

# Opfer von Stalking

Dipl.-Psych. Ellen Harbers

Wiener Frühjahrstagung 13. Juni 2026

Formen von Stalking

Opfer sein von Stalking

Was benötigen die Opfer?

## Definition von Stalking (Hoffmann, 2005)

„Obsessive Fixierung auf eine andere Person, die sich in einer gedanklichen und häufig auch emotionalen Besessenheit manifestiert.“

- Wiederholte Handlungen - Kontaktaufnahme/ Annäherung/ Belästigung
- Längerer Zeitraum
- Überschreitet soziale Regeln
- Richtet sich auf eine spezifische Person
- Wird zumindest teilweise von Zielperson wahrgenommen
- Handlungen sind von Zielperson nur beschränkt beeinflussbar

# Unterschiedliche Formen von Stalking

Beziehung

Motiv

Geschlecht

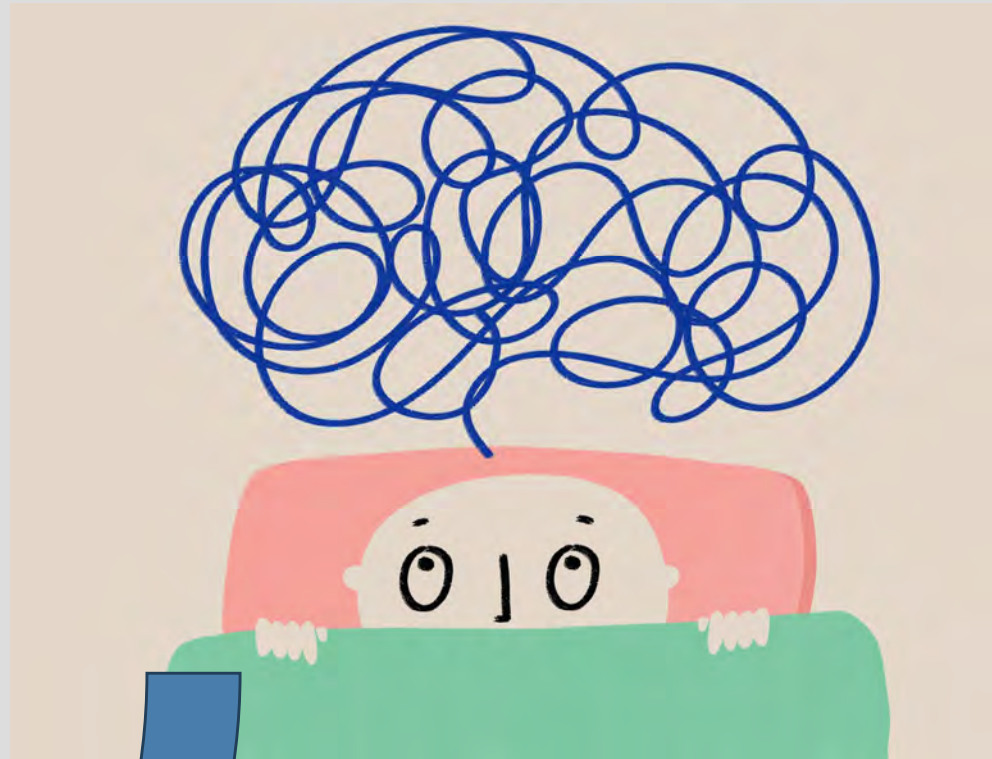
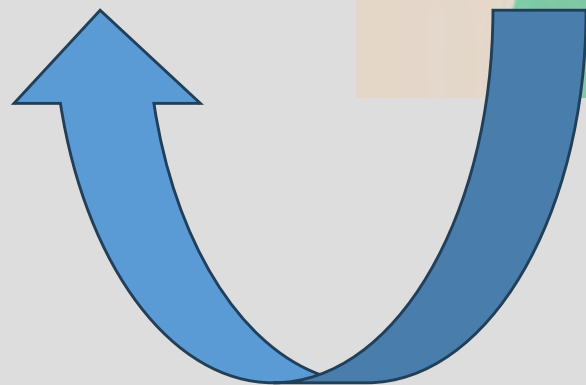
Alter

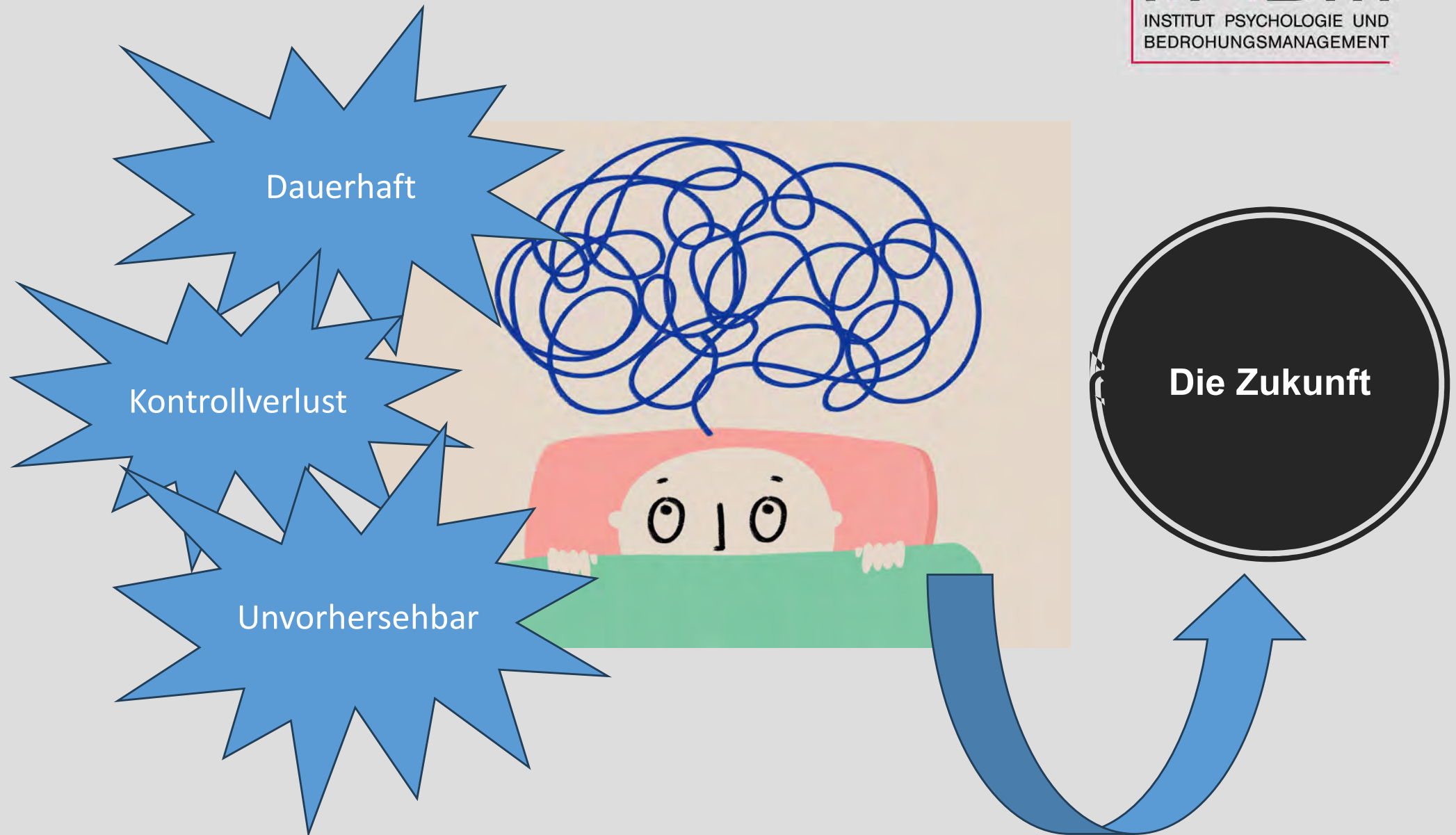
Psychische  
Gesundheit

# Was unterscheidet Stalking?



Deze foto van Onbekende auteur is gelicentieerd onder [CC BY-NC-ND](#)







Was  
unterscheidet  
Stalking?





# Nicht nur ein Opfer...

Durchschnittlich sind 21 Personen betroffenen  
und vielleicht auch gefährdet in jedem Fall  
(Sheridan, 2005)

- Freunde 29%
- Familie 25%
- Kinder 25%
- Arbeitskolleg\*innen 18%
- Partner\*innen 17%
- Nachbar\*innen 15%
- Anderen 13%



# Was benötigen die Opfer?

Aufklärung

Fallmanagement

Handlungsstrategien

Psychische Belastung

## Aufklärung

- Allg. Hintergründe von Stalking
- Psychologisches Profil der stalkenden Person
- Folgen von Stalking
- Evtl. Ansprechen von Selbstvorwürfen
- Rückmeldung: Stalking ist ungerecht

## Fallmanagement

- Managementziele vereinbaren
- Klärung von Ressourcen
- Risikofaktoren nennen und auf mögl. Eskalationsphasen hinweisen
- Sicherheitsplan ausarbeiten
- Nennung konkreter Ansprechpartner\*innen

Das Opfer muss seinen/ihren eigenen Sicherheitsplan erstellen, der auf seine/ihre eigenen Umstände zugeschnitten ist und auf den Ressourcen basiert, auf die er/sie Zugriff hat. Jeder Plan erfordert aktive, sorgfältige Arbeit durch seine/ihre Gemeinschaft; alles, was dem Opfer hilft, seinem/ihrer Risikogefühl und seinem/ihrer Gefühl dafür zu vertrauen, wie es sicher wird, erhöht seine/ihre Sicherheit.

*(Barbara Hart, 1998)*

## Handlungsstrategien

- Konsequente Kontaktvermeidung mit der stalkenden Person
- Dokumentation des Stalking-Verhaltens
- Bekanntmachen des Stalkings im Umfeld
- Suche nach Unterstützung
- „Unsichtbar“ machen

## Psychische Belastung

- Durchsprechen Belastungsfaktoren
- Einschätzung Belastungsgrad
- Evtl. Aufklärung therapeutische Ansätze
- Vorschläge für allgemeine Copingstrategien
- ggf. Nennung therapeutischer Ansprechpartner\*innen



# Folgen: Die Gewalt von Stalking

**Das größere Risiko für Stalking-Opfer ist nicht primär das einer körperlichen Verletzung, sondern vielmehr die Beeinträchtigung der mentalen wie auch der sozialen Gesundheit infolge andauernder Belästigung**

(Mullen & MacKenzie, 2004)



# (Miss)verstandenes Opferverhalten

- Kommt nach Kontaktbeendigung erneut in Kontakt
- Opfer übt selbst Gewalt oder Sachbeschädigung aus
- Arbeitet mit der stalkenden Person zusammen
- Arbeitet nicht mit der Polizei zusammen
- Hält sich nicht an Absprachen
- .....



# (Miss)verstandenes Opferverhalten

- Das Verhalten wird verständlich, indem das Opfer versucht die Kontrolle zurück zugewinnen
- Wir müssen aber erkennen dass dieses Verhalten das Risiko erhöht
- Der Sicherheitsplan muss Eskalationstüfe von der Stalkende Person und dem Opfer aufnehmen



## Take home

- Stalking ist ein komplexes Verbrechen
  - Strafrechtlich schwer zu beweisen
  - Strafrecht oft nicht die Lösung
- Folgen von Stalking sind riesig
  - Gewalt
  - Beeinträchtigung mentalen und sozialen Gesundheit
- Deshalb benötigt ein Opfer (oft langfristige) Unterstützung und Begleitung
- Opfer Verhalten wird häufig falsch verstanden
- Der Sicherheitsplan muss Eskalationstüfe von der Stalkende Person und dem Opfer aufnehmen

## Literatur

- Paul Mullen and Troy McEwan (Australia)
- Lorraine Sheridan (UK)
- Jens Hoffmann (Deutschland)

## Netflix Empfehlung

- Baby Reindeer



# Vielen Dank!

- Institut Psychologie & Bedrohungsmanagement  
Hoffmann & Hoffmann GbR  
64222 Darmstadt  
Postfach 11 07 02

Fon: +49 (0) 6151 606767-0

Fax: +49 (0) 6151 20434

- [Ellen.harbers@i-p-bm.de](mailto:Ellen.harbers@i-p-bm.de)
- [info@i-p-bm.de](mailto:info@i-p-bm.de)
- [www.i-p-bm.de](http://www.i-p-bm.de)