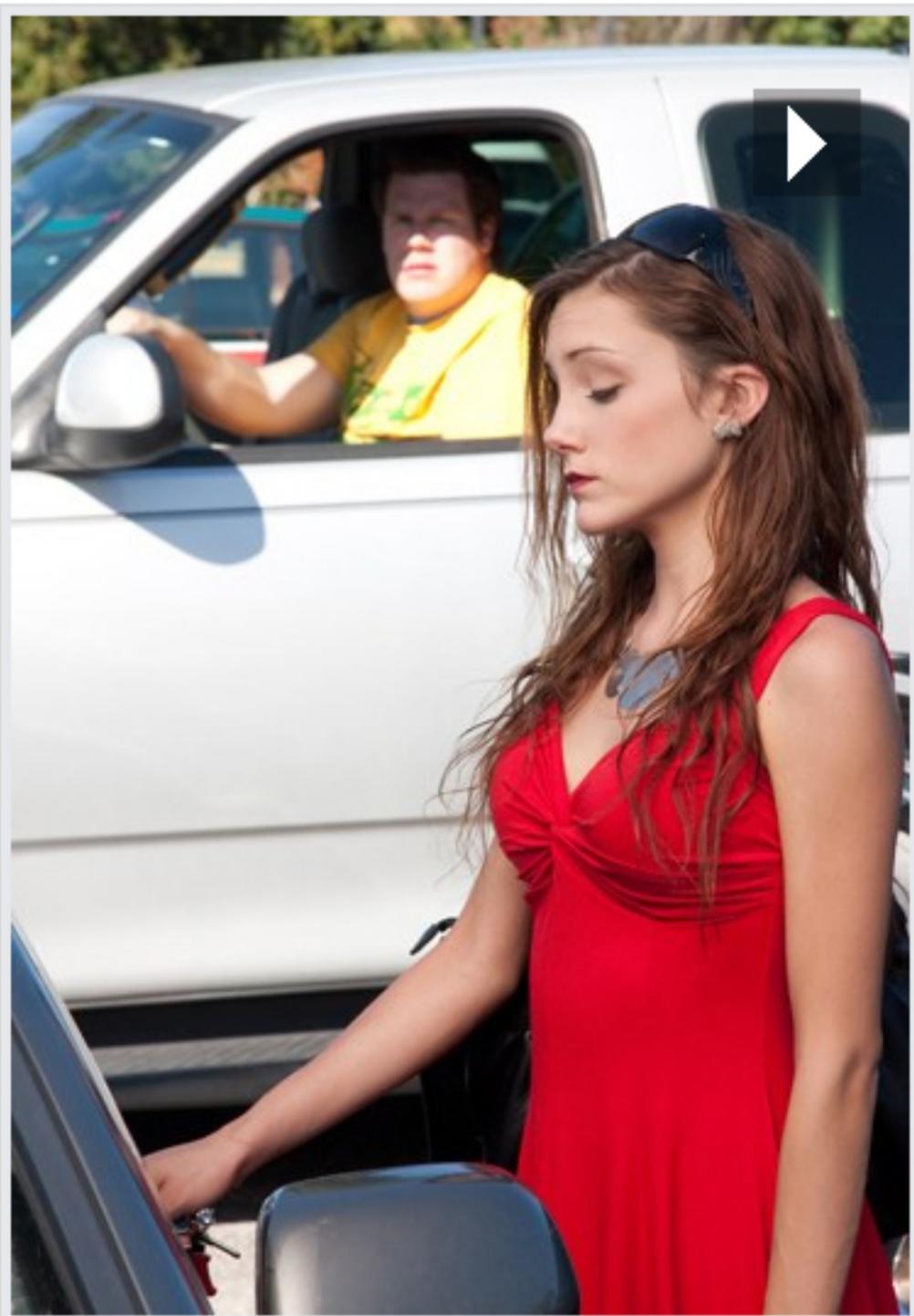


Stalking: non farti zittire



Che cos'è lo stalking?

Letteralmente **stalking** significa "fare le poste a una preda" ed è un termine tecnico che viene direttamente dal linguaggio dei cacciatori. Con esso si identifica la condotta di chiunque, ex partner, familiare o sconosciuto, causi alla vittima un costante e grave senso di ansia o paura con **minacce o molestie** continuate nel tempo, un fondato timore per l'incolumità propria o di un parente e l'esigenza di modificare le proprie abitudini di vita.

Il fenomeno è diventato materia di studio negli Usa sin dagli anni '80, quando si verificavano casi di persecuzione di star da parte di ammiratori ossessivi. In California la prima legge anti-stalking è nata nel 1991, mentre in Italia la **prima legge** che affrontasse il problema è nata nel **2009**.

Lo stalking non è più un problema che riguarda solo le star, ma coinvolge spesso **persone comuni**, tanto da essere diventato un vero problema sociale, che coinvolge trasversalmente molte categorie di persone: dall'adolescente che tempesta la sua ex fidanzatina di sms o messaggi su Facebook, all'adulto separato o divorziato che si sente abbandonato e non si rassegna al fatto che la sua ex vada avanti intrecciando nuove relazioni.

I casi più drammatici sono poi quelli che finiscono con un omicidio: purtroppo il **20 per cento** degli omicidi ha come antecedente proprio un caso di stalking.

Stalking: non farti zittire



Le vittime: chi sono?

Si stima che la maggior parte dei casi di stalking **non venga neanche denunciata** dalle vittime, che confidano poco nell'efficacia degli interventi delle forze dell'ordine.

Da uno studio effettuato dall'[Osservatorio Nazionale sullo Stalking](#) nel 2011 è emerso che le **vittime di stalking sono per il 70 per cento donne**, e che lo stalker è nel **55 per cento dei casi un ex partner**, nel 5 per cento un familiare, nel 15 un collega o compagno di studi, e nel 25 per cento è un vicino di casa.

Uno stalker su tre è poi risultato **recidivo nonostante una denuncia**, e spesso i casi di persecuzione hanno richiesto il supporto psicologico delle vittime.

La **denuncia tempestiva** da parte della vittima è determinante non solo per l'intervento punitivo delle forze dell'ordine, ma anche perché agendo per tempo si riesce a inserire lo stalker in un **percorso rieducativo** e si permette alla vittima di non riportare troppe conseguenze psicologiche o fisiche.

Stalking: non farti zittire



Come difendersi

Lo stalking è un reato molto grave che comporta pene severe che vanno **da sei mesi a quattro anni di reclusione**. Le pene vengono aumentate se a commettere il reato è un ex partner oppure quando lo stalking è a danno di un minore, di una donna in stato di gravidanza o di una persona disabile.

Il termine per denunciare il proprio stalker è di sei mesi: prima di procedere direttamente con la querela, le vittime hanno la possibilità di richiedere l'**ammonimento del proprio persecutore**: in tal caso, se necessario, il questore può richiamare lo stalker invitandolo a tenere una condotta corretta.

Per far richiamare il proprio stalker basta recarsi in questura, dove sono presenti moduli prestampati che è sufficiente compilare con i propri dati e con la descrizione delle persecuzioni che si ritiene di aver subito. Nonostante la sua portata innovativa, questo strumento non ha raggiunto lo scopo per il quale è stato introdotto: a Milano, per esempio, su 102 casi segnalati nel 2010 in ben 80 circostanze **lo stalker ha continuato a perseguire la vittima**.

Stalking: non farti zittire



A chi chiedere aiuto

Nei casi in cui **lo stalking si ripete** nonostante i richiami della questura, non resta che denunciare il persecutore, per avviare eventuali misure come gli arresti domiciliari o il carcere, o un divieto di avvicinamento ai luoghi frequentati dalla vittima.

Le strade che si possono seguire sono due: denunciare direttamente lo stalker alla polizia o rivolgersi a un avvocato perché avvii le procedure di denuncia.

Per chi ha difficoltà economiche che impediscono le spese legali necessarie, esiste la possibilità di richiedere **assistenza legale gratuita**, riservata a chi ha un reddito annuo inferiore a 10.628,16 €, inoltrando una semplice domanda agli uffici del Tribunale.

Quando il reddito annuo supera questa cifra è comunque possibile contattare associazioni come [SOS Stalking](#) , che si occupano di dare assistenza a **titolo gratuito**.

Denunciare il proprio stalker non è solo uno strumento per punire il proprio persecutore, ma un modo per avviarlo a un percorso di **rieducazione civile**, che metta un freno a comportamenti pericolosi.

Stalking: non farti zittire



Un sostegno psicologico

Se alcune vittime si fanno avanti, molte altre nascondono la situazione, per **paura, vergogna o senso di colpa**: non comprendono che il comportamento dello stalker non è più frutto dell'amore e credono di meritarsi quel trattamento. Spesso le vittime pensano di riuscire a far ragionare lo stalker, ma questo raramente risolve le cose. Le vittime hanno una sofferenza che le porta a subire quotidianamente **appostamenti, inseguimenti, minacce**.

Gli psicologi hanno stilato una serie di sintomi che la vittima può provare: il **peggioramento della qualità della vita**, la **costante paura per la propria incolumità** e per quella dei propri cari, assieme ad ansia, terrore, angoscia, frustrazione e depressione. Le vittime si sentono braccate: piano piano perdono gli amici e i familiari e cambiano le proprie abitudini di vita. Inizialmente sostituiscono il numero del cellulare o staccano il telefono di casa, poi cancellano i propri profili sui social network, alcune possono modificare il tragitto tra casa e lavoro perché sperano di non essere seguite, altre cambiano il supermercato, il bar e tutte le loro abitudini. Nei casi più gravi si arriva addirittura a lasciare il lavoro.

Le vittime non devono pensare che **chiedere aiuto psicologico** sia sinonimo di pazzia, ma comprendere che lo psicologo è una persona pronta a sostenerle in un momento difficile. Questo supporto aiuta le vittime a recuperare sicurezza e ad affrontare la vergogna e il senso di colpa, e col tempo tornare a essere padrone delle proprie vite.

Stalking: non farti zittire



L'associazione SOS Stalking

Il primo passo indispensabile è **chiedere aiuto**. **Alfemminile** ha deciso di collaborare con **SOS Stalking**, un'iniziativa promossa dall'avvocato **Lorenzo Puglisi** e dalla psicologa **Elena Giulia Montorsi** (entrambi in foto). Un'associazione che vuole diventare un punto di riferimento per tutti coloro che hanno bisogno di assistenza legale e psicologica.

Ecco gli step da loro indicati:

- **Chiedere aiuto** sulla prima pagina del sito www.sos-stalking.it . Sono presenti due modalità: scrivere un messaggio a cui si avrà risposta entro 48 ore oppure chiamare gratuitamente via Skype e parlare direttamente con l'avvocato o con la psicologa nei giorni prestabiliti.
- **Consulenza**: il primo incontro si tiene con l'avvocato e la psicologa negli uffici di SOS Stalking per valutare insieme come affrontare al meglio la situazione.
- **Aiuto legale gratuito**: viene valutata la possibilità di denunciare direttamente lo stalker o quella di farlo ammonire dal questore.
- **Sostegno psicologico**: il team propone almeno cinque sedute tra la vittima e la psicologa, successivamente si può optare per una serie di colloqui individuali, oppure per un gruppo di sostegno insieme ad altre vittime.

Per saperne di più sullo stalking:
www.sos-stalking.it