

رفع محدودیت فالو در اینستاگرام در 7 روش ساده!

چه روش هایی برای رفع محدودیت فالو در اینستاگرام وجود دارد؟ آیا محدود شدن در اینستا دائمی است یا پس از مدتی برداشته می شود؟ چرا در اینستا نمیتونم فالو کنم؟ در مقاله پیش رو قصد داریم تا به این سؤال ها پاسخ دهیم و همچنین نحوه «رفع بلاک فالو در اینستاگرام» را به کمک برنامه رفع محدودیت اینستاگرام توضیح دهیم تا ببینید در **کسب و کار اینترنتی** خود چگونه می توانید از آن استفاده کنید. با ما همراه باشید.

اهمیت رفع محدودیت فالو در اینستاگرام



رفع محدودیت فالو در اینستاگرام یکی از دغدغه های بسیاری از پیج های عمومی و پابلیک است، زیرا آن ها نیاز به ارتباط و تعداد فالوور بیشتر برای پیج خود دارند تا بتوانند کسب و کارشان را رونق دهند. اینستاگرام به عنوان یکی از محبوب ترین شبکه های اجتماعی، بستر مناسبی را برای کسب درآمد اینترنتی فراهم نموده است و افراد زیادی از طریق این شبکه به سودها و سرمایه های قابل توجهی دست یافته اند.

در حال حاضر حدود 1 میلیارد اکانت فعال در Instagram وجود دارد و این یک آمار باور نکردنی است. این شبکه شرايطی را فراهم کرده تا هرکس بتواند بدون پرداخت هیچ هزینه ای، محصولات خود را به نمایش بگذارد و از طریق جذب مشتری و فروش محصولات، درآمد داشته باشد.

طراحان و برنامه نویسان Instagram با توجه به افزایش تعداد اکانت های فیک و سوءاستفاده های احتمالی، قوانین جدیدی را وضع کرده اند و به نوعی **الگوریتم اینستاگرام**، براساس این قوانین تعیین شده است.

قوانین محدود شدن در اینستاگرام چیست؟



علت محدودیت فالو و رفع بلاک اینستاگرام

برای آنکه بتوانید فعالیت راحتی در Instagram داشته باشید و به مشکلاتی همچون محدود شدن در اینستا بر نخورید، باید با مهم ترین قوانین آن آشنا باشید. برخی از این قوانین عبارت اند از:

1. عدم کپی در تولید محتوا

داشتن **ایده برای تولید محتوا در اینستاگرام**، یکی از رموز موفقیت اصلی در این شبکه است که بسیاری از افراد به واسطه خلاقیتشان توانسته اند به ثروت های زیادی دست پیدا کنند. شما نباید به هیچ عنوان محتوای سایر پیج ها را در پیج خود کپی کنید. اگر ویدئویی از یک پیج معتبر یا معمولی برای صفحه خود برداشتید، حتماً اصول کپی رایتینگ را رعایت فرمایید و منبع اصلی را در انتهای پست ذکر کنید. در غیر این صورت بعد از مدتی صفحه شما بسته خواهد شد.

2. پرهیز از قرار دادن محتوای اسپم برای رفع محدودیت فالو در اینستاگرام

قرار دادن هرگونه محتوای اسپم یا تهدیدآمیز، شما را با مشکلات زیادی روبه رو خواهد کرد که اینستاگرام بسیار بر روی آن ها حساس است. در این حالت احتمال محدود شدن در اینستا، بسیار بالا می باشد و Instagram شما را ربات تشخیص می دهد و پیجتان را پاک می کند.

علت محدودیت فالو و رفع بلاک اینستاگرام

قوانین جدید Instagram به گونه ای است که شما می توانید فقط 200 نفر را در طول روز فالو کنید. اگر غیر از این باشد، Instagram شما را به عنوان یک ربات می شناسد و اکانتتان را بلاک و یا به شدت محدود می کند. یکی از این محدودیت ها، ممنوعیت فالو اکانت های دیگر به مدت 24 تا 72 ساعت است. این اتفاق می تواند برای پیج های عمومی، پیامدهای منفی زیادی داشته باشد.

به نظر شما آیا روشی برای دورزدن قوانین Instagram و ازبین بردن رفع محدودیت فالو در اینستاگرام وجود دارد؟ برای تفهیم بهتر این موضوع حتماً تا انتهای مقاله همراه ما باشید.

روش های اصلی رفع محدودیت فالو در اینستاگرام



با توجه به اهمیت رفع محدودیت فالو در اینستاگرام، در ادامه قصد داریم به بیان تکنیک ها و روش های اینکه چگونه از محدود شدن در اینستاگرام خارج شویم بپردازیم که می تواند به شما در برطرف کردن این مشکل کمک نماید.

1. کاهش میزان فعالیت

طراحان و برنامه نویسان Instagram همواره به افزایش استفاده های انسانی برنامه خود تاکید دارند و به همین دلیل حتی الامکان تلاش دارند تا از فعالیت ها ربات ها و اکانت های فیک جلوگیری کنند. با این حال باز هم اکانت های فیک پرشماری در اینستاگرام فعال هستند. اخیراً طبق بررسی های انجام شده بر روی پیج سلبریتی های ورزشکار مثل «کریستیانو رونالدو» مشخص شد که او در حدود 90 میلیون فالوور فیک دارد که رقم بسیار قابل توجهی است.

اگر شما بعد از راه اندازی یک صفحه کسب و کار و یا پیج شخصی جدید، تعداد اکانت های بسیار بالایی را در یک بازه زمانی کوتاه فالو کنید، اینستاگرام به شما مشکوک می شود و ممکن است شما را ربات تشخیص دهد و یا بلاک کند. اگر این اتفاق رخ داد شما نمی توانید برای یک یا چند روز در صفحه خود فعالیتی داشته باشید. توصیه می شود که در این مدت به پیج خودسر نزنید که شک ربات بودن از شما برداشته شود.

2. ارسال پیغام برای رفع بلاک فالو اینستاگرام

اگر شما اشتباهاً ربات تشخیص داده شدید، در زمان لایک کردن و فعالیت های مختلف، با یک پیغام مواجه خواهید شد که **Action blocked** نام دارد. در پایین پیغام گزینه ای تحت عنوان **Tell us** قرار گرفته است که باید آن را بزنید. در این حالت تیم **Instagram** به بررسی مجدد اکانت شما خواهند پرداخت

مدت زمان رفع محدودیت فالو اینستاگرام

در این خصوص نمی توان اظهار نظر قطعی کرد اما معمولاً بعد از ارسال درخواست، بررسی بیش از 3 روز طول می کشد. اگر تیم سازنده شبکه، صحت و سلامت اکانت شما را تأیید کنند، خیلی زود فعالیتتان به حالت عادی برخواهد گشت. پیج های عمومی معمولاً سر موضوع کپی رایت، مشکلات زیادی دارند و گاهی اکانتشان از بین می رود. در این حالت **پرگرداندن اکانت اینستاگرام** کار دشواری است که حتی نیاز به ایمیل زدن به تیم سازنده دارد که زمان زیادی هم طول می کشد.

روش های خاص رفع محدودیت فالو در اینستاگرام

تا به اینجا روش های گفته شده برای «رفع محدودیت فالو در اینستاگرام»، تکنیک های رایجی بودند که افراد زیادی نسبت به آن آشنایی دارند. در ادامه قصد داریم به بیان تکنیک های خاصی بپردازیم که در از بین بردن و یا حتی دورزدن این مشکل بسیار مؤثر هستند. با ما همراه باشید.

1. ارسال پیغام به تیم پشتیبانی

یک روش عالی برای از بین بردن محدودیت های فالو و بلاک، برقراری ارتباط با تیم پشتیبانی است. شبکه های اجتماعی معتبر نظیر **Instagram** همواره شرایطی را برای ایجاد ارتباط مستقیم با کاربران قرار می دهند تا سرعت برطرف شدن مشکلات افزایش یابد. بدین منظور شما باید این مراحل را طی نمایید:

1. مراجعه به تنظیمات و پیدا کردن آپشن Help

← Settings

Q Search

+ Follow and invite friends

🔔 Notifications

🔒 Privacy

🛡 Security

📣 Ads

👤 Account

🛠 Help

ℹ About

🎨 Theme

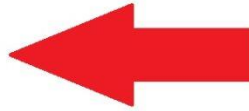
Accounts Center

Control settings for connected experiences across Instagram, the Facebook app and Messenger, including story and post sharing and logging in.

• انتخاب گزینه Report a problem

← Help

Report a Problem



>

Help Center

>

Privacy and Security Help

>

Support Requests

>

• انتخاب مجدد گزینه Report a problem

Report a problem

Report spam or abuse

Send feedback

Report a problem



• نگارش گزارش و انتخاب گزینه Submit

← Report a problem

Submit

Briefly explain what happened or what's not working.

Gallery

Take screenshot

Please only leave feedback about Instagram and our features. Visit our Help Center to learn about reporting content posted on Instagram that violates our Community Guidelines, like abuse, spam or intellectual property violations. All reports are subject to our Terms of Use.

ویژگی های متن برای رفع محدودیت اینستاگرام

نوشتن متن مناسب، می تواند به افزایش سرعت برطرف شدن مشکل شما کمک زیادی کند. متن ارسالی باید کاملاً در خصوص درخواست برای رفع محدودیت فالو در اینستاگرام باشد؛ بنابراین باید آن را کوتاه و دقیق بنویسید تا نتیجه بهتری بگیرید.

2. آپدیت و دانلود نسخه های جدید

Instagram در بازه های زمانی کوتاه، نسخه های جدیدی از نرم افزار خود ارائه می دهد که در هر نسخه، امکانات و تغییرات جدیدی اضافه می گردد. یکی از راه های آسان برای دورزدن خیلی از خطاها و موانع، آپدیت نسخه های جدید است. برای این کار، حتماً به فروشگاه های معتبر مثل گوگل پلی و یا اپ استور مراجعه نمایید تا بتوانید جدیدترین و بهترین نسخه ها را دریافت نمایید.

3. استفاده از چند پلتفرم

اگر بعد از چند بار فالو کردن، با مشکل مواجه شدید، می توانید دستگاه و پلتفرم خود را تغییر دهید. به طور مثال با استفاده از تیلنت یا لپ تاپ و یا گوشی های دیگر خود یا اعضای خانواده تان، وارد اکانت شوید. بدین منظور بهتر است نام کاربری و پسورد خود را به طور کامل به یاد بسپارید تا با مشکلی مواجه نشوید.

4. میانبر زدن از طریق فیسبوک

Instagram یکی از زیرمجموعه های مهم شرکت Facebook است و به همین دلیل تعامل زیادی با یکدیگر دارند؛ بنابراین معمولاً توصیه می شود تا در هر دو شبکه فعالیت داشته باشید تا بتوانید از امکانات تعاملی آن ها استفاده کنید. یکی از این امکانات، فالو کردن اکانت های مختلف است. بدین منظور باید مراحل زیر را طی نمایید:

- مراجعه به تنظیمات یا Setting در Instagram
- انتخاب گزینه های Follow contacts و Follow and invite friends
- انتخاب گزینه Connect to Facebook در تب Suggested

جمع بندی

در این مقاله تلاش شد تا روش های مختلف و کاربردی برای رفع محدودیت فالو در اینستاگرام و رفع بلاک فالو در اینستاگرام بیان شود. به یاد داشته باشید که «محدود شدن در اینستا»، کاملاً به فعالیت های خودتان بستگی دارد. پس با مدیریت صحیح اکانت و حساب کاربری، می توانید از آن جلوگیری نمایید.