

УДК 316.6:343.95

Justyna Skarżyńska-Sernaglia

**STALKING: OD MIŁOŚCI DO ZBRODNI –
NOWE WYZWANIE DLA PSYCHOLOGII,
KRYMINOLOGII I ZESPOŁÓW
INTERDYSCYPLINARNYCH
PRZECIWDZIAŁAJĄCYCH PRZEMOCY**

Stalking jest formą przemocy, w której prześladowca w sposób natrętny i naruszający spokój włamuje się życie prywatne ofiary, z którą już nie ma żadnej relacji lub też nigdy jej nie miał (związek realny bądź wymaginowany). Stalking charakteryzuje się szerokim wzorcem zachowań, z których niektóre, rozpatrywane szczególnie nie stanowią przemocy, ani też nie mają znamion przestępstwa. Jedynie całość zjawiska rozpatrywanego łącznie daje pełny obraz przemocy emocjonalnej, jaką jest stalking. Szczególnie niebezpieczny jest rozwój tego zjawiska, gdy to dojść może do przemocy fizycznej a nawet zabójstwa ofiary.

Konotacje kryminologiczne

Dane zebrane przez we Włoszech Włoskie Stowarzyszenie Psychologii i Kryminologii (Associazione Italiana di Psicologia e Criminologia), we współpracy z policją na przestrzeni dwóch lat (2003-2005) wykazały, iż około 10 % zabójstw umyślnych było poprzedzonych czynami rozpoznawanymi jako stalking. Stwierdzono ponadto wysokie występowanie nawrotów i seryjność zjawiska.¹ Ponad to badania przeprowadzone przez (USA) wykazały, iż w 81%

¹ Skarżyńska J. „Ciemna strona relacji interpersonalnych”, www.stalking.it, 5.06.2006.

przypadków kobiet ofiar stalkingu, nękanych przez obecnego lub przeszłego partnera miało również miejsce przemoc fizyczna, a w 31% przypadków – również wykorzystywanie seksualne². W Polsce w dalszym ciągu brak rzetelnych danych odnośnie konotacji kryminologicznych stalkingu. Dane zebrane w innych krajach wykazują jednoznacznie, iż talking jest problem niezwykle ważny zarówno z punktu widzenia kryminologii jak i psychologii, a pełne zrozumienie skomplikowanej dynamiki tego zjawiska jest niezbędne dla skutecznej prewencji kryminalnej pomocy psychologicznej ofiarom, sprawcom i ich rodzinom.

Istotą stalkingu jest nie przyjmowanie do wiadomości końca bądź negacji związku i dążenie, za wszelką cenę do podtrzymania kontaktu z obiektem swoich uczuć. Początkowo zachowanie takiego obsesyjnego wielbiciela może stwarzać u ofiary jedynie poczucie dyskomfortu, z czasem jednak spirala przemocy rozkręca się. Zachowania sprawcy wymykają się spod kontroli i może stać się on bardzo niebezpieczny dla ofiary, zagrażając bezpośrednio jej zdrowiu czy życiu.

Do zachowań charakteryzowanych jako stalking dochodzi najczęściej w sytuacji rozstania między partnerami. Stalkerem staje się wówczas ex-partner, który nie chce bądź nie potrafi pogodzić się z sytuacją odejścia drugiej osoby. Stalker wciąż kocha partnera, a ściślej partnerkę, gdyż w większości przypadków ofiarami stalkingu są kobiety i nie przyjmuje do wiadomości faktu o rozstaniu. Stalker wciąż „kocha” tak mocno, że zaczyna nienawidzić, nie zdając sobie z tego sprawy. Gubi się w świecie własnych emocji i uczuć. Zaczyna szaleńczą pogoń za swoją ofiarą próbując za wszelką cenę ją odzyskać. Zaczyna wydzwaniać żądając kontaktu, wysyła kwiaty, prezenty, próbując skłonić partnerkę do powrotu. Z czasem zaczyna śledzić swoją byłą miłość, i nie dostrzegając wąskiej granicy

² www.ncvc.org, 20.04.2005.

przeciwstawnych uczuć, mieszając bukiety kwiatów z groźbami, dręczeniem i zemstą zaczyna z pasją nienawidzić. Jak łowca śledzi, tropi zwierzynę, aby ją zdobyć, posiąść, zawładnąć, tak w błędnej matni własnych uczuć stalker gotów jest nawet zabić.

Często kobieta, doświadczając w pierwszej fazie rozstania tych przejawów sympatii i oddania (kwiaty, sms-y, telefony), nie zdaje sobie zupełnie sprawy z tego, jak straszny może być finał tej „miłości”. Wydaje jej się, iż partnerowi rzeczywiście na niej zależy, rozważa ewentualność powrotu. Jeżeli jednak, wielce upraszczając bilans zysków i strat jest dla partnera niekorzystny i decyzja o rozstaniu staje się nieodwołalną zachowania ex-ukochanego, obecnie stalkera zaczynają się nasilać. Punktem zwrotnym w relacji łowcy (stalkera) i ofiary jest moment przejścia z kontaktu pośredniego (kwiaty, prezenty, sms-y), do kontaktu bezpośredniego (śledzenie, nękanie, zaczepki fizyczne, akty agresji). Od tego momentu istnieje ryzyko iż łowca dopuści się najbrutalniejszego sposobu „zdobycia” ofiary – zabójstwa. Pogoń za ofiarą – stalking, to wyraz zaślepionej miłości, w której z pierwotnego uczucia pozostał już tylko obiekt, a cały świat uczuć wypełniła wściekłość i chęć sprawowania kontroli nad ofiarą.

Etymologia terminu i podstawowe informacje o stalkingu.

Słowo stalking wywodzi się z angielskiego sformułowania „stalk”, którego jedną z definicji jest śledzenie zwierzyny łownej. Słownik współczesnego języka angielskiego (Longman Dictionary of Contemporary English)³ w oryginalnej wersji językowej termin „stalk” wyjaśnia następująco: „*to follow a person or animal quietly in order to catch or kill them: a tiger stalking its pray / We know the rapist stalks his victims at night*”⁴. O ile słowo stalk – polować,

³ Longman Dictionary of Contemporary English, Longman Group 1995, Essex, England, s. 139.

⁴ Tamże, s.139.

podążać za, śledzić celem złapania lub zabicia – odnosi się zarówno do świata zwierząt jak i ludzi, o tyle już słowo „**stalker**” odnosi się bezpośrednio do człowieka – sprawcy czynu: „*a criminal, who follows a woman over a period of time in order to force her to have sex, or kill her*”⁵. Jest to zatem przestępca podążający za ofiarą przez pewien czas z zamiarem jej zgwałcenia lub zabójstwa. Podobnie samo słowo **stalking** słownik ten podaje w bardzo wąskim zakresie, jako śledzenie celem gwałtu lub zabójstwa („*the crime of following someone over a period of time in order to force them or kill them*”⁶).

Termin Stalking pochodzi zatem z żargonu myśliwskiego a został przyjęty do terminologii specjalistycznej w związku z wyraźną analogią zachowania sprawcy tego czynu nękającego, osaczającego swoją ofiarę do łowcy – myśliwego tropiącego zwierzynę. Ofiary stalkingu niejednokrotnie czują się wręcz osaczone przez stalkera, stąd analogia do śledzenia zwierzyny łownej celem jej złapania i zabicia wydaje się klarowna. Stalking w sensie literalnym jest to zatem tropienie zwierzyny łownej, zakradanie się, osaczanie, czy wręcz zaszczucie, zaś w ujęciu szerszym – prawniczym, kryminologicznym i psychologicznym jest to zespół zachowań naruszających wolność osobistą i prywatność drugiej osoby.

Definicja stalkingu

Stalking można by zdefiniować jako uporczywe nękanie jednak dla pełniejszego zrozumienia tego zjawiska w świetle etymologii terminu jak również międzynarodowych badań nad nim zasadne wydaje się stosowanie określenia oryginalnego, tj. stalking.

J.Reid Meloy w następujący sposób ujął zagadnienie stalkingu: „W przypadku stalkingu chodzi o akt przestępczy

⁵ Longman Dictionary of Contemporary English, Longman Group 1995, Essex, England, s. 139.

⁶ Tamże, s.139.

nieustannego prześladowania jakiejś osoby, które stwarza dla niej zagrożenie lub jest potencjalnie niebezpieczne”⁷

W Polsce nie istnieje jeszcze jednolita prawna definicja stalkingu, gdyż sam stalking nie jest uznany za przestępstwo, a jedynie niektóre zachowania stanowiące ten rodzaj nękania mają znamiona przestępstwa i na tej podstawie możliwe jest prowadzenie postępowania karnego przeciw sprawcy.

Autor (J. Skarżyńska-Sernaglia) proponuje przyjęcie poniższej definicji:

Stalking jest to powtarzające się uporczywe nękanie poprzez rozmaite formy naruszenia wolności osobistej i prywatności drugiej osoby, wywołujące u prześladowanego niepokój, skrępowanie, dyskomfort fizyczny i psychiczny, szereg dolegliwości zdrowotnych – fizycznych i psychicznych, trudności w kontaktach interpersonalnych i uzasadnione obawy o własne bezpieczeństwo.

Stalking stanowią: natrętne fizyczne lub wirtualne kontaktowanie się osobą, która sobie tego kontaktu na życzy, komunikowanie się z nią wbrew jej woli poprzez uporczywe nękanie telefonami, zadzwońnięcia wiadomościami sms, bądź e-mail, obserwowanie, podglądanie, śledzenie, nachodzenie miejscu zamieszkania lub w pracy, uciążliwe i niemile widziane wręczane bądź wysyłane podarunki lub kwiaty, groźby, zachowania agresywne, niszczenie mienia i rozmaite formy działania na szkodę osoby, która w tym kontekście staje się ofiarą.

Associazione Italiana di Psicologia e Criminologia w diagnostyce przypadków stalkingu proponuje poniższe różnicowanie: „O stalkingu możemy mówić, jeśli: zachowania te są zamierzone, występują przez co najmniej 30 dni, wystąpiły co

⁷ Meloy J.R. The Psychology of Stalking. Clinical and Forensic Perspectives, San Diego-London – Boston – New York – Sydney – Tokio – Toronto. – 1998. – S. 2.

najmniej dziesięciokrotnie w ciągu trzydziestu dni, wywołują strach. A także: wywołują skutki psychiczne i relacyjne (interpersonalne), tj. zaburzenia niepokoju, snu, konieczność zmiany numeru telefonu, miejsca pracy, zamieszkania, itp.), angażują (wciągają) najbliższych, rodzinę, przyjaciół, znajomych i kolegów z pracy”⁸.

W sytuacji gdy prześladowanie ma miejsce za pośrednictwem komputera, lub internetu mówimy o jednej z form stalkingu jaką jest **cyberstalking**.

Nękanie to może przejawiać się poprzez: także rozpowszechnianie w Internecie zdjęć ofiary i informacji o niej (w tym także nieprawdziwych) wbrew jej woli, nieuprawnione (bez wiedzy i zgody ofiary) korzystanie z jej poczty elektronicznej i rozmaitych komunikatorów, przesyłanie wiadomości e-maili na konto pocztowe ofiary komunikowanie się z ofiarą poprzez komunikatory wbrew jej woli, podszywanie się pod ofiarę na czatach, listach dyskusyjnych, uniemożliwianie jej korzystanie ze skrzynki e-mailowej i komunikatorów oraz prywatnych profili w serwisach typu facebook, np. poprzez włamanie się do jej kont i zmianę haseł, włamywanie się do komputera ofiary, instalowanie w komputerze ofiary programów szpiegujących, niszczenie danych zapisanych na twardych dyskach komputera i nośnikach elektronicznych będących własnością ofiary, umyślne zawirusowywanie komputera ofiary, niszczenie oprogramowania komputera oraz dokumentów (ich wersji elektronicznej) należących do ofiary.

W sytuacji, gdy prześladowca angażuje inne osoby w nękanie ofiary, a tym samym sprawca nie jest już jeden, lecz jest ich kilkoro mówimy o zjawisku zwanym **gang stalking**.

⁸ Skarżyńska J. Ciemna strona relacji interpersonalnych” www.stalking.it 24.02.2008.

Badania nad występowaniem stalkingu w Polsce

Pierwsze w Polsce badania przekrojowe nad występowaniem stalkingu zostały przeprowadzone w okresie od stycznia do czerwca 2006 r. przez J. Skarżyńską na próbie reprezentatywnej (N=2000, 984 mężczyzn i 1016 kobiet w wieku 16-69 lat).

Badania te były poprzedzone badaniem pilotażowym w grudniu 2004 oraz maju i czerwcu 2005 r. na grupie badawczej N=240.⁹ Narzędziem badawczym był Kwestionariusz Stalking© (polska wersja językowa Questionario Stalking© – stworzony i stosowanego przez Massimo Lattanzi i Gaia Oddi, tłumaczenie – J. Skarżyńska, 17.09.2004).

Zestawienie wyników badań :

- **12% osób badanych jest lub było ofiarą stalkingu;**
- **Ofiarami stalkingu w 72% są kobiety a w 28% – mężczyźni;**
- **63,6% ofiar stalkingu to kobiety w wieku poniżej 40 lat.**
- **82,5% ofiar (mężczyzn i kobiet) wskazało na mężczyznę jako swojego prześladowcę;**
- **75,8% sprawców to mężczyźni poniżej 40 roku życia;**
- **W 88% przypadków stalkingu istniała relacja znajomości między ofiarą i napastnikiem, z czego w 58,3% autorem stalkingu był partner lub były partner;**
- **Średni okres prześladowania to półtora roku (18 miesięcy), dla 81% ofiar okres prześladowania trwał od kilku miesięcy do 2 lat. Najdłuższy okres prześladowania to 8 lat.**

⁹ Skarżyńska J. „Badania pilotażowe nad występowaniem stalkingu w Polsce”, www.stalking.it, 5.06.2006.

- **Tylko 15% ofiar podało, iż fakt prześladowania zgłaszało policji** (brak danych o formie tych zgłoszeń i krokach podjętych przez policję).

- **U 62% ofiar doświadczenie stalkingu wpłynęło negatywnie na ich życie i zdrowie wywołując poczucie zagrożenia, niepokój, zaburzenia psychosomatyczne i problemy w relacjach interpersonalnych (skutki psychiczne i relacyjne)**, w tym: zaburzenia niepokoju (ataki paniki, fobie itp.) – u 49% ofiar, zaburzenia snu, zaburzenia odżywiania itp. – u 22% ofiar, zmiany lub trudności w kontaktach interpersonalnych – u 57% ofiar.

- 22,1% ofiar nie opowiedziało nikomu o tych wydarzeniach, 36,3% opowiedziało przyjacielowi, 12,1% – koledze z pracy, 62,1% – rodzinie, 53,3% – partnerowi, 8,3% – znajomym, 4,2% – ex-partnerowi.

- W 73,3% przypadków – prześladowanie już się zakończyło, a w 26,7% przypadków trwało w okresie przeprowadzanego badania¹⁰.

Ofiary stalkingu. Ofiarą stalkingu może być każdy! Najczęściej ofiarą stalkingu stają się były partner (a ściślej partnerka), jednakże ofiarą stalkingu może również zostać osoba całkiem obca dla prześladowcy, wręcz przypadkowa, w odniesieniu do której stalker stworzył wymagany związek uczuciowy. Badania przeprowadzone przez autora wykazały, iż najczęściej ofiarami stalkingu są kobiety w wieku poniżej 40 lat (64% ofiar).

Sprawcy stalkingu. Sprawcy stalkingu to najczęściej mężczyźni w wieku poniżej 40 roku życia. 82,5 % ofiar (mężczyzn i kobiet) wskazało na mężczyznę jako swojego prześladowcę, a 75,8

¹⁰ Skarżyńska J. „Badania nad Stalkingiem w Polsce”, www.psychologia.net.pl/artukul.php?level=414, 14.07.2009.

% sprawców stalkingu to mężczyźni poniżej 40 roku życia. W 75,4 % przypadków sprawca był lub jest osobą płci przeciwnej niż ofiara, a w 3,3 % przypadków ofiary obydwu płci nie znały płci sprawcy¹¹.

Autorem stalkingu (stalkerem) mogą być zarówno osoby psychotyczne, (u których występują lub występowały uprzednio, zaburzenia schizoaffective, albo schizofrenia) jak i niepsychotyczne. Zdecydowana większość stalkerów to osoby niepsychotyczne, w przypadku których możemy mówić o stylach osobowości autorów stalkingu, nie zaś o psychopatologii.

Stalkerzy będący osobami niepsychotycznymi wykazują rozmaite zaburzenia osobowości takie, jak: zaburzenia z pogranicza (borderline) czy narcystyczne zaburzenia osobowości, a także zaburzenia zachowania typowe dla depresji, zaburzenia adaptacji. Wykazują również skłonność do uzależnień od rozmaitych substancji. U osób tych na prześladowanie ofiar mogą wpływać rozmaite czynniki psychologiczne, w tym, strach przed odrzuceniem i chęć utrzymania jak najbliższej więzi z ofiarą, potrzeba bliskości, przekonanie o doznaniu niesprawiedliwości ze strony ofiary, zazdrość i pragnienie zemsty. Takie zachowania ujawniają trudności typu uczuciowego i relacyjnego ze strony autora stalkingu.

Stalker ma zafalszowane poczucie własnej wartości, silnie uzależnione od osoby, która go porzuciła. Odrzucenie przez obiekt uczuć powoduje poczucie wstydu i poniżenia, co wpływa na obniżenie się jego samooceny. W celu wyrównania tego poczucia oraz osiągnięcia poprzedniego status quo stara się sprawować kontrolę nad życiem swej ofiary. Prowadzi to do ciągłego nachodzenia i szukania kontaktu z tą osobą, składania propozycji, wysyłania listów, prezentów, aranżowania spotkań. Dalsze kontakty z ukochaną pozwalają na odzyskanie równowagi oraz powrót do

¹¹ Skarżyńska J. „Badania nad Stalkingiem w Polsce”, www.psychologia.net.pl/artukul.php?level=414, 14.07.2009.

poprzedniego poziomu samooceny. Należy tutaj zaznaczyć, że stalker nie zawsze kieruje się względami emocjonalnymi, uczuciowymi, często główną motywacją do kontaktu z ofiarą jest jedynie chęć przeciwstawienia się decyzji rozstania, którą podjęła druga strona. Zerwanie relacji powoduje wyidealizowanie związku i pragnienie jego odbudowania¹².

Niejednokrotnie główną motywacją stalkera jest chęć przeciwstawienia się osobie, która podjęła decyzję o rozstaniu. Prześladowca sprawia wrażenie osoby uzależnionej od osoby, którą nęka. Nie jest w stanie powstrzymać się od pewnych zachowań, nawet jeśli niejednokrotnie jest świadom, iż jego postępowanie jest niepożądane przez ofiarę. Z czasem potrzeba kontrolowania ofiary staje się celem jego życia.

Stalkerzy odczuwają potrzebę dominowania nad ofiarą, kontrolowania i zastraszania jej, gdyż bezsilność i lęk ofiary daje mu poczucie władzy. manipulowanie znajomymi i rodziną ofiary mają na celu osłabienia ofiary poprzez jej wyizolowanie i brak wsparcia ze strony najbliższego otoczenia. Daje to sprawcy dodatkowe poczucie przewagi i władzy nad ofiarą. Uprzedmiotawiając ofiarę, poniżając ją usprawiedliwia sprawcę (przed samych sobą) i pozwala mu traktować ofiarę w sposób bezwzględny, bez odczuwania empatii, współczucia. Dostrzegając słabość ofiary oraz jej zależność od sprawcy czują się on usprawiedliwiony do podejmowania decyzji w imieniu ofiary. Niejednokrotnie żywią iluzje, iż są ofierze potrzebni, wręcz niezbędni, pragną na swój sposób chronić ofiarę (np. poprzez nie dopuszczanie jej do kontaktu z innymi osobami), czują się usprawiedliwieni by wedle własnego uznania karać ofiarę.

Stalkerzy charakteryzują się małą elastycznością w funkcjonowaniu psychologiczno-społecznym, brakiem empatii,

¹² Kmiecik M. „Psychologia sprawców stalkingu”, www.stalking.prv, 20.02.2007.

nieumiejętnością utrzymywania trwałych relacji interpersonalnych, egoizmem, zafałszowanym poczuciem własnej wartości, niską tolerancją na niepowodzenia i na brak akceptacji ze strony otoczenia, tendencją do zniekształconego postrzegania rzeczywistości i błędną interpretacją zachowań innych ludzi.

Część autorów stalkingu cechuje narcystyczny styl osobowości. W związku osoby te lubią dominować. Są wiecznie niezadowoleni, nierzadko też reagują z agresją. Mają potrzebę kontrolowania partnera, starają się z nim niejako zjednoczyć, zlewać. Działają świadomie, w sposób wolny. Na ogół nie tracą kontaktu z samym sobą.

Do zachowań zaliczanych do stalkingu dochodzi najczęściej w sytuacji separacji, wobec osób porzuczanych, co sprawcom pozwala na manipulacje i fałszowanie rzeczywistości. Niejednokrotnie autorzy stalkingu to osoby o zaburzeniach typu: borderline. Żyją oni z trwałym poczuciem wewnętrznej pustki, łatwo się irytują. O drugiej osobie myślą z pasją, namiętnością, idealizując lub poniżając i następnie odpychając. Przy ich szybkich zmianach emocjonalnych, wywołują w partnerze relacje litości lub rozdrażnienia, fascynacje lub odrzucenie.¹³

Relacja między ofiarą i sprawcą. Stalking najczęściej dotyczy osób powiązanych więzami rodzinnymi lub tworzących związek partnerski. Jednakże ofiarą może stać się każdy a stalkerem może być nawet osoba zupełnie obca ofierze. Cytowane badania nad występowaniem stalkingu w Polsce wykazały, iż w 88 % przypadków (N=240, kobiet i mężczyzn łącznie) istniała relacja znajomości między ofiarą i napastnikiem, z czego: w 14,2% przypadków napastnikiem okazał się dalszy znajomy, w 4,6% przypadków – przyjaciel, w 6,7% przypadków – krewny, w 4,2% przypadków – znajomy z pracy, w 17,6%- partner, a w 40,4 % – były

¹³ J. Skarżyńska. „Ciemna strona ...

partner. Zatem w 58,3% przypadków stalkingu prześladowcą jest lub był partner lub był partner ofiary¹⁴.

Wzorzec zachowań stanowiących stalking¹⁵. Stalking mogą stanowić następujące zachowania: uporczywe wydzwanianie (nawet nocne) i wysyłanie listów, wiadomości sms i innych elektronicznych wiadomości tekstowych, np. email (w tym również anonimowe telefony i listy) i inne formy cyberstalkingu, pozostawianie wiadomości pod drzwiami w mieszkaniu ofiary, pozostawianie wiadomości na poczcie głosowej, wręczanie lub przesyłanie ofierze niechcianych prezentów (zarówno romantycznych, jak i obraźliwych, szokujących oraz deprymująco cennych), przesyłanie bądź wręczanie ofierze kwiatów i innych podarunków, których ona sobie nie życzy, natrętne składanie propozycji spotkań, wspólnych wyjazdów i propozycji seksualnych; śledzenie, podążanie za ofiarą i zlecenie agencjom detektywistycznym śledzenia ofiary. (zatrudnianie prywatnych detektywów), obserwowanie, podglądanie ofiary, przebywanie w okolicy miejsca zamieszkania lub pracy ofiary, czekanie na ofiarę (wyczekiwanie) w miejscu jej pracy lub w okolicy miejsca jej zamieszkania, przyglądanie się ofierze, dążenie do nawiązania kontaktu z ofiarą za pośrednictwem wspólnych znajomych i rodziny (w tym również dzieci), wypytywanie ich o szczegóły z życia prywatnego ofiary, wypytywanie o ofiarę w miejscu jej zamieszkania i pracy, zakładanie podsłuchu telefonicznego, przeszukiwanie prywatnych notatek i śmieci ofiary celem uzyskania informacji o niej, wdzieranie się do mieszkania

¹⁴ J. Skarżyńska. „Badania nad ...

¹⁵ we wzorcu zachowań autor umieścił zarówno odpowiedzi wskazane przez respondentów uczestniczących w badaniu, jak i inne, znane z literatury światowej dotyczącej problemu stalkingu oraz zachowania stalkerów podawane przez ofiary i sprawców w trakcie prowadzonych przez autora konsultacji dla sprawców stalkingu, ofiar i ich rodzin w Punkcie Konsultacyjnym przy Associazione Italiana di Psicologie e Criminologia, oraz Punkcie Konsultacyjno-Informacyjnym ds. Stalkingu przy Komendzie Miejskiej Policji w Chełmie.

ofiary celem zabrania ofiarze przedmiotów osobistych, bądź pozostawienie śladu obecności celem zastraszenia, rejestrowanie faktów z życia prywatnego ofiary za pośrednictwem aparatu fotograficznego i sprzętu audio-video (kamery video i cyfrowe), podszywanie się pod ofiarę, np. poprzez składanie zamówień w jej imieniu, podszywanie się pod znajomych lub rodzinę ofiary wysyłając jej listy z fałszywymi informacjami, manipulowanie ofiarą na przykład poprzez wszczynanie postępowania karnego przeciwko ofierze lub groźby wszczęcia postępowania czy groźby lub próby samobójstwa celem wymuszenia na ofierze pewnych zachowań, w tym wymuszenia kontaktu ze stalkerem, uprzedmiotowienie ofiary, poniżanie jej, manipulowanie przyjaciółmi i rodziną ofiary celem ich odwrócenia się od niej (nastawianie ich przeciw ofierze), zaczepianie ofiary w miejscach publicznych, niszczenie mienia prywatnego ofiary, szantaż emocjonalny, szantaż ekonomiczny, wyrządzanie szkody ulubieńcom – zwierzętom domowym będących własnością ofiary, groźby (w tym groźby uszkodzenia ciała lub groźby śmierci), akty przemocy fizycznej, trzymanie w mieszkaniu ostrych narzędzi celem zastraszenia ofiary, akty wandalizmu i uszkodzania mienia np. zarysowania, stłuczenia – celem zastraszenia ofiary (najczęściej dotyczy to samochodu ofiary lub miejsca jej zamieszkania), wykrzykiwanie w miejscach publicznych obelg pod adresem ofiary w jej obecności (np. w okolicy miejsca pracy lub zamieszkania.)

Wpływ doświadczenia stalkingu na ofiarę. Doświadczenie stalkingu niejednokrotnie wpływa negatywnie na życie i zdrowie ofiar wywołując liczne skutki psychiczne i relacyjne. Powoduje wystąpienie psychologicznej traumy, wywołuje u ofiary poczucie zagrożenia (podwyższony poziom lęku), niepokój, ataki paniki, fobie, depresję, drażliwość, poczucie chaosu i wewnętrznego zamieszania, obniżenie poczucia własnej wartości i pewności siebie, wiary we własne siły i możliwości, utrata zaufania do innych,

poczucie winy, wstyd i zażenowanie, frustrację, problemy z intymnością, emocjonalne odrętwienie – doświadczenie wyuczonej bezradności, nadwrażliwość, trudności z koncentracją uwagi, trudności w wypełnianiu codziennych obowiązków, poczucie wyizolowania (w tym również izolacje od rodziny i przyjaciół), zaburzenia psychosomatyczne, w tym bóle i zawroty głowy, zaburzenia snu, zaburzenia odżywiania, zaburzenia czynnościowe układu pokarmowego i układu krwionośnego, palpacje serca, nadmierne pocenie się, trudności z oddychaniem, zaburzenia czynnościowe życia płciowego, a także problemy w relacjach interpersonalnych (zmiany lub trudności w kontaktach interpersonalnych w rodzinie, w parze, w miejscu pracy).

Niejednokrotnie ofiary chcąc uwolnić się od stalkera zmuszone są do zmian w życiu prywatnym, w tym zmiany miejsca pracy czy zamieszkania. Czasem względy zdrowotne (doświadczenie traumy) uniemożliwia ofierze kontynuację życia zawodowego – ofiara przestaje pracować ze względów zdrowotnych. U niektórych ofiar doświadczenie stalkingu doprowadza do wystąpienia nerwicy pourazowej (PTSD – Post-traumatic stress disorder), czy wręcz myśli, a nawet prób samobójczych.

Prewencja w przypadku stalkingu. Z uwagi na interdyscyplinarność zjawiska dla skutecznego przeciwdziałania problemowi stalkingu nie wystarczą osamotnione oddziaływanie policji, psychologów czy przedstawicieli wymiaru sprawiedliwości czy służb społecznych (pracowników pomocy społecznej). Konieczne jest współdziałanie poszczególnych specjalistów! W świetle współczesnej wiedzy o autorach stalkingu nie wydaje się podjęcie stosownych oddziaływań, gdy już dochodzi do stalkingu. Zasadnym wydaje się, wobec nasilania się różnych form nękania (takich, jak: zadzwończenia telefonami, sms-ami, czy korespondencją email i innymi formami cyberstalkingu) w związku z rozwojem i

coraz większą dostępnością techniki, informatyki i nowych form komunikacji podjęcie oddziaływań prewencyjnych skierowanych do młodzieży, tym bardziej iż stalking dotyka głównie osób młodych, poniżej 40 roku życia. Celem podjęcia kroków w kierunku wczesnej prewencji autor niniejszej publikacji we współpracy z Włoskim Stowarzyszeniem Psychologii i Kryminologii przeprowadził badania nad cechami osobowości, stylami przywiązania, kontrolą emocjonalną i agresywnością młodzieży – badania nad przyszłymi potencjalnymi sprawcami aktów przemocy i stalkingu. Badanie zostało przeprowadzone w marcu 2008, wśród młodzieży gimnazjalnej i licealistów w Chełmie, na grupie badawczej N=800. Badanie wykazało, iż ponad 7% ankietowanych odpowiada wskaźnikom jako potencjalni przyszli sprawcy aktów nękania i przemocy. Są to dane niepokojące, wymagające jednak dalszego zgłębienia, a w dalszej konieczności – podjęcia stosownych oddziaływań prewencyjnych.