

Merkblatt

Verhalten im Stalkingfall

Grundsätzlich <ul style="list-style-type: none"> ➤ Eine einzige, unmissverständliche, wenn möglich schriftliche Aufforderung Kontaktversuche einzustellen ➤ Jeden weiteren Kontakt <u>konsequent</u> vermeiden ➤ Frühzeitiges Einschalten der Polizei 	Dokumentation <ul style="list-style-type: none"> ➤ Führen eines Stalkingtagebuches ➤ Aufzeichnen der Stalkinghandlungen ➤ Tag; Datum; Uhrzeit; Medium; Wie erkannt; Zeugen; Inhalt; persönliche Gefühle; Bemerkungen
Telefonische Drohungen <ul style="list-style-type: none"> ➤ Datum; Uhrzeit ➤ Aufzeichnen; Außenlautsprecher (Mithörer) ➤ Zuhören; nicht unterbrechen; Notizen machen ➤ Viele Informationen gewinnen; offene Fragen stellen (soll nicht mit Ja oder Nein antworten) ➤ Fangschaltung, ggf. Geheimnummer beantragen ➤ Altes Telefon oder Handy nicht abmelden ➤ Handys auslesen, Informationen sichern 	Elektronische Medien (Cyberstalking) <ul style="list-style-type: none"> ➤ Nichts löschen, Emails sichern, Screenprint; IP-Adresse herausfinden ➤ Neuen Email-Account anlegen, neue Passwörter anfordern ➤ Belästigung dem Provider melden ➤ Unsichtbar machen im Internet (keine realen Namen verwenden, geschlechtsneutral) ➤ „google yourself“ (Was steht über Sie im Internet?)
Information <ul style="list-style-type: none"> ➤ Freunde, Verwandte, Nachbarn, Kolleginnen und Kollegen 	Geschenke <ul style="list-style-type: none"> ➤ Keine Geschenke annehmen ➤ Warensendungen zurückschicken
Briefe <ul style="list-style-type: none"> ➤ Unbedingt lesen ➤ Spurensichernd behandeln, Handschuhe anziehen oder nur an Ecken anfassen ➤ Auch Briefkuvert sichern ➤ Im Original sichern ➤ Nach Eingangsdatum archivieren ➤ Dokumentation der berechtigten Spurenerforscher 	Arzt <ul style="list-style-type: none"> ➤ Gesundheitliche Beeinträchtigungen durch einen Arzt attestieren lassen ➤ Kein pauschales Attest, Schwerwiegende Beeinträchtigung der Lebensgestaltung herausstellen, deutlich machen ➤ Suizidversuche oder Gedanken hierzu mit dem Arzt besprechen
Fahrzeug <ul style="list-style-type: none"> ➤ Ruhig bleiben, Fahrzeug verriegeln ➤ Im Gefahrenfall Hupe betätigen ➤ Zur nächsten Polizeistation fahren ➤ Örtlichkeit aufsuchen, wo Personen sind (Raststätte, Tankstelle) ➤ Nicht „jagen“ lassen ➤ Verkehrsgefährdungen, Verhalten dokumentieren (Zeugen? Handyaufnahme?) ➤ Kennzeichen des Verfolgers notieren ➤ Bei Einbruch in Fahrzeug: Polizei einschalten, über Stalkinghandlung informieren ➤ Fahrzeugcheck auf Sicherheit ➤ Wanzen, Kameras 	Direkte Konfrontation <ul style="list-style-type: none"> ➤ Mentale Strategien vorher zurecht legen ➤ Ruhe bewahren, ruhig verhalten, Stimme, Atmung kontrollieren, auf Zeit arbeiten; ➤ In Sicherheit bringen; Hilfe holen, Helfer direkt ansprechen ➤ Mit Täter auf „Sie-Ebene“ begeben ➤ Bumerangsätze geben {„Lass mich in Ruhe, ich will mit Dir nichts zu tun haben!;} {„ Ich habe verstanden und ich werde das nicht kommentieren!;} nicht in die Opferrolle hineindrängen lassen; ➤ Halten Sie Blickkontakt; Reden und zuhören, nicht beleidigen ➤ Eigene Körpersprache beachten, Hände nach vorn bringen ➤ Distanz halten, 360° Blick, ➤ Bei körperlichem Angriff Schreien, körperlich wehren
Wohnung <ul style="list-style-type: none"> ➤ Bei Einbruch Polizei verständigen, über Stalkinghandlung informieren ➤ Check auf versteckte Kameras, Wanzen ➤ Hinterlassenschaften? ➤ Bett benützt? 	<h2>Polizei-Notruf</h2> <h1>110</h1>

Achtung! Empfehlungen sind Grundsätze! Abweichungen können im Einzelfall angebracht sein!