

## 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 Hilfeteléfono 08000 116 016. Weitere Beratungsstellen 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

 **HAW  
HAMBURG**

STABSSTELLE  
GLEICHSTELLUNG

# Nein zu sexualisierter Belästigung!

**WAS SIE TUN KÖNNEN UND  
WO SIE HILFE BEKOMMEN**

## 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

Blieben 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 Belästigung, 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 Gleichstellungsbeauftragten sind ansprechbar!**