

Stalkning – olaga förföljelse

Susanne Strand

Susanne Strand, docent i kriminologi vid Örebro universitet samt vid Centre for Forensic Behavioural Science vid Swinburne University of Technology, Melbourne, Australia.
Susanne.strand@oru.se

Stalkning, att vara förföljd av någon som orsakar rädsla eller oro, förekommer hos 9 procent - 20 procent av befolkningen i engelsktalande länder, där ungefär hälften av stalkarna är en före detta partner och den andra hälften en bekant eller en främling. En typologi utifrån stalkarens motiv kan vara användbar för att få en bättre förståelse för varför stalkningen pågår och därigenom bättre kunna hjälpa både stalkare och utsatta att hantera situationen. De som utsätts för stalkning rapporterar om en låg livskvalitet och en hög grad av psykisk ohälsa till följd av stalkningen. De utvecklar olika strategier att hantera stalkningssituationen där de positiva strategierna ger de utsatta en känsla av kontroll medan de negativa strategierna mest troligt leder till isolering och ger stalkaren större kontroll över deras liv. Den som blir stalkad bör säga nej till all form av kontakt med stalkaren, dokumentera händelserna som de blir utsatta för och kommunicera sin utsatthet för någon i sin närhet samt anmäla brott till polisen.

The lifetime prevalence of stalking, defined as ‘a course of conduct that causes fear or concern for safety’, was found to be 9 percent - 20 percent in English-speaking countries, where around half of the stalkers were an ex-intimate partner and the other half were acquaintances or strangers. A typology of stalking can be used to classify stalkers and their motives in order to better understand the stalkers and their behaviours, which can help both stalkers and their victims to better cope with the situation.

Victims of stalking reports low levels of quality of life as well as a high degree of psychological problems. In order to avoid the stalker, victims employ different coping strategies, where the positive coping strategies gives the victims a feeling of taking back the control and the negative coping strategies will most likely isolate the victim as well as make the situation worse. To handle being a victim of stalking the victim should say no to contact with the stalker, document incidents and report the stalking to both people in their network as well as to the police.

Introduktion

Stalking, att vara förföljd, har uppmärksammats i media och litteraturen under flera decennier där den bild som växt fram genom åren till stor del baserats utifrån offentliga personer som blivit förföljda och trakasserade. Det är en mindre andel av de utsatta som är offentliga personer då stalking är mer vanligt förekommande när det finns en relation mellan stalkaren och den som utsätts, och då framförallt en nära relation. En stalkare är en person som förföljer eller trakasserar en annan individ upprepade gånger vilket skapar oro och rädsla hos den utsatta. Det kan vara beteenden som inkluderar förföljelse eller trakasserier som i enlighet med rådande lagstiftning är brottsliga, där både hot och våld kan förekomma, men det kan även vara handlingar som i sig inte är brottsliga, som att vid upprepade tillfällen stå utanför den utsattas arbetsplats eller att skicka blommor och presenter. En central del i stalkingen är att den drabbade upplever rädsla och obehag för det beteende och de handlingar som stalkaren utför, oavsett om de är brottsliga eller inte.

En användbar definitionen av stalking är:

Stalking innebär att stalkaren vid mer än ett tillfälle kommunicerar eller på något sätt tar kontakt med den utsatta mot dennas vilja, samt att det orsakar oro eller rädsla, för den utsatta eller för de som finns i hans närhet (Kropp, Hart & Lyon, 2008).

Om stalking gäller offentliga personer kan följande tillägg till definition för stalking användas:

Upprepade försök att ta olämpliga kontakter på ett sätt som skapar legitim oro och/eller rädsla, antingen hos den offentliga personen eller för de som skyddar dem (Mullen, Patbé & Purcell, 2009, s. 197).

Varför uppstår stalking?

Det finns många olika anledningar och motiv till att stalking uppstår och det finns inte en förklaring till all form av stalking. Men i grunden handlar det om personer som inte klarar av att släppa taget om den som de förföljer, antingen för att de inte förstår att den som de stalkar inte vill ha kontakt eller för att de struntar i det. Stalkaren upplever att deras rätt till kontakt är större än den utsattas rätt att få slippa kontakt. Stalkingen uppstår för många stalkare i en period i livet som innebär någon form av förändring och där flera olika delar i deras liv sammanfaller vid den aktuella tidpunkten. Det kan till exempel vara en person som har haft en jobbig period i sitt liv som det sen vänder för och en mer positiv period inleds. I samband med denna transformering kan det finnas en person som tillskrivs att det var den personen som möjliggjorde för-

ändringen och stalkaren vill fortsätta att uppleva det positiva som hände kring den personen. Denna upplevelse av den utvalda personen kan vara sann eller inbillad. För andra kan det vara tvärtom, livet tar en vändning åt det negativa hållet och det måste då tillskrivas någon, dvs. det blir någons fel. Stalkaren kan uppleva en stark kränkning utifrån vad som hänt och den oförrätt som hen har blivit utsatt för. Stalkaren vill därmed hämnas på personen i fråga och därmed få upprättelse i sin upplevda kränkning. Det innebär att okända människor kan bli förföljda för att de i tid och rum befann sig på en plats där stalkaren upplevde ett starkt ögonblick som förändrade deras liv, positivt eller negativt. Medan för andra stalkare kan det vara en relation som tar slut som de inte vill ska ta slut. Det kan t.ex. vara när deras partner avslutar förhållandet eller att de blir avvissade av någon som de påbörjat en relation med, vänskaplig eller professionell. Stalkning kan även uppstå för de som får negativa besked från t.ex. en arbetsgivare eller en myndighet som påverkar deras liv i stor utsträckning. De personer som kommer med dessa besked kan då personifiera det negativa beskedet och stalkaren förföljer dem för att de ska ändra sitt beslut, vilket stalkaren upplever kommer att innebära att hen får upprättelse i sin sak. Medan för andra så uppstår en förälskelse eller en önskan om en vänskap och de vill ha en nära relation med personen och accepterar således inte att den andra personen inte vill ha en relation.

Därav att stalkning, oavsett motiv, kan pågå under många år då stalkaren inte har förmågan eller viljan att släppa taget. Stalkningen pågår dock för de allra flesta under en kortare tid, där majoriteten av stalkarna slutar inom tre månader (Björklund et al., 2010; James et al., 2009; McEwan, Mullen & MacKenzie, 2009a).

Hur vanligt förekommande är stalkning?

Studier i Europa och engelsktalande länder visar att cirka 9 – 20 procent av befolkningen någon gång har varit utsatt för stalkning (ABS, 2006; BRÅ, 2006; Budd & Matinsson, 2000; Dressing, Finney, 2006; Kuehner & Gass, 2005; Stieger, Burger & Schild, 2008; Wurm, 2013). I Sverige genomförde BRÅ en omfångsundersökning som visade att 9 procent av befolkningen i Sverige någon gång har varit utsatt för stalkning, varav en tredjedel uppgav att stalkningen var mycket skrämmande för dem (BRÅ, 2006), vilket är i linje med internationell forskning (Basile et al., 2006; Morris, Anderson & Murray, 2002). Det har funnits lagar mot stalkning i både Storbritannien, USA och Australien sedan början på 1990-talet medan i övriga Europa är det först på senare tid som stalkningslagar har stiftats, där lagen om olaga förföljelse i Sverige infördes 2011. Eftersom det inte har funnits stalkningslagar under en längre tid är det svårt att följa upp omfattningen av stalkning som ett brott i sig. Under 2011 - 2013 anmäldes cirka

1700 brott om olaga förföljelse i Sverige där 16 procent åtalades och sedermera totalt 7 procent dömdes för olaga förföljelse (BRÅ, 2015), vilket i jämförelse med omfångsundersökningen 2006 visar att väldigt få personer kommer till rättssystemets kännedom, och de som väl gör det döms i liten utsträckning för stalkning. Ett av problemen är att rättssystemet i många fall har svårt att bevisa stalkningen då lagen bygger på att varje enskild händelse ska kunna vara ett enskilt brott, t.ex. hot eller ofredande, medan stalkning egentligen bygger på en rad upprepade försök till kontakt och kommunikation som den utsatta inte vill ha och som orsakar oro eller rädsla. Denna form av trakasserier fångas inte alltid upp av rättssystemet och lämnar därmed de utsatta att själva i stor utsträckning hantera sin situation. Å andra sidan anmäldes 54 600 hot och 55 800 ofredande till polisen under 2016, vilket motsvarar cirka 6 procent av alla brott som rapporterades till polisen det året (BRÅ, 2018). Även om inte alla som utsätts för hot och trakasserier är stalkade så kan stalkningsrelaterade brott finnas inom ramen för dessa (Logan & Walker, 2017). I den svenska studien uppgav 31 procent av de utsatta att de anmält stalkaren till polisen men att enbart var femte anmälan ledde till en påföljd för stalkaren (BRÅ, 2006). Detta visar att var tredje utsatt anmäler stalkaren men att polisen och övriga delar i rättskedjan inte klarar av att identifiera förövarna som stalkare, vilket innebär att omfattning på stalkning som brott inte syns i brottsstatistiken.

Stalkningens utformning

Stalkaren kan använda sig av en mängd olika sätt att stalka den utsatta, alltifrån att skicka sms till att begå grova våldshandlingar förekommer. Några av de mest vanligt förekommande sakerna som en stalkare gör i sitt led av oönskad kommunikation är att använda sig av sin telefon, antingen genom att skicka många sms, med eller utan hot, eller att ringa den utsatta. De gör detta för att de har access till den utsatta på ett relativt enkelt sätt. Men även att skicka e-post eller kontakta på sociala medier är vanligt förekommande. I den svenska studien använde sig 91 procent av stalkarna telefon, mail eller brev för att kommunicera med den utsatta (BRÅ, 2006). Stalkning via elektroniska medier, s.k. ”cyberstalking” har ökat i takt med att vi blir allt mer aktiva på olika former av sociala medier, det är en ny arena för stalkare (Sheridan & Lyndon 2010; Tokunaga & Aune, 2017). Mer traditionella sätt som att skicka brev och lägga lappar i brevlådan eller sätta fast dem på bilen förekommer också. Andra sätt kan vara att skicka oönskade beställningar i den utsattas namn eller att skicka paket med oroväckande innehåll. Stalkaren kan ha olika motiv till stalkningen vilket innebär att handlingarna styrs utifrån om de t.ex. vill ha en nära relation med den utsatta eller om de vill hämnas. Att få mat hemskickat i form av ett paket på posten kan upplevas som skrämmande och otäckt medan stalkarens motiv

var att vara vänlig och hjälpa till i sin tro att de har en relation, medan att skicka begagnat toalettpapper är att direkt skrämmas och sänder en tydlig signal om vad stalkaren tycker om den utsatta.

Stalkaren kan ägna mycket tid åt att kartlägga den utsatta och har på det viset tagit reda på mycket av det som händer i den utsattas vardagliga liv. Det kan t.ex. innebära att stalkaren kan vänta utanför den utsattas jobb eller skola för att dels kartlägga den utsattas rutiner, men det kan också vara ett sätt att söka fysisk kontakt då kartläggningen visar vid vilka tider den utsatta kommer att befinna sig där. När stalkarna fysiskt följer efter den utsatta kan det ske både synligt men även dolt för den utsatta. Genom att t.ex. skicka ett sms eller ringa för att tydliggöra för den utsatta att stalkaren vet var den utsatta befinner sig just nu utan att stalkaren är synlig skapar ett obehag och en rädsla hos de utsatta. Handlingarna behöver därför inte ske ett visst antal gånger inom angiven tid för att anses vara stalking utan det är upplevelsen av vad stalkaren gör som innebär att den utsatta känner sig förföljd hela tiden. Stalkningsbeteenden har visat sig vara ungefär desamma oavsett om stalkaren är man eller kvinna, eller den utsatta är man eller kvinna (Strand & McEwan, 2011; 2012).

Upptrappning av stalkingen kan ske antingen i omfattning eller i allvarlighetsgrad. Som ett led i upptrappningen kan stalkaren närma sig och vilja ta kontakt med den utsatta både på offentliga platser men även i hemmet. Det händer att de försöker tränga sig in i hemmet eller på arbetsplatsen i sina försök att få kontakt med den de utsätter. Forskning visar att upptrappning och den typen av närmande till fysisk kontakt ökar risken för att stalkaren ska begå en våldshandling, det kan resultera i mycket allvarligt våld och även dödligt våld mot den utsatta (Kropp, Hart & Lyon, 2008; McEwan, et al., 2009b). I den svenska studien utsattes 46 procent för hot och 25 procent för en våldshandling, vilket är i linje med internationell forskning (BRÅ, 2006; McEwan et al., 2009b; Meloy & Boyd, 2003; Meloy et al., 2011). Av de som stalkar är ca 10 - 25 procent kvinnor, vilka visat sig utföra både hot och våld i samma utsträckning som män (Strand & McEwan, 2012).

Psykisk ohälsa och stalking

Psykisk ohälsa är vanligt förekommande bland stalkarna, men det innebär inte att alla har en psykisk ohälsa. Anledningen till att psykisk ohälsa är vanligt förekommande är att stalkaren brister i sin förmåga att släppa taget om den som de förföljer, det kan vara tillfälligt eller som en del i en mer långvarig psykisk ohälsa. Det finns ingen studie i Sverige som visar på omfattning av psykisk ohälsa bland stalkarna men av de som dömdes för olaga förföljelse i Sverige under 2011 - 2013 dömdes 14 procent till rättspsykiatrisk vård vilket är en betydligt högre andel än för genomsnittet som döms för ett brott, vilken är ca 0,5 procent. Det

ger en indikation på att stalkarna i högre utsträckning än andra som begår brott har en allvarlig psykisk ohälsa (BRÅ, 2015). Sannolikheten är också högre att de som förföljer offentliga personer har en psykisk ohälsa än de som stalkar personer utifrån andra motiv, där till exempel 84 procent av stalkarna som förföljde den brittiska kungafamiljen bedömdes ha en psykisk ohälsa (James et al., 2009) och 87 procent av de som stalkade politiker i Kanada (Adams et al., 2009). För de som stalkar under en längre tid, över ett år, ökar sannolikheten att det finns en psykisk ohälsa i form av en psykosjukdom, i synnerhet om motivet till stalkningen antingen var att söka närhet till den utsatta eller att hämnas en oförrätt (McEwan et al., 2009a).

Vanligt förekommande former av psykisk ohälsa bland stalkare är vanföreställningar, psykoser, personlighetssyndrom och depression, men även mer ovanliga former av psykisk ohälsa förekommer där litteraturen beskriver t.ex. stalkare som haft mer ovanliga diagnoser som erotomani (Meloy, 1999) och Munchhausens syndrom by proxy (Reisner, 2006).

Relation till stalkaren

Den mest vanliga stalkaren är en f.d. partner som förföljer sin ex-partner (Mullen, Pathé & Purcell, 2009). Andra vanligt förekommande stalkare är personer som har någon form av relation till den som drabbas, t.ex. en släkting, vän, medarbetare eller en granne. En mindre andel av stalkarna är okända främlingar. Även offentliga personer kan vara förföljda av stalkare med olika typ av relation till dem. Det kan handla om personer som de har en relation till privat, personer som de är bekanta med via sin offentlighet eller som är helt obekanta för dem men som har uppmärksammat dem via deras offentliga framträdanden.

I den svenska studien som BRÅ genomförde uppgav en tredjedel av alla som utsatts att stalkaren var en person de haft en nära relation med, en tredjedel att det var en bekant och en tredjedel att det var en okänd person som utförde stalkningen (BRÅ, 2006). En annan svensk studie som gjorts utifrån de som anmält stalkningen till polisen visade att ca 76 procent var en före detta partner som förföljde dem, 14 procent hade en annan relation där de var bekanta på något sätt och 10 procent angav att de var utsatt av en främling (Belfrage & Strand, 2009), vilket skiljer sig åt från omfångsundersökningen. Internationella studier visar dock att ca hälften av de som förföljer någon är en före detta partner och hälften har någon annan typ av relation till den utsatta, inbillad eller verklig, eller är främlingar (Mullen, Pathé & Purcell, 2009).

Typologi för stalkare

För att kunna förstå stalkning som fenomen bättre har olika försök att klassificera stalkarna i typologier genomförts. Det finns ett flertal olika typologier vilka bygger på relation eller motiv. De första som gjorde en klassificering av stalkare var Zona och kollegor (Zona, Sharma & Lane, 1993). Deras klassificering byggde på de ärenden som de arbetade med vid en specialavdelning inom Los Angeles poliskår där framförallt offentliga personer anmälde att de var utsatta för hot och trakasserier. Stalkarens motiv och relation till den utsatta utgjorde grunden för typologin. De delade in stalkarna i tre grupper. Den första, erotomanen, vilka kännetecknas av vanföreställningar kring att den utsatta har en inbillad kärleksrelation till den utsatta. Mest vanligt var att de stalkade någon form av känd person som ofta förekom i media. Den andra, de kärleksbesatta, kännetecknades även de av vanföreställningar kring att de utsatta älskar dem, men det som skiljer dem åt från erotomanerna var att de förstår att det kanske inte är så. Deras besatthet har mer troligt uppstått ur en form av psykisk ohälsa och inte tvärtom, dvs. utgjorde den psykiska ohälsan som med erotomanerna. Den tredje gruppen, de besatta, utgjordes av övriga stalkare. Majoriteten bestod av nära relationer som tagit slut på ett för stalkaren oönskat sätt. Denna typologi är dock inte så användbar utanför polisens specialenhet eftersom andelen som stalkar offentliga personer är relativt liten. Mohandie och kollegor (2006) tog fram RECON typologin som består av fyra kategorier vilka liknar Zona's typologi men är lite mer inkluderande. Den baseras på relationen mellan stalkare och utsatt. Den består av två delar, de som har en relation och de som inte har en relation. De stalkare som har en relation delas in i två undergrupper, de som har en intim relation och de som är bekanta. Medan de som inte har en relation delas in utifrån om den utsatta är en offentlig person eller om stalkningen utförts mot en främling. Denna typologi är lätt att använda även utanför rättskedjan och de flesta stalkare kan klassificeras inom den. Det finns även andra mer specialiserade typologier för offentliga personer som till exempel att stalka särskilt kända personer som presidenten i USA eller ledare för stora företag eller organisationer (Phillips, 2006).

En mer användbar typologi för polis, psykiatri, hälso- och sjukvård och socialtjänst som klassificerar stalkare utifrån deras motiv, oavsett vem de utsätter, är Mullen's typologi (Mullen et al, 1999). Utanför sin typologi har Mullen med kollegor även klassificerat stalkning av offentliga personer med bas i deras fixering av den utsatta (Mullen, Pathé & Purcell, 2009). Mullen's typologi utifrån motiv kan vara mer användbar när det gäller att förstå stalkningen och därmed bidra med mer information för att kunna hantera stalkaren samt de risker som uppstår för den utsatta och andra runt omkring dem.

Mullen's typologi av stalkare består av fem olika typer av stalkare:

Den avvísade (The rejected stalker). Detta är den stalkare som förföljer sin före detta partner. Motivet kommer ur upprinnelsen av separationen där stalkaren antingen vill bli tillsammans igen eller så vill hen hämnas att partnern gjort slut. Under tiden som förhållandet pågår och förövaren kontrollerar och följer efter sin partner klassas det inte som stalkning eftersom partnern har sagt ja till kontakt, dvs. förhållandet. Beteendet klassas då som våld i nära relation. Det är först när relationen tagit slut som det klassas som stalkning. I förhållanden där detta beteende finns och de blir tillsammans igen förekommer således både stalkning och våld i nära relation, men inte samtidigt.

Den närhetsökande (The intimacy seeking stalker). Stalkning baseras på en längtan efter närhet, där de vill ha antingen en kärleksrelation eller en vänskapsrelation. Dessa stalkare söker kärlek och närhet väldigt intensivt och förstår inte alltid signalerna om att kärleken eller vänskapen inte är besvarad utifrån att de upplever att de har en relation. De kan även ha vanföreställningar kring relationen. Erotomanen, den som lever i tron att en ofta känd person har ett förhållande med dem, tillhör denna kategori. Men stalkaren kan även vara patienten som vill ha en mer intensiv vänskapsrelation med sin läkare eller psykolog. Behovet av närhet och att skapa en relation står i fokus för denna typ av stalkare som i stor utsträckning utsätter tillfälligt bekanta eller främlingar för stalkningen.

Den inkompetente (The incompetent suitor). Motivet till denna typ av stalkning kan uppstå utifrån att stalkaren upplever att hen är ensam eller att de blir förälskade. Till skillnad från den närhetsökande som i större utsträckning har vanföreställningar kring den inbillade relationen har denna typ av stalkare svårigheter att förstå det sociala samspelet, och får därmed svårt med relationer. Stalkning bygger således på stalkarens "sociala inkompetens". Hen förstår inte de sociala signalerna och kan inte hantera att de inte får som de vill. De förföljer ofta för att de inte förstår att de utsätter andra för obehag. Stalkaren känner att hen har rätt till någon form av relation med den utsatta och fortsätter därför att t.ex. uppvakta den utsatta även om de sagt ifrån. Det är mer vanligt att stalkare i denna kategori upphör med stalkningen när den utsatta säger ifrån.

Hämnanaren (The resentful stalker). Denna stalkning uppstår utifrån att stalkaren upplever att en oförrätt eller kränkning har gjorts mot dem. De kräver upprättelse och vill ofta få hämnd på den som de anser är ansvarig för händelsen. Det kan vara en enskild person men även en person som får vara representant för de som utfört det som stalkaren vill hämnas. Det kan t.ex. vara ett myndighetsbeslut

som stalkaren inte anser vara rättvist. Att ”stalka en myndighet” genom att utsätta olika personer vid den blir därmed stalkarens tillvägagångssätt. Stalkarna i denna kategori kan vara extremt arga och vilja hämnas och stalkningen syftar ofta till att skrämma den utsatta till att göra som de vill. De rättfärdigar sitt beteende genom att anse att de blivit felaktigt behandlade och kan således göra, som de anser, lika tillbaka.

Sexualbrottsstalkaren (The predatory stalker). Denna typ av stalkning uppstår utifrån olika former av sexuellt avvikande beteende där stalkningen är en förberedelse för ett sexuellt våldsbrott. Som ett rovdjur letar de upp sitt offer, kartlägger och spanar på dem för att därefter förbereda en tid och en plats för bästa attack att genomföra sitt övergrepp på. Det är en ovanlig form av stalkning men kanske den som upplevs som mest skrämmande då de utsatta i denna kategori framförallt är främlingar. De stalkare som identifieras i denna kategori och som genomför det sexuella övergreppet anmäls, utreds, åtalas och lagförs inom ramen för sexualbrottet och stalkningen blir därmed rättsligt underordnad även om några även blir dömda för stalkning. Därigenom är det svårt att uppskatta hur stor andel denna grupp utgör av stalkare i sin helhet.

Att hantera utsatthet för stalkning

Att vara utsatt för stalkning är påfrestande på många olika sätt. Stalkaren utför aktiviteter som syftar till att sabotera de utsattas liv, där inte alla handlingar är brottsliga men de skapar ett stort problem för den utsatta i deras vardagliga liv, vilket påverkar livskvaliteten i hög grad (Hansen et al., 2010; Logan & Walker, 2017; Pathé & Mullen, 1997), där olika former av psykisk ohälsa som stress och depression är vanligt förekommande (Diette et al., 2014; Korkodilou, 2017; Sheridan & Scott, 2010). Även post-traumatiska stresssymptom (PTSD) förekommer (Kamphuis et al., 2003; Kuhner, Gass & Dressing, 2007; Purcell, Pathé & Mullen, 2005). Rädslan för stalkaren påverkar de utsatta där mer intensiv stalkning upplevs som mer skrämmande. De utsatta ändrar sina liv för att slippa stalkaren och många isolerar sig från sin omgivning. Trots detta kan de ändå uppleva en känsla av att det inte finns någon plats att gömma sig på för stalkaren (Korkodilou, 2017). Det är även en utmaning för de utsatta att fortsätta anmäla stalkaren till polisen då utredningen i många fall läggs ner utifrån att den enskilda händelsen inte kan bevisas vara brottslig. Många av de utsatta upplever att det inte är någon som förstår dem och att ingen lyssnar till dem och hjälper dem att få stalkaren att sluta. Detta i sin tur försämrar livskvaliteten ytterligare.

Strategier som de utsatta kan använda sig av för att hantera stalkning kan vara antingen positiva eller negativa (Cupach & Spitzberg, 2000). De positiva strategierna ger de utsatta en känsla av kontroll över situationen, det kan vara

att ändra sina dagliga rutiner hur de tar sig till arbetet, byta affär de handlar vid, byta telefonnummer, flytta eller skaffa ett nytt arbete (Dressing et al., 2005; Podana & Imriskova, 2016; Sheridan & Lyndon, 2010). Medan de negativa strategierna som undvikande beteende och passivitet kan leda till en känsla av att ha tappat kontrollen och att stalkaren styr deras liv. En negativ coping strategi kan vara att stanna hemma utifrån rädslan att möta stalkaren och därmed sluta med aktiviteter som sker utanför hemmet. Detta kan leda till isolering och en känsla av hopplöshet, vilket i sin tur innebär en ökad risk för psykisk ohälsa (Kamp-hauis et al., 2003; Korkodeilou, 2017; Podana & Imriskova, 2016).

Vad gör du om du blivit utsatt?

Det finns några steg att följa för de som blivit utsatta för stalkning.

- Det första är att säkerställa att den som är utsatt har *sagt nej till kontakt* med stalkaren. Efter den kontakten bör ingen mer kontakt ske då stalkaren uppfattar all form av kontakt som en underliggande vilja att ha kontakt.
- Den utsatta bör *dokumentera* och skriva ned vad som skett. Genom att dokumentera händelserna och skriva ner dem blir det mer tydligt vilken form stalkningen har och mönster träder fram som kan användas för att hantera de eventuella risker som uppstår. Dokumentation kan användas för att skapa en tidslinje vilket ger en ökad förståelse för vad som händer och när.
- Att *kommunicera* sin utsatthet med någon är viktigt. Genom att berätta för någon annan kan stöd och hjälp fås i ett tidigt stadium. Det kan även innebära att ta kontakt med stödorganisationer som t.ex. Nationellt centrum för kvinnofrid, kvinnojour, mansjour eller brottsofferjour för att få stöd och hjälp i hur den utsatta ska gå vidare. Om den utsatta blir stalkad inom ramen för sin arbetsplats ska närmaste chef och säkerhetsavdelningen, om det finns en sådan, informeras.
- Om händelsen upplevs som brottslig bör en *polisanmälan* göras. Låt sen polisen avgöra om det går att bevisa att det är ett brott eller inte.
- Om stalkningen pågår under en längre tid behöver den som är utsatt göra en *säkerhetsplan*, dvs. att planera för vad hen ska göra i olika stalkningssituationer som kan uppstå. Det ger den utsatta en känsla av kontroll över situationen och stärker hen i att stalkaren inte har kontroll över deras liv. Denna säkerhetsplan kan utformas på egen hand eller i samarbete med t.ex. polis eller säkerhetsföretag som har mer kunskap om stalkning och de risker som kan uppstå.

Konklusion

Stalking är ett komplext fenomen som innebär en stor påfrestning för de utsatta, men även stalkarna kan uppleva situationen som problematisk och jobbig. Utifrån att var tionde person någon gång i sitt liv har varit stalkad är det ett samhällsfenomen som måste tas på stort allvar. Stalkaren, vilken upplever svårigheter att släppa taget, kan uppfattas som mycket skrämmande av den utsatta och det kan vara svårt, om inte omöjligt, att få stalkaren att sluta på egen hand och då särskilt om stalkaren har en psykisk ohälsa som behöver behandlas. Genom att förstå mer om stalking kan samhället utveckla metoder som kan erbjuda hjälp och stöd till både den utsatta och till stalkaren, vilket skulle minska lidandet och utsattheten i hög utsträckning.

Referenser

- Adams, S.J., Hazelwood, T.E., Pitre, N.L., Bedard, T.E., & Landry, S.D. (2009). Harassment of Members of Parliament and the Legislative Assemblies in Canada by Individuals believed to be mentally disordered. *The Journal of Forensic Psychiatry & Psychology*, 20(6), 801-814.
- Australian Bureau of Statistics ABS (2006). Personal Safety Survey Australia 2005.
- Basile, K.C., Swahn, M.H., Chen, J., Saltzman, L.E. (2006). Stalking in the United States: Recent National Prevalence Estimates. *American Journal of Preventive Medicine*, 31(2), 172-175.
- Belfrage, H. & Strand, S. (2009). Validation of the Guide for Stalking Assessment and Management in Swedish law enforcement. *International Journal of Police Science and Management*, 11(1), 67-76.
- Björklund, K., Häkkänen-Nyholm, H., Sheridan, L., Roberts, K., & Tolvanen, A. (2010). Latent Profile Approach to Duration of Stalking. *Journal of Forensic Sciences*, 55(4), 1008-1014.
- BRÅ, National Council of Crime Prevention (2006). Stalking in Sweden. Prevalence and measures. (Report 2006:3). www.bra.se
- BRÅ, National Council of Crime Prevention (2015). Olaga förföljelse. (Report 2015:2). www.bra.se
- BRÅ, National Council of Crime Prevention (2018). Om utsatthet, otrygghet och förtroende. (Report 2018:1). www.bra.se
- Budd, T., & Mattinson, J. (2000). The extent and nature of stalking: Findings from the 1998 British crime survey. London: Home Office Research study 210
- Cupach, W. R., & Spitzberg, B. H. (2000). Obsessive Relational Intrusion: Incidence, Perceived Severity, and Coping. *Violence and Victims*, 15(4), 357-372.
- Diette, T.M., Goldsmith, A.H., Hamilton, D., Darity, W., & McFarland, K. (2014). Stalking: Does it Leave a Psychological Footprint? *Social Science Quarterly* 95(2). 563-580
- Dressing, H., Kuehner, C., & Gass, P. (2005). Lifetime prevalence and impact of stalking in a European population. Epidemiological data from a middle-sized German city. *British Journal of Psychiatry*, 187, 168-172.

- Finney, A. (2006). Domestic violence, sexual assault and stalking: findings from the 2004/05 British Crime Survey
- Hansen, R.F., Sawyer, G. K., Begle, A.M., & Hubel, G.S. (2010). The Impact of Crime Victimization on Quality of Life. *Journal Trauma Stress* 23(2), 187-197.
- James, D.V., Mullen, P.E., Pathé, M.T., Meloy, R.J., Preston, L.F., & Darnley, B.J., & Farnham, F.R. (2009). Stalkers and harassers of Roylty: the role of mental illness and motivation. *Psychological Medicine*, 39(9), 1479-1490.
- James, D.V., McEwan, T.E., MacKenzie, R.D., Meloy, R.J., Mullen, P.E., Pathé, M.T., Farnham, F.R., Preston, L.F., & Darnley, B.J. (2010). Persistence in stalking: a comparison of associations in general forensic and public figure samples. *The Journal of Forensic Psychiatry & Psychology*, 21(2), 283-305.
- Kamphuis, J.H., Emmelkamp, P.M.G., & Bartak, A. (2003). Individual differences in post-traumatic stress following post-intimate stalking: Stalking severity and psychosocial variables. *British Journal of Clinical Psychology*, 42(2), 145-156.
- Korkodeilou, J. (2017). "No place to hide": Stalking victimisation and its psycho-social effects. *International Review of Victimology*, 23(1), 17-32.
- Kropp, P.R., Hart, S.D., & Lyon, D.R. (2008). Guidelines for stalking assessment and management (SAM). Vancouver, BC:ProActive Resolutions Inc.
- Kuhner, C., Gass, P., & Dressing, H. (2007). Increased risk of mental disorders among lifetime victims of stalking – Findings from a community study. *European Psychiatry* 22(3), 142-145.
- Logan, T.K., & Walker, R. (2017). Stalking: A Multidimensional Framework for Assessment and Safety Planning. *Trauma, Violence & Abuse*, 18(2), 200-222.
- McEwan, T.E., Mullen, P.E., & MacKenzie, R.D. (2009a). A study of the Predictors of Persistence in Stalking Situations. *Law and Human Behaviour*, 33, 149–158.
- McEwan, T.E., Mullen, P.E., MacKenzie, R.D., & Ogloff, J.R.P. (2009b). Violence in stalking situations. *Psychological Medicine*, 39, 1469–1478.
- Meloy, J.R. (1999). Case report: erotomania, triangulation and homicide. *Journal of Forensic Science*, 44(2), 421-424.
- Meloy, J.R., & Boyd, C. (2003). Female stalkers and their victims. *Journal of the American Academy of Psychiatry and the Law* 31, 211–219.
- Meloy, J.R., James, D.V., Mullen, P.E., Pathe, M.T., Farnham, F., Preston, L., & Darnley, B. (2011). Factors associated with escalation and approaches toward public figures. *Journal of Forensic Sciences* 56 (Suppl. 1), 128–S135.
- Mohandi, K., Meloy, R., McGowan, M.G., & Williams, J. (2006). The RECON typology of stalking: Reliability and validity based upon a large sample of North American stalkers. *Journal of Forensic Science*, 51(1), 147-155.
- Morris, S., Anderson, S., & Murray, L. (2002). Stalking and harassment in Scotland. Scottish Executive Social Research. Crime and Criminal Justice.
- Mullen, P.E., Pathe, M., Purcell, R., & Stuart, G.W. (1999). Study of stalkers. *American Journal of Psychiatry*, 156, 1244 - 1249.
- Mullen, P.E., Pathé, M., & Purcell, R. (2009). *Stalkers and their victims* 2ed. Cambridge Uni press, UK.

tema

- Phillips, R.T.M. (2006). Assessing presidential stalkers and assassins. *Journal of the American Academy of Psychiatry and the Law*, 34, 154-164.
- Podana, Z., & Imriskova, R. (2016). Victims' responses to stalking: An examination of fear levels and coping strategies. *Journal of Interpersonal Violence*, 31(5), 792-809.
- Pathe, M., & Mullen, P.E. (1997). The impact of stalkers on their victims. *The British Journal of Psychiatry*, 170, 12-17.
- Purcell, R., Pathe, M., & Mullen, P.E. (2005). Association between stalking victimisation and psychiatric morbidity in a random community sample. *British Journal of Psychiatry*, 187(5), 416-420
- Reisner, A. (2006). A Case of Munchausen Syndrome by Proxy with Subsequent Stalking Behavior. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 50(3), 245-254.
- Sheridan, L.P., & Lyndon, A.E. (2010). The Influence of Prior Relationship, Gender, and Fear on the Consequences of Stalking Victimization. *Sex Roles*, 66, 340-350.
- Sheridan, L.P., & Scott, A.J. (2010). Perceptions of harm. Verbal Versus Physical Abuse in Stalking Scenarios. *Criminal Justice and Behaviour*, 37(4), 400-416.
- Stieger, S., Burger, C., & Schild, A. (2008). Lifetime prevalence and impact of stalking: Epidemiological data from Eastern Austria. *The European Journal of Psychiatry*, 22(4), 235-241.
- Strand, S. & McEwan, T. (2011). Same-gender stalking in Sweden and Australia. *Behavioral Sciences and the Law*, 29, 202-219.
- Strand, S. & McEwan, T. (2012). Violence among Female Stalkers. *Psychological Medicine*. 42(3), 545-556
- Tokunaga, R.S., & Aune, K.S. (2017). Cyber-Defense: A taxonomy of Tactics for Managing Cyberstalking. *Journal of Interpersonal Violence*, 32(10), 1451-1457.
- Wurm, G. (2013). Stalking Report. Eu-report. Committee on Equality and Non-Discrimination. Strasbourg. Draft resolution adopted in Strasbourg on 24 June 2013.
- Zona, M.A., Sharma, K.K., & Lane, J.C. (1993). A comparative study of erotomatic and obsessional subjects in a forensic sample. *Journal of Forensic Science* 38, 894-903.