

Liste von Verhaltenshinweisen

- **Transparenz:** Die Vermittlung von Verhaltensratschlägen setzt voraus, dass den Opfern Sinn und Kontext der Maßnahmen bekannt sind. Deshalb muss ein grundlegendes Wissen über die Phänomenologie des Stalkings mitgeteilt werden.
- **Abstinenz:** Der Kontakt zum Stalker wird aktiv verweigert. Dazu gehört auch, dass keine Anrufe mehr entgegengenommen werden und keine persönlichen Treffen (auch kein allerletztes) mehr stattfinden.
- Das **Abmelden des Telefonanschlusses** ist teilweise sinnvoll, in anderen Fällen hat es sich bewährt einen **zweiten, zusätzlichen Anschluss** zu installieren.
- Ein Anrufbeantworter, besprochen durch eine dritte neutrale Person, kann die Funktion eines Filters übernehmen.
- **Mit allen vertraulichen und persönlichen Angaben ist sehr vorsichtig umzugehen.** Das Opfer muss sich verdeutlichen, an wie vielen Stellen die Anschrift registriert ist (Bücherei, Sportverein, Kindergarten, Arztpraxen etc.).
- Nicht bestellte Warensendungen dürfen **auf keinen Fall angenommen** werden.
- Post, Briefe, Zettelchen und unerwünschte Geschenke **werden nicht beantwortet**, aber auch nicht zurückgesandt. Sie sollen im Sinne der Dokumentation (versehen mit Datum etc.) **aufbewahrt werden**. Zur psychischen Entlastung empfiehlt es sich in einigen Fällen, die Waren und Briefe bei Bekannten, Freunden beziehungsweise Freundinnen oder Familienmitgliedern aufzubewahren.
- Die Möglichkeit ein **Postfach** zu eröffnen, sollte in Betracht gezogen werden.
- Hinfällige Post und persönliche Gegenstände zum Beispiel alte Photos sollten, wenn sie in den Müll geworfen werden, **unkenntlich** sein.
- **Nachbar/innen, Arbeitskolleg/innen, Freund/innen und Bekannte müssen von dem Stalking in Kenntnis gesetzt werden.** So kann zum einen vermieden werden, dass Informationen unbeabsichtigt weiter gegeben werden. Zum anderen trägt es zur Sicherheit des Opfers bei, wenn die Nachbarn den Täter einordnen können. Am Arbeitsplatz schützen solche Informationen Opfer sowie Kollegen und wirken Missverständnissen (zum Beispiel wegen erhöhter Fehlzeiten des Opfers) entgegen.
- Eine **Dokumentation** ist notwendig, um die Dynamik des Falles betrachten zu können und die Belästigungen vor Gericht beweisen zu können.
- Ein **Sicherheits-Check der Wohnung** durch die kriminalpolizeiliche Beratungsstelle und das **Installieren von Warnsystemen** sind weitere Möglichkeiten um das Opfer zu schützen.
- Der Besuch eines **Selbstbehauptungskurses** kann auf Opfer einen psychisch und physisch stärkenden Effekt haben.
- Weiter sollten sich Opfer gezielt **Unterstützung auf verschiedenen Ebenen** suchen. Bei Bedarf ist ein psychotherapeutisches Angebot zu empfehlen. Auf privater Ebene ist es von hohem Wert, wenn Geschädigte auch spontan Hilfe bei Freunden oder Freundinnen finden.