

WAS IST BELÄSTIGUNG ?

Belästigung beginnt dort, wo Ihre persönlichen Grenzen überschritten werden.

Jedes Verhalten, das nicht erwünscht ist und als respektlos, beleidigend und verletzend empfunden wird, ist eine Belästigung.

Wenn der Willen eines anderen aufgedrängt wird, ist es Belästigung.

Bei jeglichem Empfinden von Unwohlsein oder Bedrohung ist es Belästigung.

Z. B. bei

- „zufälligen“, unerwünschten Berührungen
- unerwünschter Annäherung:
„zu dicht kommen“
- zeigen von Nacktfotos, anzügliche Sprüche
- lächerlich machen, abfälligen / sexistischen Bemerkungen
- obszönen Witzen oder Bemerkungen

Daraus können entstehen:
sexuelle Nötigung, Stalking,
Vergewaltigung

„ICH GLAUBE, EIN MANN
WILL VON EINER FRAU DAS GLEICHE
WIE EINE FRAU VON EINEM MANN.
RESPEKT.“

(Clint Eastwood)



FARBE BEKENNEN: NEIN SAGEN !

Viele Frauen erleben Belästigungen unterschiedlicher Art in ihrem Umfeld und sind dann unsicher, wie sie ihre Wahrnehmung einordnen und wie sie damit umgehen sollen.

War es ein dummer Scherz, ein ungeschickter Annäherungsversuch, ein unhöflicher Mensch, war der Rock wirklich zu kurz?

Klare Antwort: Kleidung oder Freundlichkeit sind keine Rechtfertigung für respektloses Verhalten! Belästigendes Verhalten ist NICHT typisch männlich, nicht unabänderlich und muss nicht hingenommen oder bagatellisiert werden!

WAS SICH FÜR SIE UNANGENEHM ODER FALSCH ANFÜHLT, IST FALSCH!

Es kann jedem Mädchen und jeder Frau jederzeit passieren - im öffentlichen Raum, in der Schule, in der Ausbildung, an der Universität, bei der Arbeit, in Bussen und Bahnen, unterwegs, in der Familie, beim Chatten im Internet.

Meistens geht es darum, Machtverhältnisse zu demonstrieren, diese auszunutzen und/oder Angst zu machen.

Belästigung ist nicht in Ordnung!
Daher finden Sie in diesem Flyer Strategien und Informationen, wie Sie sich verhalten können.
Übrigens, sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz ist laut dem Allgemeinen Gleichbehandlungsgesetz gesetzlich verboten.

Herausgeberin: Stadt Bad Schwartau
Gleichstellungsstelle
Markt 15
23611 Bad Schwartau

Gestaltung & Druck: WS Werbeservice GmbH



NEIN!!

NEIN ist ein vollständiger Satz, der nicht mit einer Rechtfertigung oder einer Entschuldigung ergänzt werden muss.



WAS KÖNNEN BETROFFENE TUN ?

Wer sich gegen Belästigungen wehrt, fürchtet oft, als humorlos, empfindlich oder prüde abgestempelt zu werden.

Aber:

WAS ALS ÜBERGRIFF EMPFUNDEN WIRD, IST EINER!

Es verhält sich nur einer falsch: derjenige, der übergriffig ist!

Trauen Sie Ihrer Wahrnehmung, auch und gerade, wenn Sie erstmal völlig sprachlos und wie erstarrt sind.

Mögliche Strategien können Sie lernen und entwickeln:

Selbstbewusstes und selbstsicheres Auftreten ist ein wirksamer Schutz vor Belästigungen.

Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungskurse wie z. B. Wingtsun helfen, eigene Stärken zu entwickeln, Gefahren zu vermeiden, Abwehr zu trainieren.

Suchen Sie sich Unterstützung im privaten und / oder beruflichen Umfeld oder gehen Sie zu Beratungsstellen.

Sagen und zeigen Sie laut und deutlich, dass Sie das gezeigte Verhalten nicht akzeptieren.

Dokumentieren Sie fortlaufende Belästigung.

Gehen Sie zur Polizei.

KONKRETE TIPPS ZUM UMGANG

Frauen sind unterschiedlich, Situationen sind unterschiedlich und genauso gibt es verschiedene Möglichkeiten zu reagieren. Belästigungen zu ignorieren ist erfahrungsgemäß keine erfolgreiche Gegenstrategie. Im Gegenteil - sie wird leider oft als Zustimmung gewertet. Hier finden Sie einige Vorschläge, was Sie tun könnten:

- **Möglichst sofort reagieren und klarstellen:**
„Das will ich nicht! Das geht zu weit!“
- **Folgende Sätze können hilfreich sein:**
„Hören Sie auf mich anzustarren.“
„Stellen Sie sich mal vor, so etwas sagt jemand zu Ihrer Mutter/Oma/Tochter/Frau Freundin.“
„Sie berühren meine Schulter. Ich möchte das nicht, nehmen Sie Ihre Hand weg.“
„Das ist nicht lustig, das ist beleidigend. Lass' es.“
- **Deutlich abgrenzen:**
„Hören Sie sofort damit auf!“
„Lassen Sie das!“
„Finger weg, sofort!“
„Verzieh' dich, aber dalli!“
„Fass mich nicht an!“
- **Körperlich wehren**
- **Andere Anwesende** (z. B. Passierende, Busfahrer/innen, Taxifahrer/innen) **ansprechen**, in Geschäfte gehen und um Hilfe bitten, bei anderen Menschen klingeln, Freunde um Hilfe bitten, Polizei rufen

Wenn Sie selbst Zeugin einer Belästigung werden: Seien Sie solidarisch, beziehen Sie Stellung, helfen Sie.

SIE SIND NICHT ALLEIN!

HIER ERHALTEN SIE HILFE:

Bei den folgenden Beratungsstellen und Anlaufpunkten erhalten Sie kostenlos Unterstützung. Sie können sich darauf verlassen, dass alle Gespräche vertraulich behandelt werden. Es werden keinerlei Schritte eingeleitet, die Sie nicht möchten.

Bundesweites kostenloses 24-Stunden-Hilfetelefon

T: 08000 116016 anonym möglich
kostenlose, barrierefreie Online-Beratung
www.hilfetelefon.de

Kinder und Jugendtelefon kostenlos

T: 0800 1110333
www.nummergegenkummer.de
www.save-me-online.de

Notruf Ostholstein - www.frauennotruf-oh.de

Eutin: Plöner Str. 39, 23701 Eutin
T: 04521 73043
M: frauennotruf-oh@t-online.de
Neustadt: Linaustr. 14, 23730 Neustadt i.H.
T: 04561 9197

Frauennotruf Lübeck

www.frauennotruf-luebeck.de
Musterbahn 3 · 23552 Lübeck
T: 0451 704640

BIFF Beratung für Frauen und Mädchen

Mühlenbrücke 17 · 23552 Lübeck
T: 0451 7060202
M: info@biff-luebeck.de · www.biff-luebeck.de

Gleichstellungsbeauftragte

der Stadt Bad Schwartau · Tanja Gorodiski

T: 0451 20002150
M: tanja.gorodiski@bad-schwartau.de

Polizei 110

Polizeidienststelle Bad Schwartau
T: 0451 220750

www.frauen-gegen-gewalt.de
www.mut-gegen-gewalt.de
www.antidiskriminierungsstelle.de