**Vad kan du göra om någon kontaktar dig fast du inte vill?**

Om du någon gång får meddelanden eller kommentarer som känns olustiga eller om någon försöker kontakta dig fast du inte vill, så finns det flera sätt att hantera det. Här är några tips för att skydda dig mot oönskad kontakt och trakasserier på sociala medier.

#### **Blockera och rapportera**

1. **Blockera konton**Om någon kontaktar dig på ett sätt som känns obehagligt, kan du blockera personen. På Instagram, TikTok och Snapchat gör du detta genom att gå till användarens profil, klicka på de tre prickarna uppe i det högra hörnet och välja "Blockera".
2. **Rapportera konton**Om någon trakasserar dig kan du rapportera kontot till plattformen. På Instagram och TikTok gör du det genom att klicka på de tre prickarna på personens profil och välja "Rapportera". På Snapchat håller du nere användarnamnet, väljer "Mer" och sedan "Rapportera".

#### **Hantera inställningar för din profil**

1. **Sätt profilen som privat**Att ha en privat profil begränsar vem som kan se dina inlägg och skicka meddelanden. På Instagram och TikTok kan du göra detta under "Sekretessinställningar", och på Snapchat kan du välja att bara dina vänner ska kunna kontakta dig.
2. **Begränsa kommentarer och meddelanden**På TikTok och Instagram kan du ställa in vem som får kommentera och skicka meddelanden till dig. Genom att begränsa kommentarer och meddelanden till enbart de du följer, minskar du risken för oönskad kontakt.
3. **Aktivera kommentarsfilter**Du kan dölja kommentarer som innehåller vissa ord eller fraser genom att använda kommentarsfilter på Instagram och TikTok. Detta hjälper dig att automatiskt blockera kränkande kommentarer.

#### **Samla bevis och anmäl om det behövs**

1. **Spara bevis**Om någon trakasserar eller hotar dig, ta skärmdumpar av meddelanden och kommentarer. Om du är på Snapchat kan du istället ta en bild av skärmen med en annan enhet för att undvika att personen får notis om skärmdumpen.
2. **Anmäl till polisen**Om någon fortsätter trakassera dig från olika konton och du känner dig hotad, är det bra att anmäla till polisen. Kontinuerligt trakasserande kan betraktas som stalking, vilket är olagligt.

Att hantera oönskad kommunikation på sociala medier kan kännas jobbigt, men att ta kontroll över dina inställningar och veta hur du blockerar och rapporterar kan öka din trygghet. Kom ihåg att det alltid är okej att söka hjälp om något känns fel!