

## Was ist Stalking?

Stalking ist ein Phänomen, das in letzter Zeit immer häufiger öffentlich thematisiert wird. Der Begriff beinhaltet das, was im Allgemeinen auch als "Psychoterror" bezeichnet wird: Immer wiederkehrende maßlose Belästigungen in unterschiedlicher Intensität und Ausprägung, die das Leben der überwiegend davon betroffenen Frauen sehr stark beeinflussen und belasten.

Diejenigen, die Stalking ausüben, werden als Stalker bezeichnet. Betroffene fühlen sich den Stalkern gegenüber oft ausgeliefert. Sie sehen keine Möglichkeit, aus der für sie unangenehmen und oft unerträglichen Situation herauszukommen und sich dem Stalker zu entziehen.

Der Begriff Stalking kommt aus der englischen Jagdsprache und bedeutet das Anpirschen oder Anschleichen. Eine konkrete Übersetzung für diesen Begriff gibt es in der deutschen Sprache nicht. Es ist vielmehr ein komplexes Verhaltensmuster mit verschiedenen Handlungen, das das Stalking ausmacht.

Die ersten Studien zu Stalking in Deutschland ergaben, dass rund 10% der Bevölkerung in ihrem Leben einmal Opfer von Stalking werden. Mehrheitlich sind Frauen betroffen (mehr als 80%); fast alle Frauen werden von Männern gestalkt. Aber auch Männer werden Opfer von Stalking; Täter sind hier gleichermaßen Frauen und Männer.

Die Täter verfolgen, beobachten und/oder belästigen ihre Opfer wiederholt auf unzumutbare Art und Weise über Monate oder auch Jahre

## Was können Sie tun, wenn Sie von Stalking betroffen sind?

- Im Idealfall sollten Sie dem Stalker sofort und unmissverständlich am besten unter Zeugen oder per Einschreiben klar machen, dass Sie keinen Kontakt wollen, und dass er derartiges Verhalten unterlassen soll. Dieses sollte die **erste und letzte persönliche Reaktion** sein.
- Sie sollten eine Gewalt- oder Opferberatungsstelle aufsuchen, die Sie kompetent über weitere Maßnahmen informieren und unterstützen kann.
- Am besten ist es, Ruhe zu bewahren und mit Freundinnen/Freunden bzw. Verwandten über Ihre Situation zu reden.
- Sie sollten sich bei der Suche nach Hilfe von niemanden wegschicken oder mit: "Das ist doch nicht so schlimm!" abspeisen lassen.
- Alle möglichen Beweise über das Stalking sollten Sie aufheben bzw. speichern (SMS, MMS, Anrufbeantworter, E-Mails, Briefe, Geschenke mit Grußkarten,...). Gibt es Schwierigkeiten bestimmte Beweise (wie Blumen, etc.) aufzubewahren, sollten sie mit einem aktuellen Datumsbezug (z.B. Tageszeitung) fotografiert werden.
- Zusätzlich kann ein Stalking-Tagebuch hilfreich sein, in dem Ort, Datum, Uhrzeit, die Aktionen selbst oder Sonstiges notiert werden. Dadurch kann der Stalking-Verlauf rekonstruiert werden und bei rechtlichen Schritten als Beweismittelkette dienen.
- Sie sollten auch versuchen, Augen- und/oder Ohrenzeugen zu suchen, die die Aktionen des Stalkers bestätigen können. Vor allem Nachbarn könnten etwas bemerkt haben.
- Bei Telefonterror können Sie eine geheime Telefonnummer bei der Telefongesellschaft beantragen. Auch eine Fangschaltung kann eingerichtet werden; hierzu sollten Sie sich mit der Polizei absprechen. Falls hierbei

Kosten für Sie entstehen sollten, kann Sie ggf. der "Weiße Ring e.V." unterstützen.

- Sinnvoll ist, eine(n) Anwalt/Anwältin aufzusuchen und nach Absprache eine einstweilige Verfügung beim Amtsgericht zu beantragen oder ggf. eine Strafanzeige bei der Polizei zu erstatten.
- Wichtig ist es, den eingeschlagenen Weg konsequent weiterzuverfolgen. Zögern oder Rückzug könnten von Stalkern falsch interpretiert werden.
- Sie sollten bei Bedarf auch nicht zögern, medizinische und/oder psychologische Hilfe zu nutzen.