

What can you do against discrimination, harassment and sexual violence?

As a victim

Psychologically

Recognizing abuse, whether it is physical or mental is a big step and it isn't always easy. Psychological reconstruction can be a long and hard process. The goal is that you do it in a healthy and safe environment by surrounding yourself with supportive people. In particular, we are here to listen and help.

If you are looking for professional help you might want to contact the *Psychologische Beratungsstelle* : <https://www.pbs.uzh.ch/en.html>. The service is free for ETH and UZH Students. The people you talk to there are obligated to respect medical confidentiality.

If you are simply looking for someone to speak to anonymously, you can always contact Nightline : <https://www.nightline.ch/public/en/home/>. Of course we are always here to listen too.

Judicial procedure(s)

On the federal level

If you wish to file a claim you can do so in the following ways :

- You can go to your local police station, alone or with someone you trust.
- You can write to the prosecutor, to the investigation judge or to the police.

The law allows you to choose the gender of the person you talk to at the police station. You are allowed to refuse to file on parts that are about your intimacy and you can choose whether or not to see your abuser during the first testimonies.

Note however that the police will be interested in what happened and the procedure can re-open wounds. Psychological support is strongly advised.

If the act happened in Switzerland, Swiss laws apply.

Note that any aggression can be reported by a third party to the procuror, to the police or to the investigation judge. In that case, the third party will act as a witness. This is not the case, however, for harassment or discrimination. In these cases, the victim has to report directly to the police.

Something to keep in mind before starting procedures against your aggressor/person who discriminated/harassed you is that it will probably be impossible to keep your anonymity.

You might want to seek help from the Rechtsberatungsstelle, they provide free legal advice for VSETH and VSUZH members. You can find them here : <https://www.vsuzh.ch/rechtsberatung>.

At ETH

The exact procedure at ETH is described in this document : https://ethz.ch/content/dam/ethz/associates/campaigns-dam/respekt-dam/documents/Informationsheet_for_students_reporting_of_inappropriate_behaviour.pdf. Basically ETH has a 2-phase system for reporting misconduct, a formal and an informal phase. The difference between both phases is explained in this video : <https://www.youtube.com/watch?v=l4RnfXkKnsW>.

During the informal phase, your identity can be kept anonymous, and mediation will be attempted. If you choose to file a written complaint, the procedure becomes formal and your anonymity is no longer guaranteed. If all of this is confusing for you, you can always contact us and we will guide you through the process.

As a bystander

If you witness any violent incident or harassment, please report it, in order to help the victim.

If you see something taking place, you can call the ETH Security (Sicherheitsdienst)(044 342 11 88) - they are available 24 hours a day. You can also help the victim by redirecting them towards one of the other resources described in this document. Don't force them to do anything though, the decision lies with the victim.

In Swiss law, any aggression can be reported by a third party to the procurator, to the police or to the investigation judge. In that case, the third party will act as a witness. This is not the case, however, for harassment or discrimination. In these cases, the victim has to report directly to the police.

We are also here to listen (anonymously or not) and give you advice on what to do in your situation.

ETH also has a contact point you can contact to get advice, which you can find here: <https://ethz.ch/en/the-eth-zurich/working-teaching-and-research/working-environment/fachstelle-respekt.html>. If something is unclear you can always contact us and we will help guide you through the process.

You can find more information at respekt.ethz.ch, they can also help if you witness some inappropriate behaviour.

What are some help points for mental wellbeing ?

Psychological Counseling Center/Psychologische Beratungsstelle

The Psychological Counseling Center is a service offered by UZH and ETH for all their students and staff. They propose free psychological counselling and advice. You can find out more about them here: <https://www.pbs.uzh.ch/en.html>

Nightline

Nightline's motto is: We listen to you. It is a service run by students for students for free. You can give them a call and talk to them about anything you want, completely free of charge. In case you prefer, there is also a chat option. You can find them here : <https://www.nightline.ch/public/en/home/>

Team Beratung/Coaching

Each department has a designated person, which you can find at the link below. You can book an appointment with them, they will probably be of most help with issues related to your studies, for instance stress.

<https://ethz.ch/services/en/organisation/departments/student-services/organisation-of-the-unit-orientation-and-coaching-for-students/team-advisory-coaching.html>

AVETH counseling

If you are a doctoral student you might be interested in the counseling service of AVETH. They provide guidance, support, and an open ear to doctoral students and postdocs in difficult situations with their boss and colleagues. Help them navigate the ETH bureaucracy by making them aware of the various support resources at ETH, be it legal, institutional, or otherwise. You can find them here : <https://www.aveth.ethz.ch/counselling/>

Helpdesks

Certain Student Associations have put helpdesks in place, they are there to provide guidance and support, as well as to help students navigate the ETH bureaucracy. They are listed here :

- VCS : <https://vcs.ethz.ch/beratung/>

Was kann man gegen Diskriminierung, Belästigung und sexuelle Gewalt tun?

Als betroffene Person

Psychologisch

Missbrauch zu erkennen, ob physisch oder mental, ist ein grosser Schritt und nicht immer einfach. Die psychologische Aufarbeitung kann ein langer und harter Prozess sein. Wichtig ist, dass du das in einer gesunden und sicheren Umgebung tust indem du dich mit Menschen umgibst, die dich unterstützen. Wir sind insbesondere hier, um dir zu helfen und dir zuzuhören.

Wenn du auf der Suche nach professioneller Hilfe bist, kannst du dich an die Psychologische Beratungsstelle wenden: <https://www.pbs.uzh.ch/de.html>. Sie ist für ETH- und UZH-Studierende kostenlos. Die Personen, mit denen du sprichst, sind an die ärztliche Schweigepflicht gebunden.

Wenn du einfach jemanden suchst, mit dem du anonym sprechen kannst, kannst du dich jederzeit an die Nightline wenden: <https://www.nightline.ch/public/de/home/>. Natürlich haben wir auch immer ein offenes Ohr für dich.

Gerichtliches Verfahren

Auf Bundesebene

Solltest du dich entscheiden, eine Anzeige zu stellen, kannst du dies auf folgende Arten tun:

- Du kannst zur lokalen Polizeistation gehen, alleine oder mit einer Person, der du vertraust
- Du kannst einer Anwaltsperson, einer ermittelnden Person oder der Polizei schreiben

Das Gesetz erlaubt dir, das Geschlecht der Person zu wählen, mit der du bei der Polizei redest. Du darfst dich weigern, in Bereichen auszusagen, die deine Intimität angehen und du kannst entscheiden, ob du die Tatperson während der ersten Aussagen sehen möchtest.

Beachte jedoch, dass die Polizei an den Geschehnissen interessiert sein wird und das Verfahren wieder Wunden aufreissen kann. Am besten hast du psychologische Unterstützung dabei.

Wenn der in deinem Testimonial beschriebene Vorfall in der Schweiz passiert ist, so gilt das Schweizer Gesetz.

Beachte, dass jede Tat auch von einer dritten Partei an die Anwaltsperson, die Polizei oder die ermittelnde Person gemeldet werden kann. In diesem Fall agiert die dritte Partei als bezeugende Person. Dies ist allerdings nicht der Fall für Bedrohung oder Diskriminierung. In diesen Fällen muss die betroffene Person sich direkt an die Polizei wenden.

Es ist wichtig, sich vor dem Start eines offiziellen Prozesses gegen die Tatperson bewusst zu sein, dass es wahrscheinlich unmöglich für dich ist, anonym zu bleiben.

Eventuell möchtest du Hilfe von der Rechtsberatungsstelle in Anspruch nehmen. Sie bieten ihre Beratung kostenlos für VSETH und VSUZH Mitglieder an und sind hier zu finden: <https://www.vsuzh.ch/rechtsberatung>.

An der ETH

Das genaue Vorgehen an der ETH ist in diesem Dokument beschrieben: https://ethz.ch/content/dam/ethz/associates/campaigns-dam/respekt-dam/documents/Merkblatt_Vorgehen_unangemessenes_Verhalten_Studierende.pdf. Grundsätzlich hat die ETH ein 2-Phasen-System, wie man bei unangemessenes Verhalten vorgehen kann, eine formelle und eine informelle Phase. Der Unterschied zwischen den beiden Phasen wird in diesem Video erklärt: <https://www.youtube.com/watch?v=I4RnfXkKnsW>.

In der informellen Phase kann deine Identität anonym gehalten werden und es wird ein Vermittlungsversuch versucht. Solltest du dich entscheiden, eine schriftliche Beschwerde einzureichen, wird der Prozess formell und deine Anonymität kann nicht länger gewährleistet bleiben. Sollte all das verwirrend auf dich wirken, kannst du uns gerne kontaktieren und wir werden dich durch den Prozess begleiten.

Als Unbeteiligter

Als eine Zeug*in / unbeteiligte Person gibt es einige Dinge, die du tun kannst, um der betroffenen Person zu helfen.

Solltest du etwas direkt mitbekommen, kannst du dich beim ETH Sicherheitsdienst melden (+41443421188), 24 Stunden am Tag. Du kannst auch helfen, indem du die betroffene Person an die anderen Hilfestellen in diesem Dokument verweist (siehe Liste unten). Dabei darfst du die betroffene Person zu nichts drängen, da die Entscheidung zu handeln immer bei der Person selber liegt.

Im schweizerischen Recht kann jede Tat von einer externen Person bei einer Anwaltsperson, der Polizei oder einer ermittelnde Person gemeldet werden. In diesem Fall agiert die dritte Partei als bezeugende Person. Dies ist allerdings nicht der Fall für Belästigung oder Diskriminierung. In diesen Fällen muss die betroffene Person sich direkt an die Polizei wenden.

Wir sind auch hier, um dir zuzuhören (anonym oder nicht) und dir in deiner Situation zu helfen.

Die ETH hat eine Kontaktstelle, welche dir weiterhelfen kann, du findest sie hier:

<https://ethz.ch/de/die-eth-zuerich/arbeiten-lehren-forschen/arbeitsumfeld/fachstelle-respekt.html>

Wenn etwas unklar ist, kannst du dich jederzeit an uns wenden, dann helfen wir dir bei dem Prozess.

Mehr Informationen kannst du auf <https://respekt.ethz.ch/> finden, auch dort wird dir weitergeholfen, wenn du unangemessenes Verhalten beobachtet hast.

Was sind einige Hilfestellen für psychisches Wohlbefinden?

Psychologische Beratungsstelle

Die Psychologische Beratungsstelle ist ein Angebot der UZH und ETH für alle ihre Studierenden und Mitarbeitenden. Sie bietet kostenlose psychologische Beratung und Betreuung an. Mehr darüber erfährst du hier: <https://www.pbs.uzh.ch/de.html>

Nightline

Das Motto der Nightline ist: Wir sind da, um zuzuhören. Nightline ist ein kostenloser Service, der von Studierenden für Studierende betrieben wird. Du kannst sie anrufen und mit ihnen über alles reden, was dir auf dem Herzen liegt, völlig kostenlos. Falls du es vorziehst, gibt es auch eine Chat-Option. Du findest sie hier: <https://www.nightline.ch/public/de/home/>

Team Beratung/Coaching

Jedes Departement hat einen festen Ansprechpartner, den du unter dem unten stehenden Link finden kannst. Du kannst einen Termin mit ihnen vereinbaren, sie werden dir wahrscheinlich am besten bei Problemen im Zusammenhang mit deinem Studium (zum Beispiel bei Stress) helfen,.

<https://ethz.ch/services/de/organisation/abteilungen/studentische-dienste/organisation/team-beratung-coaching.html>

AVETH-Beratung

Wenn du ein*e Doktorand*in bist, könnte dich der Beratungsdienst von AVETH interessieren. Sie bieten Beratung, Unterstützung und ein offenes Ohr für Doktorierende und Postdocs in schwierigen Situationen mit ihrem*r Chef*in und ihren Kollegen*innen. Sie helfen dir, dich in der ETH-Bürokratie zurechtzufinden, indem sie dich auf die verschiedenen Unterstützungsmöglichkeiten an der ETH aufmerksam machen, sei es rechtlich, institutionell oder anderweitig. Du findest sie hier: <https://www.aveth.ethz.ch/counselling/>

Helpdesks

Gewisse Fachvereine haben Helpdesks eingerichtet, die Beratung und Unterstützung bieten und den Studierenden helfen, sich in der ETH-Bürokratie zurechtzufinden. Sie sind hier aufgelistet:

- VCS : <https://vcs.ethz.ch/beratung/>