

SỰ KIỆN LÉN THEO DÕI VÀ NHẬT KÝ HÀNH VI



**13,5 triệu
NGƯỜI BỊ
LÉN THEO DÕI
mỗi năm**



LÉN THEO DÕI LÀ GÌ?

Mặc dù mỗi nền pháp chế sẽ có định nghĩa hợp pháp về lén theo dõi khác nhau, dưới đây là một định nghĩa phù hợp về lén theo dõi:

Một cấu trúc hành vi được nhắm tới một người cụ thể, khiến cho một người có khả năng suy xét bình thường thấy lo sợ về sự an toàn của mình hoặc của người khác hoặc phải chịu sự đau buồn đáng kể về mặt cảm xúc.

Nếu quý vị là nạn nhân bị lén theo dõi, cần lưu nhật ký về các sự kiện và hành vi liên quan đến lén theo dõi. Việc này có thể sẽ rất hữu ích nếu quý vị chọn sử dụng các hệ thống tư pháp hình sự hoặc dân sự. Ghi lại thông tin này sẽ giúp văn bản hóa hành vi để phục vụ cho việc xin lệnh bảo vệ, các trường hợp ly hôn và xác lập quyền nuôi con hoặc truy tố hình sự. Việc này cũng có thể giúp quý vị sau này nhớ được từng sự kiện để phục vụ cho việc báo cáo.

Cần sử dụng nhật ký lén theo dõi để ghi chép và văn bản hóa toàn bộ các hành vi liên quan đến lén theo dõi. Khi báo cáo sự kiện, hãy ghi lại tên người và cơ quan mà quý vị báo cáo, bao gồm bất kỳ thẻ tên hoặc mã định danh nào mà họ có thể có. Nếu báo cáo cho một người nào đó, quý vị có thể đề nghị họ cung cấp một bản sao để làm hồ sơ.

Lưu ý quan trọng: Do thông tin này có thể được dùng làm bằng chứng hoặc được vô tình chia sẻ với kẻ lén theo dõi trong tương lai nên không được đưa vào nhật ký bất kỳ thông tin nào mà quý vị không muốn kẻ lén theo dõi biết.

Ví dụ về các sự kiện và hành vi cần đưa vào nhật ký bao gồm: quấy rối hoặc gọi điện, gửi tin nhắn văn bản và tin nhắn qua ứng dụng nhiều lần; theo dõi hoặc chờ đợi quý vị; gửi thư hoặc quà tặng cho quý vị; theo dõi quý vị; hủy hoại tài sản của quý vị; lan truyền tin đồn về quý vị; đăng tải thông tin riêng tư hoặc ảnh về quý vị; mạo danh quý vị; tấn công tài khoản của quý vị; đe dọa quý vị hoặc những người thân thiết với quý vị; và sự đe dọa được chuyển tải thông qua người khác.

Đính kèm ảnh về kẻ lén theo dõi, bản photocopy của lệnh ngăn giữ, báo cáo của cảnh sát và các tài liệu liên quan khác cùng với nhật ký. cất giữ nhật ký ở nơi an toàn và chỉ nói cho người mà quý vị tin tưởng biết. Một số người thích lưu giữ bản sao kỹ thuật số của nhật ký trên máy tính hoặc điện thoại. Cần nghĩ đến trường hợp kẻ lén theo dõi có quyền truy cập vào điện thoại hay máy tính của quý vị hay không.

Văn bản hóa hành vi lén theo dõi có thể là công việc khó thực hiện và làm suy kiệt cảm xúc. Một chuyên viên hỗ trợ địa phương trong cộng đồng của quý vị có thể hỗ trợ, cung cấp thông tin về các tùy chọn dành cho quý vị và xây dựng kế hoạch an toàn.

