

Ist das, was ich tue oder getan habe sexuelle Belästigung? (Leitfaden für mögliche Täter*innen zur Einordnung des eigenen Verhaltens)

Wann sollte ich diesen Leitfaden lesen?

- Prinzipiell ist es für jede Person* wichtig über sexuelle Belästigung, speziell hinsichtlich einer diesbezüglichen Selbstreflexion informiert zu sein, denn **man kann auch vollkommen unbewusst Täter*in werden.**
- Hier sollen Denkanstöße angeboten werden, um auf Hinweise dieser Art zu reagieren und das eigene Verhalten in spezifischen Situationen, sowie im Generellen zu hinterfragen

Wie kann ich reagieren, wenn jemand kommuniziert, dass er, sie, * durch mich belästigt wurde?

- Am allerwichtigsten ist es jetzt nicht in die Defensive zu gehen, sondern diese Aussage vollständig ernst zu nehmen. Es ist sehr unangenehm als Täter*in in einem solchen Zusammenhang angesprochen zu werden, sodass eine Neigung zu heftiger Zurückweisung naheliegt. Bedenke aber, dass die wenige Information und Aufklärung über sexuelle Belästigung und viele Narrative, Stigmata, etc., die sich darum ranken ein strukturelles Problem unserer Gesellschaft sind, zu dessen Bearbeitung du jetzt beitragen kannst.
- Reagiere nicht sofort. Sortiere erst einmal deine Gefühle bezüglich dieser Aussage. Reagiere nicht aus Verletzung, Wut oder Kränkung. Es kostet Betroffene* viel Mut und Energie ihr Erlebnis als solches zu thematisieren. Erbringt sie diesen Aufwand für dich, ist das eine große Geste von Respekt und Fairness. Nimm es als solche an, auch wenn die Aussage dir wehtut.
- Informiere dich über sexuelle Belästigung. Man hat hier leicht die Neigung davon auszugehen, dass in dieser Sache ja ohnehin alles Interpretation sei oder in andere stigmatisierende Fettnäpfen rund um das Thema zu treten. Oft hilft es da schon zunächst einmal nach dem ersten Gefühlswall die Definition von sexueller Belästigung des Bundesministeriums zu lesen. Lerne aus der Situation. Versuch die Aussage nicht als Anschuldigung, sondern als Feedback und Chance für Wachstum zu verstehen.
- Entschuldige dich. Nimm die Aussage ernst und entschuldige dich für dein Verhalten.

Wie kann ich wissen, ob ich Täter*in geworden bin?

- Der Schlüssel nicht Täter*in zu werden liegt in sichergestellter Einvernehmlichkeit. Hinterfrage kritisch, wie sensibel du für Reaktionen deines Gegenübers warst. Hättest du eine durch dich verursachte Unannehmlichkeit erst bemerkt, wenn die Person* sie verbalisiert hätte oder erkennst du das bereits davor und achtest aktiv darauf? Letzteres ist sehr wichtig und ist der Punkt, an dem viele Personen* auch

unabsichtlich Täter*innen werden.

- Rede mit anderen Personen*. Du kannst mit der betreffenden Person* ins Gespräch kommen und dich im Freundeskreis möglichst breit dazu austauschen: Es hilft ein großes Arsenal an Informationen und Geschichten darüber zu haben, wann und wodurch Leute sich schon belästigt wurden. Es gibt diesbezüglich auch Itemlisten im Internet. So kannst du ganz konkret überlegen, was davon du vielleicht schon mal getan hast in einem Kontext, wo du nicht zuvor Einvernehmlichkeit sichergestellt hast (denn diese ist ausschlaggebend).

Was kann ich tun?

- Bilde dich über deine Möglichkeiten, Einvernehmlichkeit herzustellen und mögliche und wirkliche Grenzüberschreitungen möglichst eigenständig und schnell zu erkennen.
- Entschuldige dich bei der betroffenen Person* und frage, wenn du möchtest, ob eine gemeinsame Aufarbeitung oder Analyse der Thematik insgesamt oder einzelner Situationen infrage kommt.
- Sei sensibel. Erwarte nicht, dass dein Gegenüber* dir sofort verzeiht oder keinerlei Wut zeigt, etc. Sei verständnisvoll, wenn die betreffenden Person* zunächst Abstand nehmen möchte und biete das auch aktiv an.
- Oft wird sexuelle Belästigung nicht direkt als solche angesprochen und steht vielleicht eher als eine seltsame Stimmung im Raum oder es werden Anspielungen gemacht, etc. Das kann sehr irritierend sein. In so einem Fall ist es vor allem wichtig, das eigene Verhalten zu reflektieren und je nach Situation auch anzusprechen (so ließe sich sagen man habe den Eindruck es stehe etwas im Raum und hätte eine Vermutung o.ä)
- Auch Beratungsangebote der Gleichstellungsbüros oder der psychosozialen Beratungsstellen der Uni (oder auch solche außerhalb der Uni) können sinnvoll sein aufzusuchen. Solche Beratungen können bei der Einschätzung des eigenen Verhaltens und auch dem Umgang mit einer Tat und/oder der Situation danach sinnvoll sein.

Wie kann ich Grenzüberschreitungen meinerseits verhindern?

- Informiere dich über das Konzept der Belästigung und vor allem über unbewusste Belästigung und Vergewaltigung, sowie über internalisierten Sexismus insgesamt. So kannst du Denkmuster aufdecken, die Gefahr laufen dich zur Täter*in zu machen.
- Schaffe konkrete Möglichkeiten, wie du in Zukunft Einvernehmlichkeit sicherstellen kannst.
 - Bspw. Fragen oder genauere Beobachtung der Körpersprache deine Gegenübers*