



# 网络辱骂和骚扰

## 什么是网络辱骂和骚扰

网络辱骂和骚扰是指某人利用互联网或社交媒体骚扰、恐吓、欺凌或威胁他人。这可能会以直接发信息、发帖子或其他在线活动的方式进行，让人感到焦虑、害怕或没有安全感。

**如果网络辱骂或骚扰是为了或代表一个外国进行的，那么这是外国干涉的一种形式。**网络辱骂和骚扰可能会给人带来焦虑烦恼。至关重要的是，要知道如何自我保护、可以得到哪些支持，以及如果您或您的社区在网上受到辱骂和骚扰，您可以做什么。

## 如果您在网上受到骚扰或威胁该怎么办

### 限制与骚扰威胁您的人或账户的接触

#### 电话和短信

使用手机中的设置来“拉黑联系人”。如果这方法不起作用，联系您的电话公司来屏蔽该号码。

#### 网络辱骂或骚扰

更新您的隐私设置。Netsafe 提供[社交媒体指南](#)，帮助您进行隐私设置。

如果您收到任何让您感到不安全的东西，或者您感到受到骚扰、恐吓或欺凌，就举报。

### 在发生事件的平台/网站/应用程序上向管理员报告

使用事件发生的网站、应用程序或平台上的报告功能。Netsafe 的[社交媒体指南](#)有关于如何执行此操作的信息。



## 向 Netsafe 报告

您可以向 Netsafe 报告有害内容：[Submit a request – Netsafe](#)。

Netsafe 还可以为您提供网络安全方面的专家支持、建议和帮助。

发送电子邮件至 [help@netsafe.org.nz](mailto:help@netsafe.org.nz) 或发送短信 “Netsafe” 至 4282 以获得支持。

## 向警方报案

如果您处于危险之中，请立即拨打 111 报警。

如果不是紧急情况，您可以通过以下方式联系警察：

- 使用 [105 在线表格](#)
- 从任何手机或座机电话拨打 [105](#)，这项服务是免费的，并且在全国各地 7 天 24 小时全天候都可以拨打。

105 表格要求您提供一些个人信息，以帮助警察处理您的报告并随后向您跟进。**警察仅出于被允许的目的使用这些信息。**

## 向 NZSIS 报告

如果您怀疑对您的辱骂或骚扰的背后有外国势力，您可以使用 NZSIS 的安全[在线表格](#)向其报告。

如果您不愿意，您不必提供您的姓名、电话号码或联系方式等个人信息。您也可以用自己的母语填写表格。您提供的信息都受到**保密及保护**。

如果你想和 NZSIS 的人员交谈，您可以拨打 [+64 4 472 6170](#) 或 [0800 747 224](#)。



## 报告时向 Netsafe、警方或 NZSIS 提供的信息

报告时，包含尽可能多的细节会很有帮助。尝试截图或保存以下内容的副本：

- 所说或所显示的内容
- 辱骂或骚扰您的那个人的用户个人资料或账户（例如其用户名）
- 收到辱骂或骚扰的日期和时间
- 发生该事件的网站或 应用程序的名称

## 安全上网

请参阅 [Keep Safe Online](#) 以获取有关应采取哪些步骤来保护自己的在线安全的更多信息。