



AWARENESS, SCHUTZ UND VERANTWORTUNG IN DER PHYSIOTHERAPIE

Grenzverletzungen und sexualisierte Gewalt

Marlene Huber ist Physiotherapeutin und arbeitet in einer Praxis in Bern. Seit einigen Wochen hat sie einen neuen Patienten, Johann Meier (beide Namen sind erfunden). Johann ist etwa im gleichen Alter wie Marlene und hat nun schon ein paar Mal gesagt, dass er nach der Therapie noch nichts vorhabe und gerne noch etwas mit Marlene unternehmen würde. Bis jetzt hat Marlene immer gelacht und gewitzelt, sie müsse die Übung wohl schwerer machen, wenn er noch reden könne. Heute möchte Marlene einen Triggerpunkt im Bereich des M. trapezius in ihrem Physiozimmer behandeln und bittet Johann, sein T-Shirt auszuziehen, damit sie den Muskel mit Dry Needling behandeln kann. Johann sagt: «jetzt würde ich aber auch gerne sehen, wie du unter dem T-Shirt aussiehst.» Marlene ist verärgert

und fühlt sich schlecht. Sie fragt sich, ob sie vielleicht zu spät klare Grenzen gesetzt hat. In der Mittagspause schildert sie den Fall. Es entsteht sofort ein reger Austausch über diese und ähnliche Situationen. Marlene wird bewusst, dass sie mit diesem Thema nicht allein ist. Und dass sie nichts falsch gemacht hat. Gestärkt durch das Gespräch wendet sie sich an ihren Chef. Dieser schildert Marlene, welche nächsten Schritte er unternehmen würde, falls sie einverstanden ist. Nach ihrem Einverständnis kontaktiert er den Patienten und spricht ihn auf sein grenzüberschreitendes Verhalten an.

Situationen, in denen im beruflichen Kontext eine Grenze überschritten wird, erlebt mehr als die Hälfte aller Menschen – Frauen sind mit 58.8%

häufiger betroffen als Männer mit 45.9% [1]. Grenzüberschreitungen können Gefühle wie Wut, Selbstzweifel und Scham hinterlassen. Sie sind schädlich für die körperliche und psychische Gesundheit.

In diesem Artikel werden die Begriffe Grenzverletzungen und sexualisierte Gewalt eingeführt und definiert. Ausserdem sollen Wege aufgezeigt werden, die gegangen werden können, wenn man Opfer von Grenzverletzungen oder sexualisierter Gewalt wird. Es ist wichtig, dass wir uns bewusst sind, dass wir als Physiotherapeut:innen in einem Umfeld arbeiten, das durch seine körperliche Nähe ein erhöhtes Risiko für Grenzüberschreitungen bietet – als Täter:in und als Opfer.

Einige Dinge vorab: Von Grenzverletzungen und sexualisierter Gewalt sind fast immer weiblich gelesene Personen betroffen. Und fast immer sind Männer die Täter [2]. Oft gibt es dabei eine sogenannte Spirale der Eskalation: Grenzverletzungen sind häufig der Start und können sich weiterdrehen bis zu sexualisierter Gewalt. Täter:innen testen durch Grenzverletzungen das potenzielle Opfer sexualisierter Gewalt [3],[4].

Das Zweite, was als gesichert gilt, ist, dass Opfern zu glauben ist. Es kommt sehr selten vor, dass Opfer falsche Aussagen machen und andere Personen fälschlicherweise einer Tat beschuldigen. Als Beispiel: In dieser Studie wurden 136 Fälle in einem Zeitraum von zehn Jahren untersucht. Nur 5.9% dieser untersuchten Fälle stellten sich als falsche Behauptungen heraus[5]. Und als dritten Punkt ist es wichtig aufzuzeigen, dass nur 5-15% der stattgefundenen Vergewaltigungen angezeigt werden. Ein Grund hierfür ist sicher die ernüchternde Verurteilungsquote der Täter:in. 2012 wurden nur 8.4% der angezeigten Personen verurteilt und somit als Täter:innen überführt [6]. Und als letzter Punkt: Die Täter:innen stammen häufig aus dem Umfeld der Betroffenen, sie sind sich somit bekannt.

Grenzverletzung

Grenzverletzungen bezeichnen Handlungen, die die persönliche, körperliche, psychische oder emotionale Integrität eines Menschen beeinträchtigen, ohne zwingend strafrechtlich relevant zu sein. Die wichtige Unterscheidung zur sexualisierten Gewalt: Grenzverletzungen können unabsichtlich passieren. Zum Beispiel eine freundschaftliche Berührung am Arm, dass dem Gegenüber zu nahe ist. Grenzverletzungen finden häufig aus Unachtsamkeit, fehlender Sensibilität, Machtgefälle oder unklar geregelter Nähe-Distanz-Gestaltung statt [7],[8]. Doch wie oben erwähnt, geschehen

Grenzverletzungen auch in klarer Absicht, nämlich dann, wenn Täter:innen ihre potenziellen Opfer testen, wie sie auf Grenzverletzungen reagieren.

Es werden verschiedene Formen der Grenzverletzung unterschieden. Hier jeweils mit einem Beispiel der physiotherapeutischen Behandlung erklärt:

- körperliche Grenzverletzungen (z.B. berührungsintensive Techniken ohne ausreichende Erklärung)
- psychische oder emotionale Grenzverletzungen (z. B. abwertende Kommentare zur Haltung oder zum Körperbild)
- sexualisierte Grenzverletzungen (z.B. eine Berührung wird länger aufrechterhalten als therapeutisch notwendig)
- strukturelle Grenzverletzungen (z.B. fehlende Rückzugsmöglichkeiten beim Umziehen)

Die im Beispiel oben erwähnten Aussagen von Johann Meier sind Grenzverletzungen. Ob diese unabsichtlich oder absichtlich stattfinden, das weiss nur Johann selbst. Sicher ist, sein mehrmaliges Nachfragen nach einem Date, obwohl Marlene dies ablehnt oder nicht darauf eingeht, ist eine emotionale Grenzverletzung.

Weitere Beispiele von Grenzverletzungen sind unangebrachte Aussagen über das Aussehen einer anderen Person oder sexistische Witze in einem Meeting. Jede Person hat unterschiedliche Grenzen, die es nicht zu überschreiten gilt. Wir können unsere Kolleg:innen unterstützen, indem wir sie fragen, wenn wir grenzüberschreitendes Verhalten vermuten («Ich hatte den Eindruck, dass du dich unwohl gefühlt hast.») oder direkt einschreiten, wenn wir eine klare Grenzüberschreitung wahrnehmen und die betroffene Person unser Einschreiten wünscht. Dabei ist es wichtig, die betroffene Person nicht zu entmündigen. Es ist gut, sich Verbündete («Ally») zu

suchen oder als «Ally» zur Verfügung zu stehen. Personen, die eine Grenzverletzung durchführen, nutzen gerne Machtgefälle aus (z.B. Chef:in gegenüber Praktikant:in, Auftraggeber:in gegenüber Auftragnehmer:in, Lehrperson gegenüber Studierenden, Erwachsene gegenüber Kindern). Das Verurteilen durch das Umfeld des Opfers ist somit eine wichtige Unterstützung und auch ein klares Zeichen an den Täter:in. Durch das Zeigen der eigenen Haltung, kann man Prävention betreiben und weiteren Grenzverletzungen oder sexualisierter Gewalt vorbeugen.

Sexualisierte Gewalt

«Sexualisierte Gewalt ist, wenn eine Person ohne ihr ausdrückliches Einverständnis gezwungen wird, sexuelle Handlungen über sich ergehen zu lassen, auszuführen oder mit diesen konfrontiert wird.» [9] Sexualisierte Gewalt ist stets eine Verletzung der Menschenrechte und nach Schweizer Recht strafbar [9],[10],[11].

Der Begriff „sexualisiert“ betont, dass es nicht um Sexualität, sondern um Macht, Dominanz und Kontrolle geht.



Bildquelle Gewaltpyramide: [Schutz vor Gewalt – Frieda](#)

Häufigkeit und Orte für Belästigung

Sexualisierte Gewalt und Grenzverletzungen geschehen in der Schweiz am häufigsten auf der Strasse, im öffentlichen Verkehr, in Clubs oder Bars gefolgt vom Arbeitsplatz und der häuslichen Umgebung [12],[13]. Grenzverletzungen beinhalten unerwünschte Berührungen, Umarmungen oder

Küsse, sexuell suggestive Kommentare und Witze, einschüchterndem Anstarren, unangenehme Avancen und aufdringliche Kommentare über den eigenen Körper.

22% der befragten Personen erleben ungewollte sexuelle Handlungen, wobei die Autor:innen der Studie betonen, dass sie von einer grossen Dunkelziffer ausgehen.

Auch der Abschlussbericht des Eidgenössischen Büros für die Gleichstellung von Frau und Mann (EBG) zur sexuellen Belästigung am Arbeitsplatz in der Schweiz (2024) weist auf eine hohe Dunkelziffer hin [1]. Mehr als die Hälfte der Befragten (52%) gab an, im Arbeitsleben bereits sexistische oder sexuelle Verhaltensweisen erlebt zu haben, wobei Frauen deutlich häufiger betroffen sind als Männer. Gleichzeitig zeigen die Interviews einen zentralen Widerspruch: Trotz hoher Prävalenz wenden sich nur sehr wenige Betroffene an die Polizei oder an Beratungsstellen.

Was kann man tun?

Die Arbeitgeber:innen sind dazu verpflichtet, ihre Angestellten vor Diskriminierung zu schützen. Dafür müssen sie als Ansprechpartner:innen zur Verfügung stehen [14]. Ist dies nicht möglich oder gewünscht, zum Beispiel, weil die Führungsperson selbst involviert ist oder ein Nachteil durch die Veröffentlichung befürchtet werden muss, gibt es weitere Orte, an die sich Betroffene wenden können, wie z.B. die Folgenden (nicht abschliessend für die Schweiz):

- Opferhilfe Schweiz ([Start - Opferhilfe Schweiz](#)):
 - Hilfe und Beratung für Menschen, die physische, psychische oder sexuelle Gewalt erfahren haben
 - unter der Telefonnummer 142 erreichbar

- kostenlos und anonym
- für Betroffene, Angehörige und nahestehende Personen
- Gleichstellung verhindert Gewalt ([Gleichstellung verhindert Gewalt](#))
 - Anlaufstelle für Betroffene, Personen im Umfeld und Täter:innen, die ihr Handeln reflektieren möchten
 - kostenlos und anonym
 - Teil der nationalen Präventionskampagne gegen häusliche, sexualisierte und geschlechtsbezogene Gewalt
- Fachstelle für Gleichstellung des Kantons Bern ([Fachstelle für die Gleichstellung von Frauen und Männern \(FGS\)](#))
 - Anlaufstelle für Betroffene, die sexualisierte Gewalt im Kontext einer Anstellung erfahren haben
 - 1h kostenlose Beratung und Triage
- Am Arbeitsplatz belästigt? ([Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz | Onlineberatung | belästigt.ch](#))
 - Anlaufstelle für Betroffene, die sexualisierte Gewalt in einem beruflichen Setting erfahren haben
 - Anfragen können über die Website anonym und in verschiedenen Sprachen gestellt werden
- Opferhilfe Bern ([Opferhilfe Bern](#))
 - Anlaufstelle für Betroffene unter anderem von sexualisierter Gewalt (und anderen Straftaten)
 - telefonischer oder schriftlicher Austausch mit einer Fachperson, die der Schweigepflicht unterliegt
- Beratungsstelle Berner Hochschulen ([Beratungsstelle Berner Hochschulen – Startseite](#))
 - Für Studierende und Mitarbeitende der Berner Fachhochschule
 - Persönliche und vertrauliche Beratung und ggf. längerfristige Begleitung
- KMU konkret+ ([KMU konkret+](#))
 - für Leitungspersonen von KMU bei Fällen von sexualisierter Gewalt
 - Fallbesprechung und Beratung von bis zu 10 Stunden und Vermittlung von Fachpersonen
 - Subventionierung der Kosten (Firma zahlt nur 80 CHF pro Stunde)

- Schulung für Firmen mit bis zu 250 Mitarbeitenden
- Physioswiss Kantonalverband Bern
 - Anlaufstelle für betroffene Personen
 - Keine Beratung, jedoch Triage und Weitervermittlung an geeignete Beratungsstellen
 - Hilfe bei der Suche nach der passenden Anlaufstelle/Organisation

Die aufgeführten Anlaufstellen sind als Beispiele zu verstehen und stellen keine abschliessende Auflistung dar.

Die Empfehlungen vom Bund zur Prävention von Grenzverletzungen und sexualisierter Gewalt wurden in der nationalen Präventionskampagne gegen häusliche, sexualisierte und geschlechtsbezogene Gewalt sichtbar gemacht.

Drei Punkte werden in diesen Empfehlungen aufgeführt, wie wir alle präventiv handeln können ([Hintergründe zur Kampagne](#)):

- Indem wir das Schweigen brechen und uns Unterstützung holen, auch wenn wir noch nicht sicher sind, ob das, was wir erleben, Gewalt ist.
- Indem wir als Ausstehende Gewalt nicht tolerieren. Also immer einschreiten, auch bei einem sexistischen Witz oder einem doofen Spruch. Und dass wir Betroffenen Hilfe anbieten oder Hilfe holen.
- Und indem wir uns selbst kritisch hinterfragen, bevor unsere Worte und Handlungen andere verletzen.



Bildquelle: [Präventionskampagne](#) vom Eidgenössischen Büro für die Gleichstellung von Frau und Mann

Grenzverletzungen und sexualisierte Gewalt in der Physiotherapie

Physiotherapeut:innen arbeiten regelmässig körpernah, oft in intimen Körperregionen und in einem Abhängigkeitsverhältnis (Schmerz, Vulnerabilität, Fachautorität). Dadurch besteht ein erhöhtes Risiko für:

- unbeabsichtigte Grenzverletzungen,
- Fehlinterpretationen von Berührungen,
- strukturelle Machtmissbräuche.

In der physiotherapeutischen Arbeit besteht ein Machtgefälle zwischen Therapeut:in und Patient:in. Dieses ergibt sich aus dem medizinischen Fachwissen sowie der Abhängigkeit der Patient:innen aufgrund von Schmerzen und Unsicherheiten. Diese Asymmetrie wird durch die körperliche Nähe und das notwendige Entkleiden im Rahmen von Befund und Behandlung zusätzlich verstärkt. Es ist wichtig, dass wir genau reflektieren, ob es medizinisch wirklich notwendig ist, eine Berührung durchzuführen oder wie weit sich Patient:innen entkleiden müssen. Wenn wir es

für medizinisch indiziert halten, ist eine klare Aufklärung über die Massnahme notwendig und das Erkennen von Anzeichen für Unwohlsein wichtig. Zudem sollten wir Alternativen aufzeigen, wenn ein Unwohlsein verbal oder nonverbal geäussert wird. Auch wir als Physiotherapeut:innen können Grenzen überschreiten. Dies geschieht unbewusst oder bewusst und kann zu grossem Schaden bei Patient:innen führen. So berichtete mir einmal eine Patientin, dass sie sich bewusst nur noch Therapeutinnen aussuche, da ein Therapeut wiederholt suggestiv sexuelle Äusserungen bezüglich ihres Körpers machte. Dies war für sie so unangenehm, dass sie daraus den oben genannten Schluss zog.

Ein wichtiger Begriff ist die Awareness (Bewusstsein). Dieser bedeutet, dass man sich ständig darüber reflektieren und bewusst sein sollte, welches Machtgefälle besteht. Dadurch kann man bewusst gegen die Auswirkungen dieses Machtgefälles vorgehen und vermeiden, unbewusst Grenzen zu verletzen.

Folgende Punkte können dabei helfen, das eigene Handeln zu überprüfen und ungewollte Grenzüberschreitungen zu verhindern:

- Berührungen transparent ankündigen und erklären
- Zustimmung aktiv einholen und überprüfen
- Nähe||Distanz||Grenzen regelmässig reflektieren
- institutionelle Schutz|| und Meldekonzepte implementieren (z.B. auch einen unbürokratischen Therapeut:innen-Wechsel ermöglichen)

Der letzte Punkt dieser Liste ist wichtig, da es leider auch Fachpersonen in der Physiotherapie gibt, die bewusst das Machtgefälle für Grenzverletzungen ausnutzen. Um dies aufzudecken

und Menschen anzuzeigen und zu entlassen, braucht es gute Konzepte und bewusste Mitarbeiter:innen und Chef:innen.

Physiotherapeut:innen können Opfer werden. Viele Physiotherapeut:innen beschreiben ähnliche Geschichten, wie die zu Beginn des Artikels beschriebene Geschichte. Umso wichtiger ist es, dass wir uns darüber bewusst sind und dass wir innerhalb unserer Teams und als Vorgesetzte eine Kultur der Verbundenheit («Ally») aufbauen. Arbeitgebende sind dazu verpflichtet, Mitarbeiter:innen zu schützen und zu unterstützen, wenn sie zu Betroffenen werden.

Besonders vulnerabel sind Physiotherapiestudierende und junge Kolleg:innen. Gerade in praktischen Einsätzen stecken sie in einem Machtgefüge zwischen Hochschule, Bewertungen, Praktikumsbetreuer:innen, Einrichtungen und Patient:innen. Dieser hohe Druck, aber auch Scham, lässt sie manchmal schweigen, obschon sie Situationen erleben müssen, bei denen sie Hilfe benötigen und von anderen geschützt werden sollten.

Hilfe bedeutet in diesen Fällen nicht nur, dass man die betroffene Person aus der Situation nimmt, sondern auch, dass man – nach Rücksprache und nur mit Einverständnis der geschädigten Person - dem Täter:in sein Fehlverhalten aufzeigt und ggf. Konsequenzen (z.B. Verweis aus der Praxis, Anzeige) zieht. Die Therapie einfach und ohne (oder mit falscher) Begründung durch einen männlichen Kollegen weiterführen zu lassen, sollte nicht der Weg der Wahl sein. In manchen Fällen, gerade wenn die betroffene Person ohne Hilfe dasteht, ist dies leider aber die einzige Möglichkeit.

Uns als Kantonalverband ist wichtig, dass wir Betroffene nicht allein lassen und dass wir uns bewusst sind, dass

wir als Physiotherapeut:in in einem potenziell grenzüberschreitenden Bereich arbeiten.

Wir als Kantonalverband von Physioswiss sehen uns in der Pflicht und möchten mit diesem Artikel Unterstützung zur Selbstreflexion bieten, als Anregung für Gespräche im Team und durch konkrete Anlaufstellen Hilfe vermitteln, falls ihr betroffen seid. Zudem stehen euch Alexandra, Cédric und Leonie gerne zur Verfügung, wenn ihr Fragen habt oder Unterstützung bei der Suche nach der richtigen Fachstelle braucht.

Wir wollen Allies sein! Du auch?

Alle Quellen, in der Reihenfolge der Zitation im Text (und weitere):

Studie zu sexueller Belästigung am Arbeitsplatz in der Schweiz - Eidgenössisches Büro für die Gleichstellung von Frau und Mann EBG von 2024

Sexualisierte Gewalt in der Schweiz – Polizeikriminalistische Statistik von 2025 zur sexualisierten Gewalt aufzeigt – und was nicht

Schutz vor Gewalt – Frieda Feministische Friedensorganisation mit dem Ziel Schutz vor Gewalt

Gewalt — Männer gegen Gewalt an Frauen Kollektiv und Initiative von Männern, die sich gegen Gewalt an Frauen einsetzen

False Allegations of Sexual Assault: An Analysis of Ten Years of Reported Cases Lisak, D. (2010): False Allegations of Sexual Assault: An Analysis of Ten Years of Reported Cases – Eine Studie, welche in einem Zeitraum von zehn Jahren, die Häufigkeit von falschen Anschuldigungen bei der Anzeige von sexualisierter Gewalt untersucht.

Zahlen und Fakten zum Plakat „Vergewaltigung Verurteilen“ - bff Frauen gegen Gewalt e.V. Die Kampagne «Vergewaltigung Verurteilen» zeigt das Verhältnis von Vergewaltigung zu angezeigten Vergewaltigungen zu verurteilten Vergewaltigungen pro Jahr in Deutschland in Grafiken auf.

Bündner Standard | Buendner Standard Ein Instrument zur Erfassung von Grenzverletzung im organisierten Kontext.

Begriffserklärung «Gemeinsam gegen Grenzverletzung» ist eine Arbeitsgemeinschaft der Schweizerischen Evangelischen Allianz SEA

Sexualisierte Gewalt | Bundesamt für Statistik - BFS Bundesamt für Statistik führt Definitionen und Verweise zu Stellen im Gesetzbuch auf.

Sexualisierte Gewalt | Sexuelle Gesundheit Schweiz Sexualisierte Gewalt Schweiz ist die Dachorganisation für Beratungsstellen für sexuelle Gesundheit und Fachstellen für Sexualaufklärung. Sie ist Partnerin des Bundesamts für Gesundheit (BAG) und setzen sich für die Einhaltung sexueller Rechte und Sichtbarkeit der sexuellen Gesundheit ein.

Sexualisierte Gewalt Stiftung gegen Gewalt an Frauen und Kindern

schlussbericht-befragung-sexuelle-gewalt-an-frauen-in-der-schweiz.pdf Befragung sexuelle Gewalt an Frauen im Auftrag von Amnesty International Schweiz der GFS von 2019

ZHAW Soziale Arbeit Biberstein et al. (2021): Sexuelle Belästigung in der Schweiz. Analysen im Auftrag des Eidgenössischen Büros für die Gleichstellung von Frau und Mann EBG und des Staatssekretariats für Wirtschaft SECO.

Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz Eidgenössisches Büro für die Gleichstellung von Frau und Mann EBG über sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz in der Schweiz

Gleichstellung verhindert Gewalt Kampagne des Bund zur Prävention von Gewalt

Sexuelle Gewalt in der Schweiz | Cockpit gfs.bern AG Sexuelle Belästigung und sexuelle Gewalt an Frauen sind in der Schweiz verbreitet – eine Studie im Auftrag von Amnesty International Schweiz

Handlungsleitlinien Naeh-Distanz.pdf Handlungsleitlinien „Nähe/Distanz – Grenzen und Übergriffe“ der Stiftung Cerebral, Vereinigung Cerebral Zürich

Diversity Glossar (Diversity-Glossar — Stabstelle Chancengerechtigkeit und Diversität) Wichtige Fachwörter und ihre Erklärung aus dem Bereich Chancengerechtigkeit und Diversität

Alexandra Hummel und Leonie Scheidegger, Vorstand Physioswiss Kantonalverband Bern, Dr. sc. med. Regula Ott, Bioethikerin