

«Viele Stalker definieren sich über diese eine Beziehung»

Zur **Psyche von Stalkern** Psychotherapeutin Sandra Sommer weiss, wie Stalker ticken. Ein Gespräch über Trennungen, Unsicherheiten und Macht.

Frau Sommer, als forensische Psychotherapeutin behandeln Sie Stalker, auch solche, die sich strafbar gemacht haben. Sind Stalker psychisch krank?

Ein Viertel der Stalker war vorher schon in psychologischer oder psychiatrischer Behandlung – wegen dissozialer Persönlichkeitsstörungen, Ängsten, Depressionen, Schizophrenie. Aber: So einfach ist es nicht. Das heisst nämlich auch: Ein grosser Teil, drei Viertel nämlich, ist psychisch gesund.

Je nach Studie sind zwischen 63 und 85 Prozent der Stalker männlich. Wie erklären Sie sich das?

Die meisten Delikte werden von Männern begangen, das ist bei Stalking nicht anders.

Warum stalken sie?

Sehr oft können sie nach einer Trennung nicht loslassen. Sie hatten ihr romantisches Ideal – «für immer», «in guten wie in schlechten Zeiten» – in diese Beziehung projiziert, eine Trennung ist im Weltbild der Täter einfach keine Möglichkeit. Sie sind gekränkt. Also rufen sie ihre Ex-Partnerin an, sprechen vielleicht auch Drohungen aus und merken dann, dass sie sie verunsichern und einschüchtern können. Die meisten Stalker würden es so nicht sagen, aber: Das hat eine enorme Kraft, das gibt ihnen Macht und Kontrolle zurück.

Und das, obwohl sie meistens gar keine Antwort bekommen?

Es reicht, wenn für einmal eine Reaktion kommt. Das ist dann wie: «Eben doch! Sie will wieder Kontakt haben.» Selbst wenn es nur ist: Nein, ich will nicht, lass mich in Ruhe – diese Abgrenzung raten wir den Opfern deutlich. Die kleinste Reaktion vermittelt dem Täter: «Ah, es wirkt.» Das ist wie eine Belohnung.

Was spürt ein Stalker denn, wenn keine Antwort kommt?

Die Gefühle reichen von Wut, Hass bis hin zu massiver Trauer oder gar einem depressiven Loch. Manche greifen deswegen zu Alkohol. Bei vielen Tätern merken wir: Sie definieren sich über diese eine Beziehung.

Kann man Stalking kommen sehen?

Hier muss man aufpassen, dass man nicht dem Opfer eine Verantwortung zuschiebt. Im Sinne von: Sie hätte es merken und sich entsprechend verhalten sollen. Nein. Der Täter begeht eine Straftat, es ist seine Verantwortung.

Trotzdem, gibt es Muster?

Häufig war die Beziehung bereits vor der Trennung von Konflikten und Gewalt geprägt. Das muss nicht allein physische häusliche Gewalt sein, sondern kann auch psychische Gewalt sein – Einschüchterungen, Demütigungen, Erniedrigungen. Wenn es zu einer Trennung kommt, fällt die Möglichkeit weg, jemanden direkt im Alltag zu erniedrigen.

Mittels Stalking werden also Muster der Beziehung nach der Trennung einfach fortgeführt?

Wenn es ganz normal ist, den Handy-Code der anderen Person



«Wie manche die News checken, checken Stalker das Facebook-Profilbild des Opfers», sagt Sandra Sommer. Foto: Nicole Philipp

zu kennen, wenn eine Kultur herrscht von «Ich kontrolliere, ich will wissen, mit wem du unterwegs bist», wenn vielleicht die sozialen Kontakte der Frau eingeschränkt werden: Dann können das Hinweise sein, dass die Trennung schwierig werden könnte. Es geht hier auch um ein Besitzdenken: «Sie gehört mir, sie teile ich nicht.»

Wieso schaffen es denn Frauen – und auch viele Männer –, anders als mit Stalking auf eine Trennung zu reagieren?

Eine Trennung ist für uns alle eine Erschütterung. Die Frage ist, wie wir damit umgehen. Immer noch haben viele Männer, soweit man dies verallgemeinern kann, gelernt: Über Gefühle spricht man nicht, über schlechte Gefühle schon gar nicht – zumindest bei Stalkern erlebe ich dies oft. Stalker erlebten in der Vergangenheit oftmals instabile, gewaltvolle Beziehungen. Ihnen bereitet es massiv Mühe, Bindungen aufzugeben. Aus der Kränkung kann ein Rachedanke entstehen. Dahinter liegt ein machoides Gesellschaftsbild, in dem das Streben nach Macht und Kontrolle legitim erscheint. Sie sagen: «Wenn du nicht zurückkommst, mache ich dich kaputt.»

Welche Unterstützung brauchen Stalker, damit sie aufhören können?

Jemanden zu stalken, hat eine ähnliche Dynamik wie ein Suchtverhalten. Diese suchtmäßigen Dynamiken müssen also durchbrochen und bearbeitet werden. Bei uns in der Therapie arbeiten wir viel am Selbstwert, denn Täter sind oftmals unsicher und labil. Auch neue Zukunftsperspektiven sind ein Thema: «Was macht mich aus – abgesehen von der Ex-Partnerin?» Im allerersten Moment geht es aber darum, dem Täter zu sagen: Dieses Verhalten akzeptieren wir nicht, hier ist Schluss. Sonst hat es juristische Konsequenzen.

Den Ex-Mann von Barbara W., die ihre Geschichte dieser Zeitung erzählt hat, haben aber weder mehrere Anzeigen noch Gerichtsverfahren beeindruckt. Hier sind wir bei den dissozialen oder sadistisch motivierten Tätern. Nach dem Motto: «Ich will, dass du Angst hast.» Es ist eine Schmach, vor Gericht zu verlieren und erniedrigt zu werden, das kann aber sogar zusätzlich motivieren: «Dann muss ich wieder Oberhand bekommen.» Durch Kontrolle, Einschüchterung, Erniedrigung.

Barbara W. wird noch immer gestalkt, inzwischen seit mehr als zehn Jahren. Das geht also für unbestimmte Zeit einfach so weiter?

Aus meiner Erfahrung würde ich sagen: Sehr wahrscheinlich wird dieser Täter nie freiwillig in eine Therapie gehen. Und wenn er sich nicht Unterstützung sucht – oder diese gerichtlich aufgebracht bekommt –, dann sind die Chancen, dass er aufhört, eher gering. Sonst hätte er es irgendwann in den letzten zehn Jahren bereits gemacht. Bei gewissen Tätern wird das Stalking zu einem Lebensinhalt, es gibt eine Tagesstruktur. Wie wir am Morgen nach dem Aufstehen vielleicht die News checken, checken sie das Profilbild auf Facebook.

Was passiert, wenn jemand, der stalkt, eine neue Beziehung beginnt?

Häufig hören Stalker nach der Trennung den Rat: Suche dir eine Neue. Manchmal haben auch die Männer selber diese Idee. Ich sage ihnen: Auf gar keinen Fall! Es ist anzunehmen, dass es in der nächsten Beziehung nach den gleichen Mustern läuft. Denn: An sich selber haben sie ja noch nichts verändert. Zuerst müssen die schlechten Erfahrungen aus der alten Beziehung aufgearbeitet werden, bevor etwas Neues beginnen kann.

Lea Stuber

«Stalker erlebten in der Vergangenheit oftmals instabile, gewaltvolle Beziehungen.»