

Kompaktinfo, 4. Mai 2026

Neue Studie zeigt Ausmaß und Folgen von Sexismus am Arbeitsplatz

63 Prozent der Erwerbstätigen in Deutschland haben bereits Sexismus im Job erlebt. Die erste branchenübergreifende repräsentative Studie zu Sexismus in der deutschen Arbeitswelt zeigt: Betroffen sind vor allem Frauen und genderqueere Personen, während Sexismus mehrheitlich von Männern ausgeht. Die Erfahrungen führen häufig zu emotionalen und psychischen Belastungen und können Karriere und finanzielle Situation beeinträchtigen.

Die Mehrheit der berufstätigen Menschen in Deutschland hat im Laufe ihrer Erwerbsbiografie bereits Sexismus am Arbeitsplatz selbst erlebt: 63 Prozent berichten von entsprechenden Erfahrungen. Besonders betroffen sind Frauen (70 %) sowie genderqueere Personen (81 %), während er besonders häufig von Männern ausgeht (82%). Das ist eins der zentralen Ergebnisse der ersten repräsentativen Befragung zu Sexismus am Arbeitsplatz in Deutschland, die heute vom Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend und der EAF Berlin im Rahmen des Projekts Bündnis „Gemeinsam gegen Sexismus“ veröffentlicht wurde.

Sexismuserfahrungen am Arbeitsplatz haben weitreichende Auswirkungen: 41 % der Betroffenen leiden unter emotionalen Folgen, 31 % unter psychischen und je 24 % unter körperlichen und sozialen Folgen. 18 % der Betroffenen geben an, dass sich die Erfahrungen auf ihre Karriere ausgewirkt haben. Zu den Auswirkungen zählen Kündigung, Arbeitsplatz- bzw. Abteilungswechsel oder eine ausbleibende Beförderung. 13 % berichten darüber hinaus von finanziellen Nachteilen.

Die Studie zeigt erstmals auch deutlich, dass formelle Beschwerdewege von Betroffenen kaum genutzt werden: Nur 7 % der Befragten wenden sich an ihre Führungskraft, lediglich 2 % an interne Anlaufstellen wie AGG-Beschwerdestellen, Betriebsrat oder Gleichstellungsbeauftragte. Viele Betroffene bewältigen die Folgen daher allein oder im privaten Umfeld.

Laura Giardina, Mitautorin der Studie:

„Die Studienergebnisse zeigen deutlich: Sexismus am Arbeitsplatz ist kein Einzelphänomen, sondern ein strukturelles Problem. Für viele Betroffene ist er ein belastender Bestandteil ihres Arbeitsalltags – und wird häufig allein bewältigt.“

Weitere zentrale Ergebnisse der Studie:

- **Die Betroffenheit von unterschiedlichen Sexismus-Formen unterscheiden sich zwischen Frauen und Männern:** Frauen sind übergreifend häufiger von Sexismus am Arbeitsplatz betroffen (70 % gegenüber 52 % bei Männern). Frauen sind außerdem insbesondere von sexueller Belästigung oder Übergriffen am Arbeitsplatz deutlich häufiger betroffen (40 % gegenüber 18 % bei Männern). Männer hingegen erleben von den abgefragten Sexismus-Formen abwertende Kommentare und Witze am häufigsten und fast so häufig wie Frauen (39 % gegenüber 45 % bei Frauen).

- **Sexismus betrifft vulnerable Gruppen stärker:** Signifikant häufiger von Sexismus am Arbeitsplatz betroffen als der Durchschnitt (63%) sind etwa queere Menschen (74 %), Menschen mit Migrationshintergrund (74%), Personen mit Sorgeverantwortung (71 %) sowie Menschen mit Behinderung (70 %). Insbesondere trans, inter und nicht-binäre Personen sind häufiger von Sexismus am Arbeitsplatz betroffen (81%).
- **Sexismus am Arbeitsplatz geht vor allem von Männern aus:** Die Täter sind in überwiegender Mehrzahl Männer (82 % gegenüber 53 % bei Frauen). Ob Sexismus von Männern oder Frauen ausgeht, variiert teils stark, je nachdem, in welchem Verhältnis die Personen zu den Betroffenen stehen (Vorgesetzte, Personen aus dem Kollegium etc.) oder um welche Form von Sexismus es sich handelt. Insbesondere sexuelle Belästigung oder Übergriffe gehen überwiegend von Männern aus - im Fall von Führungskräften als Täter sind es 89 %. Frauen gegenüber gehen sexuelle Belästigungen oder Übergriffe sogar zu 92 % von Männern aus. Auch Männern gegenüber sind mit 67 % signifikant häufiger Männer die Täter.
- **Sexismus findet auch in informellen und digitalen Räumen statt und reicht bis ins Private hinein:** Von den Befragten, die in den letzten zwölf Monaten Sexismus am Arbeitsplatz selbst erlebt hatten, gaben 79 % an, dies sei mindestens einmal am regulären Arbeitsplatz während der Arbeitszeit passiert. 47 % gaben an, dass mindestens eine erlebte Situation außerhalb des regulären Arbeitsplatzes stattgefunden hat – etwa auf Firmenfeiern, in Pausenräumen oder bei privaten Treffen mit Personen aus dem Kollegium. 30 % erlebten Sexismus im Arbeitskontext außerdem im digitalen Raum.
- **Der Begriff Sexismus polarisiert:** Die Studie erhob neben der Betroffenheit von Sexismus auch, welches Verständnis von Sexismus die Befragten haben. Die Daten zeigen, dass auf der einen Seite mit 69 % die Mehrheit der Aussage zustimmt, Sexismus sei ein gewachsenes System, das die Macht zwischen den Geschlechtern ungleich verteilt und soziale Ungleichheit verstärkt. Auf der anderen Seite sieht ein Viertel der Befragten in Sexismus eine Ideologie, die Männer benachteiligen soll.

Stefanie Lohaus: Projektleitung Bündnis “Gemeinsam gegen Sexismus”:

„Die Ergebnisse zeigen, wie groß der Handlungsbedarf für Arbeitgeber ist. Genau hier setzt das Bündnis ‚Gemeinsam gegen Sexismus‘ an: Es unterstützt Organisationen dabei, wirksame Maßnahmen zu entwickeln und umzusetzen. Ziel ist eine Arbeitswelt, in der der Einsatz gegen Sexismus selbstverständlich ist.“

Handlungsempfehlungen

Auf Basis der Studienergebnisse wurden Handlungsempfehlungen formuliert, die staatliche Verantwortung, rechtliche Rahmenbedingungen und betriebliche Praxis enger verzahnen sollen. Für Betriebe sind Maßnahmen wichtig, um Sexismus am Arbeitsplatz wirksam zu begegnen. Dazu zählen die Sensibilisierung von Mitarbeitenden sowie die klare Verantwortungsübernahme durch Führungskräfte, die Sexismus erkennen und angemessen handeln können. Unterstützend wirken Verhaltenskodizes, klare Leitlinien sowie

transparente Beratungs- und Beschwerdestrukturen. Männer sollten gezielt einbezogen werden, um sie zu sensibilisieren und als Verbündete zu stärken. Gesamtgesellschaftlich ist es wichtig, langfristige Strukturen zu etablieren, die Prävention, Sensibilisierung und Unterstützung gleichermaßen sichern. Um diskriminierende Muster gar nicht erst entstehen zu lassen, sollten Bildungseinrichtungen zur Reflexion über Geschlechterrollen, Machtverhältnisse und gesellschaftliche Normen anregen. Es empfiehlt sich zudem, die Auswirkungen von Sexismus auf Betriebe und Gesellschaft zu untersuchen, beispielsweise in Form einer Hochrechnung von durch Sexismus verursachten Kosten oder einer Untersuchung von Sexismus im Kontext von Fachkräftegewinnung.

Über die Studie „Sexismus am Arbeitsplatz“

Die Studie „Sexismus am Arbeitsplatz“ beleuchtet erstmals repräsentativ und branchenübergreifend das Ausmaß, die Erscheinungsformen und Folgen von Sexismus am Arbeitsplatz in Deutschland. Grundlage ist ein Mixed-Methods-Ansatz: Neben einer quantitativen, repräsentativen Befragung von Erwerbstätigen wurden drei Monate lang qualitative Tagebuchaufzeichnungen geführt. Berücksichtigt wurden dabei nicht nur Frauen und Männer, sondern auch trans, inter und nicht-binäre Personen.

Über das Bündnis „Gemeinsam gegen Sexismus“

Das 2023 gegründete Bündnis „Gemeinsam gegen Sexismus“ vereint inzwischen über 900 deutsche Unternehmen und Organisationen aus allen Branchen. Mit der Unterzeichnung der „Gemeinsamen Erklärung gegen Sexismus und sexuelle Belästigung“ verpflichten sie sich selbst, wirksame Maßnahmen gegen Sexismus in ihren Häusern zu etablieren.

www.gemeinsam-gegen-sexismus.de

Über die EAF Berlin und die Autorinnen der Studie

Die Studie wurde von den Autorinnen Laura Giardina, Anna Sive, Lea Rahman, Rana Göroğlu und Stefanie Lohaus von der Europäischen Akademie für Frauen in Politik und Wirtschaft (EAF Berlin) erstellt. Als Projektträgerin setzt die EAF Berlin das Bündnis „Gemeinsam gegen Sexismus“ um, in dessen Rahmen die Studie entstanden ist und das in Kooperation mit dem Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend durchgeführt wird. Die EAF Berlin ist ein unabhängiges Forschungs- und Beratungsinstitut mit über 25 Jahren Erfahrung an der Schnittstelle von Politik, Wirtschaft und Wissenschaft.

www.eaf-berlin.de