

RCS 跟踪骚扰行为宣传单

苏格兰强奸危机援助热线通过电话和电子邮件为 13 岁或以上遭受性暴力侵害的人士提供初期危机支持和咨询服务，无论侵害何时发生或者如何发生。该援助免费提供，且为受害者保密。援助热线为被跟踪骚扰的幸存者提供支持，也可以设法让您与当地强奸危机中心或其他服务机构取得联系以获得持续支持。我们为耳聋或听觉有障碍的人士提供一个小型计算机；如果您的母语不是英语，我们可以为您安排语言翻译。

什么是跟踪骚扰行为？

跟踪骚扰行为是一人或多人针对他人所做出的骚扰、监视行为，会导致被骚扰者产生恐惧和惊慌。跟踪骚扰行为不是一次性事件，而是合起来形成一连串的行为，包括如下方面：

- 尾随/监视
- 在被跟踪骚扰者的住所、学校、工作场所或其任何经常出入场所外站立监视
- 在公共场合言语谩骂或羞辱被骚扰者
- 骚扰性、未经允许的或具威胁意味的接触，包括打电话、写信、发短信或电子邮件等方式
- 寄送骚扰性/未要求的礼物
- 威胁被骚扰者、他/她的家人、朋友或宠物
- 发表信息或评论，例如，通过网络形式
- 损坏财产
- 身体和/或性侵犯

行为本身可能并不构成威胁或辱骂，但是其意义和内容可能含有某一特定或隐含意味，目的是使您产生恐惧和惊慌。

跟踪者很少仅采用一种跟踪骚扰方式，通常会数种方式并用。跟踪者无意或有意借助他人的帮助也并不少见

基本上跟踪骚扰行为是一种具性别倾向的犯罪行为，由男性施加于女性，但是，任何人都可能受到跟踪骚扰的影响，任何人都可能跟踪骚扰别人。跟踪骚

扰行为可能由您认识的熟人实施，它通常是正在发生的家庭暴力或性侵害的一部分，或可能由您不认识的陌生人实施。有时，子女、家人或您身边的其他人可能也会遭受威胁或成为跟踪目标。

无论属何种情况，您的安全至关重要。

影响

在跟踪骚扰个案中没有暴力行为产生，并不意味着您没有受到影响。在跟踪骚扰的阴影下生活是非常可怕的，可能会对一个人的一生产生深远的影响。

被人跟踪骚扰会让您感觉孤独和孤立。如果跟踪骚扰者没有对您实施暴力或威胁，您会发现其他人并不会把您的担心放在心上或觉得您是在小题大作。不要忽视您的担心，相信自己的直觉。从重视您的担心的人士那里获得所需支持。

如果您被人跟踪，您很有可能会感觉焦虑、沮丧、极其敏感、害怕外出、害怕呆在家中、害怕接听电话或害怕邮寄员送来的包裹信函。即使跟踪行为停止，这种感觉也会一直存在。

重要的一点是要意识到，跟踪骚扰会产生与其他形式的性暴力类似的影响。其影响可能包括：

- 焦虑、紧张和恐慌
- 沮丧
- 对于跟踪骚扰所带来的心理影响诉诸药物治疗
- 难以入睡
- 害怕/恐惧
- 食欲不振
- 广场恐怖症
- 做噩梦
- 自我伤害
- 自杀意念、自杀企图或自杀
- 信任障碍
- 由于身体或性侵犯，身体健康状况恶化
- 严重创伤后遗症

每个人的反应都会有所不同。重要的是您能获得需要并且理应获得的支持。

法律

2010年12月13日，根据《2010年刑事司法和许可法（苏格兰）》第39条之规定，针对跟踪骚扰犯罪行为的新的法律条款在苏格兰生效。

该法案规定，若某人‘实施了一连串在任何情况下他/她知道或应当知道可能导致他人产生恐惧或惊慌的行为（两个或以上事件）’，则该人即犯有跟踪骚扰罪。

该立法全面列出了最常见的骚扰行为类型，以上所列类型并非详尽无遗。该法将‘以任何其他方式进行的预期精神正常的人会产生恐惧或惊慌’的行为确认为跟踪骚扰行为。

根据第39条之规定，如果骚扰指控在法庭上不能被予以证明，它可以被认定为‘威胁和虐待行为’的交替罪行，

法律可以如何帮助到您

如果您遭遇紧迫危险，请拨打999

如果您正被跟踪，您可能会担心如果您采取法律行动，跟踪骚扰者的行为会升级。然而，忽视跟踪行为可能让您身陷更大危险之中。把您的任何担心告诉警方，他们会对您所能采取的额外措施提出建议，以增强您在家中和其他地方的安全性。

您可以将作案者报告给警方或向民事法庭申请禁令。禁令是由您的律师向法院申请的一项民事保护令。您会发现在采取这些措施之前，寻求支持和建议是很有帮助的。

要联系警方，可前往当地警察局或拨打非紧急号码然后进行预约。最好带上写有所遭遇事件的记录，以及您想问的任何问题，这样您就不会遗漏打算了解的任何内容。

即使您不想报警，您也可能想要向民事法院申请一项骚扰防护令或禁令，规定

肇事者不得接触或接近您。违反骚扰防护令是一项刑事罪行，意味着如果违反该法令条款，警察可立即逮捕作案者。务必请求法院在禁令中附上“逮捕权书”，如果违反禁令条款，警察可对作案者实施逮捕。

如果您没有律师，当地强奸危机中心或妇女援助机构应能够为您推荐一位合适人选。

如果犯罪者被逮捕，随后保释外出，您可以跟警察谈谈施加的保释条件。保释条件可以规定，犯罪者不得接触或接近您，或去某个场所，比如您的住所或工作场所。违反保释是一项刑事罪行，如果发生此种情况，您应联系警方。

如果该案件被起诉至法院，会产生若干可能的结果。在这一过程中您可寻求支持。根据所呈现的证据，作案者可能被监禁，并且您可以获得一项骚扰防护令。无论何种结果，重要的一点是您要明白有人会为您提供支持。

证据

- 尝试并收集所发生事件的证据和文件非常重要。
- 证据可包括任何通讯记录，如电话（包括无声电话）、短信副本、信函和电子邮件、网页截图或即时消息对话等
- 如果您在邮局收到任何色情内容，这些对警方也很重要，因为根据《2000年邮政服务法》第85条之规定，跟踪骚扰者可能在实施犯罪行为。
- 如果您收到信函、包装或包裹且您知道是骚扰者寄来的，您应尽可能原封不动地将其置于一个塑料袋中然后将它呈给警方（如果您希望警方介入的话）。这是保存信函、包装或包裹内容中可能存在的任何指纹、皮肤细胞等的最好方法。
- 重要的一点是记录保存好您认为与跟踪骚扰行为有关的所有事件信息，包括无声来电。
- 确保将细节纳入其中，如时间、日期、地点、概述所发生的事件、什么人做了什么事、对您的影响以及任何潜在证人的相关细节。
- 摄影或录像证据也是有用的，但如果您计划对您的跟踪者拍照，您需要跟警方确认这种做法符合法律规定。
- 当您将证据呈示给警方时，请求他们将所有事件作为一连串的行为来考虑，而不是单个考虑。

安全

- 不要试图以任何方式与跟踪骚扰者接触。

如果你们通过电话进行接触，情况会变得非常糟糕，因为您可能想接听电话并告诉他离您远点儿，或试图跟他讲道理，让他知道他的行为对您和你的家人造成的影响。然而，他从任何您与他的沟通中获得的讯息是：他能得到您的回应；如果他给您打电话，您会接听。处理这种情况的其他方式是：

- 您可以使用电话留言机来过滤您的所有电话，让任何您可以信赖的朋友或家人知道您正在做什么。这样，您可以对您选择的讯息做出回应。您应尽量保存任何侮辱性信息记录，并将之交予警方（如果您选择让他们介入的话）。
- 英国电信有一项针对骚扰电话的政策，您可以访问他们的网站或给他们致电了解相关信息。如果您使用的是另外一个电话服务提供商的服务，与他们联系，看看他们能如何帮助到您。
- 您可以要求电话线路提供商更改您的电话号码，并确保您的新电话号码不记载于电话号码簿。
- 跟您的邻居、同事或经理谈谈关于骚扰的情况（如果这样做您会感觉更舒服一些的话）。他们可以通过为您收集更多的证据或采取相关保护措施来帮助到您。
- 考虑携带一只个人报警器及改变您的日常生活规律，例如，走不同于往常的路线上下班
- 计划有其他人参与的休闲活动
- 熟悉离您最近的安全场所，如警察局、24小时营业超市或有保安守卫的医院
- 最重要的是，相信自己的直觉

网络安全

- 限制您在社交网站上分享的信息，并检查您的隐私设置，以确保您所上传的信息没有超过您的意图
- 经常更改您的密码，不要在所有访问网站中使用同一密码
- 检查您的电脑，以消除恶意软件和键盘记录木马软件
- 欲了解关于数字跟踪的更详尽的指导和提高您的网络安全性的信息，请访问

www.womensaid.org.uk

欲了解关于跟踪的更多信息，同样请访问以下网站：

www.scotlandagainststalking.com

www.stalkinghelpline.org

如果您或您认识的人一直遭受任何形式的性暴力，不管是什么时候发生的，请拨打苏格兰**强奸危机援助热线：08088 01 03 02**（该热线电话免费且为您保密）或通过以下电子邮件联系我们的电子邮件支持服务处

support@rapecrisisscotland.org.uk

经过培训的女性支持人员随时为您提供支持和有关信息，并可以让您了解您所在地区的支持服务。

当地强奸危机中心

亚伯丁郡强奸&虐待支持中心：01224 620 772

阿盖尔郡&比特郡强奸危机中心：女性- 0800 121 46 85 男性- 0800 032 0399

苏格兰中部强奸&性虐待中心：01786 471 771

顿弗里斯郡&盖洛威 01387 253 113

顿提妇女强奸&性虐待中心：01382 201 291

东艾尔郡强奸咨询&资源中心：01563 541 769

爱丁堡妇女强奸&性虐待中心：0131 556 9437

法夫强奸&性侵犯中心：01592 642 336

格拉斯哥强奸危机中心：0141 552 3200

拉纳克郡强奸危机中心：01698 527 003

强奸&性虐待中心珀斯&金罗斯：01738 630 965

| [Stalking Leaflet - Mandarin](#)

苏格兰边区强奸危机中心：0800 054 2445

西岛区强奸危机中心：01851 709 965