Grenzüberschreitung – Was tun bei sexueller Belästigung

Liebe Polarity Therapeutin, lieber Polarity Therapeut

In Deiner Arbeit begleitest Du Menschen mit Achtsamkeit, Respekt und Hingabe. Doch was, wenn ein ehemaliger Klient oder eine ehemalige Klientin dieses Vertrauen missbraucht und Dich mit übergriffigem Verhalten konfrontiert – etwa mit sexuellen Anspielungen oder unangemessenen Nachrichten?

Solche Situationen können sehr belastend sein – emotional, psychisch und auch körperlich. Vielleicht fragst Du Dich: **Darf ich mich wehren, ohne meine Schweigepflicht zu verletzen?**

Unsere klare Antwort: **Ja, Du darfst. Und Du sollst Dich schützen.**

Dein Recht auf Schutz

Als Therapeut*in bist Du zur Verschwiegenheit über alle Inhalte aus Deiner Behandlung verpflichtet – auch nach Abschluss der Therapie. Aber: **Wenn Du persönlich bedroht oder belästigt wirst, betrifft das nicht Deine Schweigepflicht.**

Du darfst in solchen Fällen die nötigen Schritte unternehmen – bis hin zur Anzeige bei der Polizei.

Was das Gesetz sagt

Sexuelle Belästigung ist in der Schweiz in **Artikel 198 des Strafgesetzbuches (StGB)** geregelt. Es handelt sich um eine strafbare Handlung gegen Deine sexuelle Selbstbestimmung.

Diese kann sein:

- körperlich (z. B. aufdringliche Berührungen),
- verbal (z. B. grobe sexuelle Anspielungen in Wort oder Schrift),
- digital (z. B. ungewollt zugesendete pornografische Inhalte).

Wichtig: Es handelt sich um ein sogenanntes *Antragsdelikt*. Das heisst, **die Polizei wird nur tätig, wenn Du selbst Anzeige erstattest**.

Was Du konkret tun kannst – ohne Deine Schweigepflicht zu verletzen

- **Dokumentiere alles:** Bewahre Nachrichten auf, mache Screenshots, notiere Dir Vorfälle mit Datum und Uhrzeit.
- **Sprich es aus:** Du darfst die Polizei informieren. Du musst dabei keine vertraulichen Therapieinhalte preisgeben – es reicht, dass Du Dich auf das Verhalten als Privatperson beziehst.
- **Hol Dir Unterstützung:** Sprich mit einer Kollegin, einem Kollegen oder melde Dich beim Polarity Verband Schweiz.
- **Und wenn’s dringend ist:** Bei akuter Bedrohung wähle direkt die Notrufnummer 117.

Unsere Empfehlungen für Dich

1. **Setze klare Grenzen:** Formuliere deutlich, dass Du keinen weiteren Kontakt wünschst.
2. **Bleibe nicht allein:** Du musst das nicht alleine durchstehen – wir sind für Dich da.
3. **Vertraue Deinem Gefühl:** Wenn Dir etwas nicht richtig erscheint, nimm es ernst.
4. **Wahre Deine Professionalität:** Gib keine sensiblen Informationen weiter – aber zeige Haltung und handle zu Deinem Schutz.

Du bist nicht allein

Als Polarity Verband Schweiz möchten wir Dir Mut machen, Deine Grenzen zu schützen – genauso, wie Du es auch für Deine Klient*innen tust. Dein Wohlbefinden, Deine Sicherheit und Deine Integrität stehen an erster Stelle.

Melde Dich bei uns, wenn Du Unterstützung brauchst. Wir hören Dir zu.

Herzlich
Dein Polarity Verband Schweiz