Er der tale om stalking?

Dansk Stalking Center
Intervention & Viden

© Dansk Stalking Center 2016
Ansvarhavende Redaktør: Lise Linn Larsen
Tekster: Dansk Stalking Center
Koncept og layout: elcorazon.dk
Fotografi: Steen Gyldendal

Din viden gør en forskel

Denne folder henvender sig til dig, som er fagperson, og som måske møder stalkingudsatte i forbindelse med dit arbejde. Folderen giver dig redskaber til at genkende stalking, når en person fortæller om et stalkingforløb, og gode råd til, hvordan du kan møde den stalkingudsatte, og hvad du skal huske at spørge om. Endelig indeholder folderen nogle gode råd, som du kan give videre til den udsatte.

Det er vigtigt, at du som fagperson ved, hvordan du kan hjælpe den udsatte. Hvis du mangler viden om, hvad stalking er, og hvordan stalking skal forebygges og håndteres, kan det være medvirkende til, at stalkingen fastholdes eller udvikler sig uhensigtsmæssigt. Når en stalkingudsat ikke bliver hjulpet i tide, risikerer stalkingforløbet at udvikle sig til vold og i ekstreme tilfælde drab. Jo hurtigere der kan interveneres korrekt i et stalkingforløb, desto større er sandsynligheden for at minimere de psykiske, sociale og økonomiske følgevirkninger. Husk, at du altid kan kontakte Dansk Stalking Center, hvis du er i tvivl om, hvordan du skal handle. Dansk Stalking Center er Nordens eneste specialiserede behandlings-, interventions- og videnscenter om stalking, og centret tilbyder råd og vejledning til fagpersoner og stalkingudsatte.

Hvad er stalking?

Stalking defineres som uønskede, gentagende og påtrængende kontaktforsøg, som opleves forstyrrende og intimiderende af den udsatte.

Stalking består af en række forskellige handlinger, som hver for sig kan virke uskyldige og harmløse, men som i sammenhæng opleves intimiderende og ofte frygtskabende.

Flere end 100.000 danskere udsættes hvert år for stalking. Stalkingen rammer alle aldersgrupper og køn, og relationen mellem stalkeren og den stalkingudsatte kan være alt fra tidligere ægtefæller eller naboer til fuldkommen fremmede.

Det kan have voldsomme psykiske, fysiske og sociale konsekvenser for den, som bliver udsat for stalking og vedkommendes familie. Det anslås, at flere end 60.000 hjemmeboende børn hvert år involveres enten direkte eller indirekte i stalking. Stalkingen påvirker børns trivsel og personlige udvikling.

Forstå at det er alvorligt

Stalkingudsatte oplever ofte, at de ikke bliver taget alvorligt, når de søger hjælp. Det kan der være flere grunde til:

For det første kan det skyldes, at de enkelte hændelser i et stalkingforløb isoleret set kan virke harmløse. Både hos fagpersoner og i den udsattes eget netværk bliver stalkingudsatte ofte mødt med råd om at lade som ingenting og komme videre. Men stalkingudsatte har typisk brug for hjælp til at anerkende, hvad de er udsat for, for at mindske psykologiske følgevirkninger og for at de selv kan søge den rette hjælp. Når du møder en stalkingudsat i dit arbejde, skal du derfor være opmærksom på, at hændelser og adfærd, som isoleret set kan virke hverdagsagtige og uskyldige, i sammenhæng og over en periode på blot 14 dage kan have stor indflydelse på den udsattes velbefindende.
For det andet får mange stalkingudsatte psykologiske følgevirkninger af deres stalkingforløb. Mange udvikler symptomer på PTSD, som blandt andet kan medføre, at vedkommende fremstår usammenhængende eller små-paranoid. Som fagperson er det vigtigt, at du er opmærksom på dette forhold, og at du lytter opmærksomt til personen, der fortæller, at han eller hun bliver stalket.
Husk, at det for mange stalkingudsatte er et stort skridt at fortælle om deres situation. Det er derfor vigtigt, at de oplever at blive troet og taget alvorligt.

Hvordan kan du genkende stalking?

Når du som fagperson skal identificere stalking, er de følgende punkter noget af det, du kan holde øje med:

- Bliver personen kontaktet igen og igen af en anden person, han eller hun har afvist?
- Modtager personen opkald eller sms'er gang på gang?
- Bliver personen overvåget, forfulgt eller truet?
- Får personen gentagne uønskede henvendelser på sociale medier?
- Er personens e-mail eller andre konti på internettet blevet hacket?
- Får personen uønskede gaver eller andre ting fra den samme person?
- Bliver der udført hærværk på personens ejendele?
- Bliver der rettet falske anklager mod personen?
- Bliver der underrettet til myndighederne om personens børn uden grund?
- Fortæller personen, at han eller hun føler sig utryg eller på vagt?

Vær opmærksom på, at personen ikke behøver at være udsat for alle stalkingmetoder, før der er tale om stalking. Der dukker hele tiden nye metoder op, og det er derfor umuligt at lave en komplet liste.

Hvordan kan du spørge?

Som fagperson er det vigtigt, at du tager udgangspunkt i den enkeltes situation. At du lytter opmærksomt og tillidsfuldt til den pågældende. Vis sympati for den person, der fortæller, at han eller hun bliver stalket og anerkend vedkommende for at fortælle sin historie. Betragt det som et mål i sig selv, at personen fatter tillid til dig.

Både for dig som fagperson og for den stalkingudsatte kan det være en fordel, at du igennem samtalen forsøger at klargøre den udsattes situation. Forsøg at få klarhed over stalkingforløbet ved at spørge ind til de enkelte hændelser. Har den udsatte sagt fra overfor kontakt? Hvad er der konkret sket? Hvem er involveret? Spørg, hvornår forløbet startede, hvor ofte der er henvendelser - fx hvor mange gange om dagen og hvornår der sidst har været en hændelse.

Hvordan påvirkes stalkingudsatte?

At være udsat for stalking opleves i langt de fleste tilfælde voldsomt af den udsatte. Stalking kan have store psykiske, sociale og økonomiske konsekvenser. Når du møder en formodet stalkingramt, er det derfor vigtigt at undersøge, hvad det betyder for den udsattes dagligdag, helbred og trivsel og for hele familien. Det følgende er eksempler på konsekvenser af et stalkingforløb:

- Mange kan have svært ved at få dagligdagen til at fungere
- Mange har svært ved at passe deres arbejde og bliver sygemeldt
- Mange stalkingudsatte oplever somatiske problemer
- Mange udsatte udvikler PTSD-reaktioner
- En stor andel får behandlingskrævende funktionsnedsættelser
- Den stalkingudsatte kan opleve vanskeligheder ved at koncentrere sig
- Den stalkingudsatte kan have svært ved at gennemføre aktiviteter i sin fritid
- Det kan være svært for den udsatte at fastholde sit netværk
- Hvis der er børn i familien, mærker de ofte forældrenes utryghed, også selv om de voksne prøver at beskytte dem
- Børnenes udvikling og trivsel kan blive truet, ligesom de risikerer at blive involveret i stalkingen

Hvad kan du gøre?

Du skal altid starte med at vurdere om den udsatte er truet og om nødvendigt sikre den udsattes fysiske sikkerhed.

Undersøg hvilke muligheder, det system, du repræsenterer, har for at støtte den stalkingudsatte. Henvis vedkommende til Dansk Stalking Center og ring gerne selv til Dansk Stalking Center og få sparring, hvis du er i tvivl.

Generelt er det vigtigt at råde den udsatte til at tage visse forholdsregler, for at gøre sig mindre tilgængelig for stalkeren. Det kan være, at den udsatte skal have nyt hemmeligt telefonnummer, en ny mailadresse og opfordres til at ændre nogle af sine rutiner, eksempelvis tage en anden vej på arbejde eller handle nye steder. I mange tilfælde kan der være brug for at finde en ny bolig til vedkommende.
Når den udsatte får ny e-mail og nyt telefonnummer, kan det være en fordel at beholde det gamle udelukkende til at indsamle dokumentation for stalkingen.

Tre vigtige råd

Dokumenter og registrer

Råd altid personen til at registrere og dokumentere alle henvendelser fra stalkeren. Hjælp personen med at finde ud af, om der er vidner til nogle af hændelserne, og råd den udsatte til at skaffe navne og kontaktoplysninger på disse vidner. Registrerede og allerhelst dokumenterede hændelser indgår i Politiets vurdering af sagen i forbindelse med tilhold eller sigtelse. Det er derfor vigtigt, at du aldrig opfordrer personen til at slette sms'er, e-mails eller andet, der kan dokumentere stalkingen. På Dansk Stalking Centers hjemmeside findes et log-skema, som du kan opfordre den udsatte til at bruge til at registrere hændelserne.

Tal med netværket

Det er vigtigt, at en person, der er udsat for stalking, ikke går med det alene. Som fagperson kan du råde personen til at tale med sin omgangskreds om sine oplevelser og tanker. Jo flere der ved besked om stalkingforløbet, jo bedre. Det er vigtigt, at personer i den udsattes netværk ved, at de ikke skal videregive informationer om den udsatte, og at de skal registrere eller gøre opmærksom på de henvendelser, de eventuelt måtte få fra stalkeren. Det kan være nyttigt at gøre naboer opmærksomme på problematikken. Hvis personen har børn, er det vigtigt, at eventuelle institutioner gøres opmærksom på situationen og ved, at de aldrig må aflevere børnene til stalkeren, uanset hvilken historie de hører.

Undgå al kontakt

Det er vigtigt, at den stalkingudsatte bliver rådet til at sige nej til kontakt med stalkeren. Alt andet end et klart og tydeligt nej vil for stalkeren opleves som en mulighed for yderligere kontakt. At besvare stalkerens henvendelser eller gå i dialog med vedkommende, kan optrappe den aktuelle situation, hvilket også kan svække den udsattes mulighed for at opnå et tilhold. Det en fordel, hvis afvisningen kan dokumenteres.

Dansk Stalking Center har afdelinger i København og Aarhus

Dansk Stalking Center
Intervention & Viden

danskstalkingcenter.dk