

स्टॉकिंग

क्या आप जानते हैं स्टॉकिंग (पीछा करना) एक अपराध है?

यदि कोई छुप कर आपका पीछा करता है, फोन करके, चिट्ठी या एस.एम.एस. (SMS) भेजकर, फूल या गिफ्ट भेजकर तंग करता है, पीछा करने वाला व्यक्ति नित नए तरीके से आपको परेशान करता है और इन सभी अनचाही हरकतों से आपके मन में एक डर या असुरक्षा की भावना घर कर जाती है तो यह हिंसा का रूप है। यदि फोन की घंटी या दरवाजे पर हल्की आहट से ही आप घबड़ा जाती है। हो सकता है उस व्यक्ति से आपकी जिंदगी को कोई खतरा ना हो, उसका मकसद मात्र आपको परेशान करना ही हो। आप तुरंत पड़ोसियों एवं करीबी लोगों को विश्वास में लेकर पीछा करने वाले के खिलाफ सामुदायिक दबाव बनाएँ। आप तुरंत पुलिस की मदद लें। जरूरत समझे तो पुलिस सुरक्षा की माँग करें।

ऐसे में आप क्या करें :

- चिट्ठी, नोट या ऐसी कोई चीज जो हिंसा करने वाले से संबंध रखता हो, उसे सुरक्षित रखें।
- घटना कहां घटी, कितने बजे घटी, वहां कौन उपस्थित था? इत्यादि लिखकर रखें।
- टेलीफोन एक्सचेंज में फोन कॉल का विस्तृत ब्यौरा रखने की अर्जी दें।
- विशेष परिस्थिति में अपना फोन नम्बर बदल लें।
- प्रयास करें कि बाहर जाते समय किसी को साथ ले लें।
- सुनसान जगह में अकेले ना जाएँ।
- कॉलेज या ऑफिस जाने के समय में थोड़ा फेर बदल कर लें।
- अपने डर को दूसरे के सामने प्रकट ना करें।
- सतर्क रहें और आत्मविश्वासी बनें।
- आप खुद को दोषी ना समझें।

कानूनी प्रावधान:

ताक-झांक करने, पीछा करने के मामले में प्रथम दोष सिद्ध होन पर अधिकतम 3 वर्ष तथा दूसरी बार दोष सिद्धि में अधिकतम 5 वर्ष की कैद एवं जुर्माना।

