



# Stalking: Grenzen setzen!

**Informationen für Betroffene**

Ihre Polizei und die Schweizerische  
Kriminalprävention (SKP) – eine  
interkantonale Fachstelle der  
Konferenz der kantonalen Justiz- und  
Polizeidirektorinnen und -direktoren  
(KKJPD)

Der Begriff Stalking bezeichnet das beabsichtigte und wiederholte Nachstellen und Belästigen einer Person.

Stalking kann betroffene Personen in ihrer Lebensführung stark beeinträchtigen. Sie erleiden oft richtiggehenden Psychoterror bis hin zu körperlichen Übergriffen. Stalking kann beim Opfer schwere seelische Leiden hervorrufen und soziale Isolation zur Folge haben.

## Werde ich «gestalkt»?

- Sie erhalten belästigende Telefonanrufe zu jeder Tages- und Nachtzeit.
- Sie werden mit Briefen, SMS oder E-Mails überhäuft.
- Ihnen wird am Wohnort, Arbeitsort oder an anderen Orten aufgelauert.
- Sie werden verfolgt.
- Ihnen werden unerwünschte Geschenke zugestellt.
- Ihre Bekannten werden über Sie ausgefragt.
- Sie werden beleidigt, verleumdet oder es werden falsche Informationen über Sie verbreitet.
- In Ihrem Namen werden Bestellungen oder Inserate (erotischer Natur) aufgegeben.
- Ihr Eigentum wird beschädigt oder gestohlen, typischerweise Ihre Post.
- Sie werden bedroht oder genötigt.
- Sie werden gar von ihrem Stalker / ihrer Stalkerin körperlich oder sexuell angegriffen.

Manche Verhaltensweisen eines Stalkers oder einer Stalkerin sind gesetzeswidrig und strafbar. Jede einzelne Tat, wie zum Beispiel Drohung, Nötigung oder telefonische Belästigung, sollte daher angezeigt werden.

### **Praktisch alle Kantone sehen in ihrer Gesetzgebung die Möglichkeit vor,**

- Stalker und Stalkerinnen vorläufig festzunehmen sowie
- ein befristetes Kontakt- und Rayonverbot gegenüber dem Opfer und allfälligen Kindern auszusprechen, falls nötig unter Androhung von strafrechtlichen Konsequenzen bei Missachtung.

Diese polizeilichen Massnahmen sind aber ein erheblicher Eingriff in die Bewegungsfreiheit des Stalkers / der Stalkerin, weswegen die belästigenden Handlungen ein gewisses Mass an Intensität voraussetzen. Fühlen Sie sich jedoch akut und ernsthaft bedroht, rufen Sie unverzüglich die Polizei, damit diese Ihnen helfen kann. Lieber einmal zu viel als zu spät!

## Das Wichtigste in Kürze

- Grenzen setzen!
- Umfeld informieren – Öffentlichkeit kann schützen!
- Vorfälle genau dokumentieren und Anzeige erstatten. Die Polizei hat die Möglichkeit, Sofortmassnahmen zu ergreifen!

## Setzen Sie Grenzen!

Nehmen Sie die Situation ernst! Es ist erwiesen, dass Stalking mit der Zeit eher an Intensität zunimmt, wenn nichts dagegen unternommen wird. Folgende Vorgehensweisen haben sich bewährt:

- Sagen Sie dem Stalker oder der Stalkerin einmal (!) deutlich und unmissverständlich, am besten vor Zeugen, dass Sie keinen Kontakt mehr wollen.
- Gehen Sie auf keinen Fall auf weitere Kontaktversuche ein. Bleiben Sie konsequent!
- Informieren Sie Ihr privates und geschäftliches Umfeld über die Situation. Öffentlichkeit kann schützen.
- Führen Sie ein «Stalking-Tagebuch». Dokumentieren Sie alles, was der Stalker oder die Stalkerin schreibt, schickt oder tut, mit Datum und Uhrzeit. Durch das Sammeln von Beweismaterial können Sie Ihre Glaubwürdigkeit in einem allfälligen straf- oder zivilrechtlichen Verfahren untermauern.
- Suchen Sie Unterstützung und nutzen Sie alle rechtlichen Möglichkeiten, um gegen den Stalker oder die Stalkerin vorzugehen.
- Rufen Sie bei Gefahr oder konkreter Bedrohung umgehend die Polizei (Notruf 117)!
- Zögern Sie nicht, Anzeige zu erstatten. Es ist wichtig, dass möglichst früh etwas gegen Stalking unternommen wird. Die Polizei hat die Möglichkeit, Sofortmassnahmen zu ergreifen.
- Erkundigen Sie sich, ob es bei Ihrer Kantonspolizei eine Fachstelle im Bereich Stalking oder Häusliche Gewalt gibt. Wenn ja, wenden Sie sich an diese Fachpersonen.

## Weitere Informationen und kostenfreie Unterstützung erhalten Sie bei folgenden Organisationen:

- In jedem Kanton gibt es eine kantonale Opferberatungsstelle, welche die Opfer in psychischen, rechtlichen und finanziellen Belangen berät: **[www.opferhilfe-schweiz.ch](http://www.opferhilfe-schweiz.ch)**.
- Tritt Stalking im Rahmen einer ehemaligen Paarbeziehung auf, können Frauen in Notsituationen vorübergehend Schutz in einem Frauenhaus finden: **[www.frauenhaus-schweiz.ch](http://www.frauenhaus-schweiz.ch)**.
- Auch für Männer gibt es in der Schweiz ein Haus, das Schutz gewährt: **[www.zwueschehalt.ch](http://www.zwueschehalt.ch)**.
- Die Hilfsorganisation Weisser Ring bietet persönliche Opferberatungen oder Selbsthilfegruppen an: **[www.weisser-ring.ch](http://www.weisser-ring.ch)**.

Auf der Internetseite der Schweizerischen Kriminalprävention finden Sie weitere Informationen und Angaben zu Stalking: **[www.skppsc.ch](http://www.skppsc.ch)**



Schweizerische Kriminalprävention  
Haus der Kantone  
Speichergasse 6  
Postfach  
3000 Bern 7

[www.skppsc.ch](http://www.skppsc.ch)

<b>Quelle</b>	Stadtpolizei Winterthur: Stalking – Grenzen setzen; Flyer, 2011
<b>Gestaltung</b>	Weber & Partner, <a href="http://www.weberundpartner.com">www.weberundpartner.com</a>
<b>Foto</b>	123RF/Tatiana Makotra
<b>Druck</b>	Flyerline Bern AG, CH-3006 Bern
<b>Auflage</b>	D: 80 000 Ex.   F: 30 000 Ex.   I: 10 000 Ex.
<b>Copyright</b>	Schweizerische Kriminalprävention (SKP) März 2014, 1. Auflage