

## 如果你被性騷擾，你可以做些甚麼？

性騷擾是不合法的。忽視性騷擾不但不能令它消失，反而令情況更壞，因為騷擾者可能誤以為你的「不反應」，便是認同此行為的反應。處理性騷擾，可用非正式及正式的策略。

- 即時舉報，表明立場。告訴騷擾者他 / 她的行為是不受歡迎的和必須停止
- 記錄性騷擾的日期、時間、地點、證人及性質（騷擾者所說的話和做過的行為），及你的反應
- 告訴你信任的人
- 尋找一個支持者或輔導員，因為他 / 她能夠給予你情緒上的支持，及提供機構中非正式或正式投訴程序的資料
- 寫信或字條給騷擾者
- 作正式投訴
- 向平等機會委員會投訴
- 聯絡警方及 / 或提出法律訴訟

資料來源：平等機會委員會



中國香港體適能總會  
Physical Fitness Association of Hong Kong, China

地址：九龍尖沙咀山林道9-11號卓能中心17樓全層  
電話：2838 9594 電郵：info@hkpfa.org.hk  
傳真：2575 8683 網址：www.hkpfa.org.hk

# 性騷擾 意識及預防



中國香港體適能總會  
Physical Fitness Association of Hong Kong, China

體適能導師於教學及與學員交往的過程中，少不免會對學員有身體接觸，又或者學員之間出現一些容易令人誤會的語言或行為。究竟，什麼情況可構成性騷擾？作為專業的體適能導師，又怎樣避免性騷擾的發生？

### 何謂性騷擾

👉 《性別歧視條例》：

👉 一個人是性騷擾者，如果：

👉 他/ 她作出不受歡迎的性要求或不受歡迎的獲取性方面好處的要求。或

👉 他/ 她作出其他不受歡迎的涉及性的行徑，而這些行徑是一個合理的人應會預期該位受注視的人士會感到受冒犯，侮辱或威嚇的。

👉 性騷擾是屬於民事違法行為

### 例子

- ☹️ 雖然每一次都被拒絕，但仍然不斷嘗試約會對方
- ☹️ 帶有性方面影射的評論，和猥褻性或侮辱性的說話
- ☹️ 有關性或某一個性別的笑話
- ☹️ 性方面的提議，或是給予對方壓力來達到性的要求
- ☹️ 暗示或公開威脅對方發生性行為
- ☹️ 猥褻姿勢或不恰當的觸摸（例如：輕拍、觸摸、強吻或擠捏）
- ☹️ 持續的電話或信件，要求涉及私人或性的關係
- ☹️ 展示猥褻性或淫穢性的照片或文章
- ☹️ 性侵犯或強迫性行為（強姦）

資料來源：平等機會委員會

### 從事教學時直接及間接接觸須知：

1. 保持良好的個人操守，以身作則，作為學員的榜樣
2. 給對方的尊重應凌駕於教學的果效
3. 應避免以主觀的態度促使某人協助其教學的示範，尊重對方的意願尤其重要
4. 應首選邀請同性學員作示範
5. 應預先衡量所接觸的部位會否令對方感到尷尬或產生誤會
6. 如對學員有身體接觸的需要，應先說明將接觸的部位，並徵求學員口頭的同意
7. 進行動作糾正時，應注意與學員保持適當距離，以免產生誤會
8. 除必須的扶持或糾正外，應減少不必要的身體接觸
9. 如須要接觸異性學員，應盡量有第三者在場
10. 進行教學觀察時，須避免讓視線直接觀看到對方私隱部位，以免引至不安或產生誤會
11. 常以正面而謹慎的態度回答學員敏感和個人私隱的提問，並將對話內容加以保密
12. 行事必須正直，明白私人生活和專業之間的界限，妥善處理師生間之關係
13. 留意自己的言語及眼神是否恰當，切勿高聲討論異性問題
14. 注意個人的裝扮要端莊整潔，避免不必要的暴露而遭人側目