



# TÄNK DIG FÖR INNAN DU DELAR

Tips från Facebook och Surfa Lugnt



Vi får ofta höra att det är bra att dela med sig. Och tack vare dagens teknik kan vi dela med oss av våra idéer, åsikter, bilder och filmklipp till vänner och andra.

För det mesta är delning positivt. Men tänk dig gärna för innan du delar för att inte riskera skada dig själv eller någon annan. Kom ihåg att det du delar med dina vänner i sin tur kan delas med andra. Därför är det viktigt att tänka dig för innan du delar.

## DINA EGNA INLÄGG

När du delar sådant som handlar om dig själv, oavsett om det är en bild eller ett filmklipp eller personuppgifter som telefonnummer, tänk då på att det kan hända att det ses av folk som du inte vill ska se det.


Det är inte heller någon bra idé att dela innehåll när du av någon anledning känner dig känslösam, oavsett om du är arg, ledsen eller uppspelt. Ge dig en chans att tänka igenom om det är en bra idé och något du kan stå för på sikt.

### Du bör fråga dig själv:

- ✓ Är det här den bild som jag vill visa upp av mig själv?
- ✓ Skulle någon kunna använda innehållet för att skada mig? Skulle jag bli upprörd om innehållet visades för andra?
- ✓ Vad är det värsta som kan hända om jag delar det här?

**Lösenord är din angelägenhet - och ingen annans.** Det finns saker som du ska akta dig extra noga för att dela. Ibland avslöjar man sina lösenord för någon när allt känns bra, men det kan tyvärr leda till stora problem senare.

**En bild finns kvar för evigt.** En del tror att om man delar ett nakenfoto eller en sexig bild av sig själv med pojk-/eller flickvännen, eller med någon som man hoppas ska bli det, så är det ett tecken på att man älskar och litat på den personen. Men man bör tänka sig extra noga för innan man gör det. En bild kan vara längre än ett förhållande.

 **Om någon ber dig att dela något som inte känns bra för dig att dela ska du säga nej. Ingen som verkligen älskar eller respekterar dig skulle pressa eller hota dig.**

**Borta på några sekunder, men kanske inte borta för evigt.** En del appar och sociala nätverk lovar att automatiskt radera bilder och videoklipp efter att de har visats i några sekunder. Men det finns sätt att kringgå detta. Tittaren kan göra en skärmdump och du måste därför tänka dig noga för innan du delar.



## FacebookTIPS:

1

Lösenord är din angelägenhet. Avslöja inte ditt lösenord för någon. Fler säkerhetstips finns på:  
[facebook.com/help/securitytips](https://facebook.com/help/securitytips)

2

Kontrollera dina säkerhetsinställningar på [facebook.com/privacy](https://facebook.com/privacy). Där ser du vilka som kan se dina inlägg.

3

Kontrollera med vilka du delar din statusuppdatering varje gång du lägger upp något på Facebook så att det bara delas med dem du tänkt.



## ANDRA PERSONERS INLÄGG

För det mesta när andra skickar saker till dig gör det dem inget om du delar det vidare. Men om du inte vet säkert bör du tänka efter en extra gång innan du gör det. Det bästa är om du frågar personen som skickade innehållet om det är okej att dela det vidare. Samma sak gäller om du delar foton eller filmklipp där andra personer är med. Fråga innan du lägger upp, taggar eller delar!

Om någon delar något med dig där någon annan är med bör du fråga dig själv:

- ✓ Vill personen som skickade det här att det ska delas?
- ✓ Har personen på bilden/i filmen gett sitt tillstånd?
- ✓ Hur skulle det kännas om någon delade något liknande där jag var med?



Om innehållet framställer personen i dålig dager, om det är pinsamt för personen eller om det på något sätt kan skada personen om andra får se det, **då ska du inte dela vidare**. Personen som skickade det till dig kanske menade det som ett skämt. Men skämt är inte lika roliga om de hamnar hos fel person.

Många känner sig pressade av kompisar att dela nakenbilder av sina flick- eller pojkvänner. Det kan vara svårt att stå emot trycket. Men tänk på hur mycket det kan skada både den som är på bilden och dig själv om du ger efter.



## RÄTTA TILL SAKER SOM BLIVIT FEL

Alla fattar fel beslut ibland. Det går att göra en del för att ställa det som blivit fel till rätta.

Om du har delat något som du inte borde ha delat är det första du kan göra att be dem som du har skickat det till att inte dela det vidare.

Om någon annan har lagt upp något som du har skickat till dem, börjar du med att be dem ta bort det. Det fungerar faktiskt för det mesta. **Kom ihåg att inte göra något medan du är arg**. Var lugn och om du har möjlighet så prata offline med personen i fråga.

Om de vägrar att ta bort inlägget ska du inte försöka hämnas genom att dela personligt innehåll som de har skickat till dig, trakassera dem eller få dina vänner att gadda ihop sig mot dem. För det första förvärrar det oftast situationen. För det andra, ju mer du hämnas på dem, desto större är risken att du framstår som precis lika skyldig.


Om du är taggad i ett foto som du inte tycker om kan du tänka på att du kan ta bort ditt namn från taggade bilder på många fotodelningswebbplatser och sociala nätverk. På Facebook kan du även ange i sekretessinställningarna att du vill granska inlägg som du taggas i innan de läggs upp på din tidslinje: [facebook.com/privacy](https://www.facebook.com/privacy).



Var medveten!

Om du använder Facebook och känner dig obekvämt med att konfrontera någon personligen, eller inte vet riktigt vad du ska säga, har Facebook ett **verktyg för social anmälning**. Här hittar du meddelanden som du kan använda samt tips för att be en förälder, lärare eller pålitlig vän om hjälp.

Om det gäller allvarigare saker, t.ex. en bild eller ett filmklipp där någon är delvis eller helt naken, om ett påstående inte är sant och det skadar ditt rykte eller om innehållet används för att trakassera eller mobba dig, kan du begära att innehållet tas bort från webbplatsen eller tjänsten som användes för att dela det. Sådana fall kan även polisanmälas.

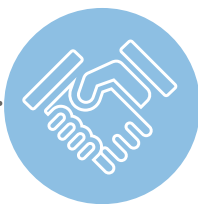
 Om någon hotar att dela nakenbilder på dig om du inte förser honom eller henne med fler, bör du genast vända dig till en vuxen som du litar på och sedan kontakta polisen. Det här är ett oacceptabelt beteende och kan dessutom vara olagligt.



### Så här använder du verktyget för social anmälan

Om du vill veta mer om social anmälan eller hur du anmäler kränkande innehåll på Facebook kan du besöka [facebook.com/report](https://facebook.com/report).

**Kom ihåg att du inte är ensam.** Du kan alltid prata med dina föräldrar, en lärare eller kurator, någon annan vuxen som du litar på eller ringa ett stödnummer där du får råd och hjälp. Besök också gärna [SurfaLugnt.se](https://SurfaLugnt.se) för fler råd och tips om ungas vardag på nätet.



PRESENTERADES AV:



MER INFORMATION HITTAR DU I LÄNKARNA NEDAN:

Familjesäkerhetscenter  
[facebook.com/safety](https://facebook.com/safety)

Tips hur man förebygger mobbning  
[facebook.com/safety/bullying](https://facebook.com/safety/bullying)

Facebooks hjälpcenter  
[facebook.com/help](https://facebook.com/help)

Surfa Lugnt  
[surfalugnt.se](https://surfalugnt.se)

I samarbete med [mediasmarts.org](https://mediasmarts.org)