

# 指南五 尋求法律幫助

沒有人應該被他人濫用資訊科技虐待、威脅或盯梢。這是可怕和不安全的，這樣做是不對的。您有權利感到安全。

**如果有人濫用資訊科技來虐待、控制或使您感到害怕，您可以尋求法律幫助。**

## 尋求法律幫助

如果有人濫用資訊科技來虐待、控制或使您感到害怕，有法律可以保護您。

因為每一種情況都因人而異，要針對您的個別情況尋求法律建議是很重要的。本指南不是法律建議，只能為您提供一些可作考慮的一般要點。

## 濫用資訊科技虐待他人是否違法？

濫用資訊科技虐待他人的行為範圍很廣泛，其中許多是澳大利亞法律認定的犯罪行為，您可以向警方報案。

澳大利亞有與以下相關的法律條款：

- 盯梢
- 發送具威脅性的電子郵件、短訊或訊息
- 在電子設備上安裝間諜程式
- 騷擾
- 謗謗
- 與他人分享私密的影像

請瀏覽SmartSafe [smartsafe.org.au/legal-guides](http://smartsafe.org.au/legal-guides) 網站，參閱在澳大利亞每一個州和領地的法律（英文版）。



## 蒐集證據

盯梢、騷擾和威脅他人在澳大利亞每一個州和領地都是犯罪行為。記錄和保存虐待證據可以用來證明曾經發生過的罪行。如果安全無虞，請用您認為最適合的方法來蒐集證據。

人身和情緒安全是最重要的。

資訊科技虐待的證據包括以下：

- 截圖
- 保存語音短訊
- 列印的電子郵件和社交媒體帖子
- 在記錄簿或日誌內寫下所發生的事情。

請瀏覽eSafetyWomen [esafety.gov.au/women/take-control/esafety-planning/collecting-evidence](http://esafety.gov.au/women/take-control/esafety-planning/collecting-evidence) 網站，參閱有關如何蒐集證據的更多訊息（英文版）。

## 您可以到那裡得到法律建議？

律師或法律服務中心可以提供幫助與您討論法律選項，其中包括如何申請保護令。如有需要，他們也可以陪同您一起和警察說話。

在澳大利亞每一個州和領地都有為女性提供免費和保密的女性法律服務。在有些州和領地也為經歷家庭暴力的女性提供特殊法律服務。欲取得更多資訊，請瀏覽 [wlsa.org.au](http://wlsa.org.au)。

請瀏覽 [1800respect.org.au/help-and-support/violence-and-the-law](http://1800respect.org.au/help-and-support/violence-and-the-law) 網站，1800RESPECT提供在每一個州和領地的支持服務和法律資源清單（英文版）。

## 獲得保護令

如果有人濫用資訊科技來虐待、控制或使您感到害怕，您可能需要法律保護。您本人，或警方可以代您申請保護令，預防施虐者作出這些行為，包括：接近您、聯絡您，或監控您的去處和所做的事。

聯繫您當地警察，討論相關暴力或保護令。需要的話，律師或法律服務也可以幫助您申請保護令。在澳大利亞每一個州和領地，保護令可能有不同名稱。您的律師或警察會提供對您最適合您的建議。

違反保護令是犯罪行為。一旦有了保護令，如果您認為有人違反保護令，您應該立即報警。請您確保記錄您認為發生過的任何違反保護令的事件，因為這些記錄可以用來舉證。

## 尋求幫助

記住！使用資訊科技施虐是不對的，而且這不是您的錯。您可以尋求幫助。

如果您感到不安全，請立即撥打三個零（000）聯繫警察和急救服務。

請用座機撥打三個零（000），並要求‘Police’（警察）、‘Fire’（消防隊）或‘Ambulance’（救護車）。請勿掛電話，馬上就幫您聯繫口譯員。

如果情況不緊急，請打電話或親訪當地警察局。

如果需要幫助，請盡快使用安全的電話或設備聯繫 1800RESPECT。

**1800 737 732**

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

**1800RESPECT** 針對所有形式的虐待，其中包括家庭虐待和性虐待；為您提供24小時、免費和保密的安全規劃、諮詢和支持。他們也可以為您聯繫您所在地區的其他服務。欲以其他語言了解更多訊息、建議和視訊，請瀏覽 [1800respect.org.au/languages/](http://1800respect.org.au/languages/)。