

成年人网络暴力快速指南

Chinese (Simplified) | 简体中文



什么是成年人网络暴力？

成年人网络暴力是指利用互联网发送、发布或分享对 18 岁或以上人士身心健康有害的内容。

这可能发生在社交媒体网站或任何其他在线或电子服务或平台上。可能包括：帖子、评论、电子邮件、消息、聊天、直播、表情包 / 梗图、图像和视频。

我应该怎么办？

如果某人只是表现得较为无礼、烦人或令人不快，或者您不喜欢他们的观点，您可以使用简单的策略，例如更改设备或在线帐户的设置来限制与此人的联系。

如果内容严重有害，您应该举报成年人网络暴力材料，以将其从社交媒体网站、在线服务或平台上删除。

如果服务或平台没能提供帮助，eSafety 可以要求其删除可能对您的身心健康产生严重负面影响的严重有害内容。严重负面影响包括超出正常情绪反应（如愤怒、恐惧或悲伤）的严重痛苦。

举报成年人网络暴力的步骤



1. 收集证据

如果您决定向平台、eSafety 或警察报告有害内容，您将需要搜集证据来证明发生了什么事以及是在哪里发生的。

需要截图或保存副本的内容

- 内容中所涉及的文字或图片
- 发送、发布或分享者的用户个人资料
- 发送、发布或分享的日期和时间
- 网站、游戏或应用程序的名称
- 网页或推送内容的在线地址（URL）





2. 举报有害内容

举报有害内容。向用于发送、发布或分享的服务或平台举报：您可以在 **The eSafety Guide**（电子安全指南）页面上找到常见的举报链接。这通常是删除有害内容的最快方法。

如果内容是严重的网络暴力，符合成人网络暴力的法律定义，且在线服务或平台没有删除该内容，您可以通过我们的在线表格向 eSafety 报告，网址为 **[eSafety.gov.au/report/forms](https://esafety.gov.au/report/forms)**。

成年人网络暴力的法律定义是指内容旨在造成严重伤害，并且具有威胁性、骚扰性或攻击性。

我们会要求您提供成年人网络暴力的证据，以及证明您已向发生该事件的网站或平台进行举报。

eSafety 可以帮助删除有害内容，并且如果在线服务、平台或责任人不删除内容，则有权对其处以罚款或处罚。

您也可以向警方举报该网络暴力行为。如果有人威胁您、您的家人或朋友，请务必向警方举报。



3. 防止进一步接触

不要回应此人。在您的设备或在线帐户上更改您的隐私设置，这样您就不会看到他们发来的过多消息、帖子或评论。您可以使用应用内功能来忽略、消音或屏蔽此人或其帐户。

如果您认识的某个人是成年人网络暴力的目标，您可以代表此人向 eSafety 报告此事，前提是此人授权您这样做，并且该在线服务或平台没有提供帮助。



4. 获取更多帮助

经历严重网络暴力或帮助遭受严重网络暴力的人可能是非常痛苦的。请注意自己的身心健康并与您信任的人谈论所发生的事情。您还可以寻求心理咨询和支持服务机构的人员帮助。



心理咨询和支持服务

Beyond Blue

1300 22 4636

beyondblue.org.au

针对所有年龄段和所有问题，每天全天候提供电话咨询和在线聊天服务。

Lifeline

13 11 14

lifeline.org.au

针对所有年龄段和所有问题，每天全天候提供电话咨询和在线聊天服务。

1800RESPECT

1800 737 732

1800respect.org.au

1800RESPECT 针对所有类型的虐待和暴力（包括家庭虐待和性虐待）提供全天 24 小时免费和保密的安全规划、咨询和支持。他们还可以帮您联系到您所在地区的其他服务。请访问 1800respect.org.au/languages 以获取更多其他语言的信息、建议和视频。

QLife

1800 184 527

qlife.org.au

QLife 为各个年龄段的女同性恋者、男同性恋者、双性恋者、跨性别者、酷儿和 / 或间性人士提供咨询和转介。每天下午 3 点至凌晨 12 点提供电话咨询服务。每天下午 3 点至凌晨 12 点提供在线聊天服务。

使用您的语言提供支持

请拨打 **131 450** 致电口笔译服务处（Translating and Interpreting Service），并请他们为您联系以上热线或协助向 eSafety 进行报告。或访问网站 tisnational.gov.au。

为听力或言语障碍者提供支持

拨打全国中继服务（National Relay Service）电话 **133 677**，使用电传（TTY）和语音呼叫，并请他们为您联系以上热线。或访问网站 infrastructure.gov.au/national-relay-service。

有关人身安全

澳大利亚境内全天候紧急援助：

如果您的生命或安全受到威胁且需要紧急帮助，请致电三个零（000）。

如果您有自杀或自残的想法，请拨打生命热线 **13 11 14** 或预防自杀回电服务热线：**1300 659 467**。

更多信息

欲了解更多有关成年人网络暴力的信息以及减轻相关影响的建议，请访问 eSafety.gov.au。