

## 指南 5: 获得法律帮助

没有人应该受到通过技术展开的虐待、威胁或跟踪。这是可怕、不安全而且不能容忍的。你有权享受安全。

**如果有人通过技术虐待、控制或吓唬你，你可以获得法律帮助。**

### 获得法律帮助

如果有人用技术虐待、控制或吓唬你，有法律能帮助保护你。

因为每个情况都不同，所以请获得与你的特定情况有关的法律咨询，这很重要。本指南不是法律咨询；它只能为你提供笼统的要点，供你考虑。

### 通过技术展开的虐待是否不合法？

通过技术展开的虐待包括各种行为，其中很多根据澳大利亚的法律属于犯罪行为，因此可以向警察举报。

澳大利亚有关于以下方面的法律：

- 跟踪
- 发送威胁性的电子邮件、短信或留言
- 在电子产品上安装间谍软件
- 骚扰
- 诽谤
- 分享私密照片

请访问SmartSafe的网站

[smartsafe.org.au/legal-guides](https://smartsafe.org.au/legal-guides)，以了解澳大利亚每个州和领地的（英语）法律。



### 收集证据

跟踪、骚扰或威胁某人在澳大利亚的每个州和领地都是一种犯罪行为。记录并保存虐待行为的证据将帮助证明该犯罪行为确实发生了。如果安全的话，请用最适合你的方式收集证据。

最重要的是你的人身安全和情感安全。

通过技术展开的虐待行为的证据可能会包括：

- 屏幕截图
- 保存下来的语音留言
- 打印出来的电子邮件和社交媒体帖子
- 书面记录——把已经发生的事情写在日志里。

如果你想进一步了解关于如何收集证据的（英语）信息，请访问eSafetyWomen的网站[esafety.gov.au/women/take-control/esafety-planning/collecting-evidence](https://esafety.gov.au/women/take-control/esafety-planning/collecting-evidence)。

## 你能从哪里获得法律咨询？

律师或法律服务能帮助你，和你讨论供你选择的法律措施，包括如何申请保护令（protection order）。如有需要，他们应该也能陪你和警察沟通。

澳大利亚每个州和领地的女性法律服务（women's legal services）为女性提供免费和保密的法律咨询。一些州和领地也有为遭受家庭暴力的女性提供的专门的法律服务。请访问 [wlsa.org.au](http://wlsa.org.au)，以了解更多信息。

1800RESPECT（用英语）列出了每个州和领地的支持服务和法律资源，网址 [1800respect.org.au/help-and-support/violence-and-the-law](http://1800respect.org.au/help-and-support/violence-and-the-law)。

## 获得保护令

如果有人通过技术虐待、控制或吓唬你，你可能需要法律保护。你或者警察可以替你申请保护令，以防止施暴者做某些事情，例如：接近你、联系你或监视你去哪里和做什么事情。

联系你当地的警察，和他们讨论暴力禁止令或保护令。如果你有需求，律师或法律服务也能帮你申请保护令。澳大利亚每个州和领地对保护令的称呼各不相同。你的律师或警察应该能为你建议什么最适合你。

违反保护令是一种犯罪行为。一旦你有了保护令，如果你认为有人违反了它，你就应该马上报警。确保你记录下任何你认为违反了保护令的事情，因为这些记录能作为证据。

## 获得帮助

切记！通过技术展开的虐待是不能容忍的，而且不是你的错。有人能帮助你。

如果你觉得不安全，请立即拨打000联系警察和紧急救护服务。

请用座机拨打000，说找“**Police**”（警察）、“**Fire**”（消防队）或“**Ambulance**”（救护车）。电话一旦接通，请在线上等候，你会接通一位传译员。

如果不是紧急情况，请致电或去你当地的警察局。

如果你想获得进一步的帮助，请尽快用一部安全的电话或数码产品致电**1800RESPECT**：

**1800 737 732**

[1800respect.org.au](http://1800respect.org.au)

**1800RESPECT** 为包括家庭虐待和性虐待在内的所有虐待行为的受害者提供24小时、免费和保密的安全计划、心理咨询和支持服务。该热线也能帮你联系上你所在区域的其它服务。请访问 [1800respect.org.au/languages/](http://1800respect.org.au/languages/)，以获得更多非英语的信息、建议和视频。