Berliner Beratungsstelle

„Teufelskreis von Rückzug und Kontrolle“: Psychologe erklärt Gründe für Stalking

Berlin. Stalking ist eine Belastung für viele Betroffene. Ein Berliner Psychotherapeut erklärt die Motive der Täter und wie Prävention gelingen kann.



Von Philipp Siebert, Polizeireporter
18.10.2026, 08:00 Uhr



Beim Stalking haben Täter und Opfer meist eine gemeinsame Vorgeschichte (Symbolbild).
© Joerch - stock.adobe.com | Joerch - stock.adobe.com

Diesen Artikel vorlesen lassen:
07:15 1x
AI Voice by BotTalk
KI-Stimme. Info

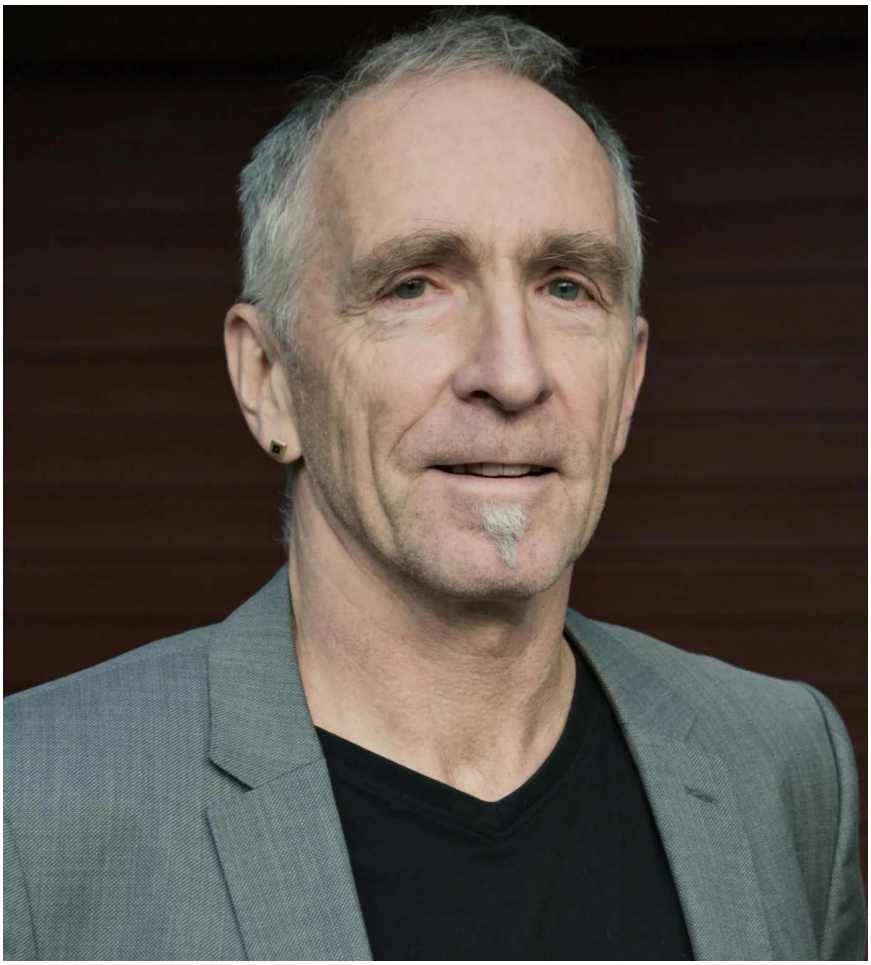
Nachts anrufen, immer wieder Nachrichten schreiben oder vor der Wohnungstür auftauchen: Stalking hat unterschiedliche Ausprägungsformen. Allen gemein ist, dass Betroffene darunter leiden. Der Psychotherapeut Wolf Ortiz-Müller gründete 2008 die

Anzeige

Beratungsstelle „Stop Stalking“ in Berlin. Aktuell werden dort 500 Betroffene betreut, aber auch 100 bis 150 Täterinnen und Täter. „Täterarbeit ist Opferschutz“, sagt Ortiz-Müller. Erst wenn die Nachstellung wirklich aufhört, haben auch die Betroffenen Ruhe.

Berliner Morgenpost: Warum stalken Menschen?

Wolf Ortiz-Müller: Menschen stalken in der Regel dann, wenn ein Beziehungswunsch nicht erfüllt wird. Also entweder, wenn es eine Liebesbeziehung oder einen One-Night-Stand gab und die Erwartungen danach unterschiedlich sind. Eine Person entscheidet sich dafür, sich zu trennen oder keinen weiteren Kontakt zu wünschen. Das löst häufig in den zurückgewiesenen Personen ein Gefühl von Kränkung, Zurückweisung und des Alleingelassen-Werdens aus, das über Stalking kompensiert wird. Stalking ist nach unserem Verständnis ein fehlgeleiteter oder fremdschädigender Bewältigungsversuch einer inneren Not, des Gefühls: Ich bin nicht gewollt, ich bin nicht bedeutend, ich zähle nichts mehr.



Wolf Ortiz-Müller ist psychologischer Psychotherapeut und leitet die Beratungseinrichtung „Stop Stalking“ in Berlin.

© Ralph Netzer | Ralph Netzer

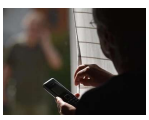
Realisieren Stalkende es nicht, wenn ihr Verhalten andere schädigt?

Teils, teils. Wenn man Zurückweisung eben als Kränkung und Infragestellung der eigenen Identität und des Selbstwertgefühls empfindet, handelt man aus der Perspektive: Mir ist ein Unrecht geschehen. Man hat sich schlecht von mir getrennt. Man hat mir das nicht richtig erklärt oder was auch immer. Und dann kämpft man subjektiv für einen Ausgleich einer Ungerechtigkeit. Manche wollen die Beziehung vielleicht auch wiederherstellen. Wenn die betroffene Person aber bei der Zurückweisung bleibt und nicht mehr reagiert, schlägt es auf Täterseite in Ärger und den Wunsch nach Rache um: „Ich zeige dir, dass du so mit mir nicht umgehen kannst." „Glaub bloß nicht, dass ich jetzt gar keine Rolle mehr in deinem Leben spielen werde." In 30 bis 40 Prozent der Fälle handelt es sich in unserer Beratungsstelle übrigens um Stalkerinnen.

Es gibt Stalkingfälle, die sich über Jahre hinziehen. Woher nehmen Täter die Energie dafür?

Man hat bereits viel in die Beziehung investiert. Man hat geglaubt, die Person ist die Liebe meines Lebens. Sie unterstützt meine Identität und ich brauche sie für mein Selbstwertgefühl: Dann ist dieser Verlust ein existenzieller. Stalkende Menschen verrennen sich. Sie denken morgens nach dem Aufwachen an den oder die Ex, und das geht den gesamten Tag über weiter und setzt sich ununterbrochen fort. Wir hatten neulich einen Fall, in dem sich alle Bekannten von dieser Person zurückgezogen hatten. Keiner wollte mehr hören, wie die Person über ihre letzte Trennung klagte. Sie war komplett auf das Opfer fixiert. Es ging nur noch darum, wann es erkennt, dass es die große Liebe war, und sich endlich wieder meldet. Wenn es existenziell bedrohlich wird, ein Alles-oder-nichts-Denken beherrschend wird, steigt die Gefahr für Suizide und Femizide, die Tötung der Ex-Partnerin.

Auch interessant



Stalking-Fälle in Berlin nehmen zu: Wie Betroffene sich wehren können

Ist der Vergleich zu einer Suchterkrankung abwegig?

Das ist ein schwieriges Thema. Generell gilt: Stalking ist eine Straftat und keine Diagnose. Aber es hat Ähnlichkeit zu den sogenannten Verhaltenssüchten. Wir haben mit der Charité mal eine Studie durchgeführt, bei der wir den stalkenden Personen in unserer Einrichtung den Fragebogen für Spielsüchtige vorgelegt haben. Es ergaben sich hohe Übereinstimmungswerte. Auch stalkende Personen können unruhig werden, wenn sie länger nicht aktiv waren. Es kann ein Drang entstehen, Nachrichten zu schreiben oder beim Opfer vorbeizufahren, der als suchtartig empfunden wird. Das gilt aber nicht für alle stalkenden Menschen. Aber selbst wenn es subjektiv als vermeintliche „Stalkingsucht“ empfunden wird, ist es keine Entschuldigung dafür, dass man Straftaten begeht und anderen Menschen schadet.

Auch interessant



Berliner wird seit Jahren von Unbekanntem belästigt: „Er weiß, wer ich bin“

Sind tatsächlich 30 bis 40 Prozent Stalkerinnen?

Ja, 30 bis 40 Prozent sind Frauen. Das mag daran liegen, dass Frauen sich vielleicht leichter Hilfe suchen oder schneller ein Problembewusstsein entwickeln. Oder dass sie ein besseres soziales Netzwerk haben und Freundinnen sagen: „Geh mal zu ‚Stop Stalking’ und lass das checken.“

Wie kommt es überhaupt dazu, dass manche Menschen stalken – und andere nicht?

Es sind oft Menschen, bei denen wir grundsätzliche Bindungsstörungen sehen und denen es schon immer schwerfiel, vertrauensvolle Beziehungen aufzubauen. Das kann aus dem Elternhaus und der Erziehung resultieren. Sie neigen vielleicht dazu, in Partnerschaften ein sehr kontrollierendes Verhalten an den Tag zu legen. Sie haben Verlassenheitsangst, misstrauen dem Partner und fürchten, dass er sich entziehen könnte. Dieses Kontrollverhalten führt wiederum zum Rückzug des Partners, weil sich niemand gerne kontrollieren lässt. Und das steigert die Angst vor dem Verlassenwerden. Es ist dieser Teufelskreis von Rückzug und Kontrolle, der später oft in Stalking mündet.



Opfer von Stalking werden oft auf mehreren Kanälen mit Nachrichten bombardiert (Symbolbild).
© Yui Mok/PA Wire/dpa | Yui Mok

Was kann präventiv getan werden?

Das Wichtigste ist, möglichst früh einzusetzen, bevor sich das Verhalten chronifiziert. Die Berliner Polizei kann glücklicherweise nach der jüngsten ASOG-Änderung Daten von Beschuldigten an Hilfseinrichtungen weitergeben, auch ohne dass die ihr Einverständnis geben müssen. Sie gehen an die „Servicestelle Wegweiser“. Die wurde extra dafür geschaffen, um die Bedarfe der Beschuldigten zu ermitteln. Sind sie zugänglich? Kann ihnen eher bei einer Täterarbeitseinrichtung bei häuslicher Gewalt geholfen werden oder bei uns? Dieses neue sogenannte proaktive Vorgehen muss die Polizei noch in ihr Alltagshandeln integrieren. Man senkt damit die Hemmschwelle, weil sich niemand von sich aus melden muss. Die Worte „Ich bin ein Stalker“ bringt kaum jemand über die Lippen. Das allgemeine Bild von Stalkern ist ja, dass die – vereinfacht gesagt – in der Dunkelheit lauern und den nächsten sexuellen Übergriff planen. Das entspricht überhaupt nicht der Realität. Natürlich gibt es auch Stalkerinnen und Stalker, die völlig durchgeknallt erscheinen. Es sind aber extrem wenige, die in den Medien und Krimis natürlich erhöhte Beachtung finden. Die Gesetzesänderung ermöglicht einen qualitativen Sprung – jetzt muss der Senat jedoch auch dafür sorgen, dass die bereits jetzt völlig überlasteten Täterarbeitseinrichtungen finanziell adäquat und abgesichert ausgestattet werden.

Auch interessant



Häusliche Gewalt: So soll ein neues Gesetz Frauen schützen

Wie hoch ist Ihre Erfolgsquote?

Wenn es uns gelingt, eine stalkende Person in eine Reihe von Beratungsgesprächen einzubinden, schaffen wir es in zwei Dritteln

der Fälle, dass sie sich distanzieren können. Dass sie weniger stalken, ihr Verhalten besser kontrollieren können und – das ist das Ziel – aufhören. Täterarbeit ist Opferschutz. Es kann aber ein langer Weg sein, gerade wenn jemand vielleicht schon monate- oder jahrelang stalkt.

Mehr lesen über

Berlin | Polizei Berlin

Zur Startseite

Abo
Exklusive Artikel lesen
Abo-Shop
Abo-Service

Specials
VBKI Engagement
Stadler Radreise
Experten im Fokus
Unternehmen
IMTEST

Service
Newsletter
Digitale Themenhefte
Spiele
Gewinnspiele
Job-Portal
Tickets
Leserreisen

In eigener Sache
E-Paper
Abo
Kontakt

Ratgeber & Wissen
Kochen & Rezepte

Reisekataloge
Reisen
Shop
Anzeige buchen
TV-Programm
Aktuelle Anzeigen
Mediadaten
Trauer

Aktuelle Nachrichten und Hintergründe aus Politik, Wirtschaft und Sport aus Berlin, Deutschland und der Welt.

Impressum | Barrierefreiheit | Datenschutzerklärung | Datenschutzcenter | Kodex | Anzeige buchen | Mediadaten | Infos über Klarna | KI bei FUNKE | Abo kündigen | Meldeverfahren politische Werbung

Abo widerrufen

Eine Webseite der **FUNKE** Mediengruppe

© 2026 FUNKE Mediengruppe