

Sexistische, queerfeindliche oder sexuelle Belästigung beobachtet?

So zeigen Sie Zivilcourage!

Zivilcouragiertes Handeln ist wirksam gegen Belästigungen im öffentlichen Raum. Sie bieten dadurch der betroffenen Person Hilfe an und zeigen der Tatperson, dass Belästigungen nicht geduldet werden. Haben Sie eine Belästigung beobachtet und waren nicht sicher, wie reagieren? Zivilcourage braucht Mut, kann aber gelernt werden. Dieses Merkblatt bietet Ihnen praktische Tipps.

Hinschauen

Hinschauen und Verantwortung übernehmen sind die Basis für Zivilcourage.

Gerade wenn viele Menschen eine Belästigung beobachten, kann es sein, dass niemand der betroffenen Person hilft. Dieses Phänomen nennt sich Bystander-Effekt. Die Beobachter*innen denken sich z.B.: «Es hilft sicher jemand anderes» oder «Die anderen haben es auch gesehen und handeln nicht, deshalb ist es wohl nicht so schlimm». Seien Sie mutig und übernehmen Sie Verantwortung. Wenn eine Person aktiv wird, sind meistens auch weitere Zuschauer*innen bereit zu helfen.

Einschätzen

- Könnte die Situation gefährlich für Sie werden? Achten Sie auf Ihre Grenzen und holen Sie bei Bedarf Hilfe oder rufen Sie die Polizei (Telefon: 117).
- Sind Sie sich unsicher, ob es sich um eine Belästigung handelt? Fragen Sie die betroffene Person: «Ich habe beobachtet, dass Ich habe mich gefragt, ob dies für Sie unangenehm ist?»

Handeln!

Betroffene Person unterstützen:

- Stellen Sie Blickkontakt her.
- Sprechen Sie die betroffene Person an: «Ich habe gesehen, was passiert ist. Ich finde das nicht okay.»
- Auch Ablenkung kann die Situation entschärfen. Sie können z.B. vortäuschen, dass sie die betroffene Person kennen: «Kennen wir uns nicht aus dem Italienischkurs?» Oder fragen Sie etwas Alltägliches: «Pardon, welche Uhrzeit ist?»
- Fragen Sie nach den Bedürfnissen: «Wie geht es Ihnen? Was brauchen Sie jetzt?»
- Bieten Sie an, gemeinsam die Situation zu verlassen und die betroffene Person an einen sicheren Ort zu begleiten.
- Informieren Sie sie über Beratungsangebote (www.bern.ch/bernschauthin).
- Dokumentieren Sie den Vorfall (Datum, Zeit, Ort, Autonummer, Zugstrecke, Beschrieb Tatperson etc.) und geben Sie Ihre Kontaktangaben, um bei Bedarf als Zeug*in auszusagen.



Unterstützung holen:

- Sprechen Sie Personen in der Nähe direkt an: «Hey, Sie mit der roten Jacke, können Sie uns bitte helfen?»
- Rufen Sie Personen, die an dem Ort arbeiten: z.B. Sicherheitspersonal, Clubmitarbeitende, Busfahrer*in.
- Rufen Sie im Zweifelsfall die Polizei (Telefon: 117).

Belästigende Person ansprechen:

- Bleiben Sie ruhig und sachlich. Siezen Sie.
- Beziehen Sie klar Stellung: «Ich habe gehört, was Sie gerade gesagt haben. Das ist nicht okay.»
- Fassen Sie die belästigende Person nicht an. Dies kann provozieren und die Aggression verstärken.
- Achten Sie darauf, dass die belästigende Person räumlich nicht eingeeengt wird und die Situation verlassen kann.

Sie konnten in der Situation nicht reagieren?

- Belästigungen können bei Beobachter*innen Sprachlosigkeit und Ohnmacht auslösen. Sie können auch noch nach dem Vorfall unterstützen.
- Gehen Sie auf die betroffene Person zu. Sagen Sie, dass Sie den Vorfall nicht okay fanden, und fragen Sie, wie es ihr geht und ob sie Unterstützung braucht.
- Falls Sie die belästigende Person kennen: Sprechen Sie im Nachhinein mit ihr. Benennen Sie den konkreten Vorfall und beziehen Sie klar Stellung: «Was du da gesagt hast, war verletzend. Ich finde das nicht okay.» Manchmal können Fragen hilfreich sein: «Was denkst du, löste dein Verhalten bei der betroffenen Person aus?» «Was wolltest du damit bewirken?»

Informationen zu Kursangeboten finden Sie auf der Webseite von «Bern schaut hin»:

