



АННА ГОЛУБЕВА

СТАЛКИНГ

РЕАЛЬНЫЕ ИСТОРИИ
МАНЬЯКОВ-ПРЕСЛЕДОВАТЕЛЕЙ И ИХ ЖЕРТВ

Психология навязчивой одержимости



Издательство
АСТ
Москва

УДК 82-43
ББК 84стд1-44
Г62

*Все права защищены. Никакая часть данной книги не может
быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без
письменного разрешения владельцев авторских прав.*

Голубева, Анна Игоревна.

Г62 Сталкинг. Реальные истории маньяков-преследователей и их жертв. Психология навязчивой одержимости / Анна Голубева. — Москва : Издательство АСТ, 2026. — 384 с. — (Криминология на пальцах).

ISBN 978-5-17-179047-9

Он всегда оказывается с вами в одном кафе. Его сообщения в соцсетях становятся все страннее. Ночные звонки с незнакомого номера и навязчивые комментарии к вашим фото... Это не романтика, а сталкинг — опасное преследование, которое может разрушить жизнь.

Автор этой книги — один из самых популярных тру-крайм-блогеров России с миллионами просмотров. Много лет она исследовала феномен сталкинга и сейчас впервые рассказывает о том, что значит жить в роли жертвы преследователя.

Перед вами полноценное исследование навязчивой одержимости. Вы узнаете, что заставляет преследователя действовать, почему жертва не сразу осознает опасность, как распознать сигналы преследования и защитить себя.

Захватывающее чтение для каждого, кто хочет понимать природу насилия, которое начинается не с удара, а с одного-единственного восхищенного взгляда.

**УДК 82-4
ББК 84стд1-46**

Макет подготовлен редакцией «Прайм»

ISBN 978-5-17-179047-9

© Голубева А., 2025
© ООО «Издательство АСТ», 2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие7

Глава 1.

Что такое сталкинг?9

01. Договоримся о понятиях10

02. Преследование в культуре19

The Police – Every Breath You Take (1983)19

Классическая история преследователя
и жертвы 1910 года23

03. Почему мы стали об этом говорить?28

#1. Интрига и любопытство31

#2. «Хорошо, что это случилось не со мной»34

#3. Закрытость темы35

#4. Пособие для выживания37

#5. Иллюзия контроля38

#6. Яркие эмоции39

04. Что мы знаем о них?50

#1. Рикардо Лопес – сталкер Бьорк52

#2. Убийство Юлии Ткачевой – ревностное
преследование55

#3. Когда сталкер решает убить58

#4. Десять лет преследования
российских шахматисток62

#5. «Ты принадлежишь мне»	69
#6. Женщины тоже преследуют	72
05. Киберсталкинг. Все мы – преследователи?	77

Глава 2

Шесть лет преследования

01. Знакомство с А.	92
02. Странный А.	102
03. Он всегда возвращается	124
04. Что осталось после?	148

Глава 3.

Преследователь и его жертва

01. Психологический портрет	158
#1. Отверженные	159
#2. Искатели близких отношений	161
#3. Несостоятельные поклонники	162
#4. Злопамятные	163
#5. Сталкеры-хищники	165
#1. Расстройства личности	174
#2. Расстройства настроения (аффективные расстройства)	183
#3. Парафилии	186
#4. Психотические состояния	187
#5. Бредовые расстройства	188
Нарциссическая акцентуация	194
Параноидная акцентуация	195
Шизоидная акцентуация	196
02. На месте преследователя	200
03. Жертва преследования – кто она?	217

Глава 4
Невыдуманные истории233

01. Преследование по любви234

02. Одинокие и печальные244

03. Несчастливая случайность258

04. Преследование и дети262

05. «Никогда бы не подумал, что буду бояться ее»266

06. Интервью с преследователями278

07. Необратимые последствия289

Глава 5.
Есть ли выход?293

01. Стратегии против сталкера294

 #1. Игнорирование294

 #2. Избегание299

 #3. Ответная агрессия301

02. Как распознать преследователя?306

03. Что делать, если вы преследователь?312

Глава 6.
Как наказать преследователя?319

01. Преследование и закон320

 #1. Административная ответственность331

 #2. Уголовная ответственность333

 «Володина против России»343

 Анна Кеслер и Роман Панфилов349

 Валерия Суханова и Константин Шмелев353

02. Новые санкции360

Оглавление

Послесловие	370
Примечания	372

ПРЕДИСЛОВИЕ

Сегодня о stalkingе говорят все чаще, и это неспроста. Преследование можно смело называть проблемой большого масштаба, а ее решений не так уж и много. Это не только навязчивые звонки, сообщения, манипуляции, но и реальные угрозы, оскорбления, слежка на улице, непрошенные подарки и многие другие действия, которые оказывают моральное давление, но при этом вполне законны. Преследование бывает разное — явное и опасное или едва ощутимое и манипулятивное. Неизменно то, что все действия преследователя оставляют неизгладимый след на жизни жертвы. Статистика показывает, что почти каждый седьмой (15%) житель России сталкивался с преследованием [1]. Порой люди с удивлением узнают, что от подобного явления страдают многие.

Я столкнулась со stalkingом, будучи публичным человеком. На протяжении шести лет я находилась под неустанным наблюдением со стороны бывшего приятеля, от которого совсем не ждала такого поведения. Это был опыт, который не прошел бесследно. Я с содроганием вспоминаю свое состояние и те действия, которые совершал преследователь в надежде на то, чтобы снова выйти со мной на контакт. Уже несколько лет я свободна, но до сих пор меня не покидает мысль, что он может вернуться.

После пережитого опыта я начала исследовать непростую тему stalkingа. Я захотела понять этих людей и их мотивы. На такую идею меня натолкнуло неожиданное сочувствие к своему преследователю. Я увидела глубинные чувства и страдание, скрытые за агрессией, дотошностью, желани-

ем отомстить. Это преследование оставило кучу вопросов, которые я никогда не задам ему. Зачем человек преследует? О чем он думает? Почему выбирает именно эту жертву? Понимает ли, что делает? Почему не может контролировать себя? И главный вопрос — как долго может продолжаться столь мучительная, необъяснимая мания? Свои ответы я получила, и они здесь, на страницах этой книги.

Я собрала весь материал, который помог мне понять феномен преследования. В первую очередь это интервью непосредственно со сталкерами и их жертвами, которые пожелали анонимно рассказать мне о своем опыте. Оказалось, что желание преследовать человека имеет вполне рациональную и понятную основу.

Сталкинг опасен. Порой слежка — лишь часть подготовки к преступлению. Множественные случаи нападения или убийств жертв сталкеров подтверждают мой тезис. Нельзя оставлять нежелательное преследование без внимания, ведь, зная об опасности, можно предупредить неминуемые последствия.

У сталкинга много сторон, и каждая из них заслуживает отдельного внимания. В этой книге мы поговорим с вами о психологии преследователя и его жертвы, о способах эмоционального террора, методах профилактики и борьбы с навязчивым преследованием, которые легче всего выявить на примере реальных историй жертв. Я затрону многие другие вопросы, касающиеся преследователей. Эти люди оказались такими же неоднозначными, как и сама сущность сталкинга.

Глава 1

ЧТО ТАКОЕ СТАЛКИНГ?

ДОГОВОРИМСЯ О ПОНЯТИЯХ

О stalking как массовом явлении мы стали узнавать совсем недавно. Кажется, лишь в XX веке, с распространением Интернета и доступом к большим объемам информации, появилась возможность следить за людьми. На самом деле тема преследования намного глубже и сложнее. В этой главе мы разберемся с понятиями и договоримся о том, какие действия можем относить к stalking, а какие — нет.

Само слово «stalking» пришло к нам из английского языка и вполне удачно прижилось. Более того, оно имеет богатую историю жизни в русском языке. В этимологическом словаре английского языка *stalking* происходит от корня *-stel-* (от англ. «красть»). Уже в конце XIV века stalkерами стали называть людей, к которым было опасно приближаться. Впервые слово *stalking* в интерпретации навязчивого преследования начали использовать в XX веке в газетной статье о незнакомцах, которые изводят своих жертв. Как правило, ими становились публичные личности [2]. Позже значение слова «stalkер» расширилось и стало включать в себя лиц, подвергающихся преследованию со стороны бывших партнеров [3]. Так появилось одно из определений stalking — *«совокупность форм поведения, при котором индивид производит в отношении другого повторяющееся нежелательное вторжение в личную жизнь и попытки с ним связаться»* [4].

В современном понимании *stalking* трактуется как нежелательное преследование с элементами угроз в течение дли-

тельного периода (Оксфордский словарь английского языка). Интересно, что в Кембриджском словаре это же слово обозначается как преступление — незаконная слежка за кем-либо в течение определенного периода времени.

Заметьте, как многообразно понимание сталкинга в английском языке. Забегая вперед, отмечу, что трудности трактовки связаны с размытыми границами допустимого поведения и навязчивого ухаживания. Иногда сложно утверждать, что чрезвычайный интерес к человеку является преступлением.

В русском языке история слова «сталкинг» не менее интересна. В словаре синонимов русского языка оно схоже с такими понятиями, как «преследование», «домогательство», «погоня», «притязание», «требование», «наблюдение», «слежка». Все они имеют негативно-насильственную окраску, что и характеризует природу навязчивого преследования. А вот у слова «преследование» в нашем языке неоднозначная трактовка. Под преследованием понимается вид боевых действий, имеющих целью уничтожение или пленение противника (Большая советская энциклопедия); угнетение, притеснение или гонение кого-либо (Социологический энциклопедический словарь). В Современном толковом словаре русского языка глагол «преследовать» имеет несколько значений: гнаться за кем-либо, чем-либо, стремясь настичь, поймать, захватить; неотступно следовать, идти, ходить за кем-либо; постоянно сопутствовать кому-либо, чему-либо, сопровождать кого-либо, что-либо; стремиться к чему-либо, добиваться осуществления чего-либо; и, наконец, добиваться, домогаться чьей-либо близости, любви.

Какая широкая палитра значений, имеющих жутковатый негативный оттенок. Думаю, что использование слова «преследование» вместе со специальным понятием «сталкинг» будет наиболее верным, поскольку мы говорим о такой форме

навязчивого поведения, которая включает в себя следование, домогательство и желание добиться внимания.

Интересно, что stalking укоренился в нашем языке и в совсем иной коннотации. В известной повести «Пикник на обочине» Аркадия и Бориса Стругацких (1971) фигурируют некие «сталкеры» — отчаянные парни, которые *«на свой страх и риск проникают в Зону и тащат оттуда все, что им удастся найти. Это настоящая новая профессия»* [5]. Благодаря фильму «Сталкер» Андрея Тарковского (1979) значение слова укрепилось и обрело массовый характер. По задумке братьев Стругацких и Тарковского смысл stalking в том, чтобы найти путь к познанию себя и своих желаний.

Еще раньше о глубинном смысле stalking говорил американский писатель Карлос Кастанеда, который обозначал этим словом духовную практику преследования себя (К. Кастанеда «Отдельная реальность», 1971). Это техника выслеживания своих чувств и эмоций, а также наблюдение за окружающим миром с целью расширения контроля над собой. По Кастанеде «сталкер» — практик, наблюдатель за своим состоянием и окружающим миром. Интересная философская концепция, которая имеет прямое отношение к преследованию, но не других, а себя, своих чувств и эмоций. Как видите, со временем поменялось значение слова, привнесенного в русский язык, и оно приобрело негативный окрас по сравнению с тем, какая глубина в него была заложена изначально.

Сегодня сталкерами называют не только навязчивых преследователей, но и людей, которые имеют интерес к тайным туристическим объектам. После творчества братьев Стругацких и Тарковского значение stalking изменилось благодаря популярности серии игр *S.T.A.L.K.E.R.*, выходящих с 2007 года. Авторы вдохновлялись повестью «Пикник на обочине» и фильмом «Сталкер», совмещая идеи поиска

аномалий, запретных зон. Именно так сталкингом стал называться вид экстремального туризма по закрытым, заброшенным местам (опустевшие жилые дома, кладбища, городские коллекторы, ветхие здания, недострои). Несмотря на то что проникновение на частную территорию незаконно, молодые люди активно занимаются сталкингом, широко не распространяясь о своих похождениях. В этом смысле сталкинг имеет значение поиска, только не себя, а исследование пространства вокруг.

Возможно, удивлю вас, но сталкинг можно понимать еще шире. Это не только преследование человека, исследование закрытых локаций, философия познания себя, но и поиск тайной информации в Сети — нетсталкинг. Нетсталкеры проводят сетевой поиск малопосещаемых интернет-ресурсов. Это могут быть непопулярные файловые хранилища, веб-сайты, неопубликованные фото- и видеофайлы, удаленные авторами или недоступные профили, открытые серверы, камеры и др. Появление нетсталкинга связывают с работой канадского художника Джона Рафмана под названием «Девять глаз *Google Street View*» (2008–2012). В результате большой поисковой работы в *Google Street View* Рафман нашел уникальные снимки со всех уголков планеты. Поэтому нетсталкинг — это поиск уникального, но не конкретного объекта.

Как мы видим, сталкинг в нашей культуре имеет множество значений. В этом же и заключается проблема конкретного обозначения критериев сталкинга в понимании навязчивого поведения. К нему можно отнести любое проявление привязанности, поэтому необходимо попытаться провести четкую границу понимания.

Сталкинг трактуется его исследователями по-разному. В первую очередь из-за того, что само понятие невозможно детально конкретизировать. Американский ученый Дж. Рейд Мелой определяет сталкинг как *одержимое и повторяющееся*

поведение, заключающееся в преследовании и домогательстве лица, которое *чувствует угрозу* в связи с таким поведением [6]. Другие исследователи stalkingа, Патрисия Тьяден и Нэнси Тоеннес, определяют его как *неоднократно повторяющиеся* домогательства или угрожающие действия, к которым относят следование за лицом, появление возле дома или места работы преследуемого лица, оставление письменных сообщений или предметов, телефонное домогательство, нанесение вреда собственности жертвы [7]. Профильный специалист по stalkingу Пол Мюллен определяет преследование как *множество повторяющихся и продолжительных* действий, относящихся к попыткам поиска, коммуникации или установления контакта с нежелаемым этим лицом (при приближении к жертве, во время ее сопровождения и постоянной слежки) [8].

Получается, что навязчивое поведение прежде всего подразумевает действия, которые нарушают личные границы другого человека. Но что мы можем понимать под ними? Легче всего понять и ощутить физические границы допустимого, когда человек держит дистанцию при личном общении. Например, нарушением физических границ может быть вторжение в так называемую интимную зону (расстояние между людьми от 10–15 см до 40 см) или личную зону (расстояние от 45 см до 1 м) при общении с незнакомцем. Намного сложнее ощутить психологические границы, так как это емкая неосязаемая конструкция, строго индивидуальная и пластичная. Это условные границы допустимого, которые отделяют самость человека – его чувства, убеждения, ценности, действия и т. п. Каждый сам определяет пределы допуска собеседника во внутренний мир и при нарушении границ испытывает эмоциональный дискомфорт.

Делаем вывод, что понятие личных границ сугубо индивидуально и зависит от конкретного человека. Тогда мы не мо-

жем объективно говорить о том, что конкретное действие человека может расцениваться как навязчивое. К примеру, если для одной девушки ежедневные звонки от поклонника будут приятны, то для другой они могут быть расценены как самое настоящее преследование. В этом смысле возникает путаница и обесценивание феномена stalking, который действительно может быть опасен.

Если понимать под stalking не только действия, нарушающие личные границы человека, но и угрозы, насилие, вред здоровью, повреждение имущества, то ситуация все же остается неоднозначной. К примеру, физическая слежка, которую вы заметили, может принести вам дискомфорт, вызвать тревогу и нервозность, нанести моральный вред. А слежка в Сети имеет иной характер. Активные лайки, комментарии, подписка на все социальные сети — все это не пересекает личные границы, поскольку профиль имеет публичный характер, угрозы насилием не высказываются, а вред психическому здоровью из-за таких действий может быть нанесен далеко не всем людям. Некоторым, наоборот, может быть приятно повышенное внимание от преданного подписчика, пусть он и покажется слегка навязчивым.

Пол Мюллен в своей работе «Сталкеры и их жертвы» раскрыл интересную мысль о сущности stalking [9]. Это сложная форма человеческого поведения, которая может быть результатом целого ряда различных состояний ума. Преследование, очевидно приносящее вред, — часть спектра действий, которые сливаются в нормальное поведение, порой связанное с такими стремлениями, как инициирование или возобновление отношений. Stalking как концепция и как вид преступления — это совокупность действий преследователя и восприятие жертвой ситуации. Поэтому само преследование возникает не только из-за намерений и поведения.