在线性别暴力



资源工具包

理解在线性别暴力 (OGBV)

在线骚扰不仅仅是“网络上的一部分”。
它是真实的、有害的，并且会影响人们的生活。

它是什么样子的?



伴侣在未经同意的情况下分享私密照片（例如：在Telegram群聊中分享裸照）



陌生人发送未经请求的露骨照片（例如：不雅图片）



由于分享个人故事而收到威胁（例如：涉及谋杀、强奸等的威胁性评论或私信）

网络性别暴力的类型

网络性别暴力（OGBV）有多种形式，并随着科技的发展不断演变。它根源于性别不平等，并能迅速在各类数字平台上传播。



网络闪现



人肉搜索



性别化虚假信息



冒充与身份盗窃



未经同意传播私密图像



网络骚扰与暴力



性勒索与敲诈



监视与跟踪骚扰



强奸、身体与性暴力威胁

网络闪现



网络闪现是指在未经你同意的情况下，发送露骨的性图像——例如生殖器的照片或视频。这种行为可以通过社交媒体、消息应用程序，甚至是蓝牙和AirDrop进行。就像在公共场所的暴露行为一样，它侵犯了你的私人空间，并可能带来强烈的不适感。

人肉搜索



人肉搜索是指在未经你同意的情况下，将你的个人信息——例如姓名、地址、电话号码或工作单位——在网上公开，通常是为了让你难堪、威胁你或伤害你。即使是看似无害的细节，也可能被拼凑在一起，成为伤害你的工具。

性别化虚假信息



性别化虚假信息是一种有针对性的在线虐待形式，传播虚假或误导性信息，专门设计用来诋毁或伤害特定性别的人。它通常利用社会中的性别刻板印象和厌女情绪，削弱受害者的公信力，将女性描述为不可信或无能，并阻止她们参与公共生活。这种数字暴力形式可能进一步升级为线下骚扰，强化有害的性别规范，并造成严重的情感、心理和职业上的伤害。

冒充与身份盗窃



冒充是指有人在网上假装是你——创建虚假账户、以你的名义发送消息，甚至使用你的身份来骚扰他人。这通常与其他形式的在线虐待有关，例如散布虚假谣言或损害你的声誉。

未经同意传播私密图像



又称为“报复性色情（revenge porn）”，但这个术语具有误导性。NCII是指在未经当事人同意的情况下传播私人照片或视频，无论最初是如何拍摄的。

网络骚扰与暴力



网络骚扰形式多样——包括垃圾信息、威胁、性骚扰、网络欺凌等。它可能是一次性攻击，也可能是个人或团体在不同平台上持续不断的攻击。这类行为的目的通常是为了让受害者沉默、恐惧或受到伤害。

性勒索与敲诈



性勒索是指有人以公开你的私密或亲密图像为威胁，强迫你付钱、透露个人信息，甚至满足其性要求。这种形式的敲诈操纵受害者的恐惧与羞耻感，严重影响女性、女孩和 LGBTQ 群体。

监视与跟踪骚扰



网络监视是指有人监控你的数字活动——包括查看你的帖子、信息或在线行为轨迹。这种行为常被用来骚扰或控制女性、女孩和 LGBTQ+ 群体。跟踪行为也可能延伸至数字空间，让受害者即使身处家中也感到不安全。

强奸、身体与性暴力威胁



针对女性的强奸与性暴力威胁在网络上非常普遍，这些威胁往往是匿名发出的。即使发生在数字空间，它们的严重性也不亚于现实中的暴力。

识别网络骚扰的影响

这不仅仅是“只是互联网”。
网络虐待是真实存在的，你的感受是合理的。
如果你觉得不对劲，那它就是不对劲的。



你没有反应过度。

网络骚扰可能会让你感到困惑，尤其是当其他人把它视为“只是网上的事”或“并不真实”时。但你的感受是真实的——数字空间里的伤害同样会影响你的安全和心理健康。相信自己的直觉。如果觉得不对，那就是不对。你并不孤单，有人愿意支持你。

感受是正常的。

每个人对网络骚扰的反应都不一样——没有所谓“正确”或“错误”的反应。你可能感到麻木，也可能感到恐惧、愤怒、焦虑，甚至出现失眠或恶心等身体症状。无论你有怎样的感受，都是合理的。



识别网络骚扰的影响

我们收集了幸存者的建议，帮助你度过难关。只挑选对你有用的信息即可

这不是你的错

你有权自由地存在和表达自己。错的是骚扰者，而不是你

休息一下

如果需要，暂时远离你的设备或社交媒体。如果工作或日常生活让你感到不堪重负，给自己一些时间休息。做一些能让你平静和舒适的事情，无论是散步、锻炼还是沉浸在自己的兴趣爱好中。

与人交流

与值得信赖的朋友、家人或心理健康专业人士交谈。如果难以开口，仅仅表达你的感受和需要的支持也是有帮助的。你并不需要独自面对这一切。

寻求帮助

如果整理骚扰的证据让你感到压力过大，请找一个你信任的人帮你保存证据，比如带时间戳的截图。

如果你愿意，可以选择发声

是否与骚扰者对抗是你的选择。忽视他们并不代表你软弱——这意味着你在优先考虑自己的健康和幸福。



了解马来西亚法律下的权利

虽然马来西亚目前缺乏专门针对在线性别暴力（OGBV）的法律，但仍然有一些现有的法律可以提供保护。
了解这些法律，可以帮助你采取行动，保护自己。



了解马来西亚的法律

根深蒂固的性别刻板印象、受害者责备，以及执法人员的意识缺乏，使得寻求正义变得更加困难。
即便如此，有些人还是通过威胁采取法律行动成功地遏制了骚扰者。虽然法律可能并不完美，但了解自己的权利并收集证据，可以帮助你做出明智的决定。

行动的方式

报案

向平台举报

报警指南

首次报警可能会让人感到紧张或害怕。许多幸存者担心自己的遭遇会被忽视、指责，甚至受到不当对待。但根据《警察法》第3(3)条，警方有法律义务接受并记录你的报案。

在哪里报案

你可以在任何一间警察局报案。如有需要，你的案件可转至相关辖区的警局处理。

提前准备报案草稿可以减轻你当场解释的压力。

报案类型

案件记录（Case Report）
仅记录事件，不立即要求警方采取行动（适合“观察情况”的情形）。

行动报案（Action Report）
正式请求警方展开调查并跟进。

报案内容要点

1. **谁**
注明你是受害者，并列出已知的施害者姓名（若有）。
2. **什么**
按照顺序描述发生的事情，并指出属于哪种伤害（例如：骚扰、威胁）。
3. **哪里**
说明事件发生的地点，即使是在网上也应注明。
4. **什么时候**
指出事件发生的时间，是否仍在持续，或你是否担心它将再次发生。
5. **为什么**
如果你知道施害者的动机，可以写进去。但请记住——这不是你的错。
6. **怎样**
说明这件事对你造成了怎样的身体、情感或经济上的影响。

报案后的步骤

在你签名之前，警官必须将报告内容读回给你听。你可以在签名前要求修改，但签名后将无法更改。

如果你之后想起了新的细节，你可以提交第二份补充报告。

你有权根据《刑事诉讼法》第107A(1)条申请案件的最新进展。

迈出这一步可能不容易，但了解你的权利可以帮助你保持掌控感。

向平台举报

如果你正在经历网络性别暴力，大多数平台都提供举报工具，帮助你采取行动。以下是在主流平台举报不当内容的方法：

X / 推特（Twitter）

- 点击推文或个人资料上的三个点，选择“举报（Report）”。
- 选择最符合你情况的违规类型。
- 如需详细举报，可使用 Twitter 举报页面。
- 使用非英语语言举报可能需要额外说明。
- 如果 Twitter 确认违规，该账户可能会被暂停。

Facebook 和 Instagram

- 点击帖文或个人资料右上角的三个点，选择“举报（Report）”。
- Facebook 和 Instagram 禁止骚扰、欺凌和未经同意发布的亲密内容。
- 举报是匿名的——你的身份不会被透露。
- 你可以在“支持收件箱（Support Inbox）”中查看举报进度。

Telegram

- 通过发送电邮至 abuse@telegram.org 举报不当内容。

WhatsApp

- 长按消息 > 选择“举报（Report）”
- WhatsApp 会查看该用户发送的最近五条消息
- 多次违规可能导致账号被封禁
- 多次违规可能导致账号被封禁，但并非所有举报都会得到处理

寻找在你需要时获得支持

你不必独自面对网络暴力。
无论你需要有人倾诉还是需要帮助找到下一步的方向，支持就在身边。



你并不孤单 - 支持是存在的

支持，而非补偿。

面对在线性别暴力可能会让人感到不知所措，但你并不需要独自面对这一切。
首先，深呼吸。找到你信任的人——无论是朋友、家人，还是支持团体。这些组织可以引导你迈出下一步。你值得被支持和保护。

首先，深呼吸。

找到你信任的人——无论是朋友、家人，还是支持团体。

在我们的网站了解更多关于网络性别暴力的信息