

Datum	Uhrzeit	Was ist geschehen?	Waren Zeug*innen dabei?	Reaktionen (körperlich, psychisch o.ä.)	Beweise

STALKING-TAGEBUCH

WAS TUN

Die Beraterinnen des Anti-Stalking-Projektes verfügen über vielfältige Kenntnisse, gegen Stalking und Cyberstalking vorzugehen. Mit Ihnen gemeinsam erarbeiten die Beraterinnen, wie Ihre individuellen Möglichkeiten, gegen Stalking vorzugehen, aussehen können. Bis zu einer Beratung können Sie folgendes tun:

Setzen Sie Grenzen!

Sie haben bereits Grenzen gesetzt, aber der*die Stalker*in respektiert diese nicht. Nachdem Sie unmissverständlich klar gemacht haben, dass der*die Bedroher*in Sie nicht mehr kontaktieren soll, reagieren Sie nicht mehr auf Kontaktversuche.

Erzählen Sie Ihrem Umfeld von Ihren Stalking-Erfahrungen!

Erzählen Sie Menschen, denen Sie vertrauen, von Ihren Stalking-Erfahrungen, z.B. Familienmitgliedern, Freund*innen, Nachbar*innen, Arbeitgeber*innen oder Kolleg*innen. Bitten Sie um ihre Unterstützung, Hilfe und Schutz!

Führen Sie ein Tagebuch!

Sammeln Sie Beweise, wie Handynachrichten und E-Mails in einem Ordner, speichern Sie alle Nachrichten auf dem Anrufbeantworter. Machen Sie Fotos, beispielsweise von Geschenken, und machen Sie wenn möglich Screenshots. Achten Sie auf Übersichtlichkeit, wie die zeitliche Abfolge. Sie können dafür das im Flyer angelegte Tagebuch nutzen.

Überprüfen Sie Ihre Geräte!

Ändern Sie die Passwörter der Geräte und Accounts (auch W-LAN- und Router-Passwort), die Sie nutzen. Schalten Sie W-LAN, Bluetooth und Standort (GPS) an Ihren mobilen Geräten aus, solange Sie diese nicht benötigen. Sie können die Kameras von internetfähigen Geräten (vorne und hinten) überkleben.

Bleiben Sie standhaft!

Es ist sehr wichtig, bei den gesetzten Grenzen zu bleiben und auf Kontaktversuche nicht einzugehen. Das kann zeitweise sehr anstrengend oder schwierig umzusetzen sein, z.B. wenn der*die Stalker*in erziehungsrechtlich für gemeinsame Kinder ist.

KONTAKT



Beratung für Betroffene von Stalking/Cyberstalking

Anti-Stalking-Projekt | Fachbereich Cyberstalking

Proskauer Straße 7
10247 Berlin-Friedrichshain

www.anti-stalking-projekt.de



Ansprechpartnerinnen:

Beate M. Köhler
Projektleitung und Fachberatung
projektleitung@anti-stalking-projekt.de
Telefon: (030) 5860 1216

Leena Simon
IT-Beratung
IT@anti-stalking-projekt.de
Telefon: (030) 5860 1214

Friederike Behrendt
psychosoziale Beratung bei Cyberstalking
kontakt@anti-stalking-projekt.de
Telefon: (030) 5860 1214



Frieda ist Träger des
frauzentrum e.V. Anti-Stalking-Projekts.

Das Anti-Stalking-Projekt und der Fachbereich Cyberstalking werden gefördert aus Mitteln der Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung, Abteilung Frauen und Gleichstellung.



Stand: Januar 2020



Beratung für Betroffene von Stalking/Cyberstalking

UNSERE ARBEITSWEI-

Das Anti-Stalking-Projekt des FRIEDA-Frauenzentrum e.V. berät und unterstützt Frauen*, die von Stalking und/oder Cyberstalking betroffen sind. Außerdem richtet sich unser Beratungsangebot an Angehörige oder Freund*innen.

Wir arbeiten parteilich, feministisch und unterstützen Sie dabei, Stalking und Cyberstalking entgegenzutreten.

Viele von (Cyber-)Stalking betroffene Frauen* sind in ihrer persönlichen Freiheit eingeschränkt, sie werden verfolgt, bedroht und leiden oftmals an Angst, Unruhe und Schlaflosigkeit. Diese psychische und physische Belastung hindert viele Betroffene* daran, die rechtlichen und persönlichen Handlungsmöglichkeiten zu erkennen. Eine persönliche Beratung ermöglicht es Ihnen, Ihre gegenwärtige Situation klarer einzuschätzen.

Wir gehen in unserer Beratung gezielt auf Ihre Situation und Bedürfnisse ein. Wir suchen gemeinsam mit Ihnen nach individuellen Wegen und Lösungen, um mit (Cyber-)Stalking umzugehen und zu einem selbstbestimmten Leben zurückzufinden. Dabei orientieren wir uns an Ihren Ressourcen und geben Ihnen Halt.

Wir beraten keine Täter*innen.

Wir verwenden das Gender-Sternchen (), um deutlich zu machen, dass es eine ganze Bandbreite an Geschlechter-Identitäten gibt. Viele Menschen können oder wollen sich nicht mit dem Geschlecht identifizieren, das ihnen bei Geburt zugewiesen wurde.*

UNSERE ANGEBOTE



BERATUNGEN

Stalking-Beratung _ Bei uns können Sie sich in einem persönlichen Gespräch zum Thema Stalking beraten lassen.

Cyberstalking-Beratung _ Wenn Sie von Cyberstalking, also Stalking über internetfähige Medien und Geräte, wie Smartphone betroffen sind, werden Sie hier dazu beraten.

IT-Beratung bei Cyberstalking _ Eine IT-Expertin berät von Cyberstalking betroffene Frauen* zu den Themen IT-Sicherheit und Medienkompetenz.

Angehörigenberatung _ Wir beraten nicht nur Frauen*, die gestalkt werden, sondern auch deren Angehörige, Freund*innen und soziales Umfeld.

Telefonische Beratung _ Nach vorheriger Absprache werden Sie auf Wunsch telefonisch beraten.

PERSÖNLICHE BEGLEITUNG _ In bestimmten Fällen und nach vorheriger Einschätzung der Situation begleiten wir Sie zu (Behörden-)Terminen.

ANTI-STALKING-GRUPPE _ Die offene Gruppe findet regelmäßig für von Stalking betroffene Frauen* statt.

INFORMATIONSVORANSTALTUNGEN FÜR MULTIPLIKATOR*INNEN _ Für Institutionen, Träger und Fachkräfte bieten wir Beratungen, Vorträge und Schulungen rund um Stalking und Cyberstalking an.

VERANSTALTUNGEN _ Mit externen Referentinnen* und unserer eigenen Expertise greifen wir spannende Themen auf. So vermitteln wir Medienkompetenz, geben Einblicke in diverse Sachlagen und zeigen Handlungsmöglichkeiten für einen selbstbestimmten Alltag auf.

Alle Angebote sind kostenfrei und finden, soweit nicht anders angegeben, im FRIEDA-Beratungszentrum für Frauen statt.*

DEFINITION

STALKING:

Wir verstehen unter *Stalking* das willentliche, beabsichtigte und wiederholte Nachstellen, Verfolgen und Belästigen einer bestimmten Person gegen deren ausdrücklichen Willen. In den meisten Fällen steht dabei das Aufbauen, Weiterführen oder Aufzwingen einer Beziehung im Vordergrund. Die einseitigen Kontaktbestrebungen der bedrohenden Person geschehen gegen den Willen der Betroffenen und stellen eine permanente Grenzüberschreitung dar.

Stalking beeinträchtigt die Lebensqualität und die Sicherheit der Betroffenen oft schwerwiegend. Es ist ein deutlicher Übergriff auf die Privatsphäre der Personen, denen nachgestellt wird, und bedroht sowohl ihre psychische als auch physische Unversehrtheit.

CYBERSTALKING:

Cyberstalking ist die beharrliche Nachstellung und Verfolgung einer Person über einen längeren Zeitraum hinweg, die unter Einbeziehung internetfähiger Medien und Geräte geschieht.

www.anti-stalking-projekt.de

STRAFGESETZBUCH

§ 238 NACHSTELLUNG

(1) Mit Freiheitsstrafe bis zu drei Jahren oder mit Geldstrafe wird bestraft, wer einer anderen Person in einer Weise unbefugt nachstellt, die geeignet ist, deren Lebensgestaltung schwerwiegend zu beeinträchtigen, indem er beharrlich

1. die räumliche Nähe dieser Person aufsucht,
2. unter Verwendung von Telekommunikationsmitteln oder sonstigen Mitteln der Kommunikation oder über Dritte Kontakt zu dieser Person herzustellen versucht,
3. unter missbräuchlicher Verwendung von personenbezogenen Daten dieser Person
 - a) Bestellungen von Waren oder Dienstleistungen für sie aufgibt oder
 - b) Dritte veranlasst, Kontakt mit ihr aufzunehmen, oder
4. diese Person mit der Verletzung von Leben, körperlicher Unversehrtheit, Gesundheit oder Freiheit ihrer selbst, eines ihrer Angehörigen oder einer anderen ihr nahestehenden Person bedroht oder
5. eine andere vergleichbare Handlung vornimmt.

(2) Auf Freiheitsstrafe von drei Monaten bis zu fünf Jahren ist zu erkennen, wenn der Täter das Opfer, einen Angehörigen des Opfers oder eine andere dem Opfer nahe stehende Person durch die Tat in die Gefahr des Todes oder einer schweren Gesundheitsschädigung bringt.

(3) Verursacht der Täter durch die Tat den Tod des Opfers, eines Angehörigen des Opfers oder einer anderen dem Opfer nahe stehenden Person, so ist die Strafe Freiheitsstrafe von einem Jahr bis zu zehn Jahren.

(4) In den Fällen des Absatzes 1 wird die Tat nur auf Antrag verfolgt, es sei denn, dass die Strafverfolgungsbehörde wegen des besonderen öffentlichen Interesses an der Strafverfolgung ein Einschreiten von Amts wegen für geboten hält.

(Quelle: <https://dejure.org/gesetze/StGB/238.html>, Stand Februar 2018)