



Stadt Bern

Direktion für Sicherheit  
Umwelt und Energie

# Cyberstalking



Gefahren im Internet

**Herausgeberin:**

Amt für Erwachsenen- und Kinderschutz der Stadt Bern

**Grundlage:**

Masterarbeit "Cybermobbing und Cyberstalking in sozialen Netzwerken" von Frau M. Uetz

**Foto:**

E. Kuske

**1. überarbeitete Version:** Februar 2016

**2. überarbeitete Version:** April 2017

**3. überarbeitete Version:** Mai 2019

# Cyberstalking

Unzählige Anrufe, Briefe, Geschenke, Auflauern und Verfolgen – Stalking kann die Lebensqualität eines Opfers extrem einschränken. Das Phänomen hat in letzter Zeit an Bedeutung gewonnen, Polizei und Gerichte haben sich damit auseinandergesetzt. Doch was tun, wenn das Stalking im Internet stattfindet? An wen wenden Sie sich, wie können Sie Stalking vorbeugen, und wie können Sie dagegen vorgehen? Diese Broschüre soll Ihnen in solchen Situationen mit praktischen Tipps weiterhelfen.

Bei den genannten Anlaufstellen beschränken sich die Angaben dieser Broschüre auf die Region Bern. Die allgemeinen Informationen haben jedoch generelle Gültigkeit.

Im Text werden die männlichen Formen verwendet – natürlich sind damit auch immer Frauen gemeint.

## Inhaltsverzeichnis

Was ist Cyberstalking? .....	4
Welche Formen von Cyberstalking gibt es?.....	5
Welche Folgen kann Cyberstalking haben? .....	6
Was können Sie dagegen tun? .....	7
Verhaltensregeln .....	7
Was können Sie vorbeugend beachten?.....	7
Wie sollten Sie sich verhalten, wenn Sie gestalkt werden?.....	9
Hilfe vom Netzbetreiber .....	11
Facebook .....	11
Twitter.....	13
YouTube .....	13
Rechtliche Möglichkeiten .....	14
Strafrecht .....	14
Zivilrecht.....	17
Polizeigesetz des Kantons Bern .....	19
Anlaufstellen .....	20

## Was ist Cyberstalking?

Cyberstalking ist das obsessive **Ausspionieren, Belästigen oder Bedrohen eines anderen Menschen unter Nutzung des Internets oder verwandter elektronischer Medien**. Die Stalking-Handlung muss **mindestens zweimal** vorkommen und das Opfer **verängstigen**.

Die einzelne Handlung isoliert gesehen ist meistens ein normales Verhalten, z.B. eine E-Mail-Nachricht oder ein Pinnwand-Eintrag auf Facebook. Wenn der Stalker aber immer wieder schreibt und nicht locker lässt, wird das Cyberstalking beängstigend.

Der Stalker ist häufig eine dem Opfer bekannte Person: der Ex-Partner, ein abgewiesener Verehrer, ein Arbeitskollege oder ein Bekannter. Es kann aber auch ein Fremder sein.

Die Gründe für das Stalking sind sehr unterschiedlich, z.B. akzeptiert der Ex-Partner die Trennung nicht, der Stalker ist der Überzeugung, es bestehe eine Beziehung zwischen ihm und dem Stalking-Opfer, der Stalker will sich für etwas rächen oder er leidet an einer psychischen Störung.

Die **Besonderheiten** von Cyberstalking sind:

- Das Stalking findet nicht direkt, sondern indirekt über elektronische Kommunikationsmittel statt, d.h. es kommt zu keinem persönlichen Kontakt.
- Weil es zu keinem direkten Kontakt kommt, ist die Hemmschwelle des Stalkers oftmals niedriger.
- Der Stalker kann dem Opfer zu jedem Zeitpunkt ohne nennenswerten Aufwand eine Nachricht über eine beliebige Distanz hinweg zustellen.
- Der Stalker kann auch andere Menschen miteinbeziehen (z.B. Nachrichten an Freunde oder Verwandte des Opfers senden).

## **Welche Formen von Cyberstalking gibt es?**

Cyberstalking kann in unzähligen Varianten vorkommen. Hier einige Beispiele für Cyberstalking-Handlungen:

- Massenhafte Zusendung von E-Mails mit Liebesbekundungen, Bitten um (Wieder-)Aufnahme einer Beziehung, Drohungen, sexuelle Inhalte, Beschimpfungen etc.
- Massenhafte Zusendung von Nachrichten über Chat, Privatnachricht-Funktion von sozialen Netzwerken oder SMS
- „Mail-Bombing“, d.h. es werden in kürzestem Zeitraum so viele E-Mails an dieselbe Adresse gesendet, dass das Postfach blockiert wird
- Veröffentlichung von unerwünschten Beiträgen im sozialen Netzwerk (z.B. auf der Facebook-Pinnwand) der betroffenen Person
- Veröffentlichung von Webseiten mit Bildern und persönlichen Daten des Opfers
- Ausspionieren über soziale Netzwerke und andere im Internet veröffentlichte Informationen über das Opfer
- Kontaktaufnahme mit Freunden und Verwandten der betroffenen Person über E-Mail, soziale Netzwerke, Chat, SMS etc.

Häufig treten spezifische Cyberstalking-Handlungen gepaart mit weiteren Stalking-Handlung auf. Beispielsweise spioniert der Täter dem Opfer im Internet nach, um seinen Aufenthaltsort herauszufinden und ihm dort aufzulauern.

## Welche Folgen kann Cyberstalking haben?

Cyberstalking kann je nach Ausprägung schwerwiegende Folgen für das Opfer haben. Vor allem wenn sich das Cyberstalking über mehrere Wochen, Monate oder sogar Jahre ausdehnt, beginnen viele Betroffene an Angstzuständen zu leiden. Sie verlieren das Vertrauen in andere Menschen und ziehen sich in ihre sicheren vier Wände zurück. Die Betroffenen fühlen sich hilflos und unruhig. Dazu kommt eine dauernde Anspannung – sie wissen nie, wann und wie der nächste unerwünschte Kontakt erfolgt.

Der anhaltende Stress über längere Zeit kann zu körperlichen Beschwerden wie Schlafstörungen, Migräne, Kopfschmerzen, Schweissausbrüchen, Herzbeschwerden, Magenschmerzen und Konzentrationsschwierigkeiten oder sogar zu psychischen Erkrankungen führen. In langandauernden und komplexen Fällen kann es zu Suizidgedanken bei den Opfern kommen.

Häufig kann das Opfer auch noch nach Jahren unter der gemachten Erfahrung leiden: niedriges Selbstwertgefühl, Ängste, Vertrauensverlust, Depression, Misstrauen gegenüber anderen Menschen und damit Einsamkeit sind mögliche Langzeitfolgen.

Neben den psychischen, sozialen und körperlichen Folgen kann Stalking auch finanzielle Folgen haben, z.B. wenn das Opfer seine Arbeitsstelle verliert.

Nehmen Sie Cyberstalking ernst und versuchen Sie, etwas dagegen zu unternehmen!

## Was können Sie dagegen tun?

### Verhaltensregeln

#### Was können Sie vorbeugend beachten?

Jeder Fall von Stalking ist individuell, trotzdem gibt es einige allgemeine Tipps, mit welchen das Risiko, Stalking-Opfer zu werden, verkleinert werden kann:

- Es ist nicht möglich vorherzusagen, ob jemand zum Stalker wird. Es gibt aber einige **Merkmale**, die bei auffallend vielen Stalkern auftreten, mit denen die betroffene Person vorher eine Beziehung geführt hat und auf die Sie achten können:
  - Starke Abhängigkeit während der Beziehung
  - Krankhafte Eifersucht
  - Will den Partner kontrollieren (z.B. Kleidervorschriften, will den Umgang mit bestimmten Freunden verbieten etc.)
  - Schwört schon ungewöhnlich früh in der Beziehung ewige Treue und verlangt vom Partner dasselbe
  - Unsicherheit und niedriges Selbstwertgefühl
  - Gewalt während der Beziehung
- Wollen Sie Ihre Beziehung beenden, tun Sie es **konsequent und mit klaren Worten**. Will der Partner Ihre Entscheidung nicht akzeptieren, versuchen Sie nicht zu argumentieren und diskutieren. Ein Stalker wird darin eine Bestätigung sehen. Teilen Sie Ihre Entscheidung sachlich mit und vermeiden Sie Emotionen.
- Wenn jemand Sie unerwünscht kontaktiert und Sie kennenlernen will, **lehnen Sie eindeutig und unmissverständlich ab**. Sobald Sie Gründe für die Zurückweisung nennen, bringt ein Stalker Gegenargumente vor, weil er denkt, nicht richtig verstanden worden zu sein. Ein „Nein!“ kann vom Stalker in seinem Kopf zu einem „Ja!“ uminterpretiert werden!

- **Schützen Sie Ihre persönlichen Informationen!**
  - Geben Sie Ihre E-Mail-Adresse nur an vertrauenswürdige Personen weiter.
  - Veröffentlichen Sie Ihre Adresse, E-Mail-Adresse und Telefonnummern nicht für alle zugänglich im Internet.
  - Nehmen Sie in sozialen Netzwerken nur Freundschafts- oder Verlinkungsanfragen von Personen an, die Sie persönlich kennen.
  - Nutzen Sie die Privatsphäre-Einstellungen von sozialen Netzwerken. Regeln Sie, wer wie viele Informationen einsehen kann.
  - Trennen Sie gemeinsame Online-Konti von Einkaufskarten wie Cumulus-Karte, Supercard etc.
  - Seien Sie achtsam! Auch in passwortgeschützten oder nur für bestimmte Personen zugänglichen Bereichen können findige Internetnutzer an die dort gespeicherten Daten gelangen.
- Falls Sie auf eine **Kontaktanzeige** im Internet antworten, geben Sie **nicht Ihren richtigen Namen und Ihre Haupt- oder Geschäfts-E-Mail-Adresse** an. Wählen Sie ein Pseudonym und eine E-Mail-Adresse, die nicht auf Ihre Person schliessen lassen.
- Menschen, die beruflich eine enge Bindung mit anderen Personen eingehen (Ärzte, Psychologen, Anwälte etc.) werden häufiger Opfer von Stalking. Wenn Sie zu einer Risikoberufsgruppe gehören, achten Sie darauf, keine persönlichen Details preiszugeben (z.B. Gespräche über Ihr Privatleben, Fotos von der Familie auf dem Schreibtisch) und Ihre privaten Kontaktdaten geheim zu halten.



**Wie sollten Sie sich verhalten, wenn Sie gestalkt werden?**

Falls Sie Opfer von Cyberstalking geworden sind, gibt es einige Verhaltensregeln, die Sie beachten sollten:

- **NICHT REAGIEREN:** Vermeiden Sie jeden Kontakt mit dem Stalker! Es sind keine weiteren Argumente nötig, wenn Sie **einmal klar kommuniziert haben, dass Sie keinen Kontakt wollen**. Beantworten Sie keine E-Mails, SMS und sonstige Nachrichten. Lassen Sie den Stalker auch nicht durch andere Handlungen merken, ob Sie seine Kontaktversuche erreicht haben oder nicht. Wenn ein Stalker nach 30 unbeantworteten Nachrichten eine (wenn auch nur kurze und negative) Antwort erhält, fühlt er sich darin bestätigt, nicht so schnell aufzugeben und startet beim nächsten Mal 40 Versuche!
- **ERSCHWEREN** Sie dem Stalker die Möglichkeiten, mit Ihnen in Kontakt zu treten. Wechseln Sie Ihre E-Mail-Adresse und geben Sie diese nur an vertrauenswürdige Personen weiter, blockieren Sie den Stalker auf Facebook und in anderen sozialen Netzwerken, gehen Sie nicht online in Chats, wo der Stalker sich aufhalten könnte und wechseln Sie Ihre Mobiltelefonnummer.
- **OFFLINE GEHEN:** Loggen Sie sich aus, wenn Sie in Chats oder anderen Online-Situationen belästigt werden.
- **DOKUMENTIEREN UND BEWEISE SICHERN:** Damit die Polizei oder das Zivilgericht allenfalls gegen den Stalker vorgehen kann, braucht es Beweise. Dokumentieren Sie deshalb alle Stalking-Handlungen mit Datum, Zeit und Art der Handlung in einem Tagebuch (⇒ [Vorlage](#)). Speichern Sie E-Mails auf Ihrer Festplatte und erstellen Sie Screenshots von Beiträgen in sozialen Netzwerken, Chat-Nachrichten, von Webseiten etc. Die Polizei rät, die betroffenen Konten (E-Mail, Facebook etc.) nicht mehr zu nutzen, aber auch nicht zu löschen.
- **LÖSCHEN:** Nachdem eine Kopie auf der Festplatte Ihres Computers oder extern abgelegt wurde, löschen Sie öffentlich oder halböffentlich (z.B. für Facebook-Freunde) zugängliche Beiträge. Für Beiträge in sozialen Netzwerken, die Sie nicht selber löschen können, weil Sie nicht mit der betreffenden Person vernetzt sind oder die nötigen Zugriffsrechte nicht besitzen, gibt es diverse Vorgehensweisen, welche die Netzwerkbetreiber zur Verfügung stellen (siehe Seite 11). Bei Beiträgen auf Webseiten wenden Sie sich an den Webmaster, damit dieser die Beiträge entfernt.

- **INFORMIEREN:** Setzen Sie Ihr Umfeld über die Situation in Kenntnis. Bitten Sie Ihre Freunde und Verwandten, nicht auf Kontaktversuche des Stalkers einzugehen und Ihnen Verdächtiges zu melden, damit Sie dies in Ihr Stalking-Tagebuch aufnehmen können.
- **UNTERSTÜTZUNG SUCHEN:** Opfer von Stalking befinden sich in einem dauernden Stresszustand. Suchen Sie sich Unterstützung bei einer Beratungsstelle.
- **ANZEIGE ERSTATTEN:** Die rechtlichen Möglichkeiten werden auf den Seiten 14 - 16 dieser Broschüre erläutert.




## Hilfe vom Netzbetreiber

Alle Detailinformationen zu den verschiedenen sozialen Netzwerken beziehen sich auf den Stand der Webseiten vom Mai 2019.

### Facebook

Hier finden Sie Tipps, wie Sie Stalking über Facebook vorbeugen oder damit umgehen können:

- Nutzen Sie die **Privatsphäre-Einstellungen** von Facebook. Dort können Sie einstellen, wer Ihre Beiträge sehen und wer Sie überhaupt kontaktieren kann. Sie können auch einstellen, ob Suchmaschinen wie z.B. Google, einen Link auf Ihr Profil in den Suchergebnissen anzeigen dürfen.




Unter Einstellungen gelangen Sie über das Schloss-Symbol  (**Privatsphäre**) zu den „**Privatsphäre-Einstellungen**“. In der Rubrik „**Wer kann deine zukünftigen Beiträge sehen?**“ können Sie im Dropdown-Menü unter  Mehr ... und dann  Alle ansehen unter „**Benutzerdefiniert**“ auswählen, wer geteilte Inhalte sehen kann (Freunde, Freunde von Freunden, Bestimmte Personen oder Listen) und wer nicht. Unter „**Nicht teilen mit**“ können Sie entweder einzelne Personen oder ganze Listen eingeben.

Dasselbe können Sie unter dem Punkt „**Chronik- und Markierungseinstellungen**“ für verschiedene Situationen tun.

- Beschränken Sie die Einsichtsrechte Ihrer Freunde in Ihrem Profil. Am einfachsten geht das mit Hilfe von Freundeslisten. Auf der Startseite in der Menüspalte auf der linken Seite finden Sie die Rubrik „**Freundeslisten**“. Dort finden Sie bereits vordefinierte Listen von Facebook. Sie können diese Listen bearbeiten, indem Sie die Liste anwählen und dann oben rechts auf „**Liste verwalten**“ klicken. Sie können Freunde hinzufügen und entfernen.

Facebook stellt standardmässig eine Liste „**Eingeschränkt**“ zur Verfügung. Freunde, die Sie zu dieser Liste hinzufügen, können nur Beiträge und Profilinformatio- nen sehen, die Sie öffentlich zugänglich gemacht haben. Sie können aber auch eigene Listen mit Personen erstellen, deren Einsichtsrechte Sie einschränken wollen.


- Überprüfen Sie die Privatsphäre-Einstellungen regelmässig – es könnte **Änderungen** gegeben haben, über die Sie der Netzbetreiber nicht informiert!


- Überprüfen Sie **Freundschaftsanfragen**. Befreunden Sie sich nur mit Personen, die Sie persönlich kennen. Möchten Sie mit dieser Person auch im realen Leben befreundet sein? Wenn nein, lehnen Sie die Anfrage ab!
- Wenn Sie belästigt werden, können Sie eine Person melden. Gehen Sie dazu zum Profil der betreffenden Person, klicken Sie auf das Symbol  und dort auf **„Feedback geben oder dieses Profil melden“**. Wählen Sie die zutreffende Rubrik aus und senden Sie das Formular ab. Bei einer Meldung prüft Facebook, ob die **„Standards der Facebook-Gemeinde“** verletzt wurden. Nur dann wird der Nutzer von Facebook verwarnt oder gesperrt. Diese Standards finden Sie unter diesem Link: [www.facebook.com/communitystandards](http://www.facebook.com/communitystandards)
- Bei anhaltender Belästigung können Sie die Person blockieren oder **„Als FreundIn entfernen“**. Gehen Sie zum entsprechenden Profil, klicken Sie auf das Symbol  und auf **„Blockieren“** oder klicken Sie auf das Symbol  und **„Als FreundIn entfernen“**. Wenn Sie die Person als FreundIn entfernen, kann sie unter Umständen Ihr Profil trotzdem noch aufrufen, öffentliche Inhalte ansehen und Ihnen Freundschaftsanfragen senden. Blockierte Nutzer können Ihre Beiträge nicht sehen, Sie nicht markieren, Sie nicht als FreundIn hinzufügen und keine Nachrichten senden. Sie können auch Personen blockieren, mit denen Sie nicht auf Facebook befreundet sind.

In Ihren Privatsphäre-Einstellungen unter **„Blockieren“** können Sie die blockierten Nutzer sehen und die Blockierung wieder aufheben.

- Wenn Sie belästigende Nachrichten erhalten, können Sie diese melden. Gehen Sie dazu in Ihre Nachrichten und rufen Sie die betreffende Unterhaltung auf. Oben neben dem Namen des Absenders klicken Sie auf **„Optionen“**, dann auf **„Etwas stimmt nicht“**, wählen Sie die zutreffende Rubrik aus und senden Sie das Formular ab.

Auch hier gilt, dass Facebook nur Schritte unternimmt, wenn die Nachricht/en gegen die Standards verstossen.

- Ein Fake-Profil können Sie Facebook melden. Gehen Sie zum entsprechenden Profil, klicken Sie auf das Symbol  und dann auf **«Feedback geben oder dieses Profil melden»**. Unter der Rubrik **«Falscher Name»** können Sie das Fake-Profil melden.

- Wenn eine Person ein Profil auf Ihren Namen erstellt, können Sie dieses Profil melden. Gehen Sie zum entsprechenden Profil, klicken Sie auf das Symbol  und dann auf **«Feedback geben oder dieses Profil melden»**. Unter der Rubrik **«Nachahmung»** können Sie das Fake-Profil melden.

## Twitter

Im Helpcenter von Twitter finden Sie Informationen zur Account-Sicherheit.

Auch dort fängt alles mit den richtigen Sicherheitseinstellungen an, um den eigenen Account zu schützen. Falls jemand beleidigende Inhalte teilt, kann dieser Nutzer gesperrt werden. Bei drohenden Inhalten oder bei der Veröffentlichung von privaten Informationen kann unter **«Kontakt»** missbräuchliches Verhalten gemeldet werden.

## YouTube

Über den Link **„Richtlinien und Sicherheit“** gelangen Sie ins **„Sicherheits-Center“**.


Dort finden Sie Hilfe zu verschiedenen Themen:

**[www.youtube.com/yt/policyandsafety/de/safety.html](http://www.youtube.com/yt/policyandsafety/de/safety.html)**

Werden Sie von einem anderen YouTube-Nutzer belästigt, können Sie entweder die Inhalte oder den Nutzer melden. Wenn etwas den **„YouTube-Community-Richtlinien“** widerspricht, wird der Inhalt entfernt oder das Konto wird gekündigt.

Sie finden die Richtlinien unter diesem Link:

**[www.youtube.com/t/community\\_guidelines?gl=DE&hl=de](http://www.youtube.com/t/community_guidelines?gl=DE&hl=de)**

Das Video melden Sie, indem Sie unter dem jeweiligen Video auf das Symbol  klicken, **«Melden»** auswählen und das Formular ausfüllen.

Den Nutzer melden Sie, indem Sie die Kanalinfo der entsprechenden Person aufrufen, auf das Fähnchen-Symbol (🚩) klicken, wo Sie aus verschiedenen Optionen auswählen können. Dort können Sie auch einen Nutzer sperren. Die gesperrten Nutzer können Sie unter dem Fähnchen-Symbol auch wieder entsperren. Gesperrte Nutzer können Ihre Videos nicht mehr sehen oder kommentieren.

## Rechtliche Möglichkeiten

Wenn Sie gestalkt werden und rechtlich dagegen vorgehen wollen, haben sie zwei Möglichkeiten:

- Sie wenden sich an die Polizei, welche die Situation prüft und je nach Straftat entweder von Amtes wegen oder auf Ihren Antrag hin **strafrechtlich** gegen den Täter vorgeht. Kommt es zu einer Verurteilung, wird der Stalker mit einer Busse oder einer bedingten Haft bestraft. Nur in sehr schwerwiegenden Fällen kommt es zu einer unbedingten Haftstrafe.
- Sie wenden sich mit Hilfe eines Anwalts ans **Zivilgericht**. Das Gericht kann dem Stalker eine bestimmte Verhaltensweise verbieten oder ein Kontaktverbot verfügen.

## Strafrecht

Liegt eine Straftat vor, können Sie bei der Polizei gegen den Stalker Anzeige erstatten. Es wird nicht von Ihnen verlangt, dass Sie die einzelnen Artikel des Strafgesetzbuches kennen, die Polizei unterstützt und berät Sie in Ihrer Situation. Das schweizerische Strafrecht kennt keinen Straftatbestand Stalking. Trotzdem gibt es mehrere Möglichkeiten, gegen den Täter vorzugehen – die wichtigsten sind hier kurz erklärt:

- **Nötigung (Art. 181 StGB)**  
Der Stalker nötigt Sie mit drohenden Nachrichten etc. etwas zu tun, zu unterlassen oder zu dulden (z. B. mit ihm in Kontakt zu bleiben, obwohl Sie das nicht wollen).
- **Drohung (Art. 180 StGB)**  
Der Stalker versetzt Sie mit seinen Drohungen in Angst und Schrecken.
- **Missbrauch einer Fernmeldeanlage (Art. 179<sup>septies</sup> StGB)**  
Hier geht es um die böswillige oder mutwillige Beunruhigung oder Belästigung per Telefon, Mobiltelefon, E-Mail etc.

- **Unbefugtes Beschaffen von Personendaten (Art. 179<sup>novies</sup> StGB)**

Wenn sich jemand Zugang zu Ihren persönlichen Daten verschafft, kann er bestraft werden. Es müssen aber Personendaten der Kategorie „besonders schützenswert“ sein: religiöse/weltanschauliche/politische/gewerkschaftliche Ansichten oder Tätigkeiten, Daten zur Gesundheit, zur Intimsphäre, zur Rassenzugehörigkeit, zu Massnahmen der sozialen Hilfe, zu administrativen oder strafrechtlichen Verfolgungen oder Sanktionen. Zusätzlich dürfen die Daten nicht frei zugänglich sein. Daten, welche auf dem Facebook-Profil für alle oder für Freunde sichtbar und zugänglich sind, sind in diesem Straftatbestand nicht geschützt.

- **Unbefugtes Eindringen in ein Datenverarbeitungssystem (Art. 143<sup>bis</sup> StGB)**

Datenverarbeitungssysteme sind Computer, Server, Mobiltelefone, Datenbanksysteme etc. Wenn jemand in einen passwortgeschützten Bereich eindringt (sei dies via Internet oder über eine Kabelverbindung), wie zum Beispiel ein E-Mail-Konto oder einen Facebook-Account, um Ihre Nachrichten zu lesen, kann gegen ihn vorgegangen werden.

Weitere Artikel des Strafgesetzbuches, die bei Cyberstalking in Frage kommen könnten sind: Üble Nachrede und Verleumdung (Art. 173 und 174 StGB, Beschuldigungen gegenüber Dritten); Beschimpfung (Art. 177 StGB); Pornografie (Art. 197 StGB, z.B. Zusenden von sehr detailliert dargestellten sexuellen Fantasien); Sexuelle Belästigung (Art. 198 StGB).

**Schwere Stalking-Handlungen** fallen ganz klar unter einzelne dieser Tatbestände. Problematisch ist, wenn die einzelnen Stalking-Handlungen isoliert gesehen nicht strafbar sind, die betroffene Person aber durch die dauernde Belästigung psychisch sehr belastet ist.

Die Gerichte versuchen über die Straftatbestände „**Drohung**“ und „**Nötigung**“ mehrere, an sich nicht schwerwiegende Handlungen zusammenzufassen und zu verurteilen. Aber bei diesem Vorgehen kommt es oftmals zu Schwierigkeiten. Häufig werden beim Stalking Drohungen nicht direkt, sondern unterschwellig geäußert, oder die einzelne Äusserung an sich ist nicht unbedingt eine Bedrohung, wird es aber durch die dauernde Wiederholung. Leider können darum einige Stalking-Handlungen vom Gericht nicht berücksichtigt werden, auch wenn das Opfer dadurch in Angst und Schrecken versetzt wird.

**Ein wichtiger Punkt ist zu beachten:** viele der aufgeführten Straftatbestände sind Antragsdelikte (die Artikel 143<sup>bis</sup>, 144<sup>bis</sup>, 173, 174, 177, 179<sup>septies</sup>, 179<sup>novies</sup> und 180). Das bedeutet, dass die Polizei nicht von sich aus tätig wird, wenn sie von der Situation erfährt. Das Opfer muss innerhalb von drei Monaten seit dem Vorfall selber zur Polizei gehen und die Strafverfolgung beantragen! Eine Ausnahme besteht, wenn der Stalker der Ex-Mann/Ex-Partner oder Ex-Frau/Ex-Partnerin ist. **Lassen Sie sich von einer Beratungsstelle vorgängig beraten!**



## Zivilrecht

Neben dem strafrechtlichen Weg steht Stalkingopfern auch eine zivilrechtliche Möglichkeit offen: der Schutz der Persönlichkeit. Diese privatrechtliche Möglichkeit besteht unabhängig davon, ob gegen den Stalker eine Strafanzeige erstattet wird und kann auch gleichzeitig beantragt werden.

Die Persönlichkeit im Sinne des Zivilgesetzbuches umfasst alles, was einen Menschen ausmacht. Man meint damit: die körperliche Unversehrtheit, das Gefühlsleben, die Ehre, die Privat- und Geheimsphäre und die wirtschaftliche Entfaltung, z.B. das Recht, einem Beruf frei nachgehen zu können.

Wenn sich jemand in seiner Persönlichkeit verletzt fühlt, kann er sich ans Zivilgericht wenden. Es stehen ihm verschiedene Möglichkeiten offen:

- **Unterlassungsklage (Art. 28a Abs. 1 Ziff. 1 ZGB)**

Mit dieser Klage können Sie beim Gericht eine drohende Persönlichkeitsverletzung, also eine, die noch nicht stattgefunden hat, verbieten lassen.

- **Beseitigungsklage (Art. 28a Abs. 1 Ziff. 2 ZGB)**

Sie beantragen damit beim Gericht die Beseitigung, also die Beendigung einer bestehenden Persönlichkeitsverletzung.

- **Feststellungsklage (Art. 28a Abs. 1 Ziff. 3 ZGB)**

Mit dieser Klage erreichen Sie, dass das Gericht feststellt, dass eine Persönlichkeitsverletzung vorliegt, die weiterhin andauert.

- **Schutz gegen Gewalt, Drohungen und Nachstellungen (Art. 28b ZGB)**

Dieser Artikel ist seit 2007 in Kraft und wird zum Teil auch „Stalking-Artikel“ genannt. Er wurde als Schutzmöglichkeit für Opfer von häuslicher Gewalt und Stalking geschaffen. Die Nachstellung, wie das Stalking dort genannt wird, setzt voraus, dass jemand von einer Person über längere Zeit zwanghaft verfolgt und belästigt wird. Das Gesetz zählt einige Schutzmassnahmen auf: **Annäherungsverbot, Ortsverbot, Kontaktverbot und Wohnungsausweisung**. Das Gericht muss sich aber nicht auf diese Aufzählung beschränken und kann auch andere Anordnungen treffen, solange diese verhältnismässig bleiben. Je schwerer die Bedrohung ist, desto einschneidender darf die Anordnung oder das Verbot für den Stalker sein.

### ○ **Datenschutzgesetz**

Das Datenschutzgesetz, das Teil des Zivilrechts ist, schützt das Recht auf informationelle Selbstbestimmung. Dieses Recht ist Teil des Persönlichkeitsrechts und besagt, dass jede Person über die Preisgabe und die Verwendung ihrer persönlichen Daten bestimmen kann. Das bedeutet, dass Sie informiert werden müssen, wenn Ihre Daten gesammelt, bearbeitet, verwendet, gespeichert oder weitergegeben werden, damit Sie sich dagegen wehren können, wenn Sie damit nicht einverstanden sind.

Die Regeln des Datenschutzgesetzes müssen nicht nur Behörden oder Unternehmen, sondern auch Privatpersonen befolgen, die Daten bearbeiten (ausser wenn die Daten zum persönlichen Gebrauch gesammelt werden und nicht an Aussenstehende gelangen).

Das Datenschutzgesetz stellt einige Grundsätze auf:

- **Rechtmässigkeit:** Die Verwendung und Bearbeitung der Daten dürfen gegen kein Gesetz verstossen (auch andere Gesetze als das Datenschutzgesetz). Wenn also zum Beispiel jemand ein veröffentlichtes Foto von Ihnen in beleidigender Weise verändert und anderen Personen zugänglich macht, ist die Verwendung des Fotos nicht rechtmässig.
- **Treu und Glauben:** Der Grundsatz von Treu und Glauben bedeutet, dass sich jemand redlich, vertrauenswürdig und rücksichtsvoll verhalten soll. Der Grundsatz stammt von der Rechtmässigkeit ab. Wenn jemand mit dem Speichern, Verwenden und Bearbeiten von Personendaten ein unmoralisches Ziel verfolgt, ist das nicht erlaubt.
- **Verhältnismässigkeit:** Es dürfen nur die Daten gesammelt, gespeichert, bearbeitet oder weitergegeben werden, die auch für den vorgegebenen Zweck nötig sind.
- **Erkennbarkeit:** Es muss entweder offensichtlich sein, dass Daten gesammelt werden oder es muss darauf hingewiesen werden.
- **Zweckbindung:** Bei der Erhebung der Daten muss ein Verwendungszweck angegeben werden. Die Daten dürfen danach nur für diesen Zweck benutzt werden.

- **Richtigkeit:** Die gesammelten Daten müssen richtig sein und müssen bei Änderung angepasst werden.
- **Datensicherheit:** Wenn Daten gespeichert, bearbeitet oder übermittelt werden, muss darauf geachtet werden, dass keine unbefugte Personen Einsicht erhalten.

Wenn diese Grundsätze bei der Datenbearbeitung nicht beachtet werden, wird eine Persönlichkeitsverletzung begangen. **Das kann zum Beispiel der Fall sein, wenn jemand persönliche Daten von Ihnen an Aussenstehende weitergibt.**

Falls nicht einer der im Gesetz genannten Rechtfertigungsgründe (ein Gesetz erlaubt den Vorgang, Sie willigen ein oder es liegt ein überwiegendes privates oder öffentliches Interesse vor) vorgebracht werden kann, stehen die oben genannten privatrechtlichen Klagen offen.

**Für zivilrechtliche Klagen empfiehlt es sich, einen Anwalt zu engagieren, der die Klagen beim Gericht vorbringt und Sie unterstützt.**

### **Polizeigesetz des Kantons Bern**

Das Polizeigesetz ist das Gesetz, welches die Interventionsmöglichkeiten der Polizei regelt. Bei schwerwiegenden Stalking-Fällen darf die Polizei gemäss diesem Gesetz eingreifen:

#### ○ **Wegweisung, Fernhaltung (Art. 29 PolG)**

Die Kantonspolizei kann eine Person vorübergehend von einem Ort wegweisen oder fernhalten, wenn sie eine oder mehrere andere Personen in der psychischen, physischen oder sexuellen Integrität gefährden oder ernsthaft drohen, sie an Leib und Leben zu verletzen.

#### ○ **Polizeilicher Gewahrsam und Sicherheitsgewahrsam (Art. 32 PolG)**

Die Kantonspolizei darf eine Person festnehmen und festhalten, wenn für eine andere Person eine Gefahr für die psychische, physische oder sexuelle Integrität besteht.

## Anlaufstellen

- **Fachstelle Stalking-Beratung der Stadt Bern**

Das Amt für Erwachsenen- und Kinderschutz der Stadt Bern betreibt die Fachstelle Stalking-Beratung. Betroffene Personen oder Personen aus dem Umfeld von Betroffenen können sich bei dieser Stelle durch Fachpersonen kostenlos beraten lassen. Die Fachstelle Stalking-Beratung bietet Ihnen Informationen und Beratung über richtiges Verhalten, rechtliche Möglichkeiten, begleitet Sie zur Polizei und Gerichtsverhandlungen sowie vermittelt Ihnen weitere Fachpersonen wie zum Beispiel Anwälte. Alle nötigen Informationen finden Sie unter:

**<http://www.bern.ch/stalking>**

- **Polizei**

Für ein Stalking-Opfer ist es oftmals ein schwieriger Schritt, sich bei der Polizei zu melden: Oft ist der Stalker ein ehemals geliebter Mensch, den man nicht bei der Polizei anzeigen möchte oder die betroffene Person hat Angst, dass das Stalking danach noch schlimmer wird. Trotzdem: **Wenn Sie sich durch ein aufdringliches Verhalten einer Person bedroht oder verängstigt fühlen, melden Sie sich bei der Polizei!** Die Mitarbeitenden der Kantonspolizei Bern sind entsprechend geschult.

Wenn Sie sich beim Polizeiposten melden, müssen Sie zuerst Ihre Situation beschreiben. Geben Sie so viele Informationen wie möglich, auch wenn es für Sie schwierig und unangenehm ist. Stalking-Fälle sind am Anfang oft schwer zu erkennen. Je mehr Informationen die Polizei hat, desto besser kann sie Sie vor Ihrem Stalker beschützen!

Der zuständige Polizist oder die zuständige Polizistin (Sie können verlangen, dass eine Frau Ihren Fall entgegennimmt) nimmt den Sachverhalt auf und berät Sie zu Ihren strafrechtlichen Möglichkeiten. Falls die Polizei nicht einschreiten kann, weil kein Straftatbestand erfüllt ist, berät die zuständige Person Sie aber trotzdem weiter, gibt Ihnen Verhaltenstipps zum Verbessern Ihrer Situation und zu einem möglichen zivilrechtlichen Vorgehen. Wichtig ist, dass Sie sich **so früh wie möglich beraten und helfen lassen!** Speichern Sie die Nummer des Polizeinotrufs – **117** – in Ihr Mobiltelefon ein und rufen Sie die Polizei an, wenn Sie sich bedroht fühlen!

- **Opferhilfe**

Bei schwerwiegenden Fällen von Stalking und wenn ein Straftatbestand vorliegt, können sie sich an eine Opferhilfestelle wenden. Laut dem Opferhilfegesetz ist jede Person, die durch eine Straftat in ihrer körperlichen, psychischen oder sexuellen Integrität beeinträchtigt worden ist, ein Opfer und hat Anspruch auf Opferhilfe – wenn keine andere Institution die nötigen Leistungen erbringt. Die Opferhilfe übernimmt: Beratung, Begleitung zu polizeilichen und gerichtlichen Einvernahmen, finanzielle Soforthilfe, Kostenbeiträge für längerfristige Hilfe von Dritten, Entschädigung und Genugtuung. In Bern können Sie an die „**Beratungsstelle Opferhilfe Bern**“ gelangen: [www.opferhilfe-bern.ch](http://www.opferhilfe-bern.ch)

## Cyberstalking – aber nicht mit mir!

- Verkleinern Sie das Risiko im Internet gestalkt zu werden!
- Überlegen Sie sich gut, was Sie im Internet über sich veröffentlichen!
- Nutzen Sie die Hilfestellungen in sozialen Netzwerken, um gegen Missbräuche und Belästigungen vorzugehen (Melden, Blockieren, FreundIn entfernen etc.)!
- Gehen Sie strafrechtlich gegen den Stalker vor!
- Gehen Sie zivilrechtlich gegen den Stalker vor!
- Nutzen Sie die verschiedenen Hilfsangebote wie die Fachstelle Stalking-Beratung der Stadt Bern, die Polizei oder die Opferhilfe!