BẠN CÓ BỊ THEO DÕI KHÔNG?

Theo dõi là một loạt các hành động khiến bạn cảm thấy sợ hãi, đau khổ hoặc gặp nguy hiểm.

Theo dõi là một vấn đề nghiêm trọng, thường có tính bạo lực và có thể leo thang theo thời gian.

Bạn có đang...

- Luôn nhìn lại phía sau?
- Bối rối về việc ai đó luôn biết bạn đang ở đâu?
- Không chắc khi nào người đó sẽ xuất hiện lại?
- Lo lắng khi kiểm tra email hoặc điện thoại vì có thể lại là anh ta/cô ta/họ?
- Sợ hãi về những gì người đó có thể làm tiếp theo?

Bạn có thể là nạn nhân của việc theo dõi.

"Đi làm, tham dự các hoạt động của con bạn, ra ngoài vào buổi tối… những điều này có vẻ bình thường. Đối với tôi, chúng thật đáng sợ vì tôi không bao giờ biết anh ta sẽ làm gì hoặc khi nào anh ta sẽ xuất hiện."

Nguồn tài nguyên

Nhà cung cấp dịch vụ

Số điện thoại

Trang web

Nếu bạn không biết cách liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ địa phương của mình, hoặc cần hỗ trợ thêm, bạn có thể liên hệ với các chương trình sau:

Directory of Programs Serving Immigrant Victims (Danh bạ các Chương trình Phục vụ Nạn nhân Nhập cư)

niwaplibrary.wcl.american.edu/home/directory-programs-serving-immigrant-victims

Victim Connect (Kết nối Nạn nhân)
victimconnect.org/
855-4-VICTIM (855-484-2846)

National Sexual Assault Hotline (**Đ**ường dây nóng Quốc gia về Tấn công Tình dục)
RAINN.org 800.656.HOPE (4673)

National Domestic Violence Hotline (**Đường dây nóng Quốc gia về Bạo lực Gia đình**)
thehotline.org
1-800-799-SAFE (7233)

SPARC

Tìm hiểu thêm tại StalkingAwareness.org

TRUNG TÂM NGĂN CHẶN, NHẬN THỨC, VÀ NGUỒN LỰC VỀ THEO DÕI

Dự án này được hỗ trợ bởi khoản trợ cấp số 2017-TA-AX-K074 được trao bởi Văn phòng Chống Bạo lực Đối với Phụ nữ, Bộ Tư pháp Hoa Kỳ.

Các ý kiến, phát hiện, kết luận và khuyến nghị được thể hiện trong ấn phẩm/chương trình/triển lãm này là của tác giả và không nhất thiết phản ánh quan điểm của Bộ Tư pháp, Văn phòng Chống Bạo lực Đối với Phụ nữ. Gần 1 trong 3 phụ nữ và 1 trong 6 nam giới sẽ bị theo dõi trong suốt cuộc đời của họ.

HIỂU VỀ HÀNH VI THEO DÕI



Tại Hoa Kỳ, THEO DÕI LÀ MỘT HÀNH VI PHẠM PHÁP và 1 trong 3 phụ nữ và 1 trong 6 nam giới sẽ bị theo dõi trong cuộc đời của họ.

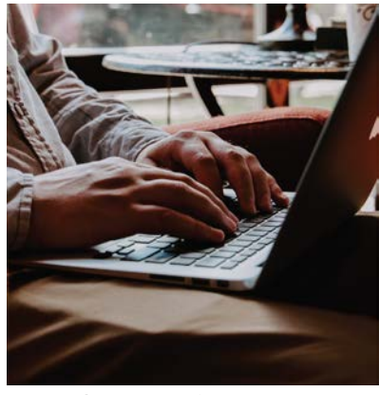
AI LÀ NHỮNG KẺ THEO DÕI?

Hầu hết những kẻ theo dõi nhắm vào những người mà họ biết.

Nhiều kẻ theo dõi phạm tội này đối với những người mà họ đã hẹn hò hoặc có mối quan hệ lãng mạn. Kẻ theo dõi cũng có thể là người quen, thành viên gia đình và/hoặc người lạ..

Theo dõi là một tội ác ở tất cả 50 tiểu bang, Quận Columbia và các vùng lãnh thổ của Hoa Kỳ.

Mặc dù hầu hết các nạn nhân bị theo dõi là phụ nữ và phần lớn thủ phạm là nam giới, nhưng bất kỳ ai cũng có thể là nạn nhân hoặc thủ phạm của việc theo dõi.



Tìm hiểu các chiến lược an toàn tại StalkingAwareness.org.

Việc bị theo dõi không phải là lỗi của bạn và bạn không thể kiểm soát hành vi của kẻ theo dõi.

NHỮNG KẺ THEO DÕI LÀM GÌ?

Hầu hết những kẻ theo dõi sử dụng nhiều chiến thuật để dọa nạn nhân của họ. Những hành vi này có thể bao gồm (nhưng không giới hạn ở):

- Liên lạc không mong muốn qua các cuộc gọi lặp đi lặp lại (bao gồm cả cuộc gọi bị cúp máy), tin nhắn, email hoặc tin nhắn.
- Theo dõi bạn.
- Gửi quà hoặc thư không mong muốn.
- Theo dõi bạn bằng công nghệ (như GPS, ứng dụng hoặc camera ẩn).
- Xuất hiện hoặc chờ bạn ở nhà, nơi làm việc hoặc trường học.
- Phá hỏng tài sản của bạn và/hoặc các giấy tờ nhập cư hoặc nhận dạng.
- Lan truyền tin đồn về bạn – trực tiếp hoặc trực tuyến.
- Đăng hoặc chia sẻ hoặc đe dọa đăng hoặc chia sẻ các bức ảnh riêng tư của bạn.
- Quấy rối đồng nghiệp, gia đình hoặc bạn bè của bạn.
- Tấn công tài khoản của bạn, thay đổi mật khẩu của bạn hoặc giả mạo bạn trực tuyến.
- Đe dọa làm tổn thương bạn hoặc những người thân của bạn – gia đình,, thú cưng.
- Đe dọa trục xuất bạn, con bạn hoặc các thành viên trong gia đình.
- Các hành động khác nhằm kiểm soát, theo dõi hoặc làm bạn sợ hãi.

BẠN CÓ THỂ LÀM GÌ ĐỂ AN TOÀN?

Nghĩ ra các chiến lược để giúp giữ an toàn cho bản thân và những người thân yêu có thể rất hữu ích. Bạn có thể muốn:

- Gọi 9-1-1 nếu bạn đang gặp nguy hiểm hoặc bị đe dọa.
- Tin tưởng vào trực giác của bạn. Nếu bạn nghĩ rằng mình đang gặp nguy hiểm, thì có lẽ bạn đúng.
- Kết nối với nhà cung cấp dịch vụ cho nạn nhân địa phương, họ có thể giúp bạn khám phá các lựa chọn và lập kế hoạch an toàn chi tiết.
- Không chắc chắn nơi nào để đi? Gọi các đường dây nóng được liệt kê dưới “Nguồn tài nguyên.”
- Ghi lại tất cả những gì đã xảy ra - giữ một bản ghi hoặc nhật ký. Xem stalkingawareness.org/what-to-do-if-you-are-being-stalked/ để biết mẫu nhật ký.
- Nói với những người bạn tin tưởng về tình hình. Xem liệu trường học, nơi làm việc hoặc bảo vệ tòa nhà của bạn có thể giúp đỡ với các kế hoạch an toàn của bạn không.
- Cân nhắc việc nhận lệnh từ tòa án để giữ kẻ theo dõi tránh xa bạn.
- Liên hệ với cơ quan bạo lực gia đình/ tấn công tình dục địa phương hoặc tòa án gia đình để biết thêm thông tin.
- Đăng ký được cứu trợ nhập cư theo Luật Bạo lực Đối với Phụ nữ (VAWA) cho các nạn nhân tội phạm (ví dụ: VAWA, thị thực U, thị thực T hoặc Tình trạng Nhập cư Đặc biệt cho Trẻ vị thành niên).