

## چه چیزی در انتظار شماست

### تماس:

- ◀ تماس از طریق تلفن یا ایمیل
- ◀ برای اولین مشاوره باهم یک قرار می گذاریم. در این گفتگو وضعیت شما را برآور می کنیم و قدم اول را برای حفاظت و طریق بر داریم.
- ◀ ما به شما گوش جان می سپاریم و کنترل میکنیم، آیا شما یک مشاوره بلند مدت نیاز دارید یا گفتگو اطلاعات کفایت می کند. در صورت تمایل به شما پشتیبانی ها بیشتر پیشنهاد می کنیم.
- ◀ ما مشاوره قانونی نمی دهیم و حفظ اسرار را طبق پاراگراف ۲۰۳ کتاب قوانین و جرایم پاس می داریم. اطلاعاتی را که به دست ما می سپارید بدون موافقت شما به هیچکس نمی دهیم. مشاوره ما رایگان است.

### ارگان ها همکار

- ◀ که با آنها در صورت لزوم ارتباط برقرار میکنیم
- ◀ پلیس برلین
- ◀ وکلا حقوقی
- ◀ هیئت دادستان برلین
- ◀ سازمان حمایت از قربانیان جنایت برلین و براندنبورگ
- ◀ ب.ی.گ. مرکز مداخله در خشونت ها خانودگی
- ◀ مراکز مشاوره برای زنان و مردان
- ◀ کمک ها روانی-اجتماعی و رواندرمانی
- ◀ انجمن حمایت از قربانیان جنایت Weisser Ring
- ◀ زندان ها
- ◀ خدمات اجتماعی دادگستری

### حساب کمک مالی:

selbst.bestimmt e.V.

کلمه کلیدی Stop-Stalking

IBAN: DE74 1002 0500 0001 6582 04

مشاوره فقط با قرار قبلی

### Stop-Stalking

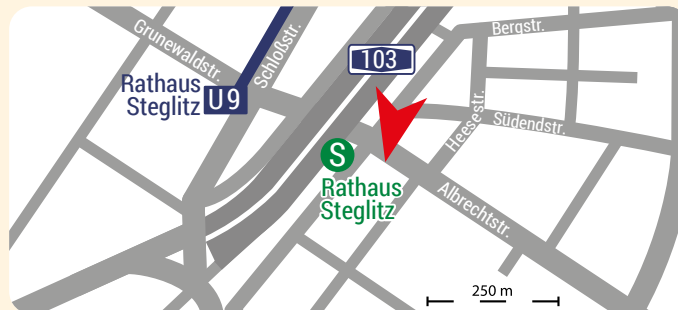
Albrechtstraße 8

12165 Berlin-Steglitz

مشاوره فقط با قرار قبلی

شماره تلفن: 030221922000

ایمیل: info@stop-stalking-berlin.de



Stop-Stalking استوپ-استاکینگ یک برنامه از انجمن ک.و.ب (www.selbst-bestimmt-berlin.de). یک سازمان کمک ها روانی-اجتماعی،

که از سال ۱۹۸۳ در زمینه تهیه خدمات پزشکی سرپایی و مشاوره در مواقع اضطراری فعال است.

عضو د.پ.و.



با حمایت مالی از

Senatsverwaltung  
für Justiz und  
Verbraucherschutz



Senatsverwaltung  
für Gesundheit und Soziales



## مشاوره برای قربانیان تعقیب



**STOP-STALKING**

Wieder selbstbestimmt leben

همیشه ممکن نیست، که تعقیب زود خاتمه پیدا کند. اما شما می توانید از خودتان محافظت کنید. توسط راه های مقابله مشخص و توسط طرز فکر قدرتمند درونی که شما قبل شروع تعقیب داشتید. قانون تعقیب، پیگرد قانونی را ممکن میسازد. با کمک قانون محافظت از خشونت می توان ممنوعیت نزدیک شدن را به دست آورد. هر مورد منحصر به فرد است و باید سنجیده شود که کدام اقدامات قانونی باید اعمال شود. هیچکس نباید همه چیز را تحمل کند!

### ما پیشنهاد میکنیم:

- ما به شما درباره تعقیب اطلاعات و مشاوره میدهم که در مقابله با این امر چه می توان انجام داد.
- ما باهم به طرح تعقیب و نوع مجرم نگاهی می کنیم و به راه حل های مشخص دست میابیم.
- تا که بتوانیم موفق باشیم تردید های شما را بروی میز بیاوریم و اقدامات لازم برای امنیت شما برنامه ریزی می کنیم.
- ما باهم تحلیل خطرات ممکن را توسعه میدهم و کمک میکنیم که تهدیدها کمتر شوند.
- ما، وقتی که شما تصمیم به برخورد قانونی دارید، شما را پشتیبانی میکنیم.
- در صورت لازم، با ادارات مربوطه به پیگرد قانونی همکاری نزدیک خواهیم داشت.

حفاظت و پایداری شما از هر چیزی برای ما مهمتر است.

ما به فامیل قربانیان و افرادی که در حیطه شغلی با تعقیب سروکار دارند نیز مشاوره می دهیم.

بعد از یک تماس تلفنی یا یک ایمیل (به زبان آلمانی یا انگلیسی) قادر هستیم یک وقت مشاوره حضوری با ترجمه به زبان فارسی پیشنهاد کنیم.

## تعقیب چه عواقبی دارد؟

تعقیب کیفیت زندگی را محدود می کند. کسی که همیشه با تلاش های برقراری ارتباط ناخواسته سروکار دارد خود را حداقل خود را مورد اذیت و آزار قرار گرفته احساس می کند.

به علاوه اهانت و تهدید، شما خود را مورد تهاجم قرار گرفته احساس می کنید و گاهی اوقات ترس دارید. وقتی که این وضعیت به مدت طولانی ادامه داشته باشد، به وضوح بدون اینکه توان تاثیر گذاری داشته باشید، به راحتی احساس درماندگی و ناتوانی، شاید هم عصبانیت می کنید.

تعقیب می تواند لذت زندگی را از یک شخص بگیرد. تجربه می کنید که چطور حرکت آزادانه روزمره شما محدود می شود، زیرا باید همیشه متوجه باشید که چطور تعقیب کننده را با تغییر راه، از خود دور نگاه کنید. در نتیجه خیلی از قربانیان تعقیب پس از فشار روانی عکس العمل ذیل ناشی شده اند: ترس، ناآرامی، بی خوابی، افسردگی، در بدتریت حالت باعث جراحات روانی با نتیجه طولانی مدت احتمال فکر به خودکشی.

بعضی ها می خواهند مخفی شوند و به فکر اسباب کشی یا تغییر محل کار می افتند.

«من فقط می خواهم که تمام بشه که بلاخره بتونم به طور عادی زندگی کنم» این طرز فکر متداول در این چنین حالتی است.

دوباره خودمختار  
زندگی کردن



## تعقیب یعنی چی؟

در آلمان واژه Stalking (تعقیب) به این معناست که شخصی عمدآ و با سماجت شخص دیگری را تعقیب و مورد اذیت و آزار خود قرار می دهد.

اشخاصی که تعقیب می کنند به شیوه ها مختلفی تلاش برای برقراری ارتباط با شخص دیگری را دارند که میلی به رابطه ندارد و از این موضوع رنج می کشند. با این حال این اشخاص تعقیب کننده به تلاش خویش ادامه میدهند.

از این شیوه ها می توان نام برد:

- تماس ها تلفنی
- نامه ها، پیام ها، ایمیل ها
- دنبال کردن، زیر نظر داشتن، تعقیب کردن
- سفارش اجناس و هدایا ناخواسته
- تماس ناخواسته در فضا مجازی، تهمت زدن، تحت تاثیر گذاشتن
- خلاف در فضا مجازی مثل هک
- در بر گرفتن فامیل، دوستان و همکاران
- صدمه زدن به دارایی
- به زور وارد خانه یا ملک شدن
- تهدید و حمله جسمی

تعداد زیادی از قربانیان شریک عاطفی اسبق و یا آشنایان سطحی (از فضا اجتماعی یا مجازی)، همکاران، پزشکان، روان درمان گران و غیره هست.

تعقیب کردن به قدری رایج گشته و نتایج بدی برای قربانیان به همراه داشته است که از ماه مارس سال ۲۰۰۷ جزء جرایم خاص محسوب شده (طبق پاراگراف ۲۳۸ کتاب قوانین و جرایم) و قابل مجازات است و همه قربانیان حق درخواست حمایت و حفاظت را دارند.