



SONICHT!



# «SHTOP, SOFORT!»

Sexuelle Belästigung: Was Sie als Schülerin oder Schüler oder als Lernende oder Lernender im Lehrbetrieb dazu wissen sollten, wie Sie sich dagegen wehren können und wer Ihnen dabei weiterhilft.

# «CHUM JETZ!»

## EINBILDUNG ODER BELÄSTIGUNG?

«Du bildest dir doch nur etwas ein» oder «sei doch nicht so empfindlich». Das sagen alle, die genau wissen, dass sie einen oder mehrere Schritte zu weit gegangen sind. Aber auch Kolleginnen oder Kollegen können so reagieren, wenn Sie sie ins Vertrauen ziehen.

Sich zu wehren, kann sehr schwierig sein. Besonders wenn Sie in einem Abhängigkeitsverhältnis oder in einer untergeordneten Position sind. Aber auch unter Kollegen oder Kolleginnen ist es nicht einfach.

Diese Information zeigt auf, was sexuelle Belästigung ist, was Sie dagegen tun können und wer Ihnen dabei weiterhilft.





# «HOPPLA!»

## WAS IST SEXUELLE BELÄSTIGUNG?

### **Sexuelle Belästigung kann sein:**

- sexistische Sprache, Sprüche und Witze
- anzügliche, blossstellende Bemerkungen über das Äussere, über sexuelles Verhalten oder über die sexuelle Orientierung von Frauen und Männern
- aufdringliche, taxierende und herabwürdigende Blicke und Gesten
- Vorzeigen, Aufhängen und Versenden (z.B. per Email oder SMS) von sexistischem oder pornografischem Material
- unerwünschte Einladungen mit eindeutiger Absicht
- «zufällige», unerwünschte Körperkontakte
- nachstellen in der Schule, im Betrieb oder in der Freizeit
- Annäherungsversuche mit Versprechen von Vorteilen und Androhung von Nachteilen.

### **Und im schlimmsten Fall**

- sexuelle und körperliche Übergriffe bis hin zur Vergewaltigung.

Sexuelle Belästigung beginnt da, wo verbale oder nonverbale Abwehrsignale nicht ernst genommen und die persönlichen, individuellen Grenzen des Gegenübers missachtet werden.

Die Erziehungsdirektion duldet keine sexistische Umgangssprache an ihren Schulen. Sprechen Sie die Person, die sich sexistisch äussert, an und sagen Sie ihr, dass ihre Ausdrucksweise Ihnen Mühe bereitet. Suchen Sie Gleichgesinnte und wenden Sie sich an Ihre Klassenlehrerin oder Ihren Klassenlehrer oder an die Schulleitung. Sie müssen die nötigen Gegenmassnahmen ergreifen.



# «SCHTOP!»

## SEXUELLE BELÄSTIGUNG IST VERBOTEN!

Sexuelle Belästigung ist gesetzlich verboten. Egal ob Ihr Arbeitskollege, eine Mitschülerin, eine Lehrkraft, Ihre Chefin oder ein Kunde Sie belästigen. Als Lernende oder Lernender, als Schülerin oder Schüler braucht es Mut, Grenzen zu setzen und eine «Respektperson» wie den Chef oder die Lehrkraft wegen sexueller Belästigung zu beschuldigen.

Bringen Sie diesen Mut auf! Denn sexuelle Belästigung ist nicht erlaubt, und das Gesetz wird Sie in jedem Fall schützen.

Die Folgen können schwerwiegend sein. Was die belästigenden Personen gerne verharmlosen, kann für Sie schwerwiegende Folgen haben. Sie suchen die Schuld bei sich selbst, Sie machen sich Selbstvorwürfe und werten Ihre Erlebnisse als persönliche Niederlagen. Im schlimmsten Fall können Sie die Achtung vor sich selbst verlieren und in Depressionen verfallen.

Sexuelle Übergriffe können Sie auch in Ihrer Entwicklung hemmen. Sie können sich nicht mehr auf die eigentliche Arbeit und das Lernen konzentrieren. So brechen viele Betroffene lieber ihre Ausbildung ab, als sich weiterhin den Erniedrigungen auszusetzen. Den wahren Grund für ihren Abgang geben sie dabei selten bekannt. Lassen Sie es lieber nicht so weit kommen!



# «SO NID!»

## ANGRIFF IST DIE BESTE VERTEIDIGUNG

Ein sofortiger Gegenangriff und ein klares Nein erzielen häufig die beste Wirkung. Sich wehren und auf Angriff schalten ist eine Strategie. Wenn Ihnen diese nicht gelingt, suchen Sie Unterstützung, und suchen Sie sie schnell.

Der Arbeitgeber und die Schulleitung müssen Sie vor solchen Belästigungen schützen. Wenden Sie sich an eine Person Ihres Vertrauens, wenn Sie sich die ersten Schritte nicht alleine zutrauen. Gehen Sie zur Ansprechperson für sexuelle Belästigung in Ihrem Betrieb oder zur Beratungsstelle in der Schule.

Sprechen Sie mit Ihren Freundinnen und Freunden, Ihren Eltern, der Lehrkraft Ihres Vertrauens: Ihr Problem wird bestimmt ernst genommen.

Aber den ersten Schritt müssen Sie alleine tun.



# «INFO» - WO SIE HILFE FINDEN

Hier bekommen Sie fachliche und rechtliche Unterstützung. Die Beratungen sind kostenlos – nutzen Sie sie, lieber einmal zu viel als einmal zu wenig.

## **Erziehungsdirektion des Kantons Bern Mittelschul- und Berufsbildungsamt**

Kasernenstrasse 27  
3000 Bern 22  
Tel. 031 633 87 00  
mba@erz.be.ch  
www.erz.be.ch

## **Kantonale Fachstelle für die Gleichstellung von Frauen und Männern**

Postgasse 68  
3000 Bern 8  
Tel. 031 633 75 77  
info.fgs@sta.be.ch  
www.be.ch/gleichstellung

## **Kantonale Schlichtungskommission gegen Diskriminierungen im Erwerbsleben**

Postgasse 68  
3000 Bern 8  
Tel. 031 633 75 11  
info.skde@sta.be.ch  
www.be.ch/schlichtungskommission

### **Links:**

www.dbk.ch (Merkblatt)  
www.sexuellebelaestigung.ch  
www.erz.be.ch/site/fb-sonicht.pdf

## **Beratungsstelle Opferhilfe**

Mühlemattstrasse 53  
3007 Bern  
Tel. 031 372 30 35  
beratungsstelle@opferhilfe-bern.ch  
www.opferhilfe-bern.ch

## **Service d'Aide aux victimes**

Rue de l'Argent 4  
2500 Bienne  
Tel. 032 323 83 03  
sav@centrelavi-bienne.ch  
www.centrelavi-bienne.ch

## **Nur Für Frauen:**

### **LANTANA**

## **Fachstelle für Opferhilfe bei sexueller Gewalt**

Aarbergergasse 36  
3011 Bern  
Tel. 031 313 14 00  
beratung@lantana.ch  
www.lantana.ch

### **VISTA Fachstelle**

## **Opferhilfe bei häuslicher und sexueller Gewalt**

Scheibenstrasse 3  
3600 Thun  
Tel. 033 223 07 90  
bs.thun@freesurf.ch  
www.vista-thun.ch

Beachten Sie auch das Einlageblatt Ihrer Schule!



SO NICHT!