

# คู่มือฉบับย่อเกี่ยวกับการล่วงละเมิดโดยใช้รูปภาพ



การล่วงละเมิดโดยใช้รูปภาพคือเมื่อมีคนแชร์หรือโพสต์ว่าจะแชร์รูปภาพหรือวิดีโอส่วนตัวของคุณ โดยไม่ได้รับความยินยอมจากคุณนั้น นอกจากนี้ยังรวมถึงการแบล็กเมลประเภทหนึ่งเรียกว่า 'การขู่กรรโชกทางเพศ' และการแชร์ภาพของใครบางคนที่ไม่ได้สวมใส่เสื้อผ้าที่มีความสำคัญทางศาสนาหรือวัฒนธรรม ที่โดยปกติพวกเขาอาจจะสวมใส่ในที่สาธารณะ

การล่วงละเมิดโดยใช้รูปภาพอาจทำให้คุณรู้สึกกลัว วิตกกังวล ถูกรุขรุษ โกรธ หรืออับอาย อาจส่งผลกระทบต่อความรู้สึกปลอดภัย ความไว้วางใจ และความภาคภูมิใจในตนเอง และส่งผลกระทบต่อสุขภาพและความสัมพันธ์ของคุณ

การล่วงละเมิดโดยใช้รูปภาพสามารถเกิดขึ้นกับใครก็ได้ ซึ่งไม่ใช่ความผิดของคุณ – และคุณไม่ได้อยู่ตัวคนเดียว

eSafety สามารถช่วยลบรูปภาพหรือวิดีโอหรือหยุดการข่มขู่ได้ หากคุณอาศัยอยู่ในออสเตรเลีย นอกจากนี้เรายังสามารถช่วยคุณได้หากบุคคลที่แชร์ (หรือโพสต์ว่าจะแชร์) เนื้อหาอาศัยอยู่ในออสเตรเลียหรือต่างประเทศ

## เกี่ยวกับ eSafety Commissioner (คณะกรรมการการความปลอดภัยทางอิเล็กทรอนิกส์)

eSafety Commissioner (eSafety) เป็นหน่วยงานอิสระที่กำกับดูแลความปลอดภัยบนโลกออนไลน์ของออสเตรเลีย

เราให้ความรู้เกี่ยวกับวิธีการใช้และสร้างประสบการณ์ออนไลน์อย่างปลอดภัยในเชิงบวกมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้เรายังให้การคุ้มครองชาวออสเตรเลียจากอันตรายบนโลกออนไลน์ผ่านการรับแจ้ง การสืบสวน และกระบวนการแจ้งเตือนของเรา ซึ่งรวมถึงการช่วยเหลือผู้ที่เคยประสบกับการถูกล่วงละเมิดโดยใช้รูปภาพ

## รูปภาพหรือวิดีโอ 'ส่วนตัว' คืออะไร

รูปภาพหรือวิดีโอส่วนตัวคือรูปภาพที่แสดงหรือดูเหมือนว่าแสดงสิ่งต่อไปนี้

- คุณเปลือยกายหรือเปลือยกายบางส่วน – เช่น ภาพถ่ายเปลือยกายหรือเปลือยท่อนบน (บางครั้งเรียกว่า 'เปลือย') หากคุณระบุว่าเป็นผู้หญิงหรือไม่ระบุเพศ
- อวัยวะเพศ ก้น หรือหน้าอกของคุณ – แม้ว่าคุณจะใส่ชุดชั้นในก็ตาม (รวมถึงภาพถ่ายได้กระโปรง)
- ตัวคุณในระหว่างกิจกรรมส่วนตัว เช่น ถอดเสื้อผ้า เข้าห้องน้ำ อาบน้ำ แช่อ่างอาบน้ำ หรือกำลังทำกิจกรรมทางเพศ
- ตัวคุณที่ไม่ได้สวมใส่เสื้อผ้าที่มีความสำคัญทางศาสนาหรือวัฒนธรรม หากปกติคุณสวมใส่ในที่สาธารณะ เช่น ฮีญาบหรือผ้าโพกหัว (หากคุณไม่เคยสวมเสื้อผ้าทางศาสนามาก่อน โปรดทราบว่าภาพของคุณในช่วงเวลานั้นอาจไม่ถือว่าเป็น 'ส่วนตัว')



## รูปภาพหรือวิดีโอสามารถ

- เป็นของจริง
- ดัดแปลงหรือปลอมแปลงให้ดูเหมือนคุณ
- ถูกแชร์ในลักษณะที่ทำให้ผู้คนคิดว่าเป็นคุณ แม้ว่าจะไม่ใช้ก็ตาม (เช่น รูปภาพส่วนตัวของคนอื่นที่แท็กชื่อของคุณ)

## รูปภาพหรือวิดีโอสามารถถูกล่อง โฟสต์ หรือแชร์ได้โดยใช้

- แพลตฟอร์มหรือบริการออนไลน์ (เช่น ฟีดโซเชียลมีเดีย เกมออนไลน์ หรือแอปอื่น ๆ)
- เว็บไซต์ เช่น กระดานรูปภาพหรือเว็บไซต์ลามก
- ข้อความส่งตรง ข้อความโทรศัพท์ บริการแชท อีเมล หรือการถ่ายโอนไฟล์ (เช่น AirDrop หรือ Nearby Share)

## ฉันควรทำอย่างไร

ก่อนที่คุณจะดำเนินการสิ่งใด โปรดขอความช่วยเหลือ หากมีคนแชร์หรือขู่ว่าจะแชร์ภาพหรือวิดีโอส่วนตัวของคุณ อาจทำให้คุณเครียดและอารมณ์เสียได้ คุณไม่จำเป็นต้องรับมือด้วยตัวเอง เป็นความคิดที่ดีที่จะบอกคนที่คุณไว้วางใจ เพื่อให้พวกเขาสามารถช่วยคุณจัดการกับสถานการณ์ได้

จากนั้นทำตามขั้นตอนเหล่านี้



### 1. รวบรวมหลักฐาน

ถ่ายภาพหน้าจอ รูปถ่าย หรือบันทึกหน้าจออุปกรณ์ของคุณเป็นวิธีที่ง่ายและรวดเร็วในการรวบรวมหลักฐาน แต่อย่าบันทึกหรือแชร์รูปภาพหรือวิดีโอส่วนตัวของใครก็ตามที่อายุน้อยกว่า 18 ปี หรือเนื้อหาที่ผิดกฎหมายอื่น ๆ

#### เก็บบันทึกสิ่งต่อไปนี้

- การติดต่อทั้งหมดจากบุคคลที่แชร์หรือข่มขู่ว่าจะแชร์เนื้อหาส่วนตัว รวมถึงชื่อผู้ใช้ แชนเดิล หรือหมายเลขผู้ใช้งานแพลตฟอร์ม
- ช่องทางที่พวกเขาใช้ติดต่อคุณ เช่น ชื่อผู้ใช้ Snapchat, Facebook, Instagram หรือ TikTok URL (ที่อยู่เว็บ) หรือชื่อบัญชีแอปหาคู่ที่พวกเขาใช้
- การรายงานเรื่องใด ๆ ที่คุณแจ้งกับแพลตฟอร์มหรือบริการออนไลน์ หรือกับตำรวจ



## 2. การรายงาน

### รายงานไปยัง eSafety

รายงานที่ส่งไปยัง eSafety เป็นความลับ

หากคุณไม่ได้ถูกแบล็กเมล แต่มีการแชร์รูปภาพหรือวิดีโอส่วนตัวของคุณหรือมีคนขู่ว่าจะแชร์ให้รายงานไปยัง eSafety ที่ [eSafety.gov.au/report/forms](https://www.esafety.gov.au/report/forms) คุณสามารถขอให้คนที่คุณไว้ใจกรอกรายงานให้คุณได้

เราจะติดต่อคุณโดยเร็วที่สุด โดยปกติภายในหนึ่งหรือสองวันทำการ เราจะเช็คก่อนว่าคุณเป็นอย่างไรบ้าง เพื่อให้แน่ใจว่าคุณได้รับการสนับสนุนทางจิตใจที่จำเป็น เราจะพูดคุยกับคุณเกี่ยวกับทางเลือกของคุณ เราสามารถทำงานร่วมกับแพลตฟอร์มออนไลน์หรือบริการที่ใช้ในการแชร์ภาพหรือวิดีโอส่วนตัวเพื่อลบออกหรือหยุดการข่มขู่ ซึ่งอาจรวมถึงการลบบัญชีที่บุคคลอื่นใช้ เราจะไม่นำผู้อื่นมาเกี่ยวข้องกับหรือดำเนินการโดยไม่ได้รับความยินยอมจากคุณ

- หากตำรวจเข้ามามีส่วนเกี่ยวข้อง เราอาจจำเป็นต้องติดต่อพวกเขาเพื่อยืนยันว่าได้มีการเก็บหลักฐานที่จำเป็นสำหรับคดีของคุณไว้เรียบร้อยแล้ว ก่อนที่จะลบภาพ วิดีโอ หรือบัญชีผู้ใช้ดังกล่าว
- บางครั้งเราก็สามารถดำเนินการกับอีกฝ่ายได้หากคุณต้องการ ตัวอย่างเช่น พวกเขาอาจถูกปรับหรือถูกสั่งให้ทำบางสิ่งบางอย่างที่เฉพาะเจาะจง เพื่อป้องกันไม่ให้พวกเขาเก็บหรือแชร์รูปภาพหรือวิดีโอส่วนตัวของคุณ

หากการล่วงละเมิดโดยใช้รูปภาพเป็นส่วนหนึ่งของความรุนแรงในบ้าน ครอบครัว หรือทางเพศ คุณสามารถรับการสนับสนุนจาก 1800RESPECT โดยโทร 1800 737 732 หรือไปที่เว็บไซต์ที่ [1800respect.org.au](https://www.1800respect.org.au) สำหรับบริการแชทออนไลน์และโทรทางวิดีโอ พวกเขาสามารถช่วยคุณสร้างแผนความปลอดภัยก่อนที่คุณจะให้ลบรูปภาพ วิดีโอส่วนตัว หรือผู้ใช้

หากคุณถูกแบล็กเมล อย่าจ่ายเงินให้คนที่แบล็กเมลหรือให้เงินเพิ่มหรือให้เนื้อหาส่วนตัวเพิ่ม นี่คือรูปแบบหนึ่งของการล่วงละเมิดโดยใช้ภาพ ซึ่งเรียกว่า "การขู่กรรโชกทางเพศ" (หรือ "sextortion")

- หากคุณอายุน้อยกว่า 18 ปี วิธีที่ดีที่สุดในการขอความช่วยเหลือคือการรายงานไปยังศูนย์ต่อต้านการแสวงหาประโยชน์จากเด็กของออสเตรเลีย (ACCCE) [accce.gov.au](https://www.accce.gov.au)
- หากคุณอายุ 18 ปีขึ้นไป ให้รายงานไปยังแพลตฟอร์มหรือบริการใด ๆ ที่ผู้แบล็กเมลติดต่อคุณ หากมีการแชร์รูปภาพหรือวิดีโอส่วนตัวของคุณ หรือหากแพลตฟอร์มไม่ได้ช่วย คุณสามารถรายงานไปยัง eSafety ได้ที่ [eSafety.gov.au/report/forms](https://www.esafety.gov.au/report/forms)

### ขอให้ผู้อื่นรายงานให้คุณ

หาก你认为自己无法自行报告，你可以请求他人替你报告。你必须向对方保证，你已让那个人在你的报告中替你报告。eSafety 将与那些向你报告的人一起工作，并保护他们的身份。你可以通过报告或视频来确认，你已让那个人替你报告。

### แจ้งตำรวจ

คุณยังสามารถแจ้งการล่วงละเมิดโดยใช้รูปภาพกับตำรวจได้อีกด้วย ตำรวจอาจตั้งข้อหาเกี่ยวกับผู้ที่ต้องรับผิดชอบเรื่องนี้และช่วยคุ้มครองคุณได้ นี่เป็นสิ่งสำคัญมากหากมีคนขู่ว่าจะทำร้ายคุณ หรือครอบครัวหรือเพื่อนของคุณ





### 3. หยุดการติดต่อ เพิ่มความปลอดภัย และป้องกันการเผยแพร่

หยุดการติดต่อกับบุคคลที่แชร์รูปภาพหรือวิดีโอส่วนตัวของคุณหรือข่มขู่คุณ

- ใช้ฟังก์ชันในแอปหรือการตั้งค่าอุปกรณ์ของคุณเพื่อเพิกเฉย ซ่อน หรือปิดเสียงโพสต์หรือความคิดเห็นของบุคคลอื่น หลังจากที่คุณรวบรวมหลักฐานเรียบร้อยแล้ว คุณยังสามารถบล็อกบุคคลนั้นได้ เพื่อเป็นการตัดอำนาจไม่让他们เขาคูคามคุณต่อไป
- อัปเดตการตั้งค่าความเป็นส่วนตัวของคุณเพื่อจำกัดผู้ที่สามารถติดต่อคุณได้

คุณสามารถค้นหาคำแนะนำเกี่ยวกับฟังก์ชันความปลอดภัยออนไลน์และการรายงานที่สำคัญ สำหรับบริการออนไลน์หลายประเภท รวมถึงโซเชียลมีเดีย เกมออนไลน์ และแอปอื่น ๆ ได้ในคู่มือ eSafety ที่ [eSafety.gov.au/esafety-guide](https://www.esafety.gov.au/esafety-guide)

#### ป้องกันไม่ให้มีการแชร์รูปภาพหรือวิดีโอ

คุณสามารถบล็อกไม่ให้อัปโหลดรูปภาพหรือวิดีโอส่วนตัวของคุณไปยังแพลตฟอร์มที่ระบุเฉพาะได้ คุณจำเป็นต้องมีสำเนาของรูปภาพหรือวิดีโอ นั้น แต่ไม่จำเป็นต้องส่งให้กับแพลตฟอร์ม - ทางแพลตฟอร์มจะสร้าง 'ลายนิ้วมือ' ดิจิทัล (หรือ 'แฮช') ขึ้นมาแทน

- หากคุณอายุน้อยกว่า 18 ปี คุณสามารถใช้ [takeitdown.ncmec.org](https://www.takeitdown.ncmec.org) - เครื่องมือออนไลน์ฟรีที่ป้องกันไม่ให้รูปภาพหรือวิดีโอของคุณถูกแชร์บนแพลตฟอร์มต่าง ๆ เช่น Facebook, Instagram, TikTok, Yubo, OnlyFans และ Pornhub
- หากคุณอายุ 18 ปีขึ้นไป คุณสามารถใช้ [StopNCII.org](https://www.stopncii.org) - เครื่องมือออนไลน์ฟรีที่ป้องกันไม่ให้รูปภาพหรือวิดีโอของคุณถูกแชร์บนแพลตฟอร์มต่าง ๆ เช่น Facebook, Instagram, TikTok, Bumble, OnlyFans และ Reddit



### 4. รับความช่วยเหลือเพิ่มเติม

สิ่งที่คุณกำลังเผชิญอยู่ไม่ใช่เรื่องง่าย แม้ว่าจะจบลงแล้ว คุณอาจต้องการการสนับสนุนเพิ่มเติม

คุณสามารถติดต่อบริการให้คำปรึกษาและสนับสนุนที่เป็นความลับเพื่อขอความช่วยเหลือ

#### ดูแลตัวเองให้ปลอดภัย

ความช่วยเหลือฉุกเฉินในออสเตรเลีย มีตลอดเวลา ทั้งกลางวันและกลางคืน

หากชีวิตหรือความปลอดภัยของคุณตกอยู่ในความเสี่ยงและคุณต้องการความช่วยเหลือเร่งด่วน ให้โทรไปที่ **Triple Zero (000)**

หากคุณมีความคิดที่จะฆ่าตัวตายหรือทำร้ายตัวเอง โปรดติดต่อ Lifeline (สายด่วนช่วยชีวิต) ที่หมายเลข **13 11 14** หรือ Suicide Call Back Service (บริการโทรกลับสำหรับผู้ที่คิดฆ่าตัวตาย) ที่หมายเลข **1300 659 467**

## บริการให้คำปรึกษาและสนับสนุน

### ความช่วยเหลือในภาษาของคุณ

โทรติดต่อบริการแปลและล่ามที่หมายเลข 131 450 และขอให้พวกเขาติดต่อหนึ่งในบริการสายด่วนช่วยเหลือให้คุณ หรือช่วยเหลือในการรายงานเรื่องกับ eSafety หรือไปที่เว็บไซต์ [tisnational.gov.au](https://www.tisnational.gov.au)

### 1800RESPECT

1800 737 732 (โทร)

0458 737 732 (ข้อความ)

[1800respect.org.au](https://www.1800respect.org.au)

หากคุณหรือคนที่คุณรู้จักกำลังประสบหรือเสี่ยงต่อการประสบกับความรุนแรงในบ้าน ในครอบครัว หรือทางเพศ คุณสามารถขอรับการสนับสนุนได้โดยการโทรหรือส่งข้อความ หรือไปที่เว็บไซต์สำหรับบริการแชทออนไลน์และผ่านทางวิดีโอ

### Kids Helpline (สายด่วนสำหรับเด็ก)

1800 55 1800

[kidshelpline.com.au](https://www.kidshelpline.com.au)

สายด่วนสำหรับเด็กให้บริการแก่เด็กและเยาวชนอายุระหว่าง 5 ถึง 25 ปี สำหรับทุกปัญหา บริการให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์แบบเป็นความลับและให้การสนับสนุนผ่านแชทออนไลน์ เปิดให้บริการตลอดทั้งวันทุกวัน

### บริการสนับสนุนสำหรับผู้ที่มีปัญหาการได้ยินหรือการพูด

โทรติดต่อบริการถ่ายทอดแห่งชาติ (National Relay Service) ที่หมายเลข 133 677 สำหรับการใช้โทรสารตัวอักษร (TTY) และการโทรด้วยเสียง และขอให้พวกเขาช่วยติดต่อสายด่วนช่วยเหลือต่าง ๆ แทนคุณ หรือไปที่เว็บไซต์

[accesshub.gov.au/about-the-nrs](https://www.accesshub.gov.au/about-the-nrs)

มีบริการสนับสนุนเพิ่มเติมที่ [eSafety.gov.au/counselling-support-services](https://www.eSafety.gov.au/counselling-support-services)