

Christine Gallas Ulrike Klein Harald Dreßing

Beratung und Therapie von Stalking-Opfern

Ein Leitfaden für die Praxis

Mit einem Vorwort von Prof. Dr. Reinhard Böttcher



HUBER



 **WEISSER RING**
Wir helfen Kriminalitätsoffern.

Gallas/Klein/Dreßing
**Beratung und Therapie von
Stalking-Opfern**

Aus dem Programm Verlag Hans Huber
Klinische Praxis

Wissenschaftlicher Beirat

Prof. Dr. Dieter Frey, München

Prof. Dr. Lutz Jäncke, Zürich (CH)

Prof. Dr. Franz Petermann, Bremen

Prof. Dr. Meinrad Perrez, Freiburg (CH)

Prof. Dr. Hans Spada, Freiburg i.Br.

HUBER



Zum Thema «Stalking» ist im Verlag Hans Huber ebenfalls erschienen:

Harald Dreßing/Peter Gass

Stalking!

Verfolgung, Bedrohung, Belästigung

ISBN (978-3-456-84196-0)

Informationen über unsere Neuerscheinungen finden Sie im Internet unter:
www.verlag-hanshuber.com



**Forschungskooperation WEISSER RING e.V.
und Zentralinstitut für Seelische Gesundheit**

- 2003: Repräsentative Erhebung zur Prävalenz von Stalking-Opfern sowie damit einhergehender psychischer Beeinträchtigungen in der Bevölkerung
- 2006: Implementierung eines strukturierten therapeutischen Gruppenprogramms für Stalking-Opfer
- 2008: Implementierung eines strukturierten therapeutischen Gruppenprogramms für Stalking-Opfer: Validierung der Ergebnisse des Pilotprojekts und Optimierung des Behandlungsmanuals durch Praxistests

Christine Gallas / Ulrike Klein / Harald Dreßing

Beratung und Therapie von Stalking-Opfern

Ein Leitfaden für die Praxis

Mit einem Vorwort von Prof. Dr. Reinhard Böttcher

Verlag Hans Huber

© 2010 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.

Aus: Gallas / Klein / Dreßing, Beratung und Therapie von Stalking-Opfern, 1. Auflage.

Dieses Projekt wurde mit dem WEISSEN RING, Deutschland, realisiert, wir danken dem WEISSEN RING für die Unterstützung.



Adressen der Autoren:

Diplom-Psychologin
Christine Gallas
Zentralinstitut für Seelische Gesundheit
Bereich Forensische Psychiatrie, J5
D-68159 Mannheim

Diplom-Psychologin
Ulrike Klein
Zentralinstitut für Seelische Gesundheit
Bereich Forensische Psychiatrie, J5
D-68159 Mannheim

Professor (apl.)
Dr. Harald Dreßing
Zentralinstitut für Seelische Gesundheit
Leiter des Bereichs Forensische Psychiatrie, J 5
D-68159 Mannheim

Lektorat: Monika Eginger
Herstellung: Daniel Berger
Umschlag: Claude Borer, Basel
Satz: sos-buch, Lanzarote
Druck und buchbinderische Verarbeitung: AZ Druck und Datentechnik GmbH, Kempten
Printed in Germany

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.



Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Kopien und Vervielfältigungen zu Lehr- und Unterrichtszwecken, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Anregungen und Zuschriften bitte an:

Verlag Hans Huber
Länggass-Strasse 76
CH-3000 Bern 9
Tel: 0041 (0) 31 300 4500
Fax: 0041 (0) 31 300 4593
<http://www.verlag-hanshuber.com>

1. Auflage 2010
© 2010 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
ISBN 978-3-456-84874-7

© 2010 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus: Gallas / Klein / Dreßing, Beratung und Therapie von Stalking-Opfern, 1. Auflage.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	9
Einleitung	11
Die Module des Manuals im Überblick	14
Stalking: Einführung in die Thematik	17
1. Definition von Stalking	17
2. Häufigkeit von Stalking	19
3. Dauer von Stalking	20
4. Abgrenzung des Begriffs Stalking von ähnlichen Phänomenen	21
5. Risikofaktoren für Stalkingviktimsierung	23
6. Charakteristika von Stalkern und Tätertypologien	24
7. Erklärungsansätze zur Entstehung und Aufrechterhaltung von Stalking	28
7.1 Aufrechterhaltung des Stalking-Verhaltens durch Operante Konditionierung	30
8. Psychosoziale Auswirkungen von Stalking	31
8.1 Gesundheitliche Konsequenzen	31
8.2 Soziale und ökonomische Konsequenzen	32
8.3 Auswirkungen auf die Kinder	33
9. Stalking als Straftatbestand	35
10. Cyberstalking	37
10.1 Definition von Cyberstalking	37
10.2 Methoden des Cyberstalking	37
10.3 Prävalenz von Cyberstalking	39
10.4 Täter- und Opfermerkmale bei Cyberstalking	40
10.5 Konsequenzen für die Beratungspraxis	41

Teil I: Beratung¹	43
Ist-Analyse	45
1. Erfassung der Stalkingsituation	45
2. Risikoeinschätzung	46
3. Einschätzung der psychosozialen Beeinträchtigung	49
4. Umgang mit «falschen Opfern»	51
Fallmanagement	55
5. Einleitung weiterer Maßnahmen	55
6. Verhaltensstrategien im Umgang mit Stalking	57
6.1 Allgemeine Verhaltensstrategien	57
6.2 Verhaltensstrategien bei gemeinsamen Kindern	61
6.3 Umgang mit Stalking im beruflichen Kontext	63
6.4 Maßnahmen bei Cyberstalking	65
Teil II: Therapeutische Unterstützung²	67
Formale Aspekte	69
Gruppensetting	72
Erste Sitzung	75
Begrüßung und Vorstellung	76
Angebote vorstellen	77
Stalking-Tagebuch	79
Ausblick	81
Beispiel: Stalking-Tagebuch	83
Modul: Günstiges und ungünstiges Verhalten	85
Wie lernt der Stalker?	86
Verhaltensanalyse: Welches Verhalten ist für mich günstig?	89
Sicherheitsverhalten	94
– Beispiel: Arbeitsblatt «Welche meiner Verhaltensweisen sind für mich günstig und welche sind ungünstig?»	97

1 richtet sich an Berufsgruppen, die in der Beratung tätig sind. Eine psychotherapeutische Grundausbildung ist keine Voraussetzung

2 für die Durchführung dieses Manualteils ist eine psychotherapeutische Ausbildung empfehlenswert

Modul: Bewältigung belastender Stalking-Situationen	99
Rollenspiel	100
Stressimpfungstraining	103
– Beispiel: Arbeitsblatt «Stressimpfung»	107
Modul: Bearbeitung dysfunktionaler Gedanken	109
Techniken um dysfunktionale Gedanken infrage zu stellen	111
Verankerung von Alternativkognitionen	114
Was tun bei kreisenden Gedanken? Imaginationsübungen zur Unterbrechung belastender Gedanken	116
Modul: Umgang mit belastenden Emotionen	119
Möglichkeiten zum Umgang mit «überschießenden» Emotionen	121
– Atemübungen, Kurzentspannung	122
Allgemeine Hilfestellungen zum Umgang mit belastenden Emotionen ...	123
Umgang mit Ambivalenz gegenüber dem Stalker	128
Modul: Selbstkonzept/Opferrolle	133
Modul: Aufbau angenehmer Aktivitäten	137
Abschlusssitzung	141
Literaturverzeichnis	143
Literatur zur Einführung in das Thema «Stalking»	146
Anhang	147
A1 Gesprächsleitfaden Erstberatung	149
A2 Fragebogen zum Wohlbefinden (WHO-5)	153
A3 Infoblatt «Anti-Stalking-Regeln»	154
A4 Infoblatt «Maßnahmen bei Cyberstalking»	156
A5 Infoblatt «Rechtlicher Schutz gegen Stalking»	157
A6 Stalking-Tagebuch	159
A7 Infoblatt «Wie lernt der Stalker?»	160
A8 Arbeitsblatt «Für mich günstige und ungünstige Verhaltensweisen»	162
A9a Infoblatt «Stressimpfung»	163
A9b Arbeitsblatt «Stressimpfung»	165
A10 Infoblatt «Gedanken hinterfragen»	167
A11 Imaginationsübungen zur Unterbrechung belastender Gedanken ..	168

A12 Atemübungen, Kurzentspannung	170
A13 Liste angenehmer Aktivitäten	171
So hilft der WEISSE RING	177
Stichwortverzeichnis	181

Vorwort

Es ist mindestens zehn Jahre her, dass der WEISSE RING sich in seiner Opferarbeit erstmals mit dem Thema Stalking auseinandersetzen musste. Schnell wurde deutlich, dass das Wissen darüber sehr gering war und ein hoher Erkenntnisbedarf bestand, um Grundlagen für eine wirksame Opferhilfe und ein verantwortungsbewusstes öffentliches Eintreten für die Belange von Stalking-Opfern zu schaffen.

Deshalb haben wir uns beim Thema «Stalking» in der Förderung wissenschaftlicher Forschung engagiert. Im Ganzen gesehen ist Forschungsförderung nur ein kleiner, wenn auch wichtiger Teil unseres Engagements. Wir sind im Schwerpunkt eine Hilfsorganisation für Menschen, die Opfer einer vorsätzlichen Straftat wurden und deshalb Hilfe benötigen. Die Einzelfallhilfe steht bei uns ganz im Vordergrund. Dafür erhalten wir Spenden, dafür engagieren sich unsere Mitglieder, darum arbeiten unsere Mitarbeiter ehrenamtlich bei uns. Aber wir suchen auch den Kontakt zur Wissenschaft und hören auf deren Rat.

Wir haben Grundlagenforschung zur Psychologie des Stalking (TU Darmstadt) und zur Prävalenz des Stalking (ZI Mannheim) unterstützt, letzteres von der Forschungsgruppe, die auch dieses Manual verantwortet. Diese Grundlagenforschung hatte große Bedeutung für die Wahrnehmung von Stalking in Deutschland. Durch sie wurde die Grundlage dafür geschaffen, dass Gesetzgeber und Praxis sich auf das Problem richtig einstellen konnten.

Wir sind sehr froh, dass daraus mittlerweile eine anwendungsorientierte Forschung erwachsen ist. Das vorliegende Manual ist das Ergebnis eines Forschungsprozesses, der sich eng an den Bedürfnissen der Stalking-Opfer orientierte und auch die Belange der beratenden und behandelnden Akteure einbezog. Von Anfang an gefiel uns der Ansatz, bei dem Beratungs- und Behandlungsangebot für die Stalking-Opfer vom bestehenden Hilfesystem auszugehen, an das sich auch das Manual vornehmlich richtet.

Mit seiner modularen Ausgestaltung ermöglicht das Manual, auf ganz verschiedene Anforderungen, die sich aus der Situation des Stalking-Opfers ergeben, einzugehen. Für eine Erstberatung steht ein differenzierter Gesprächsleitfaden zur Verfügung, der auch schwierige Themen wie die false-victim-Problematik

nicht ausklammert; für die Vermittlung von Verhaltensstrategien werden Hintergrundinformationen ebenso zur Verfügung gestellt wie praktische Infoblätter. Die Module für die psychotherapeutische Unterstützung sind angereichert mit zahlreichen Beispielen und Arbeitsmaterialien. Die Erkenntnis der Forscher, dass hier in relativ kurzen Zeiträumen viel zu bewegen ist, wird konsequent umgesetzt. Dies trägt den Bedürfnissen der Opfer Rechnung, aber auch den Arbeitsbedingungen der Beratenden und Betreuenden mit ihren engen Zeitbudgets.

Mit dem vorliegenden Manual wird ein hervorragendes Instrument zur Hilfe für die Betroffenen zur Verfügung gestellt. Der WEISSE RING hat Opfern von Stalking mit dem Faltblatt «Belästigt – Verfolgt – Bedroht» schon in der Vergangenheit Informationen und Hilfen zum Thema Stalking angeboten. Von diesem Faltblatt verteilen wir gut 25 000 Stück pro Jahr, was zeigt, wie groß das Informationsinteresse ist. Das Faltblatt enthält Ratschläge zum Selbstschutz und Hinweise auf Hilfsmöglichkeiten. Das war und ist auch heute noch wichtig, gab und gibt es doch für Stalking-Opfer viele Gründe, das Erlebte nicht anzuzeigen, es in sich zu verschließen, keine Hilfe zu bekommen. Wenn sie sich dazu entschließen, wird die gewährte Unterstützung dank des Manuals an fachlicher Qualität gewinnen.

Wir wünschen den Opfern von Stalking, dass das vorliegende Manual mit dieser Zielsetzung gelesen und genutzt wird.

Wir wünschen Ihnen, den Nutzern dieses Manuals, viel Erfolg bei der Anwendung und ermutigen Sie dazu, bei der Suche nach sinnvoller Ergänzung der Beratung und psychotherapeutischen Unterstützung von Stalking-Opfern mit Ihrer örtlichen Außenstelle des WEISSEN RINGS Kontakt aufzunehmen. Der WEISSE RING verfügt über eine breite Palette von Hilfsmöglichkeiten, die im Einzelfall für eine solche Ergänzung in Betracht kommen.

Professor Dr. Reinhard Böttcher
Bundesvorsitzender
WEISSER RING e.V.

Einleitung

Stalking stellt für viele Betroffene eine chronische Stresssituation dar, der sie sich nur sehr schwer entziehen können. Studien, die die Folgen von Stalking bei den Opfern untersuchten, zeigen, dass die Betroffenen oft erhebliche gesundheitliche Beeinträchtigungen aufweisen und im Vergleich zu nicht-gestalkten Personen stärker psychisch beeinträchtigt sind und signifikant häufiger Symptome einer posttraumatischen Belastungsstörung, Depression, generalisierten Angststörung und von somatoformen Störungen entwickeln.

Viele der bisher publizierten Studien betonen, dass spezielle Hilfsangebote für Stalking-Opfer unzureichend sind und die Betroffenen mit ihrer Problematik oft alleine gelassen werden. In Anbetracht der Häufigkeit von Stalking ist dies eine unbefriedigende Situation.

Dieses Manual will einen Beitrag dazu leisten, die Beratung und Betreuung für Stalking-Opfer zu verbessern.

Ziel dieses Manuals ist es, Informationsmaterial bereit zu stellen, um Stalking-Opfer qualifiziert zu beraten und im Umgang mit Stalking psychotherapeutisch zu unterstützen. Das Manual richtet sich an Personen, die im psychosozialen Bereich beratend bzw. therapeutisch tätig sind und mit Stalking-Opfern als Klienten in Kontakt kommen, insbesondere PsychologInnen, PädagogInnen, SozialpädagogInnen, SozialarbeiterInnen und ÄrztInnen.

Das Manual basiert auf den Erfahrungen des Zentralinstituts für Seelische Gesundheit aus drei Jahren Arbeit mit Betroffenen: der Einzelberatung von Stalking-Opfern im Rahmen der «Stalkingsprechstunde» und einem psychotherapeutisch fundierten Gruppenprogramm für Betroffene, das im Rahmen eines vom Weissen Ring geförderten Forschungsprojekts implementiert und evaluiert wurde. Dieses Pilotprojekt zielte darauf ab, den Betroffenen zu ermöglichen ihr Stressniveau zu senken, förderliche Verhaltensweisen im Umgang mit dem Stalker zu erarbeiten, ihre Handlungsspielräume zu erweitern und die Kontrolle über ihre Situation zurück zu gewinnen (Gallas, Bindeballe, Gass & Dressing, 2009).

Das Manual gliedert sich in einen beraterischen und einen psychotherapeutischen Teil. Die Einteilung richtet sich nach dem Ausmaß an psychotherapeutischen Grundkenntnissen und dem Zeitumfang, der für die Betreuung von Betroffenen zur Verfügung steht. Im Unterschied zum zweiten Teil des Manuals, «Therapeu-

tische Unterstützung», ist für den Teil «Beratung» keine psychotherapeutische Ausbildung erforderlich. Die Erstberatung, zu der auch das Fallmanagement (Abschätzung des Hilfebedarfs, Risikoeinschätzung, zu treffende Maßnahmen, Weitervermittlung) gehört, kann auch von Berufsgruppen, die mit Stalking-Betroffenen in Kontakt kommen, jedoch keine psychotherapeutische Qualifikation haben, durchgeführt werden. Die Erstberatung sollte als Basismodul bei allen Betroffenen zur Anwendung kommen und je nach Komplexität des Stalkingfalls und Aufwand für das Fallmanagement ein bis zwei Sitzungen (à 50 Minuten) beanspruchen.

Betroffene, die Hilfe im Umgang mit ihrer problematischen Situation suchen, wenden sich in der Regel zunächst an psychosoziale Beratungsstellen (z. B. Interventionsstellen, Beratungsstellen für Ehe-, Familien- und Lebensfragen etc.), deren finanzielle und damit auch personelle Kapazitäten begrenzt sind. Viele der Einrichtungen haben ein Beratungskontingent von ein bis drei Kontakten pro Klientin³. Diese begrenzte Stundenzahl reicht nicht aus, um eine psychotherapeutische Unterstützung für die Stalking-Opfer zu leisten. Eine strukturierte Beratung ist allerdings auch in dieser begrenzten Zeit möglich. Hierzu stellt der erste Teil des Manuals einen Beratungsleitfaden zur Verfügung.

Die im Teil «Therapeutische Unterstützung» erläuterten Interventionen bauen auf dem ersten Teil des Manuals, «Beratung», auf. Der Teil «Therapeutische Unterstützung» ist in verschiedene Module gegliedert, die in der Einzelberatung nach individuellem Bedarf der Klientin einzeln oder komplett eingesetzt werden können.

Grundsätzlich gilt, dass die Inhalte der unterschiedlichen Module nicht zwingend in der angegebenen Reihenfolge und in ihrem jeweiligen Aufbau angewendet werden müssen, sondern variiert werden können. Die Module sind inhaltlich größtenteils miteinander verwoben, so dass es auch sinnvoll sein kann, zwischen den Modulen zu springen, z. B. im Rahmen der Stressimpfung dysfunktionale Kognitionen zu bearbeiten.

3 Da die Mehrzahl der Stalking-Opfer Frauen sind und die Mehrzahl der Täter männlich, wird zugunsten der Lesbarkeit auf die Nennung des jeweils anderen Geschlechts verzichtet, weshalb im Folgenden von «der Klientin» und «dem Täter» die Rede sein wird. Selbstverständlich gibt es auch weibliche Täterinnen und männliche Opfer. Ebenso wird im Folgenden von Beraterin/Therapeutin die Rede sein, da in der Beratung von Stalking-Opfern mehrheitlich Frauen tätig sind.

Als Voraussetzungen zur Arbeit mit dem Manual werden empfohlen

- Kenntnis der Thematik Stalking: Informationen sind im Kapitel «Stalking: Einführung in die Thematik» (S.17ff) in diesem Manual zu finden. Literaturempfehlungen sind im Literaturverzeichnis unter «Literatur zur Einführung in das Thema Stalking» (S.146) aufgelistet.
- Beruflicher Hintergrund als Beraterin oder Therapeutin³: Sowohl für die Beratung als auch die therapeutische Unterstützung sollten Kompetenzen in Gesprächsführung und im Umgang mit psychisch belasteten Menschen vorhanden sein. Wie bereits erwähnt ist eine therapeutische Ausbildung für die Durchführung des Teils «Therapeutische Unterstützung» empfehlenswert.
- Idealerweise praktische Erfahrung im Umgang mit Stalking-Opfern.

Was leistet das Manual nicht?

Die im vorliegenden Manual beschriebenen Interventionen setzen gezielt am Umgang mit Stalking und den damit verbundenen Problemen an; sie ersetzen nicht die Behandlung manifester psychischer Störungen. Psychische Störungen von Stalking-Opfern sind nach den gängigen psychopharmakologischen und psychotherapeutischen Richtlinien zu behandeln und Betroffene in fachärztliche und/oder psychotherapeutische Behandlung zu vermitteln.

Die Module des Manuals im Überblick

	Modul	Inhalt	Arbeitsmaterial (im Anhang)
		Stalking: Einführung in die Thematik	
		Teil I: Beratung	
Seite 45	Erstberatung	Ist-Analyse • Erfassung der Stalkingsituation • Risikoeinschätzung • Einschätzung der psychosozialen Beeinträchtigung • Umgang mit «falschen Opfern». Fallmanagement • Einleitung weiterer Maßnahmen.	(A1) Gesprächsleitfaden Erstberatung (A2) Fragebogen zum Wohlbefinden (WHO-5). (A5) Infoblatt «Rechtlicher Schutz gegen Stalking».
Seite 57	Verhaltensstrategien im Umgang mit Stalking	• Wie lernt der Stalker? (Prinzip der Operanten Konditionierung) • Günstige Verhaltensweisen im Umgang mit Stalking (Vermittlung der Anti-Stalking-Regeln) • Verhaltensstrategien bei gemeinsamen Kindern, bei Stalking im beruflichen Kontext und bei Cyberstalking.	(A3) Infoblatt «Anti-Stalking-Regeln» (A7) Infoblatt «Wie lernt der Stalker?» (A4) Infoblatt «Maßnahmen bei Cyberstalking».
		Teil II: Therapeutische Unterstützung	
		Formale Aspekte	
		• Zeitrahmen, Materialien, Berater-/Therapeutenverhalten, Ausschlusskriterien • Durchführung der Interventionen im Gruppensetting.	
Seite 75	Erste Sitzung	• Klärung von Erwartungen und Zielen • Entlastung, von Schuld freisprechen • Selbstbeobachtung: Wie reagiere ich auf «typische» Stalking-Vorfälle?	(A6) «Stalkingtagebuch».
Seite 85	Günstiges und ungünstiges Verhalten	• Wie lernt der Stalker? (Vertiefung des Lernprinzips der Operanten Konditionierung aus der Erstberatung) • Verhaltensanalyse: Welches Verhalten ist für mich günstig? • Sicherheitsmaßnahmen: welche sind nützlich/einschränkend/gefährlich?	(A8) Arbeitsblatt: «Für mich günstige und ungünstige Verhaltensweisen».
Seite 99	Bewältigung belastender Stalking-Situationen	• Rollenspiele • Stressimpfungstraining.	(A9a) Infoblatt «Stressimpfung», (A9b) Arbeitsblatt «Stressimpfung».