NO MEANS NO!

NEIN HEIßT NEIN!

deutsch

Leider kommt es oft dazu, dass Menschen blöd angemacht, von oben bis unten abgecheckt oder auch mal einfach angefasst werden - und das, obwohl sie es vielleicht nicht wollen. Selten fragen Leute, ob es okay wäre, bevor sie etwas tun. Wenn dies doch mal passiert, wird ein Nein nicht immer als Nein akzeptiert. Genau das ist ein Teil der sexistischen Diskriminierung und Gewalt, der insbesondere Frauen* jeden Tag ausgesetzt sind. Dem möchten wir entgegenwirken, denn es geht auch anders!

Frage nach, bevor du etwas mit oder an einer anderen Person machst!
"Nein" – heißt Nein!
„Ich weiß nicht..." – heißt Nein!
"Verpiss dich!" – heißt Nein!
Stille kann genauso Nein heißen!
Nur "Ja" heißt Ja!

Wenn du das Gefühl hast, dass andere Menschen belästigt werden
misch dich ein! Frage die eventuell belästigte Person, ob und wie du helfen kannst. Falls nötig, bitte weitere Menschen um Hilfe.

Wenn du um Unterstützung gebeten wirst
hinterfrage nicht die individuelle Wahrnehmung der betroffenen Person. Ob eine Grenze überschritten wurde, kann nur sie selbst wissen. Versuche für sie da zu sein und ihr zu helfen.

NEIN HEIßT NEIN!
NUR JA HEIßT JA!

e*vibes for an emancipatory practice
Alternatives Zentrum Conni
DRESDEN stura

www.evibes.org

Kein Mensch darf irgendwas mit dir machen, was du nicht willst!
Dein Körper gehört dir! Du solltest selbst entscheiden können, was mit dir passiert. Wer dir nahe kommen darf und wer nicht. Niemand hat das Recht, gegen deinen Willen etwas mit dir zu tun oder dich zu etwas, das du nicht machen möchtest, zu überreden.

Wenn du dich in einer Situation unwohl fühlst
höre auf dein Gefühl! Äußere dein Unwohlsein. Nimm Abstand, geh wenn möglich aus der Situation raus und überleg dir, ob du das, was passiert, auch wirklich willst.

Wenn eine deiner Grenzen überschritten wurde
versuche dich zu wehren!
Du kannst zum Beispiel auf deine Situation aufmerksam machen und andere um Hilfe bitten.

Es ist nicht deine Schuld!
Egal was, wann, wie lang und mit wem – egal ob du dich wehrst oder auch nicht: Wenn deine Grenze von jemandem überschritten wird, ist das nicht deine Schuld!

*Obwohl wir Geschlechterkategorien als Konstruktion erkennen ist die Zweigeschlechtlichkeit mitsamt ihren „natürlichen" Zuschreibungen eine gesellschaftliche Realität, mit der wir immer wieder konfrontiert sind. Aus diesem Grund verwenden wir zwar die Bezeichnung „Frauen", markieren dies jedoch mit einem Stern.