



Tipps für die Wildnis

bei sexueller Belästigung





Inhaltsverzeichnis

1. Vorwort
2. Was ist sexuelle Belästigung?
3. Wer wird belästigt?
4. Warum fällt es schwer zu reagieren?
5. Handlungstipps
6. Wie handeln, wenn eine Freundin sich mir anvertraut?
7. Wie handeln, wenn ich Zeugin werde?
8. Besondere Bereiche sexueller Belästigung:
 - 8.1 Stalking
 - 8.2 Sexting
 - 8.3 Sexuelle Belästigung in der Therapie
 - 8.4 Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz
 - 8.5 Sexuelle Belästigung an der Universität/Hochschule
9. Fazit
10. Wohin wenden? Wer kann helfen?



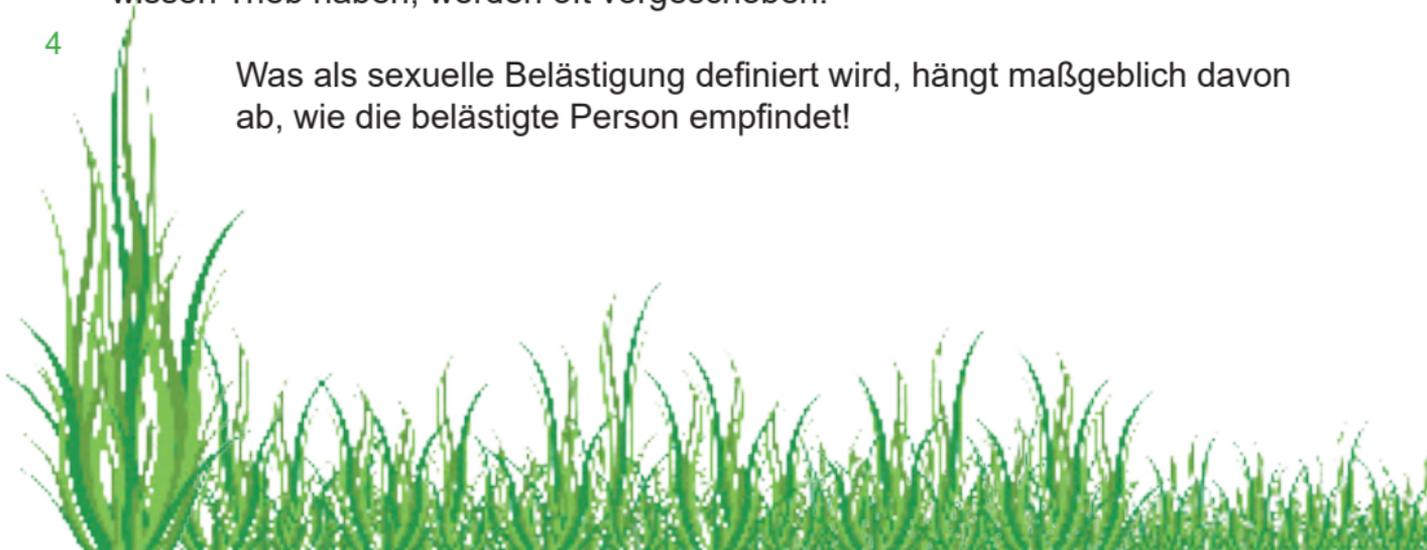
1. Vorwort

Sexuelle Belästigung begegnet uns häufig im Alltag. Mal bemerken wir es kaum, mal kommt es uns vor, als wären wir von einer Wildnis voller anzüglicher Blicke, Pfiffe, anmachender Sprüche, 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 haben, werden oft vorgeschoben.

4

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



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 Frauenberatungsstelle oder an einen Frauennotruf und nehmen Sie unter Umständen anwaltliche Unterstützung in Anspruch.

Wichtige Adressen und Telefonnummern finden Sie am Ende der Broschüre.

2. Was ist sexuelle Belästigung?

Bei sexueller Belästigung handelt es sich um jedes sexuell motivierte 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

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.

7



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



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.

8

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! Vom kleinen Mädchen, über die junge Frau oder die gestandene Karrierefrau bis hin zur Seniorin können alle betroffen sein.

Höchstwahrscheinlich sind wir alle in der einen oder anderen Form schon mal damit konfrontiert worden und potentiell gefährdet, erneut ungewollt sexuell belästigt zu werden.

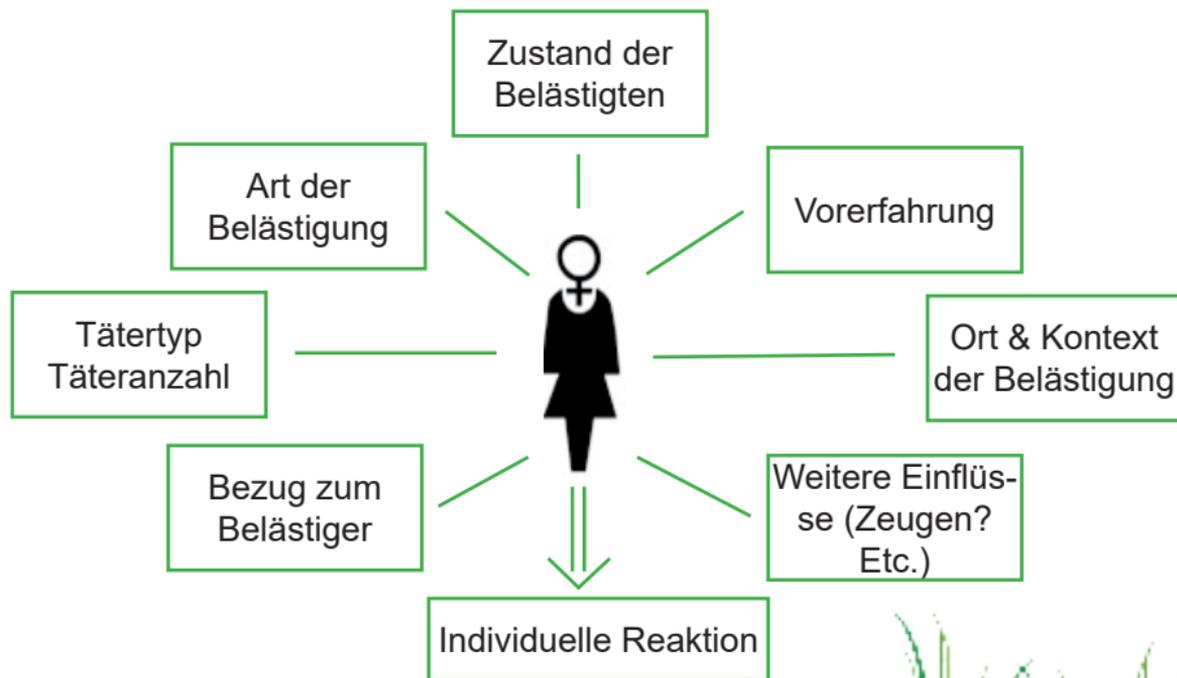
Dennoch wird sexuelle Belästigung meist nicht von der Allgemeinheit als gesellschaftliches Problem wahr- und ernstgenommen:

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.

(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.)

4. Warum fällt es schwer zu reagieren?

10



Wie in Kapitel 2 deutlich geworden ist, kann sexuelle Belästigung in den unterschiedlichsten Formen und Zusammenhängen stattfinden, die auch darüber bestimmen, inwieweit jede Betroffene versuchen kann, sich zur Wehr zu setzen.

Ist der Belästiger uns fremd oder ein Bekannter? 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 angespannt 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 starr sein
- An sich selbst zweifeln
- Unsicherheit „ob es denn so schlimm war“
- Beklommenheit
- Angst

12 sind normal, nehmen jedoch die Fähigkeit zu handeln.



Nehmen Sie sich und Ihre Gefühle ernst!
Akzeptieren Sie, dass Sie sich so fühlen und so reagieren oder
reagiert haben, wie Sie es taten. Nutzen Sie das als Information, um
Strategien für erneute mögliche sexuelle Belästigungen zu überlegen.

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.

 Nehmen Sie an einem Selbstverteidigungskurs teil, z.B.: WENDO (einer Verteidigungsform, speziell für Frauen, für die Sie keine speziellen Voraussetzungen benötigen.)

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



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



Wenn Sie per SMS, WhatsApp, Soziale Medien, E-Mail oder Brief belästigt werden, lesen Sie sich die Texte nicht durch, aber bewahren Sie sie auf (Notfalls einen Screenshot machen, auf den Computer verbannen und Nachrichten löschen).

14



Falls Sie noch Empfindungen oder Gedanken von vergangener sexueller Belästigung mit sich herum tragen, können Sie sich an eine Freundin oder Frauenberatungsstelle wenden.



Lassen Sie es sich gut gehen: Genießen Sie die positiven Dinge im Leben, auch die Kleinen.



In der Tabelle 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 eingestellt werden.

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 – i.d.R. greifen Leute ein, wenn man sie direkt dazu auffordert.



	Ignorieren/Rückzug	Diskutieren
Anzügliche Blicke	Wegschauen Sich wegsetzen	„Sie schauen ständig hierher, das ist sehr unangenehm. Würden Sie das bitte unterlassen?!“
Obszöne Sprüche	Weghören Den Ort verlassen	„Was soll denn das? Stellen Sie sich vor, jemand beleidigt so Ihre Mutter – was würden Sie da sagen?“
Ungewollte Berührungen	Schweigen Den Ort verlassen	„Ich mag es nicht, wenn Sie den Arm um mich legen, Sie überschreiten hier meine Grenze! Sympathie können Sie auch ohne Berührung ausdrücken.“
Verfolgung	Sie gehen einfach Ihren Weg/Ihrer Tätigkeit nach oder versuchen den Mann abzuhängen	„Hallo! Das ist sehr unangenehm, dass Sie mir folgen, was soll das? Wenn Sie Interesse an mir haben, dann sprechen Sie mich direkt an.“
Angriffe	Falls Sie nicht fliehen können oder niemand in der Nähe ist, dann könnten Sie durch Reden mit dem Angreifer versuchen, etwas mehr Kontrolle über die Situation wieder zu erlangen oder auch ein brutales Vorgehen einzudämmen.	

Konfrontieren/Abgrenzen	Hilfe holen
„Sie starren mich an – das nervt! Hören Sie auf damit!“	Bekannte oder Anwesende um Unterstützung bitten
„Unverschämt! Hören Sie auf damit!“	Bekannte oder Anwesende um Unterstützung bitten
„Nehmen Sie sofort Ihre Hand da weg!“ Oder sagen Sie laut und demonstrativ: „Wem gehört denn diese Hand auf meinem Bein?“	Sagen Sie einer vertrauten Person, dass Ihnen jemand zu nahe kommt oder weisen Sie Anwesende auf die Bedrängung hin
„Sie folgen mir schon seit einer Viertelstunde, ich bekomme das genau mit! Wenn Sie nicht sofort damit aufhören, wende ich mich an die nächste Polizeidienststelle!“	Andere Passanten auf den Verfolger aufmerksam machen und um Hilfe bitten, die Polizei rufen, ein Taxi anhalten, an einem Haus klingeln etc.
Sich mit Schreien, Treten und Schlagen zur Wehr setzen	„Feuer!“ rufen (darauf reagieren Leute schneller als auf „Hilfe“), versuchen, das nächste Auto anzuhalten oder das nächste Haus zu erreichen und Sturm klingeln

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 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:

18

Nachteile:

- Weiter mit dem Geschehenen auseinander setzen müssen
- Geschehenes oft erzählen müssen (Polizei, Gericht, Anwalt*in etc.)
- Täter wieder begegnen

Vorteile:

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

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

Wenn Sie bemerken, dass eine Frau in Ihrer Umgebung belästigt wird oder eine Betroffene sich Ihnen anvertraut, dann sollten Sie auf folgende Dinge achten:



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.



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 frau tut, sie keine Verantwortung für die Übergriffe trägt.



Ermutigen Sie die Betroffene sich Hilfe zu holen.



Vermeiden Sie Ausbrüche von Wut und Empörung bei schwerwiegenden Fällen:

Auch wenn es sich ausschließlich gegen den Belästiger wendet.

Bspw.: „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.

Bspw.: „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 Person liegt.



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



7. Wie handeln, wenn ich Zeugin werde?

-  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.
-  Bringen Sie sich nicht selbst in Gefahr!
Rufen Sie die Polizei.
-  Wenn die Belästigungssituation vorüber ist:
Fragen Sie die Betroffene, wie es ihr geht und ob Sie etwas für sie tun können.
-  Falls Ihr Hilfsangebot empört abgelehnt werden sollte:
Lassen Sie sich durch eine Ablehnung nicht entmutigen, weiter Zivilcourage zu zeigen.

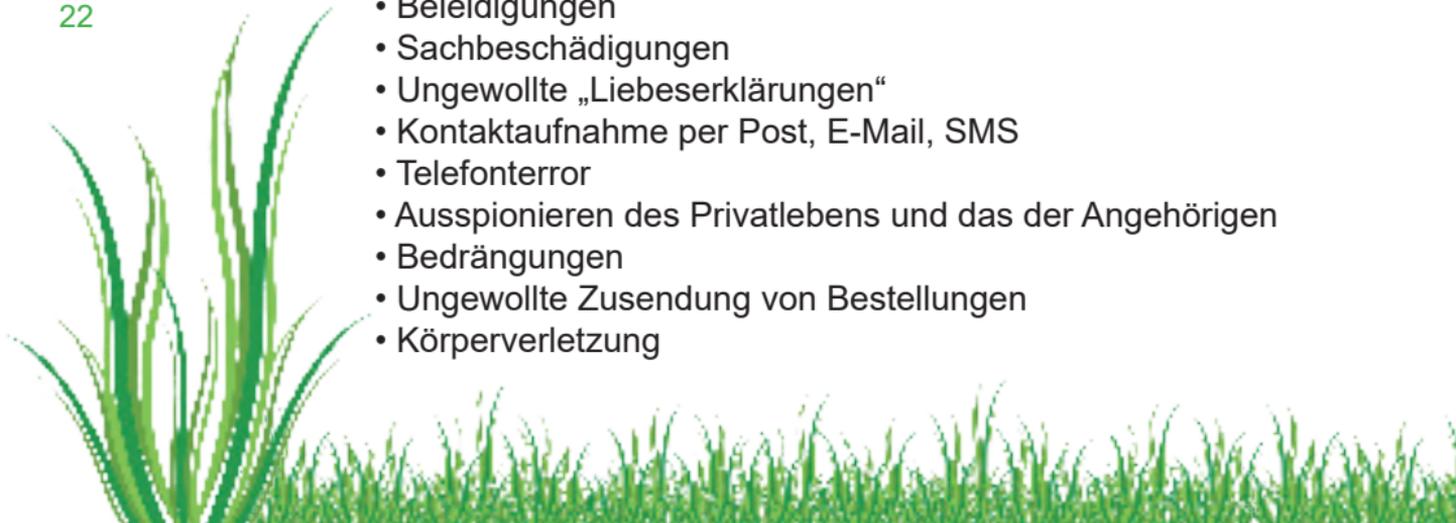
8. Besondere Bereiche der sexuellen Belästigung

8.1 Stalking

Stalking (engl. für anpirschen) 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 Post, E-Mail, SMS
- 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. In jedem zweiten Fall handelt es sich 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 (z.B.: Anzeigen wegen Beleidigung oder Nötigung, Unterlassungsklagen und Näherungsverbote auf der Basis des Gewaltschutzgesetzes).

23

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

 **Reagieren Sie nicht!** Gerade dann, wenn Sie den Täter aus einer früheren Beziehung kennen und sich vielleicht verpflichtet fühlen, weil der Täter bspw. 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 was vorgefallen ist mit Angabe des Datums, des Ortes und eventuellen ZeugnInnen: Bewahren Sie Briefe und E-Mails auf, machen Sie andere auf den Belästiger aufmerksam.



Atteste einholen! Lassen Sie sich von ihrem Arzt psychosomatische Auffälligkeiten 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 von sich selbst über verschiedene moderne Medien.

Was nach einem privaten, erotischen Austausch klingt, kann durch die Möglichkeit der modernen 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.

Bei den Jugendlichen ist Sexting leider sehr verbreitet, einhergehend mit Gruppendruck, oder der Angst, die frische, junge Liebe könnte zerbrechen, wenn der Wunsch nach erotischen Fotos nicht erfüllt wird.

25

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

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



-  Behalten Sie stets im Hinterkopf, dass unkontrollierbar ist, ob und wer diese Bilder von Ihnen weiter versendet oder erhält.
-  Gehen Sie Aufforderungen, anzügliche Bilder von Ihnen selbst zu machen und zu verschicken, nicht nach.
-  Blockieren Sie Kontakte, die solche Bilder von Ihnen fordern oder diese an Sie versenden.
-  Wenn ein solches Foto von Ihnen im Umlauf ist, fordern Sie alle Beteiligten auf, es zu löschen und kontrollieren Sie das.
-  Gehen Sie achtsam mit Ihren Daten im Internet um, denn was einmal im Internet öffentlich und zugänglich ist, bleibt im Internet öffentlich und zugänglich.

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 psychisch intime 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!

27

Wenn Sie den Eindruck haben, Ihr Therapeut/Arzt wahrt Ihre privaten und/oder sexuellen Grenzen nicht, dann können Sie sich in der folgenden Broschüre des Bundesministeriums für Familien, Senioren, Frauen und Jugend über die möglichen Schritte zur Gegenwehr informieren: Sexuelle Übergriffe in der Therapie www.bmfsfj.de.



8.4 Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz

Sexuelle Belästigung tritt häufig in Abhängigkeitsverhältnissen auf, wie etwa am Arbeitsplatz. Wobei nicht immer, wie gedacht, der Vorgesetzte seine Mitarbeiterinnen belästigt, sondern es können auch von anderen Kollegen, Geschäftspartnern und Kunden 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 Arbeitnehmerin und die Pflichten des Arbeitgebers.

28

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



- Aussage der Betroffenen mit Angabe von Ort, Datum und Zeit
- Briefe von dem und an den Belästiger
- Tagebucheinträge
- Zeugenaussagen
- Aussagen von Dritten über verändertes Verhalten der Betroffenen
- Eidesstattliche Erklärung bei NotarIn (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, da junge Frauen überdurchschnittlich häufig von sexueller Belästigung betroffen sind. In der internationalen Studie gaben 54,7% der deutschen befragten Studentinnen an, während der Zeit des Studiums sexuelle Belästigung erlebt zu haben.

29

Insbesondere die ausgeprägten Hierarchien und Abhängigkeitsverhältnisse an Hochschulen, in denen sich vor allem Student_innen, Doktorand_innen, Habilitand_innen und Auszubildende befinden, 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.



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 lukrativen 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.

30

Um der Tabuisierung entgegen zu wirken und Betroffene zu unterstützen gibt es sowohl an der Hochschule wie auch an der Universität Osnabrück Angebote, die unter Kapitel 10. „Wohin wenden? Wer kann helfen?“ zusammengefasst sind.

¹ www.gendercrime.eu

² <http://www.bmfsfj.de/BMFSFJ/gleichstellung,did=73018.html>

9. Fazit

Wie diese Broschüre zeigt, ist sexuelle Belästigung kein privates Einzelfallproblem, sondern ein gesellschaftliches, das jede Frau in unterschiedlichen Lebenssituationen treffen kann.

So individuell die Belästigung ist, abhängig von Massivität, Abhängigkeit und/oder Verhältnis zum Täter und sozialem Umfeld der Frau, ist auch die benötigte Unterstützung. Es ist wichtig, Betroffene nicht alleine zu lassen, sondern gemeinsam eine Strategie zu entwickeln, die das Selbstbestimmungsrecht der Betroffenen wahrt.

31



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

Frau muss die „Wildnis“ nicht alleine bezwingen, sondern kann auf ein Netz von Unterstützung zurückgreifen.

10. Wohin wenden? Wer kann helfen?

Frauenberatungsstelle Osnabrück

Tel.: 0541-803405

E-Mail: info@frauenberatung-os.de
www.frauenberatung-os.de
Spindelstraße. 41
49074 Osnabrück

32

Sprechzeiten:

Montags und donnerstags: 9 - 16 Uhr

Mittwochs: 9 - 13 Uhr

und nach Vereinbarung

Die Frauenberatungsstelle ist eine Fachstelle zu jeglicher Form von Gewalt gegen Frauen. Für weitere Informationen gehen Sie auf unsere Internetseite oder rufen Sie uns an.



FrauenNotruf Osnabrück

Tel.: 0541-8601626

Fax: 0541-82056

E-Mail: info@frauennotruf-os.de

Sprechzeiten:

Montags bis freitags: 9 - 12 Uhr

Samstags, sonntags und feiertags: 10 - 11 Uhr

Der FrauenNotruf ist ein täglich geschalteter Notruf für Frauen in Krisensituationen und zu jeder Form von Gewalt gegen Frauen.



Angebot der Universität Osnabrück

Sollten Sie von sexualisierter Gewalt betroffen sein, so ist es gut, sich Hilfe zu holen. An der Universität ist die Gleichstellungsbeauftragte Ansprechpartnerin im Fall von sexualisierter Belästigung, Diskriminierung und Gewalt und berät Betroffene.

Kontakt:

Gleichstellungsbeauftragte der Universität Osnabrück

Dr. Sabine Jösting

Tel.: 0541 969-4767

sabine.joesting@uni-osnabrueck.de

Raum: 52/507

Neuer Graben 7-9

49074 Osnabrück

Sprechstunde nach Vereinbarung



Angebot der Hochschule Osnabrück

An der Hochschule Osnabrück steht die Gleichstellungsbeauftragte Bettina Charlotte Belker für alle Anfragen rund um das Thema sexuelle Belästigung und Gewalt zur Verfügung: Tel. 0541-969 2955 und b.c.belker@hs-osnabrueck.de.

Darüber hinaus gibt es ein unabhängiges „Beratungsangebot bei sexueller Belästigung und Gewalt“ für alle Studierenden und alle Beschäftigten der Hochschule. Eine Mitarbeiterin der Frauenberatungsstelle Osnabrück steht an der Hochschule gerne zur Verfügung*:

35

Tel.: 0173-961 9298 und

Mail: hilfe-bei-belaestigung@hs-osnabrueck.de

www.gleichstellungsbuero.hs-osnabrueck.de/belaestigung.html

Sprechstunde nach Vereinbarung

*Männer können auf Wunsch auch von Männern beraten werden.



Weitere Adressen und Telefonnummern

- **Bundesweites Hilfetelefon gegen Gewalt an Frauen**

08000116016

24h erreichbar

- **Der weiße Ring**

Bundesweite Hilfsorganisation für Kriminalitätsoffer und ihre Familien

www.weisser-ring.de

- **Stiftung Opferhilfe Niedersachsen**

Tel.: 0541-6008658

www.opferhilfe.niedersachsen.de

Opferhilfebüro Osnabrück

Goethering 30

49074 Osnabrück



- **Telefonseelsorge**

0800 111 0 111 oder

0800 111 0 222

gebührenfrei, anonym und vertraulich

rund um die Uhr besetzt

Ebenso sind eine Online-Beratung und ein Chatraum verfügbar:

<http://www.telefonseelsorge.de/>

- **Polizei**

Notruf 110



Impressum

Herausgegeben von der Frauenberatungsstelle Osnabrück in Kooperation mit der Hochschule und Universität Osnabrück.

Gestaltung: *Olga Barbje*

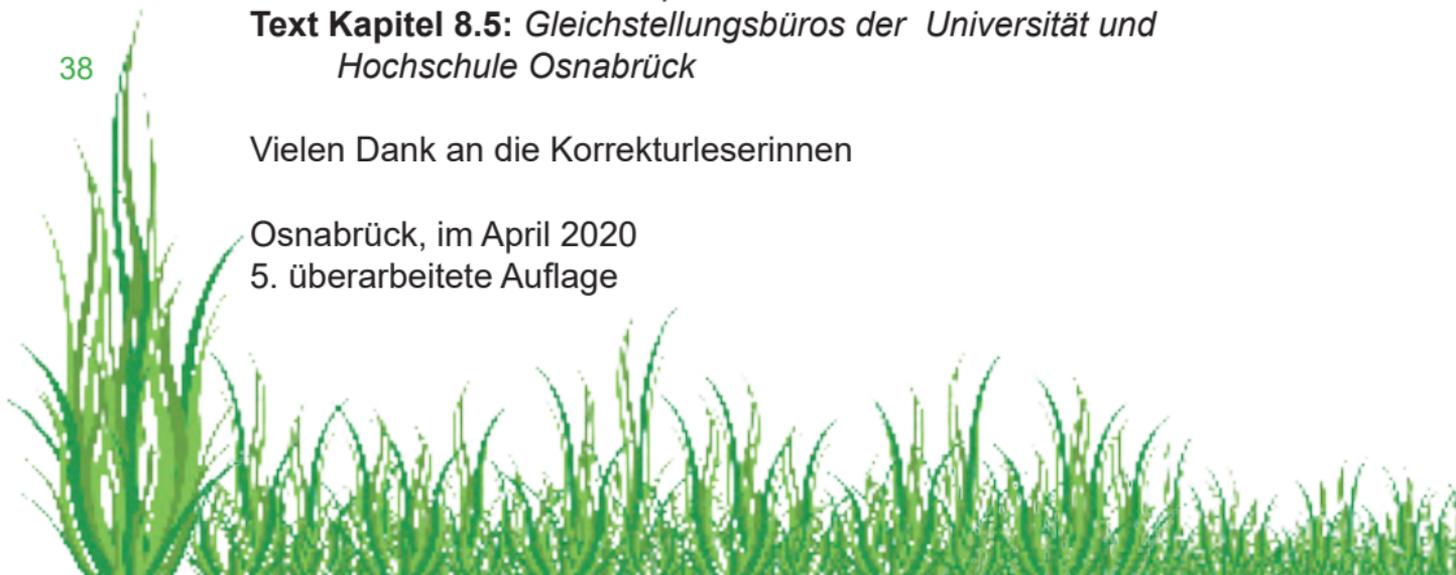
Text: *Olga Barbje, Kornelia Krieger, Sybille Singer-Wilking, Ann-Katrin Steinkamp*

Text Kapitel 8.5: *Gleichstellungsbüros der Universität und Hochschule Osnabrück*

38

Vielen Dank an die Korrekturleserinnen

Osnabrück, im April 2020
5. überarbeitete Auflage



Kontakt

Frauenberatungsstelle Osnabrück
Spindelstraße 41
49074 Osnabrück

info@frauenberatung-os.de

0541-803405



Neue Wege – ohne Gewalt!
FRAUENBERATUNGSSTELLE
OSNABRÜCK



Hochschule Osnabrück
University of Applied Sciences

