

SŁÓW KILKA O STALKINGU

Witam wszystkich bardzo serdecznie ☺

Chciałabym dzisiaj poruszyć temat **stalkingu**, zarówno w życiu realnym, jak i cyberprzestrzeni. Jest to przestępstwo przeciw wolności człowieka, które może przybierać wiele form prześladowania oraz nękania.



Ścigany przez wymiar sprawiedliwości niestety dopiero na wniosek / zawiadomienie poszkodowanego złożone na policji lub w prokuraturze rejonowej.

Podlega karze (w Polsce od 2001r.) od 1 roku do 10 lat - gdy zakończy się próbą samobójczą ☹.

W Kodeksie Karnym w art. 190 stalking opisany jest w następujących paragrafach:

§ 1.

Kto przez uporczywe nękanie innej osoby lub osoby jej najbliższej wzbudza u niej uzasadnione okolicznościami poczucie zagrożenia lub istotnie narusza jej prywatność, podlega karze pozbawienia wolności do lat 3.

§ 2.

Tej samej karze podlega, kto, podszywając się pod inną osobę, wykorzystuje jej wizerunek lub inne jej dane osobowe w celu wyrządzenia jej szkody majątkowej lub osobistej.

§ 3.

Jeżeli następstwem czynu określonego w § 1 lub 2 jest targnięcie się pokrzywdzonego na własne życie, sprawca podlega karze pozbawienia wolności od roku do lat 10.

§ 4.

Ściganie przestępstwa określonego w § 1 lub 2 następuje na wniosek pokrzywdzonego.



Ofiarą stalkingu może zostać każdy z nas!

Jak go rozpoznać?

Stalking w szkole i poza nią: polegający na destabilizacji naszego życia poprzez rozpowszechnianie nieprawdziwych informacji, informacji dotyczących naszego życia osobistego, obgadywanie, utrudnianie codziennych czynności, nękanie, grożenie, śledzenie, robienie niechcianych zdjęć, filmików (także upublicznianie ich), szantażowanie, częste wydzwanianie, głucho telefony często w godzinach nocnych, wysyłanie sms-ów; niechcianych wiadomości (maile, wiadomości na komunikatorach, portalach społecznościowych).

Stalker może włamać się na naszą pocztę mailową i wbrew naszej woli rozsyłać spamy, udostępniać prywatne treści, zainstalować oprogramowania szpiegujące, dzięki którym będzie miał stały wgląd w naszą działalność w cyberprzestrzeni, itp.

Stalking może przybierać również formę niechcianych prezentów, dotyku, zwierzeń, wyznań miłosnych, intymnych, nie muszą być one agresywne.

Wyznacznikiem prześladowania/nękania są nasze osobiste odczucia, emocje, które w nas wywołuje określone postępowania.

Jako przykład nietypowego stalkingu podam grę krążącą w Internecie na terenie Rosji o nazwie „**Niebieski Wieloryb**”.

Czas gry to 50 dni, podczas których gracze poddawani byli silnej psychomanipulacji, szantażowani, pod presją wykonywali przerażające zadania, a ostatnim z nich było rozstanie się z życiem!

Stalking może przybierać wiele form i mieć bardzo poważne konsekwencje wpływające negatywnie na naszą psychikę (stany lękowe, napady paniki, zaburzenia snu - koszmary, bezsenność, poczucie zagrożenia, problemy emocjonalne, zespół stresu pourazowego, izolację społeczną - obawy przed wychodzeniem z domu, wycofanie się z kontaktów społecznych, myśli samobójcze, itd.).

Jak można chronić się przed stalkingiem?

Przede wszystkim zdecydowanie:

- **komunikujemy swój sprzeciw**, jasno dajemy do zrozumienia stalkerowi, że nie życzymy sobie kontaktu z nim w żadnej formie,
- **unikamy kontaktu**, nie wdajemy się w żadne dyskusje, wyjaśnienia, nie przyjmujemy niechcianych przesyłek, prezentów,
- **nie odpisujemy na wiadomości**, blokujemy otrzymany numer telefonu stalkera, ograniczamy dostępność do swoich kont na portalach społecznościowych. Konsekwentnie zgodnie z zapowiedziom zrywamy kontakt.

Warto poinformować bliskie nam osoby o dręczącym nas problemie. Warto również **gromadzić dowody** świadczące o stalkingu w razie potrzeby ułatwią one organom ścigania prowadzenie działań mogących nas ochronić. Dobrze jest w takiej sytuacji **zwrócić się do specjalisty po wsparcie psychologiczne**.

Przypominam o telefonie zaufania 116 111 oraz 800 702 222 Centrum Wsparcia dla osób w kryzysie.

Mam nadzieję, że nigdy nie znajdziecie się w takiej sytuacji 😊.

Wiem również, że obecnie dużo wolnego czasu spędzacie w cyberprzestrzeni. Postarajcie się nie wzbudzać niepotrzebnego zainteresowania: nie eksponujcie swojego życia prywatnego, stosujcie zasadę organicznego zaufania wobec nowo poznanych osób.

Bądźcie czujni, zdystansowani, selektywnie przyswajacie podsyłane informacje, instalujcie programy filtrujące.



Pozdrawiam:

Alina Tyda.