

## Informationsblatt Stalking und Cyberstalking

### Stalking

Der Begriff „stalking“ stammt von der englischen Jagdsprache und bedeutet „Anpirschen“ oder „Anschleichen“. Eine konkrete Übersetzung des Begriffs gibt es nicht in der deutschen Sprache. Mit Stalking ist ein komplexes Verhaltensmuster gemeint, welches verschiedene Handlungen umfasst. So kann das wiederholte und bewusste Belästigen und Nachstellen einer Person dazu führen, dass die betroffene Person in ihrer psychischen oder physischen Integrität geschädigt oder langfristig bedroht wird.

Dabei kann die Tatperson, „Stalker“ oder „Stalkerin“ genannt, unter anderen folgende Handlungen zeigen:

- unerwünschte Geschenke senden oder vor dem Haus / der Wohnung deponieren
  - andauernde und ständige Kontaktaufnahme zu jeder Tages- und Nachtzeit durch Telefonanrufe, Briefe, E-Mails, SMS
  - Überwachung der E-Mail- und SMS-Kommunikation – auch durch externen Zugriff
  - Belästigung in Internet-Chats sowie in sozialen Netzwerken
  - abfangen und lesen von Briefpost an die betroffene Person
  - Verfolgung der betroffenen Person im öffentlichen Raum, warten / ausharren vor der Haustüre, auflauern am Arbeitsplatz usw.
  - auftauchen beim Arbeitsplatz oder Verleumdung beim Arbeitgeber
  - unerwünschte Internetbestellungen auf den Namen der betroffenen Person
  - Beschädigung oder Zerstörung von persönlichen Gegenständen der betroffenen Person
  - eindringen in den Wohnraum der betroffenen Person
  - Drohungen
  - körperliche oder sexuelle Übergriffe
- ➔ Oft sind die Handlungen der Tatpersonen mit Liebeswahn verknüpft. Die Botschaften, welche die stalkende Person überbringt, können sowohl obszöne als auch drohende Inhalte sowie Beschimpfungen und Beleidigungen beinhalten.

### Folgen für die betroffene Person

- Hilflosigkeit
- Schlaf- und Konzentrationsstörungen
- Einschränkung des sozialen Lebens und der persönlichen Freiheit
- meiden von gewohnten Orten / Plätzen
- Angstzustände
- zunehmende Abnahme des Selbstvertrauens
- sich gezwungen sehen, den Wohn- und / oder Arbeitsort zu wechseln
- erleben von körperlicher oder sexueller Gewalt durch die stalkende Person
- Suizidversuche aufgrund anhaltender Stalkingsituation

### Was können Sie gegen Stalking tun (Anti-Stalking-Regeln)?

- Brechen Sie den Kontakt zur stalkenden Person umgehend ab. **Diese Handlung muss zwingend eingehalten und konsequent durchgehalten werden.**  
Sie können der stalkenden Person einmalig, sachlich und unmissverständlich kommunizieren, dass kein weiterer Kontakt erwünscht ist.
- Informieren Sie Ihre Vertrauenspersonen (evtl. auch Arbeitgeber, Nachbarn o. a.) über das Stalking-Verhalten. Bitten Sie diese Personen, ebenfalls den Kontakt mit der stalkenden Person **konsequent und dauerhaft** abzubrechen.
- Sichern Sie sämtliche Beweismaterialien wie SMS, E-Mails, Briefe, Anrufbeantworter, Geschenke, Chat-Verläufe im Internet, Beiträge bei sozialen Netzwerken usw.

- Führen Sie ein Stalking-Tagebuch. In diesem notieren Sie sämtliche Vorkommnisse in Bezug mit der stalkenden Person. Wann ist was, wo und wie passiert.
  - ➔ Lösen Sie eine zweite, neue Telefonnummer (Prepaid). Wichtig: die Nummer, welche der stalkenden Person bekannt ist, muss unbedingt weiterlaufen. So sammeln Sie weitere Beweismaterialien.
  - ➔ Geben Sie die neue Telefonnummer nur an Vertrauenspersonen weiter.
- Es ist möglich, dass die stalkende Person gegebenenfalls Spionageprogramme auf elektronischen Geräten installiert hat oder dass sich die Person anderweitig Zugriff zu gemeinsam nutzbaren elektronischen Medien verschafft hat.
- Lassen Sie sich bei der Suche nach Hilfe nicht abweisen. Nehmen Sie Ihr Empfinden ernst und zweifeln Sie nicht an sich selbst.

### Rechtliche Möglichkeiten

Einen Straftatbestand, welcher alle Handlungen des Stalkings umfasst, gibt es in der Schweiz nicht. Jedoch können einzelne Handlungen der stalkenden Person Straftatbestände gemäss Strafgesetzbuch (StGB) erfüllen. Dies können unter anderem nachfolgende Straftatbestände sein. Die Liste ist nicht abschliessend.

Gesetzesartikel gem. StGB	
Art. 122 ff	Körperverletzung
Art. 126	Tätlichkeiten
Art. 144	Sachbeschädigung
Art. 156	Erpressung
Art. 179	Missbrauch einer Fernmeldeanlage
Art. 180	Drohung
Art. 181	Nötigung
Art. 186	Hausfriedensbruch
Art. 189	sexuelle Nötigung
Art. 190	Vergewaltigung
Art. 198	sexuelle Belästigung

Besteht die Vermutung, dass ein Straftatbestand gem. StGB erfüllt ist, kann die betroffene Person bei einer beliebigen Polizeistation Strafanzeige gegen die stalkende Person einreichen.

Ab dem 1. Januar 2022 haben Zivilgerichte die Möglichkeit, auf Antrag der klagenden Person (der Betroffenen) eine elektronische Überwachung (Electronic Monitoring) anzuordnen um den Aufenthaltsort der Tatperson zu ermitteln. Diese Massnahme kann, in Ergänzung zu einer Fernhaltung oder einem Kontaktverbot, maximal 6 Monate angeordnet werden. Es besteht die Möglichkeit auf Verlängerung um weitere 6 Monate.

In komplexen Fällen empfehlen wir, eine juristische Fachperson beizuziehen.

### Cyberstalking

Im Gegensatz zum oben aufgeführten Stalking, spielt sich Cyberstalking im virtuellen (Cyber-) Raum ab. Unter Nutzung des Internets oder anderen elektronischen Medien werden Betroffene von der stalkenden Person beharrlich belästigt, bedroht, ausspioniert, mit Nachrichten überhäuft etc. Es ist nicht selten, dass Cyberstalking-Handlungen mit anderen, oben aufgeführten Stalking-Handlungen auftreten und die stalkende Person eine Ihnen bekannte Person ist.

#### Folgende Besonderheiten zeichnen Cyberstalking aus:

- Der Kontakt findet nicht persönlich, sondern indirekt über elektronische Kommunikationsmittel statt.
- Die Hemmschwelle der stalkenden Person ist durch die Möglichkeit der indirekten Kommunikation niedriger.
- Die stalkende Person kann der betroffenen Person zu jeder Tages- und Nachtzeit Nachrichten zukommen lassen.
- Es können ohne grossen Aufwand auch Drittpersonen von der stalkenden Person miteinbezogen werden -> eine Facebook-Gruppe gründen, Nachrichten an Freunde und Verwandte der betroffenen Person senden etc.

### Wie erkennen Sie Cyberstalking?

- Sie werden mit Nachrichten über Chat, SMS oder Privatnachricht-Funktionen überhäuft und / oder Ihr E-Mailkonto wird aufgrund eines „Mail-Bombing“ gestört-> es werden von der stalkenden Person massenhaft E-Mails gesendet, so dass Ihr E-Mailkonto davon blockiert wird.
- Die stalkende Person spioniert Ihnen mittels im Internet veröffentlichten Daten sowie aufgrund Informationen auf sozialen Netzwerken nach.
- Ihre Verwandten und Freunde werden von der stalkenden Person via E-Mail, SMS, Chat oder sozialen Netzwerken von der stalkenden Person kontaktiert.
- Die stalkende Person veröffentlicht unerwünschte Beiträge in sozialen Netzwerken in welchen Sie Mitglied sind / ein Profil haben, bspw. einen Pinnwandeintrag bei Facebook mit beleidigendem oder verleumdenden Inhalt, oder stellt Fotos oder Filme von Ihnen öffentlich zur Verfügung (oft aus einer früheren Beziehung stammend wie Nacktfotos oder erotische Filme).
- Die stalkende Person benutzt Ihre Identität. Sie erstellt in Ihrem Namen ein falsches Profil auf einem sozialen Netzwerk, meldet sich unter Ihrem Namen bei einer Internet-Kontaktbörse an oder bestellt in Ihrem Namen bei Onlineshops Ware.

Die Folgen sind unerwünschte Kontaktaufnahmen von fremden Personen, Zustellung von nicht selber bestellter Ware inkl. Kostenfolgen sowie Blossstellung und Kränkung durch Äusserungen und Hochladen von Fotos auf sozialen Netzwerken in Ihrem Namen.

### Folgen von Cyberstalking

Die Folgen von Cyberstalking sind die gleichen, wie bereits weiter oben beschrieben. Da sich das Ganze jedoch im virtuellen Raum abspielt, muss zudem damit gerechnet werden, dass grosse Personengruppen gleichzeitig erreicht werden. Die Situation kann für die Betroffenen unüberblickbar werden.

### Was können Sie gegen Cyberstalking tun?

Nebst den oben aufgeführten Verhaltensregeln bei Stalking, empfehlen wir in Bezug auf Cyberstalking zusätzlich folgende Verhaltensweisen:

- Lehnen Sie Freundschaftsanfragen auf sozialen Netzwerken ab, welche Sie nicht eindeutig einer Ihnen bekannten Person zuordnen können.
- Schützen Sie Ihre persönlichen Informationen, indem Sie Ihre persönlichen Daten wie Adresse, Telefonnummer, E-Mailadresse, Geburtsdatum nicht für alle zugänglich im Internet veröffentlichen.
- Überprüfen Sie bei sämtlichen sozialen Netzwerken, bei denen Sie ein Profil haben, wer Ihre Informationen einsehen kann. Nutzen Sie dazu die Möglichkeit der Privatsphären-Einstellungen.
- Halten Sie Regeln ein, welche Ihnen für die Erstellung eines Passwortes empfohlen werden.
- Sollten Sie Kontaktanzeigen im Internet nutzen, geben Sie keinesfalls Ihre persönlichen Daten bekannt. Erstellen Sie dazu separat eine E-Mailadresse.
- Loggen Sie sich in Chats oder anderen Online-Situationen aus, wenn Sie belästigt werden.
- Sichern Sie unerwünschte Beiträge auf sozialen Netzwerken auf Ihrem Computer oder einer externen Festplatte. Löschen Sie im Anschluss die Beiträge online. Sollten Sie nicht die nötigen Rechte für das Löschen haben, informieren Sie umgehend die zuständige Stelle (soziale Netzwerke) bzw. den Webmaster (bei Webseiten).
- Auch beim Cyberstalking gilt: Kontakt abbrechen, Umfeld informieren, Beweise sichern, ggf. Strafanzeige einreichen.

### Rechtliche Möglichkeiten

Die oben aufgeführten rechtlichen Möglichkeiten sollen auch bei Cyberstalking beachtet werden. Zusätzlich zu den oben erwähnten Straftatbeständen kommen im Bereich der virtuellen Stalking-Situation noch folgende Gesetzesartikel gemäss StGB in Frage:

Gesetzesartikel gem. StGB	
Art. 143	Unbefugtes Eindringen in ein Datenverarbeitungssystem
Art. 173	Üble Nachrede
Art. 174	Verleumdung
Art. 177	Beschimpfung
Art. 179	Unbefugtes Beschaffen von Personendaten
Art. 197	Pornografie

In komplexen Fällen empfehlen wir auch im Bereich des Cyberstalkings, eine juristische Fachperson beizuziehen. Besonders im virtuellen Bereich können auch im Rahmen des Datenschutzgesetzes Persönlichkeitsverletzungen vorliegen, welche für juristische Laien schwer erfassbar sind und daher ebenfalls dafür sprechen, eine juristische Fachperson beizuziehen.

### **Wohin können Sie sich wenden?**

Ihr subjektives Empfinden ist ein wichtiger Anhaltspunkt für Stalking. Fühlen Sie sich dazu gedrängt, Ihr Verhalten zu ändern und / oder werden Sie in Ihrem Alltag stark beeinträchtigt, ist es an der Zeit, professionelle Unterstützung anzufragen.

- Wir bieten Personen welche von Stalking betroffen sind sowie deren Angehörigen kostenlose Beratung. Zögern Sie nicht, mit uns in Kontakt zu treten.
- In Notfällen rufen Sie die Polizei über die Notrufnummer 117
- Eine Auflistung über sämtliche Opferhilfestellen in der Schweiz finden Sie unter:  
[www.opferhilfe-schweiz.ch](http://www.opferhilfe-schweiz.ch)

**Beratungsstelle Opferhilfe Bern**  
Seftigenstrasse 41, 3007 Bern  
**T** 031 370 30 70  
**M** [beratungsstelle@opferhilfe-bern.ch](mailto:beratungsstelle@opferhilfe-bern.ch)  
**W** [opferhilfe-bern.ch](http://opferhilfe-bern.ch)

**Beratungsstelle Opferhilfe Biel**  
Silbergasse 4, 2502 Biel  
**T** 032 322 56 33  
**M** [beratungsstelle@opferhilfe-biel.ch](mailto:beratungsstelle@opferhilfe-biel.ch)  
**W** [opferhilfe-biel.ch](http://opferhilfe-biel.ch)