

# Handleiding Instagram



# HELPWANTED.NL

hulp en advies bij online seksueel misbruik

---

## Alleen bekende volgers

Om ervoor te zorgen dat alleen bekenden jou kunnen volgen, kijk je hier: <https://help.instagram.com/116024195217477/>. Daar vind je informatie hoe je ervoor kunt zorgen dat alleen mensen die jij toestemming hebt gegeven, jou kunnen volgen.

## Naaktfoto's van kinderen gezien

In Nederland zijn foto's of video's waarop kinderen (0 t/m 17 jaar) te zien zijn die seksueel poseren of iets seksueels doen, strafbaar. Dat valt onder kinderporno. Kom je dit op Instagram tegen? Meld het! Hier vind je informatie hoe je het kunt rapporteren bij Instagram: <https://help.instagram.com/192435014247952>. Maar je kunt het ook bij ons melden via [www.helpwanted.nl](http://www.helpwanted.nl) of [www.meldpunt-kinderporno.nl](http://www.meldpunt-kinderporno.nl).

Op Instagram zijn alle vormen van naakt verboden, dus ook wanneer het om volwassenen gaat. Deze beelden kun je dus ook melden.

## Nepprofielen rapporteren

Wanneer je een profiel tegenkomt van iemand die zich voordoeft als jou of als iemand anders, en deze persoon bijvoorbeeld jouw afbeeldingen gebruikt als profielfoto, kun je dat rapporteren. Hiervoor heb je in ieder geval een foto van je officiële identiteitsbewijs nodig. Zodra je deze foto hebt, kun je het nepprofiel op de volgende manieren rapporteren:

- Als je zelf een Instagramaccount hebt:
  1. Tik rechtsboven in het profiel op ... (iOS) of ⋮ (Android)
  2. Tik op **Rapporteren**
  3. Volg de aanwijzingen op het scherm

- Als je geen Instagramaccount hebt kun je het nepprofiel ook rapporteren. Dit kan je (vanaf de computer) hier doen: <https://help.instagram.com/contact/636276399721841>.

## Personen blokkeren

Als je wordt lastiggevallen, blokkeer diegene. Hier vind je informatie hoe je dat op Instagram kunt doen: <https://help.instagram.com/426700567389543/>. Als je iemand blokkeert, dan kan diegene jouw foto's en video's niet zien. Daarnaast kan diegene jouw profiel niet zoeken. Wel kan diegene jou nog vermelden op Instagram. Als je dat wilt voorkomen dan raden wij je aan om een andere gebruikersnaam te nemen.

## Een vervelend bericht rapporteren

Heb je op Instagram een vervelende reactie ontvangen? Dit kun je melden. Lees hier hoe je dat kunt doen: <https://help.instagram.com/165828726894770>.

## Vervelende reacties automatisch verbergen

Wanneer je op Instagram veel vervelende reacties ontvangt op jouw account of op jouw berichten, kun je instellen dat deze vervelende berichten automatisch onzichtbaar worden. Zo krijgen jij en anderen deze berichten niet te zien. Dit doe je zo:

1. Ga hiervoor naar de instellingen van Instagram door op het tandwielte te drukken rechtsboven op je profiel.
2. Druk op het kopje "Privacy en beveiliging" en vervolgens op "Instellingen voor reacties".
3. Kies vervolgens voor de optie "Ongepaste reacties verbergen". Hierdoor worden voorlopig alleen nare berichten die in het Engels geschreven zijn automatisch geblokkeerd. Om Nederlandse nare berichten te blokkeren kan je Nederlandse woorden toevoegen onder het kopje "aangepaste trefwoorden". Hier kan je vrijwel alle combinaties van letters, cijfers en emoticons toevoegen om uit te sluiten. Je kunt hiermee ook voorkomen dat mensen jouw persoonlijke informatie delen in reacties op jouw berichten of profiel.

## Account gehackt

Als jouw account dingen deelt die je niet zelf hebt geplaatst, is je wachtwoord mogelijk gehackt. Dit kun je rapporteren. Ook kun je jouw account beter beveiligen. Lees hier hoe je dat kunt doen: <https://help.instagram.com/368191326593075/>.

## Voorkomen dat onbekenden contact met je opnemen

Om te voorkomen dat onbekenden contact met jou op kunnen nemen, kan je het volgende doen:

1. Wanneer een onbekende jou een foto of video probeert te sturen, krijg je een melding met de vraag of je deze wilt accepteren. Wanneer je dat niet accepteert, krijg je de foto of video niet te zien.

2. Mocht je het bericht met daarin een foto of video toch hebben geaccepteerd, en het blijkt dat deze persoon jou aanstootgevende berichten heeft gestuurd, kun je deze persoon blokkeren. Let op, je kunt alleen mensen blokkeren via de app op je telefoon. Dit doe je door op de gebruikersnaam van degene die jou dit bericht heeft gestuurd te klikken. Wanneer je het profiel hebt geopend, druk je op het icoontje met de drie bolletjes. Druk vervolgens op "Gebruiker blokkeren". De persoon die jij blokkeert, krijgt daar geen melding van.

## Account tijdelijk uitschakelen

Wanneer iemand telkens contact met je blijft opnemen of jou lastig blijft vallen, is het misschien een goed idee om je profiel tijdelijk uit te schakelen. Dit kan niet via de app, maar wel via de website. Hier lees je hoe je dit moet doen:

1. Ga naar [www.instagram.com](http://www.instagram.com) en log in.
2. Klik rechtsboven op dit icoon: 
3. Klik op de knop 'Profiel bewerken' 
4. Onderaan kun je klikken op 'Mijn account tijdelijk uitschakelen.'
5. Selecteer waarom je je profiel wil uitschakelen onder 'Waarom schakel je je account uit?'
6. Voer je wachtwoord in.
7. Klik nu op: 'Account tijdelijk uitschakelen'

## Informatie voor ouders

Veel ouders en verzorgers willen op de hoogte blijven van wat uw kind online doet. Het is belangrijk om met uw kind open en op een niet veroordelende manier te praten over hun online social media gebruik. Als u tips voor ouders over Instagram vindt u dat hier: <https://help.instagram.com/154475974694511/>. Instagram heeft ook een Handleiding over Instagram gemaakt voor ouders. Deze vindt u hier: <https://help.instagram.com/377830165708421/>.

Kijk voor meer informatie ook op:

[www.helpwanted.nl](http://www.helpwanted.nl)



@Helpwanted\_nl



Helpwanted



@Helpwantednl



HelpwantedNL