

# ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ СЕКСУАЛИЗИРОВАННЫХ ДОМОГАТЕЛЬСТВАХ, ДИСКРИМИНАЦИИ И НАСИЛИИ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ?

ИНФОРМАЦИЯ  
И ПОМОЩЬ

**bff:**  make it work!



Bundesverband Frauenberatungsstellen  
und Frauennotrufe  
Frauen gegen Gewalt e.V.

Petersburgerstr. 94, 10247 Berlin  
info@bv-bff.de  
makeitwork@bv-bff.de  
www.frauen-gegen-gewalt.de

При финансовой поддержке:



Федеральное министерство  
по вопросам семьи, пожилых людей,  
женщин и молодежи

**Вы подвергаетесь сексуализированным домогательствам на рабочем месте со стороны коллег, начальства, клиентов/-ок, покупателей/-ниц или других лиц?**

Вы испытываете неуверенность, раздражение, досаду, стыд и не знаете, что делать?

Вы не одиноки в своих переживаниях. Сексуализированные домогательства и насилие на работе, к сожалению, все еще часто являются частью повседневной трудовой жизни. По данным исследований, как минимум каждая четвертая женщина в течение своей трудовой жизни сталкивается с домогательствами на работе.

Многие страдают молча, перенося преследования и нападения без поддержки со стороны коллег или начальства.

### **ЧТО ВАЖНО ЗНАТЬ:**



- Вы ни в чем не виноваты.
- У вас есть права на рабочем месте.
- Вы можете защитить себя от домогательства на рабочем месте.
- Вы можете получить подде

В этой брошюре содержится информация о ваших правах на работе, о том, что вы можете сделать, чтобы защитить себя, и где вы можете найти помощь.

# ЧТО ТАКОЕ ДОМОГАТЕЛЬСТВА НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ?

*Вы не уверены, является ли поведение по отношению к вам сексуализированным домогательством?*

Ваша неуверенность вполне объяснима: сексуализированные домогательства и дискриминация на рабочем месте — это эмоционально заряженные, постыдные и табуированные темы. Поэтому пострадавшим особенно трудно говорить об этом.

Поначалу они кажутся случайными и часто начинаются задолго до физического домогательства. Некоторые посягательства совершаются словами, другие — взглядами или жестами, двусмысленными намеками, некоторые — откровенно являются сексуализированными действиями.

**Это могут быть, например, такие ситуации:**

- Вы постоянно слышите сексистские шутки.
- Коллеги, клиенты/-ки, начальство неадекватно комментируют вашу внешность и тело.
- На вас бросают намекающие взгляды
- Коллега, проходя мимо, как бы случайно задевает вас за ягодицы или грудь.

## **ПРИ ЛЮБЫХ ДОМОГАТЕЛЬСТВАХ ВАЖНО:**



- Ваши ощущения имеют решающее значение!
- Если у вас есть чувство, что ваши границы были нарушены или поведение по отношению к вам было неадекватным, то ваше ощущение верно.
- В домогательстве нет вашей вины!

- Ваш начальник или начальница слишком близко подходит к вам физически или вербально во время разговора.
- На вашем рабочем месте висят сексистские картинки.
- Вас просят делать то, чего вы не хотите, например: "Сядь ко мне на колени!", "Сделай мне массаж!".
- В случае отказа на приглашения (сексуального характера) начальник или начальница угрожает вам служебными неприятностями.
- Вам обещают карьерный рост, если вы вступите в сексуальные отношения на работе.

---

### Кто подвержен сексуальным домогательствам на работе?

Сексуальные домогательства, дискриминация и насилие на работе **могут коснуться любую** сотрудницу или сотрудника, независимо от внешности, поведения, возраста, происхождения, семейного положения или профессиональной позиции.

---

### Кто может домогаться на работе?

Домогаться могут начальники, коллеги, клиенты, деловые партнеры или другие лица, с которыми вам приходится сталкиваться в повседневной работе. **Исследования показывают, что в подавляющем большинстве случаев домогательствами занимаются мужчины.**

**Женщины\*, транс\* люди, лесбиянки, геи, квинные и бисексуальные персоны, люди с ограниченными возможностями, а также персоны\*, сталкивающиеся с расизмом, подвергаются особому риску сексуализированных домогательств и насилия на работе.**

# ПОСЛЕДСТВИЯ СЕКСУАЛИЗИРОВАННЫХ ДОМОГАТЕЛЬСТВ ДЛЯ ПОСТРАДАВШИХ

Сексуализированное домогательство на рабочем месте может иметь самые разные и серьезные последствия. Пострадавшая или пострадавший может оказаться в сложной ситуации и испытать высокий уровень стресса. Продолжающееся насилие и дискриминация могут угрожать вашему здоровью и профессиональному будущему.

---

## Социальные последствия

Вы можете начать чувствовать себя неуверенно, бессильно и беспомощно во всех сферах жизни. Домогательства могут повлиять на вашу самооценку и отразиться на уверенности в себе. Вы можете почувствовать необходимость все больше и больше замыкаться в себе. Переживания могут повлиять на вашу личную жизнь, например, на ваши отношения, и привести к конфликту.

---

## Последствия для здоровья

Вы можете столкнуться с психологическим напряжением и стрессом. Вы можете заболеть или начать

плохо себя чувствовать, вы также можете начать испытывать психические расстройства. Например, у вас могут участиться головные боли, несварение желудка, вы можете начать плохо спать, стать забывчивее, тревожнее или пугливее, чем до инцидента. Качество жизни может значительно снизиться.

---

## Профессиональные последствия

Инцидент может продолжать беспокоить вас снова и снова, и в вас поднимается страх его повторения. Как следствие, вы можете быть не столь продуктивны, как раньше. Вы можете начать избегать того, кто вас домогался/-лась, чтобы защитить себя, что может затруднить некоторые рабочие процессы. Возможно, вы думаете о переводе на другую работу или уже подали заявление об уходе. Все это может привести к окончанию вашей карьеры, финансовым трудностям или ухудшению материального положения.

# У ВАС ЕСТЬ ПРАВА — У РАБОТОДАТЕЛЕЙ ЕСТЬ ОБЯЗАННОСТИ!

**Домогательства на рабочем месте запрещены законом. Как пострадавшая/-ий, вы имеете право на защиту и на противодействие сексуальным домогательствам на рабочем месте.**

## Что важно знать:

- Общий закон о равном обращении (AGG) запрещает сексуальные домогательства на рабочем месте. Ваше право на свободное от насилия рабочее место закреплено в AGG.
- В случае некоторых насильственных действий сексуального характера могут применяться дополнительные уголовно-правовые аспекты.

Важно, чтобы вы знали свои права на работе. В то же время вы должны знать: Официальные процедуры рассмотрения жалоб и судебные разбирательства могут быть трудными и стрессовыми для пострадавших. Возможно, вам будет полезно обратиться за эмоциональной и профессиональной поддержкой в консультационный центр, а при необходимости — к специализированному юристу.

## Важнейшие правовые положения:

### Общий закон о равном обращении (AGG)

Общий закон о равном обращении запрещает сексуализированные домогательства на рабочем месте. AGG устанавливает четкие обязательства для работодателей и работодательниц и права для работников и работниц. В AGG сексуальные домогательства, насилие и дискриминация объединены под термином «сексуальные домогательства на рабочем месте». Закон определяет сексуальные домогательства как вербальные, невербальные и физические посягательства, а также ссылается на субъективные ощущения подвергающегося домогательствам лица, а не только на намерения домогающегося.

**В соответствии с AGG работодатели и работодатели обязаны...:**

§ ... Создать официальную комиссию по рассмотрению жалоб, в которой должно быть назначено контактное лицо для конфиденциального первичного консультирования пострадавших.

§ ... Поддерживать жертв сексуальных домогательств и пресекать преследования.

§ ... Защищать сотрудников и сотрудниц от сексуальных домогательств и предотвращать дискриминационное поведение на рабочем месте.

§ ... в случае сексуального домогательства принять эффективные меры в отношении обвиняемого лица, вплоть до перевода или увольнения, чтобы положить конец домогательствам.

§ ... обеспечить, чтобы пострадавшее лицо не было поставлено в ущемленное положение при осуществлении своих прав.

**Согласно AGG, работники и работницы, помимо прочего, имеют право..:**

§ ... обратиться с жалобой к своим работодателям. Они в свою очередь обязаны расследовать жалобу и прекратить домогательства.

§ ... при определенных условиях, а в лучшем случае только после консультации с юристом, не выходить на работу и продолжать получать заработную плату.

§ ... предъявлять требования о возмещении ущерба, причиненного сексуальным домогательством, которые могут также включать, например, расходы на лечение, которые возникли или возникнут в результате сексуального домогательства. Следует, однако, отметить, что эти требования должны быть предъявлены (или рассмотрены в отношении расходов, которые еще предстоит понести) в течение двух месяцев с момента домогательства.

**AGG содержит дополнительные правовые возможности и требования, но применить их можно только против работодателей, а не против помогающего лица. Поэтому имеет смысл обратиться за консультацией по трудовому праву, чтобы выяснить, какие возможности есть в вашей ситуации.**





## УГОЛОВНОЕ ПРАВО

Сексуализированное домогательство на рабочем месте при определенных обстоятельствах также может быть квалифицировано как уголовное преступление.

К ним относятся преступления, связанные с оскорблением, нанесением телесных повреждений, stalking, принуждением и преследованием. Особое значение имеют преступления против сексуального самоопределения, такие как сексуальное нападение, сексуальное принуждение, изнасилование (согласно статье 177 Уголовного кодекса) и сексуальное домогательство (согласно статье 184i Уголовного кодекса).

Уголовные обвинения предъявляются непосредственно виновному или виновной. Уголовное преследование не зависит от процедуры рассмотрения жалоб в самой компании или судебного разбирательства по трудовым спорам с работодателями.

### ВАЖНО ЗНАТЬ:

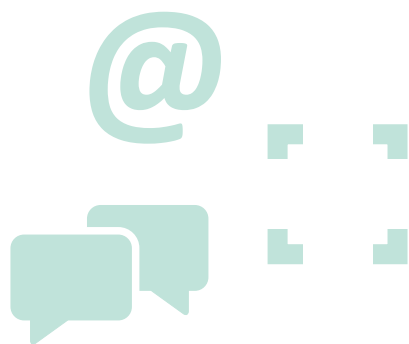
**Вы не обязаны подавать заявление о возбуждении уголовного дела, если не хотите этого. Если же вы думаете об этом, то всегда целесообразно обратиться за профессиональной консультацией, чтобы обезопасить себя и получить первоначальную информацию об уголовном судопроизводстве.**

**Однако следует иметь в виду, что некоторые уголовные преступления возбуждаются только по заявлению - оно должно быть подано в течение трех месяцев с момента совершения преступления.**



# ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ПОДВЕР- ГИСЬ СЕКСУАЛЬНЫМ ДОМОГА- ТЕЛЬСТВАМ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ?

- Отнеситесь к своим чувствам серьезно и обратите внимание на то, что вы чувствуете и как вы отнеслись к случившемуся: Чувствуете ли вы себя неловко? Чувствуете ли вы, что ваши границы были нарушены? Доверяйте своим чувствам, у вас есть веские причины для этого, и не нужно оправдываться!
- Полезно поговорить о пережитом с близкими людьми, которым вы доверяете, о том, что вы пережили. Так вы сможете получить поддержку и испытать облегчение.
- Если есть возможность, дайте понять домогающемуся человеку, что вы не потерпите его/ее домогательств. Вы можете сделать это и после инцидента. При необходимости возьмите с собой надежного свидетеля или свидетельницу для поддержки.
- Документируйте инциденты. Эти заметки могут быть использованы в случае судебного разбирательства а также могут использоваться в качестве улики. При необходимости сохраняйте электронные письма, истории чатов, фотографии и другие документы в защищенном месте.
- Узнайте, есть ли в вашей компании/учреждении контактное лицо для конфиденциального консультирования, к которому вы могли бы обратиться. Это лицо может дать вам поддерживающий совет, не обязательно прибегая к последствиям, предусмотренным трудовым законодательством, в отношении преследующего вас лица.



- Вы можете воспользоваться своим правом на жалобу. Таким образом, работодатели смогут принять меры по вашей защите. **Внимание: конфиденциальность на такие случаи не распространяется!** Поэтому перед подачей жалобы лучше всего узнать точную процедуру и форму подачи жалобы, чтобы подготовиться к этому процессу. В этом случае консультационные центры являются местом для вашего первого обращения где вас поддержат в принятии решения. **Здесь действует принцип конфиденциальности.**
- Для того чтобы рассмотреть возможность судебного разбирательства, имеет смысл обратиться к специализированному юристу. Заранее выясните, какие расходы вам придется понести и какую финансовую поддержку вы можете получить.
- Обратитесь в консультационный центр по месту жительства. Там вы получите поддержку и информацию о своих правах. Консультанты и консультантки будут сопровождать вас в этом процессе и помогут вам прояснить ситуацию и оценить ваши правовые возможности.

# КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ?

Если вы сталкивались или сталкиваетесь с сексуализированными домогательствами, дискриминацией и/или насилием на работе, вы можете получить профессиональную и конфиденциальную поддержку в консультационном центре. Сотрудники центра будут на вашей стороне и подскажут, как справиться с ситуацией. Ничто не произойдет против вашей воли.

Не бойтесь обратиться в консультационный центр, если у вас есть вопросы или вы нуждаетесь в поддержке.

*На сайте **bff** Вы можете найти адреса консультационных центров и дополнительную информацию.*

[\*\*www.frauen-gegen-gewalt.de\*\*](http://www.frauen-gegen-gewalt.de)

**ЗДЕСЬ ВЫ МОЖЕТЕ НАЙТИ ПОДДЕРЖКУ РЯДОМ С ВАМИ:**