



**Redd Barna**



## Nettvett for barn - for voksne

Hvordan kan foreldregruppen bidra til en ansvarlig nettkultur, og en positiv og inkluderende netthverdag for barna?



## Mål for kvelden

- Få informasjon om nettmobbing, sosiale medier, personvern, nettrelaterte overgrep og spill
- Diskutere og dele erfaringer om barns nettbruk
- Få gode råd til hvordan hjelpe barn til å få en god netthverdag
- Få tips til nettressurser hvor barn og voksne kan få hjelp og lære mer om nettvett
- Diskutere klassevis om dilemmaer, utfordringer og felles regler

## Agenda

- Kort om Redd Barna og Barnekonvensjonen
- Barns netthverdag - hva vet vi?
- Foreldres rolle
- Mobbing på nett
- Passord og personvern
- Sosiale medier
- Spill og reklame
- Nettrelaterte overgrep
- Nettvetråd





**Redd Barna**



## Redd Barna

- Verdens største barnerettighetsorganisasjon
- Redd Barna jobber for at alle barn kan bruke nettet på en trygg og ansvarlig måte
- Barnekonvensjonen



**Redd Barna**

## FNs Barnekonvensjon sier at barn har rett til:

- Å si sin mening og bli hørt
- Å gi og å få informasjon
- Privatliv
- Tilgang til medier (film, musikk, bilder osv.) og beskyttelse mot skadelig informasjon
- Beskyttelse mot misbruk
- Lek og fritid





## Noen korte fakta-fra barn selv

- 91% av barn 9-16 år har en smarttelefon
- 7 prosent har vært utsatt for nettmobbing eller utestenging på ukentlig eller månedlig basis
- 8 av 10 barn og unge bruker både Snapchat og Instagram
- Mange barn og unge deler passord – og jo eldre de blir jo mer deler de.
- 2 av 10 har opplevd at noen har videresendt bilder eller videoer uten lov, og dette gjorde dem triste eller sinte
- Nærmere 1 av 10 unge mellom 13 og 16 år har sendt nakenbilder av seg selv til noen andre det siste året.
- 78 prosent av barna har lært om trygg og sikker mediebruk på skolen, 61 prosent har lært det av mamma og 54 prosent oppgir å ha lært nettvett av pappa.

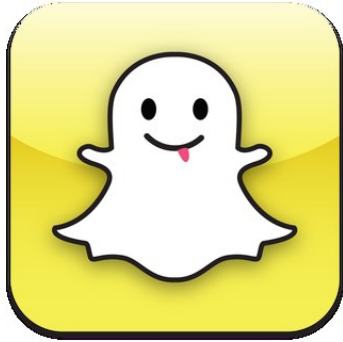


## Noen korte fakta-fra foreldre til barn 1-16 år

- Alle barn over 9 år har en telefon, og smarttelefon er mer vanlig jo eldre de blir
- 8 prosent av foreldre oppgir at deres barn har vært utsatt for nettmobbing eller utestenging på ukentlig eller månedlig basis
- Barna bruker mest tid på videotjenester, ulike spill og nett-tv – og det er ganske vanlig at barn fotograferer og redigerer film og bilder
- Populære spill er Minecraft, Fifa og Lego
- 70% av foreldrene har delt bilder av egne barn slik at familie og venner kan se dem, mens 45% har delt bilder slik at flere enn venner og familie kan se dem. Mange deler også videoer av barna sine.
- 11 % av foreldrene hadde angret på et bilde/film de hadde sendt eller delt. Andelen er noe høyere blant foreldre over 40 år
- 83 prosent mener at det er foreldre og andre voksne i barnets nærhet som har det største ansvaret for barnets sikkerhet når det er på nett, i tillegg til skole og mediebransjen. **Den beste måten å beskytte barn på, er at foreldre og barn snakker sammen om dette!**



Redd Barna



YouTube



blogg.no







## Foreldres rolle i barns netthverdag

- Å være “**mentalt digitalt tilstede**” - å kjenne seg trygg på hva barna gjør på nett. Å være tilstede i barns netthverdag trenger ikke bety at man må være aktiv online!
- Vær den trygge voksne – selv om du ikke kan alt om nye apper, spill og nettsteder. Men du bør kunne konsekvenser av å bruke dem - og hvordan barnets profil eller bruker er innstilt.
- Mange barn mener foreldrene bruker for *mye* tid på jobb, mobilbruk, sosiale medier og internett
- Støtt barna i læringen via nett. Det er mye positivt å lære!
- Vær nysgjerrige, og prat med barna. De er ofte ekspertene!
- Tenk på bildedeling og annet i sosiale media -både hva dere deler av eget og andres barn, og hva dere skriver



**Redd Barna**



## **Tema: Mobbing på nett**



## Digital mobbing - noe annet enn “tradisjonell” mobbing?

- Digital mobbing er enhver bruk av digitale media for å mobbe noen: mobil, applikasjoner, sosiale medier, filmer, bilder osv.
- Mobbingen har ingen grenser: den kan foregå hvor som helst og når som helst
- Tøff bak tastaturer: ofte lettere å si stygge ting bak tastaturet, og ting kan misforstås
- Det er mindre synlig for voksen – men ofte mer synlig for jevnaldrende

**Mobbing på nett er minst like alvorlig som ansikt til ansikt, og kan gjøre like vondt - eller enda mer fordi man ikke vet hvem som står bak.**



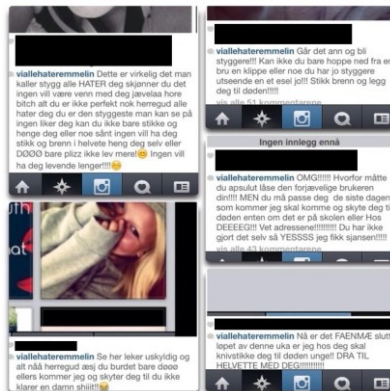
## Noen eksempler

“Så stygg. Ta livet av deg”

“Ingen vil ha deg”

“Du er ikke normal”

“Ta selvmord”



“Det er den kjipe meldingen du husker” - fra SiD



## Ikke mobbing, men ubetenksomhet?

- Manglende kroppsspråk kan føre til misforståelser
- Språk på nett kan være styggere og frekkere enn ansikt til ansikt
- Barn kan bli utestengt også på nett – og det er ikke alltid med vilje
- Bilder videresendes uten å tenke på konsekvenser
- Muligheten til å være anonym fører til stygt språk og sjargong – også blant voksne!

**Foreldre kan være gode rollemodeller for at barn kan lære seg å tenke seg om når de er på nett – både når det gjelder språk, inkludering og ikke minst bildedeling**



## Hva kan gjøres?

### For barn:

- Si ifra til en voksen hjemme eller på skolen
- Søk hjelp på nett: Kors på Halsen, ung.no +++
- Blokkere personen
- Melde fra til de som eier nettstedet

### For foreldre:

- Spare på sms/ta screenshot
- Kontakte skolen, konfliktråd eller politiet ved alvorlige saker
- Lage felles kjøreregler for klassen
- Prat med barn om gode holdninger
- Være et godt forbilde



**Redd Barna**



## **Tema: Passord og personvern**



## Passord

- Passord er personlig, og de bør være vanskelig å gjette.
- Eksempler på at barn forteller sitt passord til venner som en tillitserklæring: men hva skjer om de blir uvenner?
- Skal foreldre kjenne til barnets passord?



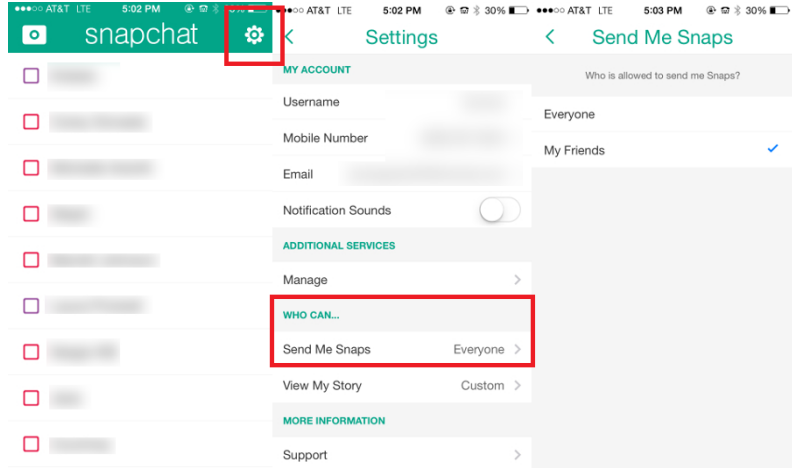


## Personverninnstillinger

- Kjenn til personverninnstillingene på de ulike applikasjonene og spill du selv og barnet ditt har på telefon og pc.
- Foreldre må ruste opp barna til å ta avgjørelser om innhold som lastes opp på nett, blant annet fordi man ikke har full kontroll på hvem som har tilgang til innholdet
- **Noen tips til hva man kan se på:**
  - Hvem har tilgang til informasjon om deg/ditt barn?
  - Har du/barnet åpen eller lukket profil?
  - Har dere laget vennelister eller grupper slik at dere har bedre kontroll med hvem som ser hva?
  - Vet dere hva vennene dine kan dele om dere? Kan de for eksempel merke/tagge dere i bilder?
  - Har ulike applikasjoner tilgang til informasjon om dere eller dine kontakter?



**Redd Barna**





**Redd Barna**



**Tema: Sosiale medier og deling på nett**



## Hva er sosiale medier?

- Sosiale medier er nettbaserte tjenester som legger til rette for mange-til-mange-kommunikasjon og hvor innholdet i stor grad skapes av brukerne selv.
- Dette inkluderer applikasjoner som Instagram, Facebook, Twitter og Snapchat, men også spill som Minecraft og Moviestarplanet der spillerne kan prate sammen.
- Det handler ofte om å dele bilder, filmer og å dele meninger.
- Det finnes ingen norske lover som bestemmer hvilke aldersgrenser som gjelder for de ulike sosiale mediene. Barn er forskjellige og det er derfor vanskelig å anbefale en konkret aldersgrense for ulike tjenester. Enkelte sosiale medier har tydelige aldersgrenser mens andre ikke har dette.
- Mange barn bruker sosiale medier som har en høyere aldersgrense enn det de selv har. Hvis barn utgir seg for å være eldre enn de er, må de være forberedt på at andre kan oppfatte dem som eldre og behandle dem som det. Dette er det viktig at voksne forteller dem om.



**Redd Barna**



## Digitalt fotavtrykk



- Mange sosiale medier går ut på å automatisk dele sin aktivitet. Hva er konsekvensene av dette?
- Vi setter alle igjen et digitalt fotavtrykk - som er vanskelig å fjerne.
- Barn og unge søker bekreftelse, og dagens tekniske løsninger gjør det mye enklere å få det.
- Eldre jenter syntes det er viktig med tilbakemelding på sosiale medier



## Hvem er jeg på nett, og hvem kan se meg?

**Svært mange barn bruker sosiale medier til å dele bilder, film og tekst. Hva innebærer dette?**

- Det er ingen kontroll på hvor innholdet ender opp
- Det er vanskelig å få fjernet i ettertid
- Alt kan brukes i andre sammenhenger
- Ikke alle vil ha bilder og filmer av seg selv liggende ute på nett - spør først!
- Det bør være grenser for hva som er greit og ikke greit å dele med verden - og det er ikke alltid like lett for barn å forstå dette



**Har dere pratet om bildedeling hjemme? Tenker dere selv over hva dere legger ut av barn og dere selv?**



**Redd Barna**



## Negativ påvirkning av sosiale medier

**Det er lett å la seg påvirke av det man ser på nett: spill, blogg, Instagram, avisartikler.  
Men gjør det noe med barns selvfølelse?**

**Noen tips til hvordan du som forelder kan bidra til en positivt selvbilde:**

- Prt med barna om hva de leser på nett, og lær dem kildekritikk
- Vær bevisst på at de aller fleste kun deler positive sider av livet sitt på nett - ingen er perfekte!
- Be dem prate med dere før de starter med noe de har lest om på nett
- Vær gode rollemodeller



**Redd Barna**



**Tema: Dataspill**





## Dataspill

- Å spille dataspill er den mest populære aktiviteten for barn
- Dataspill skjer på PC, nettbrett og mobil
- Nettspill er sosialt og underholdende – barna er sosiale sammen via spill
- Dataspill er gode verktøy til læring på skolen og hjemme
- Populære spill varierer ofte på alderstrinn og skole/bydel
- Det foregår mobbing og grooming, men for det meste er det positivt for barna å spille



Hvilke spill spiller de ulike aldersgruppene?

GUTTER (9-11 ÅR)	%	GUTTER (12-14 ÅR)	%	GUTTER (15-16 ÅR)	%
Minecraft	47	Minecraft	26	FIFA	27
FIFA	22	FIFA	26	Counter-Strike	26
Agar.io	13	GTA	18	GTA	23
Clash of Clans	9	Call of Duty	14	Call of Duty	15
Team Fortress	4	Counter-Strike	12	League of Legends	8

JENTER (9-11 ÅR)	%	JENTER (12-14 ÅR)	%	JENTER (15-16 ÅR)	%
Minecraft	22	Minecraft	14	Minecraft	7
Mimio	14	The Sims	11	The Sims	6
Moviestarplanet	13	Hay Day	8	Call of Duty	6
Subway surfers	7	1010!	5	Candy Crash	6
Hay Day	6	FIFA	5	1010!	5



## **Dette bør du som forelder tenke gjennom i forhold til ditt barn**

- Hva er anbefalt aldersgrense? Kjenn til PEGIS merking
- Er det en sosial del/chattefunksjon?
- Bruker spillet mikrobetaling? Koster det noe å "kjøpe" ting i spillet?
- Hva innebærer det å opprette en bruker i spillet? Hvordan kan profilen slettes?
- Hvordan er barnets profil stilt inn?

**Det kan være lurt at foreldrene lager felles regler for klassen for å unngå diskusjoner om spill med høyere aldersgrense.**



**Redd Barna**



## **Tema: Nette relatert vold og overgrep**



## "Det er lett å lyve på nett"

- Barn kan oppleve å komme i kontakt med voksne som utgir seg for å være barn
- Barn kan bli bedt om å sende bilder eller filmer av seg selv
- Barn kan bli utsatt for blotting og seksuelt språk
- Barn kan føle skyld og skam dersom de har gått med på å gjøre ting de vet de ikke burde, og dette kan gjøre det vanskelig å si ifra til en voksen.
- Barn vet ikke alltid hva som er lov og ikke lov å gjøre med andres kropp – dette gjelder også på nett
- Barn/ungdom kan oppleve at bilder og filmer spres til klassekamerater og andre

**Men: Selv om barn møter på risikosituasjoner på nett, tar de sjelden skade av det og vet hvordan de skal håndtere situasjonen.**



## Hva kan du som forelder gjøre?

- Snakk med barna om deres netthverdag
- Gjør barnet trygg på hvordan de skal håndtere uønskede henvendelser
- Gjør deg kjent med politiets meldetjeneste
- Sett deg inn i rapporteringsmuligheter på nettsteder barn bruker
- Gjør barna klar over at deling av bilder av andre med seksualisert innhold ikke er lov



Redd Barna

## Politets røde knapp

The screenshot shows the website **tips.kripos.no** with the Norwegian Police (POLITIET) logo and the KRIPOS (National Crime Reporting Center) logo. The page features a navigation bar with "Forside", "Tiphåndtering", and "Kontakt". A search bar is present with the text "Søk".

On the left side, contact information is provided: "Politiets nødtelefon: **112**" and "Politiets der du er: **02800**".

The main content area lists several categories, each with a right-pointing arrow and a link for "Tipsmottak og informasjon":

- Seksuell utnyttning av barn** →  
Tipsmottak og informasjon
- Menneskehandel** →  
Tipsmottak og informasjon
- Rasistiske ytringer på Internett** →  
Tipsmottak og informasjon
- Nasjonalt kontaktpunkt for bombekjemikalier** →  
Tipsmottak og informasjon
- Radikalisering og voldelig ekstremisme på Internett** →  
Tipsmottak og informasjon
- Andre forhold** →  
Tipsmottak og informasjon



**Redd Barna**



**Gode nettressurser å kjenne til**





**Redd Barna**

## Kors på halsen

**K O R S**  
**P Å H A L S E N**

---

*- vi snakkes!*

Telefon, chat og e-post  
Helt anonymt

[www.korspahalsen.no](http://www.korspahalsen.no)

800 333 21

## Slettmeg.no



The screenshot shows the homepage of Slettmeg.no. At the top, there are navigation links for "hjelp meg" and "lover og rettigheter". The main header features the logo "slett meg.no" and the tagline "Rådgivning for deg som føler deg krenket på nett." Below this is a large image of a woman's face with the text "Jeg er hatet på Facebook". At the bottom, there is a dark banner with the text "Opplever du å bli sjikanert på nett?" and "Blir du sjikanert på nett? Les mer her eller ta kontakt med oss for å få råd og veiledning."

Hjelp og veiledning - men ingen garanti

[www.slettmeg.no](http://www.slettmeg.no)

91129392



Ung.no

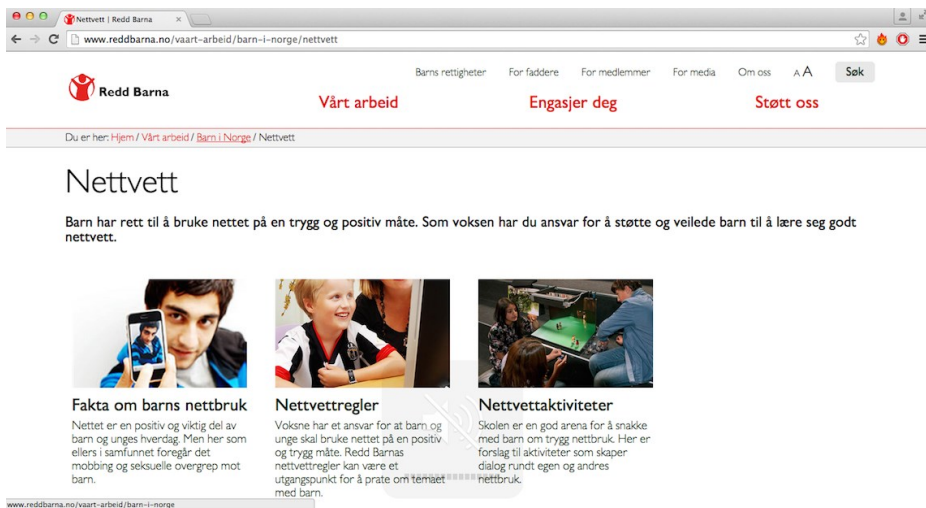


The screenshot shows the Ung.no website interface. At the top left is the logo 'UNG.NO' with the tagline 'offentlig anonym kvalitetssikret' and the date 'Sist oppdatert: 13/04/2016'. To the right is a 'SELVHJELP HJELPEHÅNDA' button and a 'Kommentaren' section with a character count. Below the header is a navigation bar with links for 'Artikler', 'Spørsmål og svar', 'Quiz', 'Stem!', 'Diskuter', 'Lovbrudd', and 'Få hjelp', along with a search bar. The main content area features a large article titled 'nettvett' with a background image of hands on a keyboard. To the left is a sidebar with a category list under 'A-Å' including topics like '#IKKEGREIT', 'Adopsjon', 'Aldersgrenser', etc. Below the article is a section 'Slik er du trygg og smart på nett' with a sub-header 'Internett er åpent for alle, og det er fort gjort å støte på ubehagelige personer eller innhold. Følg denne huskelista for å beskytte deg selv og dine venner.' and a 'Les mer | 36 kommentarer' link. To the right of this is a 'stille oss et spørsmål' form with dropdowns for 'Nettvett' and 'Velg din alder', and a 'sjekk ditt svar' section with a 'Tast inn koden (5 tegn)' field and a 'Sjekk svar' button. Further right is a 'ukens tema' section for '2016 RUSSETID' with a list of 'mest lest' items: 'Mensen - slik er det', 'Aldersgrenser - alkohol', 'Hvordan finne sommerjobb?', 'Slik finner du ledige jobber', 'Kysseesyken - hva er det?', 'Virkning av alkohol i kroppen', '20 tegn på at han/hun liker deg', 'Hva er det vanlig å vise?', 'Kangling, strenge grenser og bråk hjemme?', and 'Aldersgrenser - jobb'.

Gode råd til barn og unge  
Still et spørsmål

[www.ung.no](http://www.ung.no)

# Redd Barna



www.reddbarna.no/vaart-arbeid/barn-i-norge/nettvett


Redd Barna    Barns rettigheter    For faddere    For medlemmer    For media    Om oss    A A    Sø

Vårt arbeid    Engasjer deg    Støtt oss

Du er her: [Hjem](#) / [Vårt arbeid](#) / [Barn i Norge](#) / [Nettvett](#)


## Nettvett

Barn har rett til å bruke nettet på en trygg og positiv måte. Som voksen har du ansvar for å støtte og veilede barn til å lære seg godt nettvett.




### Fakta om barns nettbruk

Nettet er en positiv og viktig del av barn og unges hverdag. Men her som ellers i samfunnet foregår det mobbing og seksuelle overgrep mot barn.



### Nettvettregler

Voksne har et ansvar for at barn og unge skal bruke nettet på en positiv og trygg måte. Redd Barnas nettvettregler kan være et utgangspunkt for å prate om temaet med barn.



### Nettvettaktiviteter

Skolen er en god arena for å snakke med barn om trygg nettbruk. Her er forslag til aktiviteter som skaper dialog rundt egen og andres nettvett.

www.reddbarna.no/vaart-arbeid/barn-i-norge

Fakta, regler og gjeldende lover

Aktiviteter til bruk i skolen

Lenker til eksterne ressurser

[www.reddbarna.no/nettvett](http://www.reddbarna.no/nettvett)



## Nettvettråd til foreldre

1. Prt med barna om hva deres hverdag på nett - gjerne hver dag. Hva har de gjort? Hvem har de chattet med? Hvilke sider/applikasjoner er favoritter?
2. Våg å sette grenser og regler for familiens nettbruk, men gjør det gjerne sammen med barna
3. Bli kjent med sidene barna bruker: både hvordan de fungerer og hvordan man endrer personverninnstillinger og hvordan man melder om stygge meldinger osv.
4. Vær et godt forbilde. Tenk over egen nettbruk - hva slags forbilde vil du være?
5. Forsikre deg om at barnet vet at det kan komme til deg dersom det skulle være noe - også på nett

**For mange barn er det få eller ingen skiller mellom livet på nett og “på ekte”. Derfor bør foreldre være like tilstede i deres netthverdag som ellers.**



## Sjekkliste

- Har du snakket med barnet om personverninnstillinger?
- Har du sjekket aldersgrenser for spill?
- Har du snakket om regler for bildedeling?
- Har du snakket om respekt for hverandre, også på nett?
- Har dere sjekket ut nettsider hvor dere kan lære mer?
- Har du snakket om at det er lov å si ifra - uansett?

**Det viktigste du kan gjøre, er å engasjere deg i barns netthverdag.  
Spør: Hvordan var det på nett i dag?**



## Dilemmaer til diskusjon

**Hva gjør du som forelder i disse situasjonene?**

1. Barnet din fikk en stygg kommentar på sitt bilde på Instagram
2. En forelder har delt bilder av ditt barn fra helgens fotballcup på et sosialt medie
3. Skal foreldre ha innsyn i barns profil/bruker på sosiale medier?
4. Det eneste barnet vil utenom skolen er å spille nettspill
5. Barnet leser blogger med mye fokus på utseendet, mat og trening
6. 12-åringen har fått en ny venn og vil møte personen på ekte