

STABSSTELLE  
GLEICHSTELLUNG

# Nein zu sexualisierter Belästigung!

---

WAS SIE TUN KÖNNEN UND  
WO SIE HILFE BEKOMMEN

# Übergriffiges Verhalten fängt nicht erst bei körperlicher Gewalt an.

---

Kommentare, Gesten und körperliche Berührungen, die unerwünscht, einseitig, grenzüberschreitend oder abwertend sind, sind kein Flirten, sondern sexualisierte Belästigung und Diskriminierung.

# Vertrauen Sie Ihrem Bauchgefühl.

---

Wenn sich etwas unangemessen anfühlt, dann ist es unangemessen. Auch wenn Sie in der Situation sprachlos sind - Unterstützung können Sie sich jederzeit holen.

# Nicht wegschauen - eingreifen!

---

Wenn Sie etwas Übergriffiges beobachten, greifen Sie ein. Achten Sie darauf, dass Sie bei sich bleiben und die betroffene Person nicht bevormunden.

**HOCHSCHULE FÜR ANGEWANDTE  
WISSENSCHAFTEN HAMBURG**  
(HAW Hamburg)  
Stabsstelle Gleichstellung  
Berliner Tor 5, 20099 Hamburg

## **HAW-HAMBURG.DE/ GLEICHSTELLUNG**

---

**In Notfällen wenden  
Sie sich 24/7 an das  
bundesweite Hilfe-  
telefon 0800 116 016.  
Weitere Beratungs-  
stellen finden  
Sie auf unserer  
Webseite.**

---

**Sie sind nicht  
allein! Holen Sie  
sich Hilfe bei  
Belästigung und  
Diskriminierung.**

**HOCHSCHULE FÜR ANGEWANDTE  
WISSENSCHAFTEN HAMBURG**  
Hamburg University of Applied Sciences

---

# Was Sie tun können, wenn Sie belästigt werden.

---

## STOPP SAGEN

Machen Sie deutlich, dass eine Grenze überschritten wird.  
„Das lasse ich mir nicht gefallen! Stopp! So nicht!“

## LAUT WERDEN

Sprechen Sie aus, was gerade passiert ist, dann bekommen es andere Menschen mit und können helfen.  
„Mein Privatleben geht Sie überhaupt nichts an!“  
„Das ist mir viel zu nah! Gehen Sie bitte weiter weg!“

## HILFE ANFRAGEN

Wenn Sie nicht alleine agieren wollen, fragen Sie Personen in der Nähe.  
„Diese Person belästigt mich, können Sie mir helfen?“

---

**Die Antidiskriminierungsrichtlinie der HAW Hamburg verbietet sexualisierte Belästigung und Diskriminierung. Sie können dagegen Beschwerde einlegen!**

---

**Holen Sie sich jederzeit Beratung und Unterstützung bei den Vertrauenspersonen bei sexualisierter Belästigung und Gewalt.**

# Was Sie tun können, wenn Sie eine Belästigung beobachten.

---

## **NACHFRAGEN**

Fragen Sie die betroffene Person, ob sie Hilfe benötigt.  
„Ich habe gesehen, dass die Person vor mir Sie ungefragt an den Po gefasst hat. Kann ich Sie irgendwie unterstützen?“

## **HILFE ANFRAGEN**

Fragen Sie eine umstehende Person um Hilfe, wenn Sie sich selbst nicht wohl fühlen, einzugreifen.

## **STELLUNG BEZIEHEN**

Benennen Sie das belästigende Verhalten als unangemessen.  
Sprechen Sie nur aus Ihrer Perspektive.  
„Ich finde diesen Spruch übergriffig. Lassen Sie das!“

## **ABLENKUNG**

Lenken Sie die Aufmerksamkeit in eine andere Richtung.  
Das gibt der Person die Möglichkeit aus der Situation zurück zu treten und mit Ihnen weiterzureden.  
„Hallo, wissen Sie, wo es hier einen Geldautomaten gibt?“

## **NACHSORGE**

Bleiben Sie bei der betroffenen Person solange sie es sich wünscht. Bieten Sie an, sie zu einer Beratungsstelle zu begleiten und geben Sie ihr Ihre Kontaktdaten als Zeug\*in.

# Sie sind belästigt worden? Sie haben etwas beobachtet?

Die Vertrauenspersonen bei sexualisierter Belästigung und Gewalt unterstützen (vertraulich, parteilich und auf Wunsch anonym) in allen Anliegen, auch bei Beschwerden. Sie können Schutz und Interventionen veranlassen und vermitteln bei Bedarf Kontakte zu juristischer und psychologischer Beratung.

**Alle Vertrauenspersonen  
mit Kontaktdaten finden  
Sie hier:**



[HAW-HAMBURG.DE/HOCHSCHULE/  
HOCHSCHULEINHEITEN/  
GLEICHSTELLUNG/  
ANSPRECHPERSONEN/](https://www.haw-hamburg.de/hochschule/hochschuleinheiten/gleichstellung/ansprechpersonen/)

**Viele weitere Infos zu Hilfe  
bei sexualisierter Belästi-  
gung, Diskriminierung und  
Gewalt finden Sie hier:**



[HAW-HAMBURG.DE/  
HILFE-BEI-SEXUALISIERTER-  
BELAESTIGUNG](https://www.haw-hamburg.de/hilfe-bei-sexualisierter-belaestigung/)

**Sie erreichen  
uns auch über  
MS Teams.  
Sprechen  
Sie uns an!**

**Auch alle  
Gleichstellungs-  
beauftragten sind  
ansprechbar!**