

## 怎樣利用新科技 制止跟踪騷擾？

- ✓ 保護好你的個人信息。不要在社交媒體上使用共用帳戶。當你在社交媒體上與別人交往時，自我簡介資料中最好使用虛假的名字和照片。這樣，用你的真名進行搜索時就不會那麼容易找到你。
- ✓ 不要“登錄”到你所在的位置。不要同意分享你的位置。
- ✓ 如果有可能的話，要求社交媒體平台提醒你查看別人貼出的關於你的資料。另外，還應審核你在所有其他平台上的隱私和安全設置。
- ✓ 設立一個只用來進入社交媒體的電郵地址。假如有人開始跟踪或騷擾你，你只需要關閉這個電郵地址另開一個新的，就能擺脫騷擾。
- ✓ 如果你選擇在你的社交媒體帳戶內公開你的聯絡資料，可以考慮列出一個由 Google Voice 提供的電話號碼。這項服務是免費的，用這個號碼與你通話的人不會得到你真正的電話號碼。
- ✓ 經常地更換你各種帳戶的密碼，例如所有社交媒體帳戶、電郵地址和電子設備，包括你的家庭網絡和 Wi-Fi 的密碼。
- ✓ 為你的所有電子設備安裝殺毒軟件和反間諜軟件。

## 跟踪騷擾是一種 危險的犯罪行為。

別等待，  
立即尋求幫助。

去找你本地分局或警務區的  
預防家暴警官或受害者維護人  
提供幫助。

遇到緊急情況時，  
立即撥打 911 報警。

訪問 [www.nyc.gov/nychope](http://www.nyc.gov/nychope) 網站  
撥打 24 小時開通的紐約市家暴熱線：  
1 (800) 621-4673  
文本電話 (TTY): 1 (866) 604-5350



# 家庭暴力

## 跟踪騷擾

有人對你  
跟踪騷擾嗎？

認知各種跡象。  
立即尋求幫助。



**NYPD**  
New York City Police Department

# 認知各種跡象。別等待，立即尋求幫助。

## 什麼是 跟踪騷擾？

跟踪騷擾是為了與另一個人保持聯繫或者對其行使權力或加以控制而採取的行動。為此而蓄意地一再採取的行動使被騷擾者有合理理由對自己的安全感到恐懼。這種行動包括向被騷擾者發送他/她不想要的通信，現身於他/她所去的地方，或者作出威脅。

符合以下情況的行為，就可被視為跟踪騷擾：

- 沒有合乎情理的目的；
- 是針對某個特定的人；而且
- 有合理可能性會造成精神損害、恐懼或傷害。

## 跟踪騷擾是犯罪行為。

任何人都可能成為跟踪騷擾者，包括家人和感情伴侶、熟人或陌生人、舊朋友和舊同事。

## 你正在被人 跟踪騷擾嗎？

如果有人對你採取下列行動，你就可能是跟踪騷擾行為的受害者：

- 一再跟隨你或偷窺你的行動；
- 一再打電話到你家裡或工作場所，或者打到你的手機；
- 一再向你發送你不想要的電郵、短信等等；
- 給你留下你不想要的禮物或物品；
- 破壞或損壞你的財物；
- 威脅你或與你親近的人；
- 一再試圖通過第三方（例如朋友、家人等等）與你聯繫；或者
- 沒有合乎情理的目的，一再現身於你所去的地方。

你不必獨自  
應付這些狀況。

你能隨時獲得幫助。

## 你應該怎麼做？



遇到緊急情況時，立即撥打 911 報警。



將每次相遇的情況記錄下來。把跟踪騷擾者發來的任何包裹、信件、訊息或禮物留存下來。把每件事情發生的日期、時間、詳情以及任何在場證人的姓名記錄下來。



告訴別人你正在受到跟踪騷擾。確保你的家人、朋友、鄰居和同事都知道此事，使跟踪騷擾者不能從他們那裡得到關於你的消息。如果有可能的話，給他們看跟踪騷擾者的照片，或者向他們描述其身體特徵。



申請保護令。複印一些副本，隨時隨地隨身攜帶。



前往你本地分局或警務區找預防家暴警官或受害者維護人提供幫助。