

ストーカ行爲

ストーカ行爲は暴力の一種で、被害者の心に重くのしかかります。被害について話し、アドバイスを受けることが重要です。できるだけ早い時期に支援を求めてください。

ストーカ行爲とは？

パートナーとの間では、ストーカ行爲はよく別れ話の最中や別れた後に起こります。一方でまた、友人や知人、隣人や職場の人など、近しい仲からストーカが現れることもあります。

ストーカ行爲はさまざまです。自宅や職場の付近で常時待ち伏せ、観察、追跡をされたり、昼夜構わず何度も連絡が入ったり、迷惑な贈り物をされたり、自宅の中に入られていろいろと探られたりします。ストーカ行爲はまた、オンラインでもよく起こります。その際には、インスタグラムやTikTok、スナップチャット、Eメール、GPS、GPSシステムなどが使われます。

被害者は？

ストーカ行爲はあらゆる社会階層に起こり、**誰もが**被害者になりえます。パートナーの間では、ストーカ行爲は別れる時によく起きます。多くの被害者は日常生活が大きく制限され、恒常的なストレスにさらされます。

知っておくべきこと

ストーカ行爲はスイスでは禁止されており、刑罰の対象になります。

以下は**被害者へのアドバイス**です。

- 迷惑な連絡や行爲をされたら、早急に一線を画し、それを厳守します。
- ストーカ行爲をする相手に、接触を望んでいないことを誤解のないようにはっきりと伝えます。
- 相手が続けて連絡を取ろうとしても無視します。
- ストーカ行爲の日時をすべて記録します。
- 贈り物や写真を保存しておきます。
- メッセージのスクリーンショットを撮っておきます。
- 友人や隣人、雇用主に話します。

こちらで支援を得られます

被害にあいそうなときや実際に脅されている時は**警察**（117）へ。
以下の窓口では相談や支援を無料で提供しています。

- **Aargau被害者相談窓口（Opferberatung**） ☎062 835 47 90☎、062 835 47 90☎、www.opferberatung-ag.ch.
- **DV対策窓口（Anlaufstelle gegen Häusliche Gewalt**） ☎062 550 20 20☎、062 550 20 20☎、www.ahg-aargau.ch

保護および宿泊

- **Aargau-Solothurnフラウエンハウス（Frauenhaus**）は子どもの有無にかかわらず、女性の保護、カウンセリング、宿泊場所を提供し、24時間電話で対応しています（062 823 86 00）。
- **ツヴェッschエ・ハルト（ZwüscheHalt**）☎056 552 08 70（チューリッヒ）、www.zwueschehalt.ch
ツヴェッschエ・ハルトはチューリッヒ、ベルン、ルツェルンにあり、子どもの有無にかかわらず、男性のDV被害者に宿泊場所とアドバイスを有料で提供しています。

詳細（リンク、連絡先、冊子、リーフレット）

dev.hallo-aargau.ch/ja/haeusliche-gewalt/stalking