



Internet Safety: Sexual Predators and Stalkers, how to protect yourself?

Joas Antonio

About

- + PDF made to raise awareness of children, teenagers and also for personal use to protect themselves from predators and stalkers
- + PDF feito para conscientizar crianças, adolescentes e também para uso pessoal para se proteger de predadores e stalkers
- + <https://www.linkedin.com/in/joas-antonio-dos-santos>

Protecting yourself from sexual predators

Internet Security

Sexual predator

- + A sexual predator is a person seen as obtaining or trying to obtain sexual contact with another person in a metaphorically "predatory" or abusive manner. Analogous to how a predator hunts down its prey, so the sexual predator is thought to "hunt" for his or her sex partners. People who commit sex crimes, such as rape or child sexual abuse, are commonly referred to as sexual predators, particularly in tabloid media or as a power phrase by politicians.

Sexual predator

- + Um predador sexual é uma pessoa vista como obtendo ou tentando obter contato sexual com outra pessoa de maneira metaforicamente "predatória" ou abusiva. Analogamente a como um predador caça sua presa, então o predador sexual é pensado para "caçar" seus parceiros sexuais. As pessoas que cometem crimes sexuais, como estupro ou abuso sexual infantil, são comumente chamadas de predadores sexuais, principalmente nos tablóides

How to identify a predator or a potential predator

- + A sexual predator with a particular interest in children may show a preference for associating with grade school, middle school, or high school-aged children. They may have few friendships of their own age or have unusually close friendships with children.
- + In addition to spending a lot of time around children, they might also engage in inappropriate behaviors. For example, they may show an unusual interest in physical play with a child, like wrestling, tickling, kissing, or hugging.

How to identify a predator or a potential predator

- + A sexual predator may begin manipulating their chosen victim to create dependency and intimacy. In the beginning, they may be very attentive, showering the individual with gifts, praise, phone calls, and texts.
- + This creates a feeling in the victim that the perpetrator has a special bond with them. The victim may feel that the perpetrator can provide something nobody else can — and they are the only person who truly understands, respects, and cares for the victim. This builds loyalty and vulnerability, which the sexual predator can then use to their advantage.

How to identify a predator or a potential predator

- + You may notice a potential sexual predator using manipulative language. They may insult or mock the victim on their behavior, appearance, clothes, friends, or other parts of their personal life. When challenged on this behavior, they may lie and twist the information, making the victim feel as though they are at fault. They may repeatedly focus on their own feelings in order to make the victim feel guilty for hurting them.
- + Some predators may also engage in gaslighting. Gaslighting is a form of emotional abuse where the perpetrator makes a person question their thoughts, memories, and events they have experienced. The goal of gaslighting is to force the victim to question their own memory, or even their sanity, in favor of the abuser's version of events.

How to identify a predator or a potential predator

- + Sexual predators may push past healthy boundaries. This behavior may begin with seemingly innocent touches on the back, hand, or leg. But it may escalate to inappropriate touching on the thigh, near the genitals, on breasts, or even fondling without the person's consent.
- + If the predator is already in a relationship with the victim, they may cross pre-established boundaries or fail to ask for consent. They may use manipulation to push the person to carry out tasks they are not comfortable with.
- + For children, this can look like rubbing the child's leg, drying them off with a towel, changing their clothes, hugging, or cuddling. This may then escalate to more sexual behavior.
- + Before doing so, the predator may introduce and normalize ideas of sex to the child. By talking to the child about sex, making suggestive jokes, showing them pornography, or encouraging them to be naked together, they may be able to introduce sexual activity by telling the child it's a "game".

How to identify a predator or a potential predator

- + In many cases, the sexual predator may be jealous and controlling around friends, family members, or other romantic interests. They may monitor the victim's social media activity, personal life, and day-to-day activities.
- + This can be taken a step further, to the point where the predator becomes controlling. They may seek to limit the victim's contact with others, especially those of the opposite sex.
- +

Como identificar um predador ou um potencial predador

- + Um predador sexual com um interesse particular em crianças pode mostrar uma preferência por se associar com crianças em idade escolar, ensino médio ou ensino médio. Eles podem ter poucas amigas de sua idade ou ter amigas extraordinariamente próximas com crianças.
- + Além de passar muito tempo com as crianças, elas também podem se envolver em comportamentos inadequados . Por exemplo, eles podem mostrar um interesse incomum em brincadeiras físicas com uma criança, como lutar, fazer cócegas, beijar ou abraçar.

Como identificar um predador ou um potencial predador

- + Um predador sexual pode começar a manipular sua vítima escolhida para criar dependência e intimidade. No início, eles podem ser muito atenciosos, regando o indivíduo com presentes, elogios, telefonemas e mensagens de texto.
- + Isso cria na vítima um sentimento de que o agressor tem um vínculo especial com ela. A vítima pode sentir que o perpetrador pode fornecer algo que ninguém mais pode – e eles são a única pessoa que realmente entende, respeita e se preocupa com a vítima. Isso cria lealdade e vulnerabilidade, que o predador sexual pode usar a seu favor.

Como identificar um predador ou um potencial predador

- + Você pode notar um potencial predador sexual usando linguagem manipuladora. Eles podem insultar ou zombar da vítima por seu comportamento, aparência, roupas, amigos ou outras partes de sua vida pessoal. Quando desafiados sobre esse comportamento, eles podem mentir e distorcer as informações, fazendo com que a vítima se sinta culpada. Eles podem se concentrar repetidamente em seus próprios sentimentos para fazer a vítima se sentir culpada por machucá-los.
- + Alguns predadores também podem se envolver em gaslighting. [Gaslighting](#) é uma forma de abuso emocional em que o agressor faz uma pessoa questionar seus pensamentos, memórias e eventos que experimentou. O objetivo do [gaslighting](#) é forçar a vítima a questionar sua própria memória, ou mesmo sua sanidade, em favor da versão dos eventos do agressor.

Como identificar um predador ou um potencial predador

- + Os predadores sexuais podem ultrapassar os limites saudáveis. Esse comportamento pode começar com toques aparentemente inocentes nas costas, mão ou perna. Mas pode evoluir para toques inapropriados na coxa, perto dos genitais, nos seios ou até mesmo carícias sem o consentimento da pessoa.
- + Se o predador já está em um relacionamento com a vítima, ele pode cruzar limites pré-estabelecidos ou deixar de pedir consentimento. Eles podem usar a manipulação para empurrar a pessoa para realizar tarefas com as quais não se sentem confortáveis.
- + Para as crianças, isso pode parecer esfregar a perna da criança, secá-la com uma toalha, trocar de roupa, abraçar ou abraçar. Isso pode então escalar para um comportamento mais sexual.
- + Antes de fazer isso, o predador pode introduzir e normalizar ideias de sexo para a criança. Ao conversar com a criança sobre sexo, fazer piadas sugestivas, mostrar-lhe pornografia ou incentivá-la a ficar nua, ela pode introduzir a atividade sexual dizendo à criança que é um "jogo".

Como identificar um predador ou um potencial predador

- + Em muitos casos, o predador sexual pode ser ciumento e controlador em torno de amigos, familiares ou outros interesses românticos. Eles podem monitorar a atividade de mídia social da vítima, vida pessoal e atividades do dia-a-dia.
- + Isso pode ser levado um passo adiante, até o ponto em que o predador se torna controlador. Eles podem tentar limitar o contato da vítima com outras pessoas, especialmente aquelas do sexo oposto.

Protecting yourself from sexual predators - Online

Internet Security

How to identify a predator or a potential predator - Online

- + 1. Online Predators Sound Nice
- + Contrary to what most people think, online predators actually sound very nice online. The most dangerous ones don't sound fake at all, and they actually have real conversations with teenagers in a non-threatening environment, whether it be on social media or an online chat room.
- + 2. Online Predators Want to Have Conversations in Private
- + Online abusers are always looking to have one-on-one conversations with in places where no one can see or hear what they're saying.
- + This could be on any platform: WhatsApp, a Google Hangout, Skype, or inbox messaging. What matters is that the conversation is in private.
- + They will usually not expose themselves to the public by leaving a reply to your photo, for example. This is because if the stranger has bad intentions, he doesn't want your family or the police to see it.

How to identify a predator or a potential predator - Online

- + 3. Online Predators Ask for Personal Information
- + They want to know your full name, your birthday, your address, where you go school... basically any information they can use in for future conversations.
- + They might not always be direct about asking you, either (i.e. "Where do you go to school?"). They might casually bring it up in conversation by asking, "I used to live in City X. Lots of great memories there."
- + Making an innocent comment like, "I live close to City X," gives them more information without even asking. It's always best to be reserved when talking to strangers online.
- + 4. Online Predators Already Know Things about You
- + There may be things they tell you about yourself that you know you didn't tell them. This might be through the things you post on social media, for example.

How to identify a predator or a potential predator - Online

- + 5. Online Predators Ask You Lots of Questions
 - + They may know some information about you, but online groomers always look to know more. They want to know about your friends, what you did at school... anything else that can continue the conversation.
 - + The more they know and the more you talk to them, the easier it is for them to groom you online.
- + 6. Online Predators ALWAYS Agree with You
 - + No matter what you say, they feel the exact same way about everything you say. They do this because they want to gain your complete trust.
- + 7. Online Predators Stalk You Online
 - + You might know it and you might not, but strangers always search for more information you. They could message you on your favorite social network several times a day, or they could simply look at your profile without you noticing.

How to identify a predator or a potential predator - Online

- + 8. Online Predators Monitor Your Online Activities
 - + Piggybacking on Sign #5, many online criminals will track your online activity for their benefit. They will do research on you and learn more about your online behaviors. This includes finding out when you're online and how often you post on certain sites.
 - + They do this to control you and keep the conversation in their favor.
- + 9. Online Predators Stalk Your Family and Friends
 - + Some online strangers might go the extra mile and go through your friends' and family members' profiles. This might be to get more information about you that you didn't share on your profile.
 - + **Side Note:** Be sure to have a conversation with your family (parents, siblings, etc.) about the pictures they post.
- + 10. Online Predators Try to Make You Feel Special
 - + They constantly tell you how important you are to them. They will throw you compliments about how smart, funny, and/or beautiful you are. They will also tell you that they're so glad they met you.

How to identify a predator or a potential predator - Online

- + 11. Online Predators Want to See You in a Vulnerable State
 - + When they say something like, “What’s wrong?” or, “Tell me what’s bothering you,” think twice before you say anything to them.
 - + These abusers love it when you talk to them about something that makes you angry or sad. When you do this, it establishes a sense of trust in their mind.
 - + They will usually follow up with a story of their own that relates to what you said – which could be fake – or they will pretend to empathize with you by telling you that they understand and, “You can always come to them for anything.”
- + 12. Online Predators Try to Turn You against Other People
 - + In an effort to value your relationship with them, they will devalue your relationships with other people. They will tell you that your family and friends don’t appreciate or understand you the way they do.
- + 13. Online Predators Make up Stories That Don’t Make Sense
 - + For example, maybe they say they’re a teenager, but they’ve said things that make them seem older.
 - + When your whole relationship with an online stranger is based on a bunch of lies, it can be pretty easy to catch someone lying.

How to identify a predator or a potential predator - Online

- + 14. Online Predators Offer You Gifts
 - + Strangers may try to lure you with presents or money. (Don't accept them.)
 - + If someone offers your presents or money, they are always expecting something in return.
- + 15. Online Predators Ask You for Pictures or Request to Video Chat
 - + Strangers might send you friend requests with a fake picture pretending to be your age. If you chat with a stranger online, they might send you a non-threatening picture of someone your age to make you think it's them.
 - + Keep in mind that these pictures could easily be downloaded from anyone online and re-uploaded by them; don't believe everything you see online.
- + 16. Online Predators Make Uncomfortable Comments
 - + Once you start having conversations with these online criminals, they start to feel more comfortable telling you what they really want.
 - + Many of these criminals make sexual comments. Others might share nasty propaganda about people they want you to hate.
 - + Regardless, if anything sent to you makes you feel uncomfortable, tell a responsible adult immediately.

How to identify a predator or a potential predator - Online

- + 17. Online Predators Ask You to Lie
- + When it comes to your online relationship with a predator, they ask you to keep your relationship secret from your parents and/or any other adults who are important to you.
- + This will happen if and when you spend more time with them online and/or receive gifts from them.
- + 18. Online Predators Pressure You into Meeting in Person
- + Ideally, they'd like to meet you as soon as possible, but they know that they have to be very sneaky about how to meet you.

How to identify a predator or a potential predator - Online

- + 19. Online Predators Threaten You
 - + If you do not do what they say, they might intimidate or blackmail you to get their way. For example, if you don't do what they ask, they might "tell your parents," or "share your photos with others."
- + 20. Online Predators Will Make You Think What They're Doing Is Normal
 - + Don't let them convince you that they're doing is okay. You're not in the wrong if they're doing something that's making you feel uncomfortable.
 - + If, at any time, you think you're talking to an online predator, end the conversation and block them immediately. If you think a stranger is trying to stalk you online, do not hesitate to get help by telling a responsible adult, or calling your country's Child Protection hotline.
<http://onlinesense.org/government-support/hotlines/>

Como identificar um predador ou um potencial predador - Online

- + 1. Predadores online soam bem
- + Ao contrário do que a maioria das pessoas pensa, os predadores online realmente soam muito bem online. Os mais perigosos não soam falsos, e na verdade eles têm conversas reais com adolescentes em um ambiente não ameaçador, seja nas redes sociais ou em uma sala de bate-papo online.
- + 2. Predadores online querem conversar em particular
- + Os abusadores online estão sempre procurando ter conversas individuais em lugares onde ninguém pode ver ou ouvir o que eles estão dizendo.
- + Isso pode ser em qualquer plataforma: WhatsApp, Google Hangout, Skype ou mensagens na caixa de entrada. O que importa é que a conversa seja privada.
- + Eles geralmente não se expõem ao público deixando uma resposta à sua foto, por exemplo. Isso porque se o estranho tiver más intenções, ele não quer que sua família ou a polícia vejam.

Como identificar um predador ou um potencial predador - Online

- + 3. Predadores online pedem informações pessoais
- + Eles querem saber seu nome completo, seu aniversário, seu endereço, onde você estuda... basicamente qualquer informação que eles possam usar para futuras conversas.
- + Eles também podem nem sempre ser diretos em perguntar a você (ou seja, "Onde você estuda?"). Eles podem casualmente falar sobre isso perguntando: "Eu morava na Cidade X. Muitas ótimas lembranças de lá".
- + Fazer um comentário inocente como "Eu moro perto da Cidade X" dá a eles mais informações sem nem perguntar. É sempre melhor ser reservado ao falar com estranhos online.
- + 4. Predadores online já sabem coisas sobre você
- + Pode haver coisas que eles dizem sobre você que você sabe que não contou a eles. Isso pode ser através das coisas que você publica nas mídias sociais, por exemplo.
- + 5. Predadores online fazem muitas perguntas
- + Eles podem saber algumas informações sobre você, mas [os groomers online](#) sempre procuram saber mais. Eles querem saber sobre seus amigos, o que você fez na escola... qualquer outra coisa que possa continuar a conversa.
- + Quanto mais eles souberem e quanto mais você falar com eles, mais fácil será para eles prepararem você online.

Como identificar um predador ou um potencial predador - Online

- + 6. Predadores Online SEMPRE concordam com você
- + Não importa o que você diga, eles sentem exatamente o mesmo sobre tudo o que você diz. Eles fazem isso porque querem ganhar sua total confiança.
- + 7. Predadores online perseguem você online
- + Você pode saber ou não, mas estranhos sempre procuram mais informações sobre você. Eles podem enviar mensagens para você em sua rede social favorita várias vezes ao dia ou simplesmente olhar seu perfil sem que você perceba.
- + 8. Predadores online monitoram suas atividades online
- + Pegando carona no Sinal nº 5, muitos criminosos online rastrearão sua atividade online para benefício deles. Eles farão pesquisas sobre você e aprenderão mais sobre seus comportamentos online. Isso inclui descobrir quando você está online e com que frequência você publica em determinados sites.
- + Eles fazem isso para controlar você e manter a conversa a seu favor.

Como identificar um predador ou um potencial predador - Online

- + 9. Predadores online perseguem sua família e amigos
- + Alguns estranhos online podem ir além e passar pelos perfis de seus amigos e familiares. Isso pode ser para obter mais informações sobre você que você não compartilhou em seu perfil.
- + **Nota lateral:** Certifique-se de conversar com sua família (pais, irmãos, etc.) sobre as fotos que eles postam.
- + 10. Predadores online tentam fazer você se sentir especial
- + Eles constantemente dizem o quão importante você é para eles. Eles vão te elogiar sobre o quão inteligente, engraçado e/ou bonito você é. Eles também lhe dirão que estão tão felizes por terem conhecido você.

Como identificar um predador ou um potencial predador - Online

- + 11. Predadores online querem ver você em um estado vulnerável
- + Quando eles dizem algo como: "O que há de errado?" ou, "Diga-me o que está incomodando você", pense duas vezes antes de dizer qualquer coisa a eles.
- + Esses abusadores adoram quando você fala com eles sobre algo que o deixa com raiva ou triste. Quando você faz isso, estabelece um senso de confiança em sua mente.
- + Eles geralmente seguem com uma história própria que se relaciona com o que você disse – o que pode ser falso – ou fingirão ter empatia por você dizendo que entendem e "você sempre pode recorrer a eles para qualquer coisa".
- + 12. Predadores online tentam colocar você contra outras pessoas
- + Em um esforço para valorizar seu relacionamento com eles, eles desvalorizarão seus relacionamentos com outras pessoas. Eles lhe dirão que sua família e amigos não o apreciam ou o entendem do jeito que o fazem.

Como identificar um predador ou um potencial predador - Online

- + 13. Predadores online inventam histórias que não fazem sentido
- + Por exemplo, talvez eles digam que são adolescentes, mas disseram coisas que os fazem parecer mais velhos.
- + Quando todo o seu relacionamento com um estranho online é baseado em um monte de mentiras, pode ser muito fácil pegar alguém mentindo.
- + 14. Predadores on-line oferecem presentes a você
- + Estranhos podem tentar atraí-lo com presentes ou dinheiro. (Não os aceite.)
- + Se alguém oferece seus presentes ou dinheiro, está sempre esperando algo em troca.
- + 15. Predadores on-line pedem fotos ou solicitam bate-papo por vídeo
- + Estranhos podem enviar solicitações de amizade com uma foto falsa fingindo ter sua idade. Se você conversar com um estranho online, ele pode enviar uma foto não ameaçadora de alguém da sua idade para fazer você pensar que é ele.
- + Tenha em mente que essas fotos podem ser facilmente baixadas de qualquer pessoa online e reenviadas por elas; não acredite em tudo que você vê online.

Como identificar um predador ou um potencial predador - Online

- + 16. Predadores online fazem comentários desconfortáveis
- + Uma vez que você começa a conversar com esses criminosos online, eles começam a se sentir mais à vontade para lhe dizer o que realmente querem.
- + Muitos desses criminosos fazem comentários sexuais. Outros podem compartilhar propaganda desagradável sobre pessoas que eles querem que você odeie.
- + Independentemente disso, se alguma coisa enviada a você fizer você se sentir desconfortável, informe imediatamente a um adulto responsável.
- + 17. Predadores online pedem para você mentir
- + Quando se trata de seu relacionamento online com um predador, eles pedem que você mantenha seu relacionamento em segredo de seus pais e/ou qualquer outro adulto que seja importante para você.
- + Isso acontecerá se e quando você passar mais tempo com eles online e/ou receber presentes deles.

Como identificar um predador ou um potencial predador - Online

- + 18. Predadores on-line pressionam você a se encontrar pessoalmente
- + Idealmente, eles gostariam de conhecê-lo o mais rápido possível, mas sabem que precisam ser muito sorrateiros sobre como conhecê-lo.
- + 19. Predadores online ameaçam você
- + Se você não fizer o que eles dizem, eles podem intimidá-lo ou chantageá-lo para conseguir o que querem. Por exemplo, se você não fizer o que eles pedem, eles podem “contar para seus pais” ou “compartilhar suas fotos com outras pessoas”.
- + 20. Predadores online vão fazer você pensar que o que eles estão fazendo é normal
- + Não deixe que eles o convençam de que estão fazendo tudo bem. Você não está errado se eles estão fazendo algo que está fazendo você se sentir desconfortável.
- + Se, a qualquer momento, você achar que está falando com um predador online, encerre a conversa e bloqueie-o imediatamente. Se você acha que um estranho está tentando persegui-lo on-line, não hesite em obter ajuda contando a um adulto responsável ou ligando para a linha direta de proteção à criança do seu país.
- + <https://www.childhood.org.br/nossa-causa#intro>



Awareness cases and videos

- + <https://www.youtube.com/watch?v=C3xC7ZpSLDI>
- + <https://abcnews.go.com/Nightline/video/childhood-abduction-survivor-alicia-kozakiewicz-tells-story-recovery-60383255>
- + <https://www.aliciakozak.com/>
- + <https://www.fbi.gov/news/stories/sexual-predator-sentenced-to-29-years>
- + Movie "confiar" title in brazilian translation

How to protect yourself from a stalker?

Internet Security

How to protect yourself from a stalker?

- + 1.) Be Clear - People, especially women, are often socialized to “be nice” and do anything to avoid hurting someone’s feelings. Unfortunately, for a stalker, this can result in mixed signals. Stalkers may seize on any positive indicators while ignoring the negatives. This way, in their minds, the stalking is warranted. If you are no longer interested in the attentions of a potential stalker, be clear and firm when saying so.
- + 2.) Cut Off Contact - For a stalker, any attention is good attention. In their twisted worldview, you yelling insults at them or even having a burly relative threaten them with bodily harm only tells them that you still care. The best way to make a stalker’s interest wane is to cut off all contact and ignore them completely. In the best case scenario, the stalker will lose interest.
- + 3.) Protect Your Information - Do not publish your phone number, address or internet information. Use a post office box and your work phone number or a relatives phone number. If the stalker knows your online presence, change your email address and do not post any personal information online directories or social media websites.

How to protect yourself from a stalker?

- + 4.) Keep a Diary – Record all incidents of stalking, no matter how small or trivial. If you receive hang up phone calls, note them down. If you “just happen” to meet your stalker out in public, be sure to record the incident in your diary. The diary will become a valuable record should you need to pursue legal action against your stalker.
- + 5.) Protect Your Home – Stalkers like to watch and perform surveillance. Don’t give them that opportunity. Trim bushes outside your exterior windows and keep blinds and doors closed at all times. Use motion detecting lights to alert you to a stalkers presence. Install a loud alarm. Be sure to lock all doors and windows, and install audible door and window alarms so that you can hear whenever someone has entered your home. Stalkers are clever – they may try to cut your telephone line or turn off your electricity outside your home. Lock your fuse or circuit breaker boxes and keep a charged cell phone handy.
- + 6.) Protect Your Car – Stalkers will try to learn your routine, so vary it. Take different routes too and from work and, if possible, leave at different times of day. If you must park in a public lot that requires you to surrender your keys, only turn over your ignition key and never your house key. Make sure your gas cap locks to prevent the stalker from siphoning your fuel and leaving you stranded. Always park in public, brightly lit places and never enter your car if there is a van parked next to it. If you feel you are being followed, do not drive home. Drive to the nearest police or fire station and honk the horn loudly for assistance.

Como se proteger de um stalker?

- + 1.) Seja claro – As pessoas, especialmente as mulheres, são frequentemente socializadas para “ser legais” e fazer qualquer coisa para evitar ferir os sentimentos de alguém. Infelizmente, para um stalker, isso pode resultar em sinais confusos. Perseguidores podem aproveitar quaisquer indicadores positivos enquanto ignoram os negativos. Desta forma, em suas mentes, a perseguição é justificada. Se você não está mais interessado nas atenções de um perseguidor em potencial, seja claro e firme ao dizer isso.
- + 2.) Interromper o contato – Para um stalker, qualquer atenção é boa atenção. Em sua visão de mundo distorcida, você gritar insultos para eles ou até mesmo ter um parente corpulento ameaçá-los com danos corporais apenas diz a eles que você ainda se importa. A melhor maneira de diminuir o interesse de um stalker é cortar todo o contato e ignorá-lo completamente. Na melhor das hipóteses, o perseguidor perderá o interesse.
- + 3.) Proteja suas informações – Não publique seu número de telefone, endereço ou informações de internet. Use uma caixa postal e seu número de telefone de trabalho ou um número de telefone de parentes. Se o stalker souber de sua presença online, altere seu endereço de e-mail e não publique nenhuma informação pessoal em diretórios online ou sites de mídia social.

Como se proteger de um stalker?

- + 4.) Mantenha um Diário – Registre todos os incidentes de perseguição, não importa quão pequenos ou triviais. Se você receber chamadas telefônicas desligadas, anote-as. Se você “por acaso” encontrar seu perseguidor em público, certifique-se de registrar o incidente em seu diário. O diário se tornará um registro valioso caso você precise entrar com uma ação legal contra seu perseguidor.
- + 5.) Proteja sua casa – Stalkers gostam de assistir e realizar vigilância. Não lhes dê essa oportunidade. Apare os arbustos do lado de fora das janelas externas e mantenha as persianas e as portas fechadas o tempo todo. Use luzes de detecção de movimento para alertá-lo sobre a presença de um stalker. Instale um alarme alto. Certifique-se de trancar todas as portas e janelas e instalar alarmes sonoros de porta e janela para que você possa ouvir sempre que alguém entrar em sua casa. Perseguidores são espertos – eles podem tentar cortar sua linha telefônica ou desligar sua eletricidade fora de sua casa. Tranque suas caixas de fusíveis ou disjuntores e mantenha um celular carregado à mão.
- + 6.) Proteja seu carro – Stalkers tentarão aprender sua rotina, então varie-a. Faça também rotas diferentes e do trabalho e, se possível, saia em horários diferentes do dia. Se você precisar estacionar em um estacionamento público que exija que você entregue suas chaves, vire apenas a chave de ignição e nunca a chave de casa. Certifique-se de que a tampa do tanque esteja travada para evitar que o perseguidor suga seu combustível e o deixe preso. Estacione sempre em locais públicos e bem iluminados e nunca entre no seu carro se houver uma van estacionada ao lado. Se você sentir que está sendo seguido, não dirija para casa. Dirija até a polícia ou corpo de bombeiros mais próximo e toque a buzina bem alto para obter assistência.

How to protect yourself from a stalker? - Online

- + **How to protect against cyberstalking**
- + Try Googling yourself to find out what information a stalker could find about you online. You might be amazed at how easy it is to pull personal information such as a phone number, workplace or home address off the web. The target's portfolio gets even bigger when adding the information from your family or friends' social media profiles.
- + In addition to recognizing cyberstalking behavior, individuals must take proactive measures and limit unnecessary online exposure to protect their digital and physical wellbeing, including:

How to protect yourself from a stalker? - Online

- Review and change passwords for all online accounts
- Enable strict privacy settings on social media platforms
- Disable any publicly available itineraries or calendars
- Limit online sharing with individuals outside your close friends or family
- Review friend lists and remove or block unknown individuals
- Turn off location services metadata when posting photos online, as it may allow the stalker to trace your whereabouts
- Use a [security solution](#) and VPN to protect yourself from malware attacks and eavesdropping on your network
- Avoid using the check-in option on Facebook
- Don't provide sensitive or personally identifiable information such as your full name, phone number, home address or workplace to individuals you meet online, in chat rooms, social media or gaming platforms
- Block individuals and report them to the social media platform

How to protect yourself from a stalker? - Online

- + [Bitdefender's Digital Identity Protection](#) tool allows you to monitor the digital footprint you leave behind while roaming the web. Public-facing information such as your name, age, email address, phone numbers and jobs, education and images are grouped into categories, enabling you to easily analyze sources of information. Users can choose to access the data and remove it accordingly.
- + Although not all cyberstalking involves severe online harassment, victims may experience a wide range of physical and emotional consequences that disrupt the lives and mental state of individuals.
- + In some way or another, most cyberstalkers are familiar with their victim. In some cases, the stalker can be an ex-boyfriend or partner and even a co-worker.
- + If you, a friend or family member ever encounter stalking behavior, feel threatened or scared, immediately report it to the police. It's always helpful to keep a folder of screenshots, abusive emails or texts as evidence to hand over to law enforcement.

Como se proteger contra cyberstalking?

- + Tente pesquisar no Google para descobrir quais informações um stalker pode encontrar sobre você online. Você pode se surpreender com a facilidade de extrair informações pessoais, como número de telefone, local de trabalho ou endereço residencial, da web. O portfólio do alvo fica ainda maior ao adicionar as informações dos perfis de mídia social de sua família ou amigos.
- + Além de reconhecer o comportamento de cyberstalking, os indivíduos devem tomar medidas proativas e limitar a exposição online desnecessária para proteger seu bem-estar digital e físico, incluindo:

Como se proteger contra cyberstalking?

- Revise e altere as senhas de todas as contas online
- Habilite configurações de privacidade estritas em plataformas de mídia social
- Desative todos os itinerários ou calendários disponíveis publicamente
- Limite o compartilhamento online com pessoas fora de seus amigos próximos ou familiares
- Revise listas de amigos e remova ou bloqueie indivíduos desconhecidos
- Desative os metadados dos serviços de localização ao postar fotos online, pois isso pode permitir que o stalker rastreie seu paradeiro
- Use uma [solução de segurança](#) e VPN para se proteger contra ataques de malware e espionagem em sua rede
- Evite usar a opção de check-in no Facebook
- Não forneça informações confidenciais ou de identificação pessoal, como seu nome completo, número de telefone, endereço residencial ou local de trabalho, para pessoas que você conhece online, em salas de bate-papo, mídias sociais ou plataformas de jogos
- Bloqueie indivíduos e denuncie-os à plataforma de mídia social

Como se proteger contra cyberstalking?

- + [A ferramenta de Proteção de Identidade Digital da Bitdefender](#) permite que você monitore a pegada digital que você deixa para trás enquanto navega na web. As informações voltadas para o público, como seu nome, idade, endereço de e-mail, números de telefone e empregos, educação e imagens, são agrupadas em categorias, permitindo que você analise facilmente as fontes de informação. Os usuários podem optar por acessar os dados e removê-los de acordo.
- + Embora nem todo cyberstalking envolva assédio on-line grave, as vítimas podem sofrer uma ampla gama de consequências físicas e emocionais que perturbam a vida e o estado mental dos indivíduos.
- + De uma forma ou de outra, a maioria dos cyberstalkers está familiarizada com sua vítima. Em alguns casos, o stalker pode ser um ex-namorado ou parceiro e até mesmo um colega de trabalho.
- + Se você, um amigo ou membro da família se deparar com um comportamento de perseguição, se sentir ameaçado ou assustado, denuncie imediatamente à polícia. É sempre útil manter uma pasta de capturas de tela, e-mails ou textos abusivos como prova para entregar às autoridades.

Digital Footprinting

- + **Digital footprint – meaning and definition**

- + A digital footprint – sometimes called a digital shadow or an electronic footprint – refers to the trail of data you leave when using the internet. It includes websites you visit, emails you send, and information you submit online. A digital footprint can be used to track a person's online activities and devices. Internet users create their digital footprint either actively or passively.

- + **Pegada digital – significado e definição**

- + Uma pegada digital – às vezes chamada de sombra digital ou pegada eletrônica – refere-se ao rastro de dados que você deixa ao usar a Internet. Inclui sites que você visita, e-mails que você envia e informações que você envia online. Uma pegada digital pode ser usada para rastrear as atividades e dispositivos online de uma pessoa. Os usuários da Internet criam sua pegada digital ativa ou passivamente.

Digital Footprinting

- + **Active digital footprints**

- + An active digital footprint is where the user has deliberately shared information about themselves – for example, through posting or participating on social networking sites or online forums. If a user is logged into a website through a registered username or profile, any posts they make form part of their active digital footprint. Other activities that contribute to active digital footprints include completing an online form – such as subscribing to a newsletter – or agreeing to accept cookies on your browser.

- + **Passive digital footprints**

- + A passive digital footprint is created when information is collected about the user without them being aware that this is happening. For example, this occurs when websites collect information about how many times users visit, where they come from, and their [IP address](#). This is a hidden process, which users may not realize is taking place. Other examples of passive footprints include social networking sites and advertisers using your likes, shares, and comments to profile you and target you with specific content.

Digital Footprinting

+ Pegadas digitais ativas

- + Uma pegada digital ativa é onde o usuário compartilhou deliberadamente informações sobre si mesmo – por exemplo, por meio de postagem ou participação em sites de redes sociais ou fóruns online. Se um usuário estiver conectado a um site por meio de um nome de usuário ou perfil registrado, todas as postagens que ele fizer farão parte de sua pegada digital ativa. Outras atividades que contribuem para as pegadas digitais ativas incluem o preenchimento de um formulário online – como a assinatura de um boletim informativo – ou a aceitação de cookies em seu navegador.

+ Pegadas digitais passivas

- + Uma pegada digital passiva é criada quando as informações são coletadas sobre o usuário sem que ele perceba que isso está acontecendo. Por exemplo, isso ocorre quando os sites coletam informações sobre quantas vezes os usuários visitam, de onde vêm e seu [endereço IP](#). Este é um processo oculto, que os usuários podem não perceber que está ocorrendo. Outros exemplos de pegadas passivas incluem sites de redes sociais e anunciantes que usam suas curtidas, compartilhamentos e comentários para criar seu perfil e segmentá-lo com conteúdo específico.

Online Tools Remove Digital Footprinting

- + **Use safer browsers**
- + Google is notorious for selling the massive data and profiling collected on the platform. Despite the [search engine](#) promising to protect user data, it does sell ads against the profile it creates. A few alternatives are Firefox, Brave and Duck Duck Go. Firefox is a great alternative for [web browsing for privacy](#) with its 'Enhanced Tracking Protection' that automatically blocks online trackers. Similarly, Duck Duck Go does not track user activity and open tabs and your browsing history can be deleted with a tap. These also include a signal 'Global Privacy Control' that sends your "do not sell" preference directly to websites you visit.

Online Tools Remove Digital Footprinting

- + **Data deletion services**

- + While consumers can manually go to websites and ask for their data to be deleted, it is tedious. And more than not, they may be unaware of just how many places their data is stored in. Owing to privacy concerns, a few start-ups and companies have introduced [data deletion tools](#) where the institutions track and delete your data upon request. Analytics India Magazine has listed the top data deletion services.

- +

Online Tools Remove Digital Footprinting

- + **Delete Me**

- + Founded in 2011, DeleteMe's easy-to-use tools allow customers to control what personal information companies can access and remove their information from the search results. Additionally, the server checks through hoops every few months to ensure the name hasn't been re-added. Delete Me charges \$129 per year for their service.

- +

Online Tools Remove Digital Footprinting

- + **Mine**

- + One of the most popular data deletion services, Israeli start-up Mine, goes through your old email messages and identifies past accounts that have agreed to receive marketing messages. It follows this with a link to dispatch a message invoking the “right to be forgotten” by the business—this sends a trigger email to the company in question to fulfil the request and delete the data. According to Mine’s data, it has shared 130,000 requests in less than a month of operation.

- +

Online Tools Remove Digital Footprinting

- + **Ontrack**
- + Ontrack provides consumers with a secondary verification. The data erasure verification service works as independent audits to the data deletion process, ensuring that the requested information is effectively destroyed. The process is seen by data recovery engineers who guarantee against any information or security breaches and promise to erase your data in compliance with privacy regulations.
- +

Online Tools Remove Digital Footprinting

- + **Privacy bot**

- + Privacy bot is a free and open-source alternative to data deletion services. Essentially a smart email routing tool, the Privacy bot allows you to send data to delete requests to several companies from your own email. The tool was created at the School of Information, Berkeley, and their deliverables include user experience research reports about current CCPA processes and feedback and sharable insights about the request process.

Online Tools Remove Digital Footprinting

+ **Have I Been Pwned**

- + Have I Been Pwned allows you to search across multiple data breaches to see if your email address or phone number has been compromised.

They created a fake account of mine, now what?

- + Entre em contato com a respectiva plataforma à qual sua fake foi criada;
- + Realize denúncias e peça para seus amigos ajudar;
- + Caso aja o uso difamatório, pode ser aberto um boletim de ocorrência como crime cibernético;
- + Evitar que um stalker crie uma outra conta é impossível, porém sempre reforce qual é o seu perfil original e mantenha as pessoas informadas do seu roubo de identidade;
- + Sempre recorra ao suporte das redes sociais, explique detalhadamente o problema e as medidas serão tomadas;

They created a fake account of mine, now what?

- + Contact the respective platform on which your fake was created;
- + Make complaints and ask your friends to help;
- + If the use is defamatory, a report can be opened as a cyber crime;
- + Preventing a stalker from creating another account is impossible, but always reinforce what your original profile is and keep people informed of your identity theft;
- + Always resort to social media support, explain the problem in detail and measures will be taken;

Tools and Help

- + <https://github.com/Mavic-Pro/Awesome-osint-stalking-SborraTools>
- + <https://osintframework.com/>
- + <https://www.facebook.com/help/306643639690823>
- + <https://help.instagram.com/370054663112398>
- + <https://help.twitter.com/en/safety-and-security/report-twitter-impersonation>
- + <https://www.linkedin.com/help/linkedin/answer/61664/report-fake-profiles?lang=en>

Fonts

- + <https://www.webmd.com/sex-relationships/signs-sexual-predator>
- + <https://www.sterlingvolunteers.com/blog/2018/01/spot-common-predator-characteristics/>
- + <https://www.healthista.com/how-to-spot-a-sexual-predator-characteristics/>
- + <http://onlinesense.org/signs-online-predators/>
- + <https://neffinjurylaw.com/articles/how-to-protect-yourself-from-a-stalker/>
- + <https://www.womenslaw.org/about-abuse/safety-tips/safety-tips-stalking-victims>
- + <https://www.bitdefender.com/blog/hotforsecurity/how-to-protect-yourself-against-cyberstalking/>
- + <https://analyticsindiamag.com/online-tools-that-help-you-remove-your-digital-footprint/>

Do you have a project, spread the word!?