressionen, dem Gefühl von Wertlosigkeit, großer Scham, Einsamkeitsgefühlen und Ohnmacht berichtet.

Viele Betroffene, die eine sexuelle Belästigung erleben, haben gesellschaftliche Vorurteile über das Verhalten bei einem sexuellen Übergriff verinnerlicht und sind oftmals geschockt über ihre eigenen Reaktionen. Sie leiden unter Scham- und Schuldgefühlen und stellen sich die Frage, warum sie sich nicht wehren konnten oder warum ihnen so etwas passieren konnte. Meist sind die eigenen Vorstellungen darüber, wie man in einer solchen Situation reagieren könnte und die tatsächlichen Gefühle und Handlungsmöglichkeiten bei einem Übergriff nicht in Übereinstimmung zu bringen. Dies deckt sich mit Forschungsergebnissen.

**Sexuelle Übergriffe sind psychische Ausnahmesituationen, in denen die Betroffenen nicht bewusst und planvoll handeln können. Menschen reagieren in bedrohlichen Situationen je nach individuellen Voraussetzungen und Erfahrungen instinktiv.**

Es startet eine Art Überlebensmechanismus, der vielfältige Reaktionen beinhalten kann (Flucht, Gegenwehr, Erstarrung). Die meisten Betroffenen leisten keinen körperlichen Widerstand und sind auch bei verbalen sexuellen Belästigungen oftmals aus verschiedenen Gründen nicht in der Lage, etwas zu entgegnen. Verunsicherung, Sprachlosigkeit, Wut oder Fassungslosigkeit über die eigenen Reaktionen werden noch verstärkt durch das soziale Umfeld, wenn dieses mit Unverständnis reagiert oder die Erlebnisse bagatellisiert und nicht ernst nimmt.

**Es ist wichtig zu wissen, dass jeder Mensch in einer Ausnahmesituation so reagiert, wie es ihm möglich ist und das dies in Ordnung ist. Der sexuelle Übergriff, die Belästigung ist zu verurteilen und nicht das Verhalten der Betroffenen.**

## UNTERSTÜTZUNGSMÖGLICHKEITEN

Sexuelle Belästigungen sind kein individuelles Problem, das Ausmaß ist hoch und die Betroffenen werden häufig mit ihren Erfahrungen häufig alleine gelassen. Aus Schamgefühlen, Angst vor Unverständnis oder negativen Reaktionen schweigen sie. Dies hat Gründe. Betroffene, die gegen sexuelle Belästigungen öffentlich auftreten, werden häufig beschimpft, lächerlich gemacht, herabgewürdigt und müssen im Arbeitsfeld mit Karriereeinbußen rechnen. Gerade deshalb ist es sehr wichtig, sexuelle Belästigung nicht als individuelle Erfahrung zu sehen.

Im sozialen Umfeld bedeutet dies, die Gefühle der Betroffenen ernst zu nehmen, Vorfälle nicht zu bagatellisieren, auch wenn es sich um scheinbar „harmlose“ Anspielungen oder Bemerkungen handelt.

**Zuhören, Solidarität zeigen und Hilfe anbieten bzw. danach zu fragen, was helfen würde, sind einfache, aber u.U. sehr wirksame Verhaltensweisen für Freund\*innen, Kolleg\*innen und Bekannte.**

Ein offensiver Umgang mit sexueller Belästigung, ihr klares Benennen und die eventuell öffentliche Ansprache und Zurechtweisung der Täter\*innen kann nach Absprache mit den Betroffenen hilfreich sein. Dazu kann neben der Protokollierung von selbst erlebten sexuellen

Belästigungen auch das Anbieten eines Protokolls von Zeug\*innen gehören, sowie eine gezielte Ansprache der Täter\*innen durch Zeug\*innen oder mit deren Unterstützung.

**Um ein erneutes Gefühl der Grenzverletzung zu vermeiden ist es ratsam, eventuelle Handlungsschritte mit den Betroffenen abzusprechen und nicht über deren Kopf hinweg zu handeln. Betroffene brauchen häufig viel Zeit, um eine Belästigung öffentlich zu machen oder dagegen juristisch vorzugehen.**

### 3. Sexuelle Belästigung im öffentlichen Raum

#### DEFINITION

Im öffentlichen Raum gibt es trotz der Anwesenheit vieler Menschen oft Situationen, in denen Frauen und Mädchen sexuelle Belästigungen und Übergriffe erleben. In öffentlichen Verkehrsmitteln, auf Veranstaltungen, Konzerten, Versammlungen, auf Festen und Partys, in Kneipen oder einfach auf der Straße: durch Bemerkungen, scheinbar zufällige Berührungen, bewusstes Anfassen von Geschlechtsteilen, den Griff ans Knie oder die Brüste bis hin zu schweren sexuellen Übergriffen.

**Sexuelle Belästigungen sind Ausdruck und Demonstrationen von Macht und mit dem Ziel der Demütigung, Herabsetzung oder Ausbeutung einer anderen Person.**

#### SITUATION DER BETROFFENEN

Frauen und Mädchen entwickeln im Laufe ihres Lebens Strategien, mit Herabwürdigungen aufgrund des Geschlechtes und Übergriffen umzugehen. Sie vermeiden bestimmte Orte wie dunkle U-Bahn-Stationen und potentiell bedrohliche Situationen. Sie wechseln die Straßenseite, ignorieren Bemerkungen, legen sich eine Auswahl von Erwidierungen und Reaktionsweisen zurecht oder bauen innerliche Schranken oder einen Schutzwall um sich auf, um Beleidigungen und Herabwürdigungen an sich abprallen zu lassen. Viele nehmen die Erfahrungen aufgrund ihres alltäglichen Vorkommens als gegeben hin und machen sich nicht bewusst, dass es sich dabei um sexuelle Belästigungen handelt.

Manche glauben, dass sexuelle Belästigungen nur bestimmte Personen betreffen, aufgrund ihres Aussehens, ihres Verhaltens oder des Umfeldes, in dem sie sich bewegen. Damit wird die Verantwortung für Übergriffe den Betroffenen zugewiesen. Eine solche Haltung dient jedoch gleichzeitig dem scheinbaren eigenen Schutz: man glaubt, durch ein bestimmtes Verhalten Verletzungen vermeiden zu können.

Manche Betroffene resignieren, weil sie glauben, nichts ausrichten zu können, sie ökonomische oder persönliche Konsequenzen fürchten und

sie Angst davor haben, wie das Umfeld reagieren könnte, wenn sie sich wehren oder die Übergriffe als solche benennen. Sie haben jedoch Rechte und einen Anspruch darauf, Unterstützung und Hilfe zu bekommen.

## RECHTLICHE GRUNDLAGEN

**Sexuelle Belästigungen und sexuelle Übergriffe sind diskriminierende Handlungen, die darauf abzielen die Würde eines Menschen aufgrund des Geschlechtes zu verletzen. Dies allein ist schon ein Verstoß gegen das Grundgesetz.**

Sexuelle Übergriffe durch körperliche Berührungen, die das sexuelle Selbstbestimmungsrecht verletzen, sind seit November 2016 auch als sexuelle Belästigung im Strafrecht gemäß § 184i StGB erfasst, womit auch bisher als „unerheblich“ eingestufte Handlungen strafbar sind (das sogenannte „Grapschen“).

Seit der Strafrechtsreform sind darüber hinaus alle anderen sexuellen Übergriffe, die gegen den erkennbaren Willen einer Person ausgeführt werden und die sog. Erheblichkeitsschwelle überschreiten, nach § 177 StGB (Sexueller Übergriff, sexuelle Nötigung, Vergewaltigung) strafbar. Es kommt nach der Reform bei der Verletzung der sexuellen Selbstbestimmung nicht mehr darauf an, ob körperliche Gewalt angewendet wird und die Opfer sich wehren, sondern darauf, ob der entgegenstehende Wille der Opfer erkennbar ist und die Täter\*innen sich darüber hinwegsetzen. **Ein Nein muss ausreichen und ist zu akzeptieren.**

Vor einer Anzeige einer sexuellen Belästigung oder eines sexuellen Übergriffes sollte auf jeden Fall juristische und psychologische Beratung in Anspruch genommen werden. Die Beratungsstelle ist in Kontakt mit erfahrenen Anwält\*innen und bietet Unterstützung und Psychosoziale Prozessbegleitung an.

## HANDLUNGS- UND PRÄVENTIONSMÖGLICHKEITEN

### Handlungsmöglichkeiten für Betroffene

Grundsätzlich ist es wichtig, die eigenen Gefühle und Wahrnehmungen ernst zu nehmen und sich nicht zu etwas drängen zu lassen,

was der eigenen Persönlichkeitsstruktur widerspricht (z.B. laut zu schreien).

**Gut gemeinte Verhaltenstipps verkennen oftmals die Tatsache, dass diese für viele nicht umsetzbar sind und manchmal führt dies dazu, dass Scham- und Schuldgefühle verstärkt werden.**

Wenn jemand sich in Situationen, an bestimmten Orten, mit bestimmten Personen oder auf Wegen unwohl fühlt, sollte die Person dies, wenn es ihr möglich ist, artikulieren oder die Situationen und Orte sollten verlassen werden.

Es kann helfen, mit Bekannten gemeinsam Verabredungen für Wege hin und zu Veranstaltungen auszumachen und darüber zu reden, wie oder wo sie sich unsicher oder bedrängt fühlen.

Manchmal ist es hilfreich, bereits im Vorfeld mit Freund\*innen oder Vertrauten zu überlegen, wie man sich gegenseitig in beängstigenden oder gefährlichen Situationen unterstützen könnte.

Bei konkreten Vorfällen, kann z.B. auch versucht werden, die Veranstalter\*innen oder das Sicherheitspersonal anzusprechen und/oder die Polizei zu rufen.

Bei sexuellen Belästigungen am Arbeitsplatz oder im digitalen Raum gibt es zudem konkrete Beschwerde- und Reaktionsmöglichkeiten, die in den Kapiteln 4 und 5 beschrieben werden.

Gemeinsam mit Freund\*innen oder auch mit Fachberatungsstellen können Strategien und Vorgehensweisen entwickelt werden, mit sexuellen Belästigungen umzugehen oder Wege zu finden, die größere Sicherheit im Umgang mit bedrohlichen Situationen schaffen. Die Beratungsstelle unterstützt Betroffene, Angehörige und Fachkräfte dabei.

## **HANDLUNGSMÖGLICHKEITEN FÜR DAS SOZIALE UMFELD UND DIE GESELLSCHAFT**

**Grundsätzlich ist es wichtig, bei sexuellen Belästigungen Haltung zu zeigen, einzugreifen und Stellung zu beziehen, über Belästigungen, anzügliche Witze nicht hinwegzugehen, sondern aufmerksam**

## **zu sein für Herabwürdigungen, Diskriminierungen und konkrete Übergriffe.**

Solidarität zu zeigen und Hilfe anzubieten oder danach zu fragen, ob Unterstützung benötigt wird, statt zu schweigen oder sogar mitzumachen sind leider keine selbstverständlichen Handlungsweisen. Oftmals sind Personen auch unsicher, wie Situationen einzuschätzen sind und halten sich lieber aus Auseinandersetzungen heraus. Auf freundliche Art Hilfe anzubieten, kann jedoch kaum verkehrt sein. In bedrohlichen, gefährlichen Situationen sollte man jedoch die Polizei hinzuziehen und/oder weitere Unterstützung suchen.

Bei gemeinsamen Veranstaltungsbesuchen oder sonstigen Freizeitaktivitäten ist es ratsam, aufeinander zu achten und Absprachen zu treffen.

Auf gesellschaftlicher Ebene ist es notwendig, das Ausmaß sexueller Belästigung und sexueller Übergriffe zu erkennen, ernst zu nehmen und strukturelle Maßnahmen zu ergreifen.

## **Dazu ist ein Perspektivenwechsel notwendig: Nicht Frauen und Mädchen müssen ihre Verhalten ändern oder bestimmte Orte meiden, sondern die Gewährleistung des Schutzes vor Gewalt muss im Fokus stehen.**

Es soll erreicht werden, dass an vielen Orten und auf unterschiedlichen Ebenen eine Haltung eingenommen wird, die die Rechte von Frauen und Mädchen schützt, sie unterstützt und das sexuelle Selbstbestimmungsrecht einfordert und durchsetzt.

Institutionen und Veranstalter\*innen sollten sich Gedanken um Schutzkonzepte und konkrete Maßnahmen machen, wie sie ihre Einrichtungen zu sichereren Orten machen können.

## **Ein Konzept gegen sexuelle Belästigung und Diskriminierung sollte als Qualitätsmerkmal einer Stadt oder einer Veranstaltung gewertet werden und als ein Beitrag zu einem respektvollen und grenzachtenden Umgang miteinander.**

## 4. Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz

### DEFINITION

Laut dem Allgemeinen Gleichbehandlungsgesetz (AGG) ist sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz

„..., wenn ein unerwünschtes, sexuell bestimmtes Verhalten, wozu auch unerwünschte sexuelle Handlungen und Aufforderungen zu diesen, sexuell bestimmte körperliche Berührungen, Bemerkungen sexuellen Inhalts sowie unerwünschtes Zeigen und sichtbares Anbringen von pornographischen Darstellungen gehören, bezweckt oder bewirkt, dass die Würde der betreffenden Person verletzt wird, insbesondere wenn ein von Einschüchterungen, Anfeindungen, Erniedrigungen, Entwürdigungen oder Beleidigungen gekennzeichnetes Umfeld geschaffen wird.“ (§ 3 Abs.4 AGG).

Dazu gehören u.a. auch sexuell zweideutige Bemerkungen, anzügliche Witze oder Blicke, hinterher Pfeifen, unerwünschtes Streicheln und ähnliche Berührungen, sowie das Ankündigen beruflicher Vorteile für das Einlassen auf sexuelle Aktivitäten oder das Androhen von Nachteilen bei Ablehnung.

Damit beinhaltet sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz mehr Handlungen als die im Strafgesetzbuch geregelten Straftaten gegen die sexuelle Selbstbestimmung. (siehe auch rechtl. Grundlage, Kapitel 3).

**Ausschlaggebend für die Beurteilung, ob es sich um sexuelle Belästigung handelt ist nicht die Absicht der belästigenden Person, sondern das Empfinden der betroffenen Person.**

Zur Verdeutlichung hier der Unterschied zwischen (verbaler) sexueller Belästigung und einem Flirt:

Ein Flirt beruht auf Gegenseitigkeit und ist von beiden erwünscht. Er erfreut, ist aufbauend, stärkt das Selbstwertgefühl und hebt die Stimmung. Beim Flirt werden persönliche Grenzen respektiert.

Eine (verbale) sexuelle Belästigung ist einseitig und von der anderen Person unerwünscht. Sie verärgert, ist erniedrigend oder beleidigend,

schwächt das Selbstwertgefühl, verdirbt die Atmosphäre und verletzt persönliche Grenzen.

## HÄUFIGKEIT VON SEXUELLER BELÄSTIGUNG

Aus der Studie „Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz – Vorkommen, Wissensstand und Umgangsstrategien“ aus dem Jahr 2015 geht hervor, **dass ungefähr jede zweite befragte Person sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz erlebt hat.** Frauen sind häufiger betroffen als Männer. Sie berichteten mehr von unerwünschten körperlichen Annäherungen, Umarmungen und Küssen. Wogegen Männer häufiger von zweideutigen Kommentaren und Emails mit unerwünschtem Inhalt betroffen waren. In allen Fällen waren mehrheitlich Männer die Initiatoren der Belästigung.

## SITUATION DER BETROFFENEN

Betroffene sind in einer schwierigen Situation. Wenn sie sich gegen sexuelle Belästigung wehren, wird ihnen nicht selten unterstellt, sie würden übertrieben reagieren, hätten etwas missverstanden, wären humorlos oder verklemmt. Es kann sogar zu Ausgrenzung durch andere Kolleg\*innen kommen. Wenn sie sich nicht wehren, weil sie in der Situation zu verstört oder überrascht sind oder Angst haben, wird ihnen unter Umständen vorgeworfen, sie hätten das auch gewollt oder zumindest hätte die belästigende Person gar nicht mitbekommen können, dass sie das nicht gewollt hätten.

Neben den im allgemeinen Teil genannten Auswirkungen, kann sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz bei Betroffenen dazu führen, dass die Motivation und Leistungsfähigkeit abnimmt, berufliche Entwicklung oder Chancen nicht genutzt werden (können), eine Versetzung angestrebt wird oder es zum Abbruch der Ausbildung bzw. Kündigung des Arbeitsplatzes oder es zu Arbeitsunfähigkeit kommt.

## **RECHTE UND PFLICHTEN**

Betroffene von sexueller Belästigung haben das Recht, Beschwerde einzulegen (§ 13 AGG). Ihnen oder Zeug\*innen dürfen dadurch keine Nachteile entstehen (§ 16 Abs. 1 AGG). Falls Arbeitgeber\*innen keine geeigneten Maßnahmen einleiten, um betroffene Personen zu schützen, haben diese das Recht, die Arbeit zu verweigern (§ 14 AGG). Bevor Betroffene diesen Schritt wählen, sollten sie sich unbedingt vorher juristisch beraten lassen. Es muss geklärt werden, ob die Voraussetzungen für das Leistungsverweigerungsrecht vorliegen und wie genau es umgesetzt werden soll, da die Arbeitgeber\*innen ansonsten die Möglichkeit haben, der betroffenen Person zu kündigen.

Außerdem haben Betroffene u.U. Anspruch auf Entschädigung und Schadensersatz (§ 15 AGG). Dabei sind zeitliche Fristen zu beachten.

Arbeitgeber\*innen haben die Pflicht durch präventive Maßnahmen und Informationen auf die Verhinderung sexueller Belästigung hinzuwirken. Außerdem müssen sie Beschwerdestellen einrichten und alle Beschäftigten über diese informieren. Im Falle von sexueller Belästigung müssen sie geeignete Maßnahmen ergreifen, um den Schutz der betroffenen Person zu gewährleisten (§ 12 AGG).

Der Beschwerde muss nachgegangen und das Ergebnis der Person, die die Beschwerde eingereicht hat, mitgeteilt werden (§ 13 AGG).

## **HANDLUNGSSTRATEGIEN FÜR BETROFFENE**

Das Ignorieren bzw. stillschweigende Ertragen von sexueller Belästigung führt meist nicht zu dem erhofften Ergebnis „dann ist es schneller vorbei“ oder „wird nicht noch schlimmer“, sondern zum Gegenteil. Die belästigende Person fühlt sich sicher und mächtig. Häufig werden die Belästigungen fortgesetzt und nehmen an Intensität zu. Daher ist es sinnvoll zu reagieren.

Da die Belästigungssituationen wie auch die betroffenen Personen unterschiedlich sind, sollte überprüft werden, was im Einzelfall die passende Handlungsmöglichkeit sein könnte.

In den Belästigungssituationen kann die belästigende Person gleich dadurch in die Schranken gewiesen werden, in dem die Belästigung benannt und untersagt wird. Sind andere Personen in der Nähe, kann das Schaffen von Öffentlichkeit durch lautes Sprechen hilfreich sein.

Viele Menschen sind aber zu perplex und verängstigt um gleich reagieren zu können.

Der Vorfall sollte direkt nach dem Geschehen protokolliert werden (Datum, Ort, Zeit, wer hat was gemacht, gab es Zeug\*innen, hat jemand etwas mitbekommen).

Es kann hilfreich sein, sich Jemandem (z.B. Partner\*in, Freund\*in, Kolleg\*in) anzuvertrauen, um Unterstützung zu erhalten und weiteres Vorgehen zu planen. Die Verschwiegenheit dieser Person ist wichtig, damit nicht andernfalls die belästigende Person üble Nachrede unterstellen kann.

**Betroffene können sich aber auch an eine Beratungsstelle oder ggf. die Gewerkschaft wenden oder sich juristisch bei Anwält\*innen oder kostenlos bei der Antidiskriminierungsstelle des Bundes Tel.: 030 18555 1865 beraten lassen.**

Die belästigende Person kann auch später konfrontiert werden: entweder in einem Gespräch, zu dem auch eine Vertrauensperson aus dem Kolleg\*innenkreis zur Unterstützung und als Zeug\*in mitgenommen werden kann, oder in sachlicher, schriftlicher Form. Die sexuelle Belästigung sollte konkret mit Zeitpunkt und Ort benannt werden und deutlich darauf hingewiesen werden, dass diese zu unterbleiben hat oder eine Beschwerde erfolgen wird.

Es ist nicht sinnvoll, sich auf eine Diskussion einzulassen.

Möglich ist es aber auch, sich gleich an die Beschwerdestelle bzw. die Ansprechperson für Beschwerden, den Betriebs- oder Personalrat, die Gleichstellungsstelle/Frauenbeauftragte des Unternehmens, Vorgesetzte oder Arbeitgeber\*innen zu wenden.

## HANDLUNGSSTRATEGIEN FÜR KOLLEG\*INNEN

**Kolleg\*innen sollten nicht (mit)lachen, wenn sexistische Witze oder Sprüche gemacht werden, sondern gegen diese Stellung beziehen.**

Sollten es nicht möglich gewesen sein, direkt während eines Vorfalls schützend einzugreifen, kann die betroffene Person auch danach angesprochen und ihr Unterstützung angeboten werden z.B. indem man sich als Zeug\*in zur Verfügung stellt oder als Begleitung zur Beratung oder Beschwerde.

Wenn von sexueller Belästigung berichtet wird, sollte dies ernst genommen werden.

Es sollte nichts gegen den Willen der betroffenen Person unternommen werden.

## PRÄVENTIONSMÖGLICHKEITEN

**Präventive Maßnahmen sind erforderlich, damit es möglichst erst gar nicht zu sexueller Belästigung am Arbeitsplatz kommt.**

Dazu gehört, das Thema öffentlich zu machen, z.B. durch Rundmails, Aushänge und auf Betriebsversammlungen sowie eine klare Haltung gegen sexuelle Belästigung zu beziehen.

Außerdem sollten Fortbildung für Führungskräfte, Vorgesetzte, Ausbilder\*innen, und Personen, die Ansprechpartner\*innen im Beschwerdefall sind, zu dem Thema angeboten werden.

Des Weiteren sollten Überlegungen dazu angestellt werden, wie man die Arbeitsstelle und die Arbeitsabläufe so organisieren kann, dass die Möglichkeiten zu sexueller Belästigung minimiert werden.

Es ist auch sinnvoll, Dienstvereinbarungen abzuschließen, in denen sexuelle Belästigung sowie die Konsequenzen für Belästiger\*innen thematisiert werden.

Grundsätzlich sollte auf respektvollen, wertschätzenden Umgang und eine ebensolche Atmosphäre Wert gelegt werden.

## 5. Digitale Gewalt

### FORMEN DIGITALER GEWALT

Sexuelle Belästigung findet auch im digitalen Raum statt. Dabei werden Messengerdienste wie WhatsApp oder soziale Netzwerke gezielt genutzt, um Betroffene herabzuwürdigen und ihnen ein Gefühl der Ohnmacht zu vermitteln.

Dies geschieht durch das unerwünschte Versenden von Nachrichten beleidigenden, verletzenden, sexualisierten oder bedrohlichen Inhalts. Dazu gehören auch sogenannte „**Happy Slapping**“-Filme, auf denen zuvor begangene Gewalttaten, die gefilmt und dann online zugänglich gemacht wurden, gezeigt werden.

**Die Bandbreite der gezielten Übergriffe im digitalen Raum ist groß, wobei allen das Ziel, die Betroffenen zu verunsichern und zu demütigen, gleich ist.**

Geschieht dies über einen längeren Zeitraum, so spricht man von **Cyber-Mobbing**. Neben dem Versuch, den Ruf der betroffenen Person zu schädigen, indem auf öffentlichen Profilen, beispielsweise Facebook unwahre und sexualisierte Nachrichten verbreitet werden, kann es auch zu einer anhaltenden Nachrichtenflut an private Accounts kommen.

Ebenfalls zu digitaler Gewalt ist zu zählen, wenn die Identität einer anderen Person angenommen wird, oder wenn private Informationen (z.B. eine Schwangerschaft, Homosexualität) mit dem Ziel der Bloßstellung veröffentlicht werden.

Mithilfe von neuen Medien kann durch das gezielte Überwachen einer anderen Person das Gefühl der Bedrohung und Einschüchterung erzeugt werden, sogenanntes **Cyber-Stalking**. Darunter werden zum einen das unerwünschte und oftmals unbeobachtete Filmen oder Fotografieren der betroffenen Person verstanden, zum anderen das Mitlesen und Abfangen von Daten. Dazu werden spezielle Spionageapps unbemerkt auf dem Handy der betroffenen Person installiert.

Auch Standortdienste-Apps können genutzt werden, um den Aufenthaltsort der betroffenen Person ohne deren Wissen anzuzeigen.

Eine Besonderheit stellt das **Sexting** dar, bei dem von der betroffenen Person Bilder oder Videos sexualisierten Inhalts von sich selbst versendet werden. Dies birgt die Gefahr, dass andere die Dateien ungefragt weiter verbreiten.

## **AUSWIRKUNGEN FÜR BETROFFENE**

Das Smartphone gehört für viele mittlerweile zum Alltag. Übergriffe, die mittels digitaler Medien und oft auch anonymisiert erfolgen, werden als sehr belastend erlebt. Durch die ständige Erreichbarkeit und häufige Flut von Nachrichten haben viele Betroffene das Gefühl von ständiger Bedrohung und keinerlei Rückzugsmöglichkeiten, da ihnen jederzeit neue Nachrichten zugesendet werden könnten.

Auch die Möglichkeiten, Intimes und Verletzendes ohne Einwilligung der Betroffenen Fremden unbegrenzt zugänglich zu machen stellen eine große Belastung dar. Das Wissen, dass Inhalte, die im Internet öffentlich zu finden sind, nicht mehr einzufangen sind, ist oft nur schwer zu ertragen.

Neben der eigentlichen Verletzung durch die sexuelle Belästigung kommt damit noch ein langanhaltendes Gefühl des Kontrollverlustes hinzu, da den Betroffenen nicht ersichtlich ist, wer Kenntnis der erlebten Demütigung hat oder sogar noch bekommen kann.

Dies kann zu ständiger Anspannung und Unruhe sowie dem Gefühl ausgeliefert zu sein führen. Es kann sich auch Misstrauen anderen gegenüber entwickeln, falls der Sender der Nachrichten anonym bleibt.

## HANDLUNGSMÖGLICHKEITEN

### Smartphone sichern

**Je geschützter das Smartphone ist, desto schwieriger wird es, sich ungefragt Daten zu erschleichen. Deshalb ist es wichtig, großen Wert auf den Schutz der eigenen Privatsphäre zu legen.**

Dazu gehört, dass das Handy mit einem Passwort geschützt wird, das den Sperrbildschirm freigibt, so dass es Dritten erschwert wird, sich Zugriff auf die Daten zu verschaffen und beispielsweise ungefragt persönliche Nachrichten zu lesen. Sensible Daten, Nachrichten oder Fotos sollten auf einem anderen Medium gespeichert werden und nicht auf dem Smartphone bleiben.

Generell sollten verwendete Passwörter und PINs schwer zu erraten sein. Überprüfen Sie unter „Einstellungen“ oder „Setting“ auf dem Smartphone, dass persönliche Daten wie Bilder, Kontakte, Gesprächsverläufe, Standorte, etc. vor unerlaubtem Zugriff geschützt sind. Sofern für Anwendungen Passwörter oder PINs erforderlich sind, sollten schwer zu erratende verwendet und automatische Log-Ins vermieden werden. In einem akuten Fall von Cybermobbing empfiehlt es sich, die Zugangsdaten zu ändern.

Online-Accounts, die mit dem Smartphone verknüpft sind, sollten gut gesichert werden und neben einem sicheren Passwort bestenfalls eine weitere Authentifizierung, bspw. eine per SMS zugesandte PIN erfordern. Es empfiehlt sich, nicht alle genutzten Online-Accounts auch auf dem Handy zu nutzen, sondern diese auf mehrere Endgeräte zu verteilen.

Falls es möglich ist, sollte die Funktion „Standort mitteilen“ bei Apps deaktiviert werden, sowie die Bluetooth- Funktion nur für konkrete Datenübermittlung genutzt werden und bei Nichtbenutzung ausgeschaltet bleiben.

Insbesondere in einem akuten Fall, oder bei einem Verdacht sollten alle auf dem Smartphone installierten Apps überprüft werden, um mögliche Spyware zu entdecken. Im Zweifel sollten Fachleute das Telefon überprüfen, da viele Spionageapps gut versteckt sind.

## **Unterstützung von Fachleuten erscheint immer ratsam, wenn Unsicherheit bezüglich der Sicherheit und Privatsphäre besteht!**

Erhalten Betroffene unaufgefordert Nachrichten mit belästigendem Inhalt, so ist es empfehlenswert dem Sender einmalig eine Nachricht mit der Bitte, derartiges zukünftig zu unterlassen, zu senden. Zudem ist es möglich, die Sender zu blockieren, so dass sie über die entsprechenden Messengerdienste keine weiteren Nachrichten schicken können.

## **JURISTISCHE UNTERSTÜTZUNG**

Im Fall von sexueller Belästigung mittels digitaler Medien empfiehlt es sich, alle Inhalte zu speichern und auf einem anderen Medium zu sichern. Oftmals liegen Straftatbestände vor, die juristisch geahndet werden können, so dass es sich lohnt, einen Rechtsbeistand aufzusuchen und sich beraten zu lassen.

## **EIGENER UMGANG MIT PERSÖNLICHEN DATEN**

Kommunikation mittels digitaler Medien ist schnell und geschieht oft nebenbei. Im Chat mit anderen wird schnell vergessen, dass gesendete Nachrichten von diesen ungefragt und unbemerkt weitergegeben werden können. Das kann aber insbesondere bei privaten Aufnahmen dazu führen, dass diese sich unkontrolliert verbreiten.

Auch das Senden mittels Diensten wie SnapChat, die Bilder nach einmaligem Abrufen löschen, stellen keine Garantie dar, dass es zu keiner weiteren Veröffentlichung kommt, da es immer häufiger passiert, dass mithilfe eines Zweitgeräts der Inhalt abgefilmt oder -fotografiert wird.

## **Deshalb ist es wichtig, neben der Sicherung des Gerätes den eigenen Umgang mit privaten Daten zu hinterfragen.**

Ist es wirklich ausgeschlossen, dass das selbst verschickte Foto keinem anderen zugänglich gemacht wird? Gilt das auch, falls die Beziehung beendet sein sollte? Welche Daten über die eigene Person können freigegeben werden und bei welchen wäre es angenehmer zu

wissen, wer darüber wie verfügen kann und wer nicht. Wie sieht der eigene Umgang mit den Fotos oder Filmen von anderen aus, die zugesendet werden? Werden dabei die Grenzen der anderen immer geachtet und nichts ungefragt an andere versendet? Was ist die persönliche Haltung gegenüber dem Umgang mit persönlichen Daten – sowohl den eigenen als auch denen anderer?

Gerade aufgrund der Schnelligkeit, mit denen Dinge mittels moderner Medien ins Internet gelangen und der Unmöglichkeit, ihren Weg zu kontrollieren, erscheint es ratsam den eigenen Umgang mit und die eigene Haltung ihnen gegenüber zu hinterfragen.

## 6. Literatur und weiterführende Hinweise

Agentur der Europäischen Union für Grundrechte FRA 2014, Befragung in 28 Mitgliedstaaten der EU, Ergebnis für Deutschland, FRA, Europäische Agentur für Grundrechte: **Gewalt gegen Frauen, eine EU-weite Erhebung**, 2014

Antidiskriminierungsstelle des Bundes:

### **Was tun bei sexueller Belästigung am Arbeitsplatz?**

Leitfaden für Beschäftigte, Arbeitgeber und Betriebsräte, März 2016

[https://www.antidiskriminierungsstelle.de/SharedDocs/Downloads/DE/publikationen/Leitfaden\\_Was\\_tun\\_bei\\_sexueller\\_Belaestigung.pdf?\\_\\_blob=publicationFile&v=9](https://www.antidiskriminierungsstelle.de/SharedDocs/Downloads/DE/publikationen/Leitfaden_Was_tun_bei_sexueller_Belaestigung.pdf?__blob=publicationFile&v=9)

bff Bundesverband Frauenberatungsstellen und Frauennotrufe  
Fachwissen kompakt: **Sexuelle Diskriminierung, Belästigung und Gewalt in der Arbeits- und Ausbildungswelt: Recht und Realität**, Juni 2016

<https://www.frauen-gegen-gewalt.de/buch-leitfaden/bff-handbuch-sexuelle-diskriminierung-belaestigung-und-gewalt-in-der-arbeits-und-ausbildungswelt-recht-und-realitaet.html>

Broschüre „**Digitale Gewalt**“. Bundesverband Frauenberatungsstellen und Frauennotrufe (bff) in Kooperation mit dem Frauennotruf Frankfurt, Berlin. [www.frauen-gewalt.de](http://www.frauen-gewalt.de)

Broschüre: **Sicher mit dem Smartphone**, Tipps für den Schutz von Handy und Privatshpäre, bff, Bundesverband Frauenberatungsstelle und Frauennotrufe

DGB Bundesvorstand in Kooperation mit SowiTra-Institut für sozialwissenschaftlichen Tranfer: **Sexualisierte Belästigung am Arbeitsplatz verhindern!** Ein Handlungsleitfaden für betriebliche Interessenvertretungen, November 2016

[http://www.sowitra.de/belaestigung\\_verhindern/](http://www.sowitra.de/belaestigung_verhindern/)

## **Impressum**

Herausgeber:

Beratungsstelle gegen sexualisierte Gewalt Bonn

Wilhelmstr. 27 53111 Bonn

Tel.: 0228/635524 · Fax: 0228/697805

info@beratung-bonn.de · www.beratung-bonn.de

Telefonische Sprechzeiten:

Mo 11-12 Uhr, Di-Fr 10-12 Uhr, Mi 18-20 Uhr

Persönliche Beratungstermine nach telefonischer Absprache.

Redaktion: Conny Schulte, Heike Fröhlich, Kornelia Kirf

Gestaltung/Satz: Eins 64 GbR

Umschlagbild: Anke Voßhenrich

Mit freundlicher  
Unterstützung der



**Hannah**

Stiftung gegen sexuelle Gewalt

[www.hannah-stiftung.de](http://www.hannah-stiftung.de)

### **Spendenkonto**

Förderverein Frauen gegen  
sexualisierte Gewalt e.V.

IBAN:

DE03 3705 0198 0000 2502 33

BIC: COLSDE33

Sparkasse KölnBonn