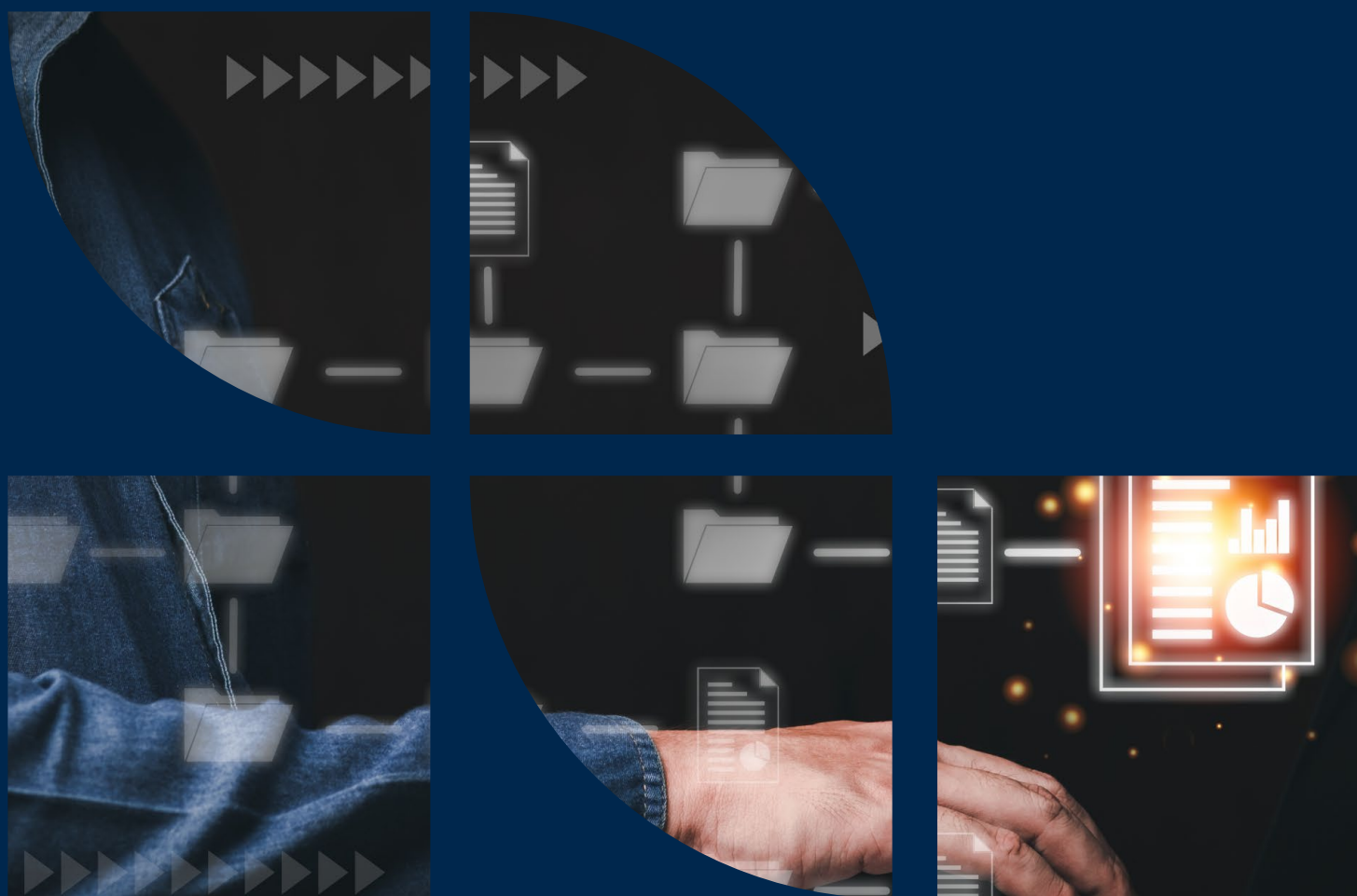




NorSIS



2024

# NORDMENN OG DIGITAL SIKKERHETSKULTUR

# INNHALDSFORTEGNELSE

<b>INNLEDNING .....</b>	<b>3</b>
<b>SAMMENDRAG.....</b>	<b>4</b>
<b>VÅRE DIGITALE VERDIER.....</b>	<b>6</b>
HVA ER DIGITAL SIKKERHETSKULTUR?.....	6
HVA ER VÅRE DIGITALE VERDIER .....	6
2 AV 3 ANSER DIGITALE VERDIER SOM LIKE VERDIFULLE SOM FYSISKE VERDIER .....	7
31 % TROR IKKE DIGITALE VERDIER HAR EN ØKONOMISK VERDI .....	7
1 AV 2 ER BEKYMRET FOR SIKKERHETEN .....	8
<b>HOLDNINGER .....</b>	<b>9</b>
88 % AV NORDMENN OPPGIR AT DE ER POSITIVE TIL Å TA I BRUK NY TEKNOLOGI .....	10
DIGITAL SIKKERHET – HVORDAN NORDMENN VURDERER EGEN KOMPETANSE .....	10
30 % SYNES DET ER VANSKELIG Å VURDERE HVA SOM ER TRYGT OG UTRYGT PÅ NETT .....	11
HVOR ER NORDMENN MEST OPPTATT AV DIGITAL SIKKERHET .....	12
79 % AV YRKESAKTIVE NORDMENN OPPGIR AT DERES ARBEIDSPASS HAR REGLER FOR DIGITAL SIKKERHET.....	13
<b>KUNNSKAP OG LÆRING .....</b>	<b>14</b>
HVORDAN NORDMENN TILEGNER SEG KUNNSKAP OM DIGITAL SIKKERHET .....	14
ORGANISERT OPPLÆRING .....	16
LÆRING PÅ EGENHÅND .....	17
<b>BEKYMNINGER OG RISIKOOPPFATTELSE.....</b>	<b>18</b>
KVINNER ER MER BEKYMRET ENN MENN .....	19
KUNSTIG INTELLIGENS .....	20
HVORDAN BEKYMNINGER PÅVIRKER PRAKSISEN .....	21
TJENESTER NORDMENN UNNLATER Å BRUKE .....	22
RISIKOOPPFATTELSE .....	23
SER IKKE PÅ SEG SELV SOM EN RISIKO .....	24
<b>ADFERD OG SIKKERHETSPRAKSIS .....</b>	<b>25</b>
PASSORD I PRIVAT SAMMENHENG .....	25
FLERE BENYTTET TOTRINNSPÅLOGGING .....	25
23% AV NORDMENN BRUKER STORT SETT SAMME PASSORD .....	26
BRUK AV PASSORDVERKTØY .....	26
EVNE TIL Å GJENNOMFØRE SIKKERHETSTILTAK .....	27
UNDERSØKE OM EN NETTSIDE ER TRYGG .....	28
UNDERSØKE OM LENKER OG VEDLEGG ER TRYGGE.....	28
SIKKERHETSKOPIER.....	29
NORDMENN ER FLINKERE TIL Å OPPDATERE APPER OG SYSTEMER .....	29
ØKNING I ANDELEN NORDMENN SOM TAR SJANSER PÅ NETT .....	30
47 % MELLOM 18 OG 34 ÅR TAR SJANSER PÅ NETT .....	30
<b>ELEKTRONISK ID OG SVINDEL.....</b>	<b>32</b>
BANKID.....	32
91 % AV NORDMENN FORBINDER DET Å DELE BANKID MED HØY RISIKO.....	32
DELING AV BANKID.....	33
HVEM NORDMENN DELER SIN BANKID MED .....	33
1 MILLION NORDMENN HAR BRUKT ANDRES BANKID .....	33
ÅRSAKER TIL Å DELE BANKID - 1 AV 4 MENER BANKID ER FOR KOMPLISERT .....	35
SVINDEL.....	35

## INNLEDNING

Siden 2016 har Norsk senter for informasjonssikring (NorSIS) kartlagt nordmenns digitale sikkerhetskultur. Resultatene fra denne undersøkelsen danner grunnlaget for en årlig rapport og fungerer som et underlag for videre arbeid med å styrke digital sikkerhetskultur i Norge.

Undersøkelsen gjennomføres hvert år. Selv om mange forhold holder seg stabile, avdekker vi stadig nye endringer og trender. I årets undersøkelse fokuserer vi på nordmenns adferd, holdninger og praksis knyttet til digital sikkerhet, samt deres bekymringer, risikoforståelse og kunnskapsnivå.

Nytt for i år er et sett med spørsmål knyttet til "våre digitale verdier". Her undersøker vi nordmenns forhold til digitale verdier og hvorvidt vi betrakter digital informasjon og data som en verdi. Dette gir innsikt i hvordan vi som samfunn vurderer og beskytter våre digitale eiendeler.

Undersøkelsen er utarbeidet i samarbeid med Opinion AS i juni 2024, basert på svar fra 1001 respondenter fra et landsrepresentativt utvalg av befolkningen over 18 år. Respondentene mottok en invitasjon via en lenke og besvarte undersøkelsen på nett.

## SAMMENDRAG

### Våre digitale verdier

Digitale verdier har både affeksjonsverdi og økonomisk verdi for oss. Derfor er det interessant å se hvilken verdi nordmenn ser i digitale verdier.

66 % av alle nordmenn anser digitale verdier som like verdifulle som fysiske verdier. Samtidig viser undersøkelsen at 31 % ikke tror at deres digitale eiendeler har en økonomisk verdi, og at 45 % av de spurte tror ikke at deres digitale verdier er av interesse for andre.

Når det kommer til sikkerheten rundt digitale verdier, uttrykker halvparten av de spurte at de er bekymret for sikkerheten til sine digitale verdier. Omtrent åtte av ti mener at de selv er ansvarlig for å beskytte sine digitale verdier mot tyveri og tap. Under halvparten av respondentene oppgir at de tar regelmessig sikkerhetskopier av sine digitale verdier.

### Holdninger

88 % av nordmenn oppgir at de er positive til å ta i bruk ny teknologi.

På landsbasis oppgir omtrent tre av ti nordmenn at de kan mer om digital sikkerhet enn resten av befolkningen. Halvparten av befolkningen oppgir at de kan omtrent det samme som gjennomsnittet. Det ser ut til å være en sammenheng mellom interesse for digital sikkerhet og kunnskapsnivå.

I 2024 ser vi en signifikant økning i antallet nordmenn som mener at digital sikkerhet er like viktig hjemme som på skole eller jobb, fra 70 % i 2023 til 81 % i 2024. Blant yrkesaktive personer er det 79 % som mener at arbeidsplassen deres har regler for digital sikkerhet.

### Kunnskap og læring

Det er veldig store ulikheter i hvem nordmenn lærer mest om digital sikkerhet av. Menn under 34 år er de som i størst grad oppgir at de lærer seg selv. Kvinner over 55 år er de som i størst grad lærer digital sikkerhet av venner og kolleger. De som bor i de store byene, er de som oftest lærer digital sikkerhet av eksperter. Av nordmenn som er heltidsansatte i en bedrift, lærer over åtte av ti i størst grad av sjefen eller ledere.

Ser vi på hvordan vi lærer om digital sikkerhet, er det igjen menn under 34 som i størst grad sier at de prøver og feiler selv. Kvinner over 55 år hører i størst grad om ting fra andre i en mer uformell setting.

30 % oppgir at de har fått organisert opplæring i digital sikkerhet i løpet av de siste to årene. 65 % av disse opplever også at det har ført til bedre ferdigheter i ettertid.

### Bekymringer og risikooppfattelse

Nordmenns bekymringsnivå knyttet til uønskede hendelser på nett har økt fra år til år, og folk er mer bekymret i 2024 enn noen gang tidligere. Kvinner bekymrer seg jevnt over mer enn menn.

Noen av de største bekymringene er at noen andre skal misbruke deres bank- eller kredittkort, at virksomheter skal samle inn for mye informasjon om dem, at de skal få virus på sine digitale enheter, eller at noen skal utgi seg for å være dem på internett.

Åtte av ti nordmenn er helt eller delvis enig i at kunstig intelligens gjør dem ekstra utsatt for svindelforsøk. Omtrent seks av ti nordmenn sier at de har latt være å bruke tjenester på internett som en følge av at de er redd for å bli utsatt for noe kriminelt eller ubehagelig.

77 % av nordmenn mener at den største risikoen på nett er at noen andre skal gjøre noe mot dem, mot 19 % som er redd for at de selv skal gjøre noe feil.

## Adferd og sikkerhetspraksis

I 2023 oppga fem av ti nordmenn at de benyttet seg av totrinnspålogging der det er mulig, i 2024 har andelen steget til seks av ti. 23 % av befolkningen bruker stort sett samme passord, og 21 % oppgir at de benytter seg av et passordverktøy for å hjelpe dem med å håndtere ulike passord.

78 % av befolkningen svarer at de undersøker om en nettside er trygg før de bruker den, mens 87 % oppgir at de undersøker om lenker og vedlegg er trygge før de åpner dem.

Andelen nordmenn som oppgir at de tar sjanser på nett, som de vet er risikable, har økt gjennom de siste årene. I 2024 ligger andelen på omtrent én av fire. Her finner vi en større andel av menn enn kvinner, og en større andel av de mellom 18-34 år enn de øvrige alderssegmentene.

## Elektronisk ID og svindel

91 % av nordmenn forbinder det å dele BankID med høy risiko. Samtidig ser vi at 10 % av nordmenn oppgir at de har latt andre bruke deres BankID i løpet av det siste året. 23 % oppgir at de har brukt andres BankID i løpet av det siste året.

Ektefeller/samboere, barn og foreldre er blant de som nordmenn i størst grad deler BankID med. De mest vanlige årsakene til at de deler BankID er at de stoler på den de deler med og derfor deler pålogginger, og at det er for komplisert å bruke.

11 % av nordmenn oppgir at de har blitt svindlet i løpet av de siste to årene. 45 % av disse har opplevd å ha betalt for varer eller tjenester de ikke har mottatt. 17 % har gitt fra seg kort- eller bankopplysninger til en falsk nettside eller svindler.

## VÅRE DIGITALE VERDIER

Hvordan vi ser på digitalisering og digital sikkerhet påvirker både hvordan vi omfavner ny teknologi og hvordan vi beskytter oss på nettet. Dette har en stor påvirkning på vårt digitale liv og samfunnet generelt. Positive holdninger til digitalisering kan få oss til å akseptere nye digitale teknologier og tjenester raskere. Vår holdning til digital sikkerhet spiller også en avgjørende rolle i hvordan vi tar vare på våre digitale enheter og data. For eksempel kan en positiv holdning fremme økt bevissthet om sikkerhetspraksis, som bruk av sterke passord og totrinnspålogging.

Vår digitale kompetanse og holdning påvirker hvor mye vi vektlegger å beskytte personlig informasjon og personvern. Det igjen avgjør vår villighet til å dele informasjon på nett og hvordan vi forholder oss til digitale tjenester som samler inn persondata. Holdningen vi har til digital kompetanse og sikkerhet, påvirker hvor mye tid og ressurser vi investerer i opplæring og utdanning innen disse fagområdene. Er vi positive til opplæring og utdanning, bidrar det til å øke den generelle digitale kompetansen i samfunnet.



Alt i alt spiller disse generelle holdningene en viktig rolle i hvordan vi som individer og som samfunn navigerer i det digitale landskapet. De påvirker vår evne til å dra nytte av digitale teknologier samtidig som vi beskytter oss mot digitale trusler.

### Hva er digital sikkerhetskultur?

Digital sikkerhetskultur refererer til våre felles verdier, holdninger, normer, kunnskap og handlinger som bidrar til å beskytte oss mot digitale trusler. På samme måte som samfunnet har regler og forventninger til hvordan vi oppfører oss i ulike situasjoner, har vi også retningslinjer for hvordan vi skal opptre på nettet. Disse retningslinjene fungerer som veiledende prinsipper for gruppen vår og definerer hva som anses som akseptabelt eller uakseptabelt på digitale plattformer.

En sentral del av denne sikkerhetskulturen er hvordan vi beskytter våre digitale verdier – de essensielle ressursene vi oppbevarer og bruker i vårt digitale liv.

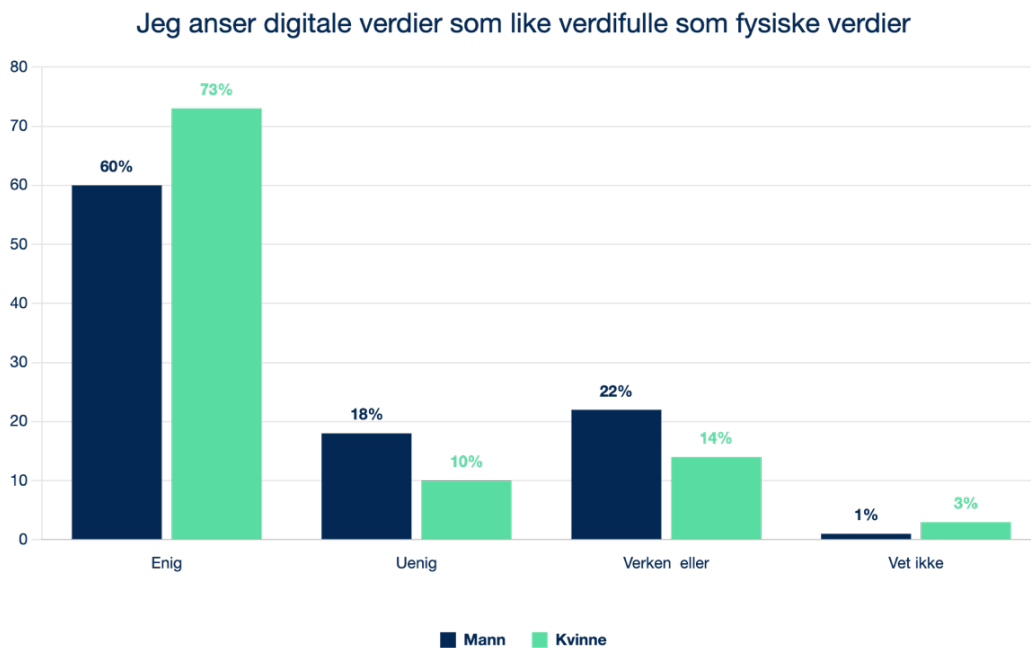
### Hva er våre digitale verdier

Vi lagrer store mengder informasjon og data på digitale plattformer, inkludert alt fra personlige bilder og videoer til viktige dokumenter, arbeidsfiler, sensitive helse- og økonomiopplysninger, og elektronisk ID. Kort sagt, disse digitale ressursene utgjør kritiske deler av både vårt personlige og profesjonelle liv. Vi kaller dem våre digitale verdier.

Å forstå hva som utgjør våre digitale verdier, og hvor mye de er verdt for oss, er avgjørende for å vite hvilket nivå av beskyttelse vi bør tilstrebe.

## 2 av 3 anser digitale verdier som like verdifulle som fysiske verdier

Digitale verdier kan ha både affeksjonsverdi og økonomisk verdi. Derfor er det interessant å se hvilken verdi nordmenn ser i digitale verdier. 66 % av alle nordmenn anser digitale verdier som like verdifulle som fysiske verdier. Undersøkelsen viser en klar kjønnskjævhhet, der 73 % av kvinner verdsetter digitale verdier like høyt som fysiske verdier, mot 60 % av menn.

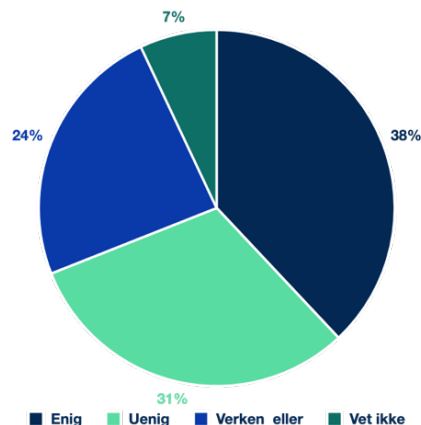


Andelen som anser digitale verdier like verdifulle som fysiske, øker også med alderen. Kvinner over 55 år har den høyeste andelen, med 79 %. Den samme tendensen ser vi når vi spør om hvilken betydning tap av digitale verdier har. 80 % av kvinner over 55 år mener at tap av digitale verdier vil ha stor personlig betydning for dem. For nordmenn generelt er andelen 74 %.

## 31 % tror ikke digitale verdier har en økonomisk verdi

Digitale verdier er ikke bare minner som har affeksjonsverdi, som bilder og videoer. De kan også ha en konkret økonomisk verdi. For eksempel kan det ha betydelige økonomiske konsekvenser dersom brukerkontoen til en nettbutikk med lagret betalingsinformasjon, eller en elektronisk ID brukt til å logge inn i nettbanken, går tapt eller misbrukes. Undersøkelsen viser at 31 % ikke tror at deres digitale eiendeler har en økonomisk verdi. Her er det ingen signifikante forskjeller mellom kjønn eller alder.

Jeg tror at mine digitale verdier har økonomisk verdi

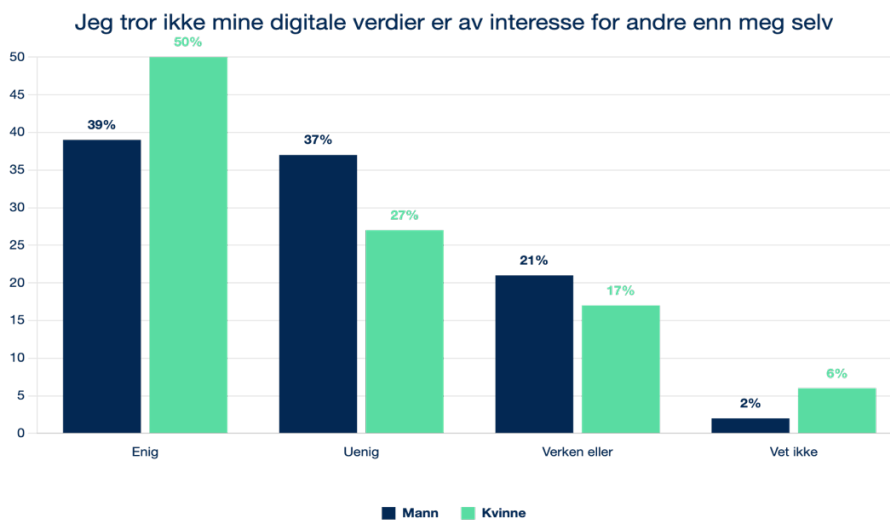


## 1 av 2 er bekymret for sikkerheten

Når det kommer til sikkerheten rundt digitale verdier, uttrykker halvparten av de spurte at de er bekymret for sikkerheten til sine digitale verdier. 81 % mener at de selv er ansvarlig for å beskytte sine digitale verdier mot tyveri og tap.

Det er ønskelig å beskytte digitale verdier av flere grunner. For det første handler det om å unngå tap av data, og 46 % oppgir at de tar regelmessig sikkerhetskopi av sine digitale verdier.

For det andre er det ønskelig å forhindre at uvedkommende får tilgang til data. Da unngås svindel, utpressing og ID-tyveri. Under halvparten (45 %) av de spurte tror ikke at deres digitale verdier er av interesse for andre.



En effektiv metode for å beskytte digitale verdier er å aktivere totrinnslogging. I år oppgir 60 % av respondentene at de har aktivert denne sikkerhetsfunksjonen der det er mulig. Det er verdt å merke seg at de som regelmessig tar sikkerhetskopi, også er mer tilbøyelige til å bruke totrinnslogging.

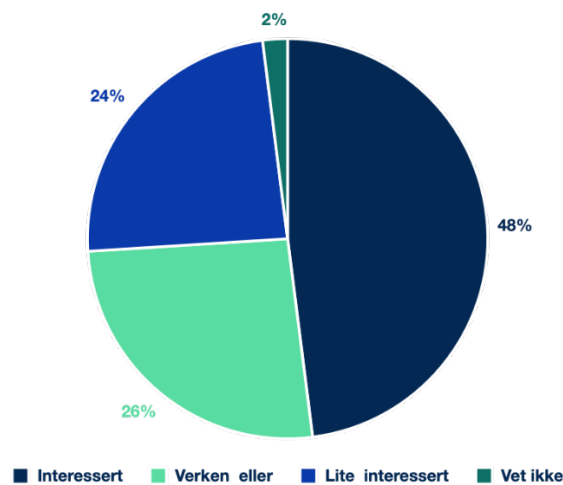


## HOLDNINGER

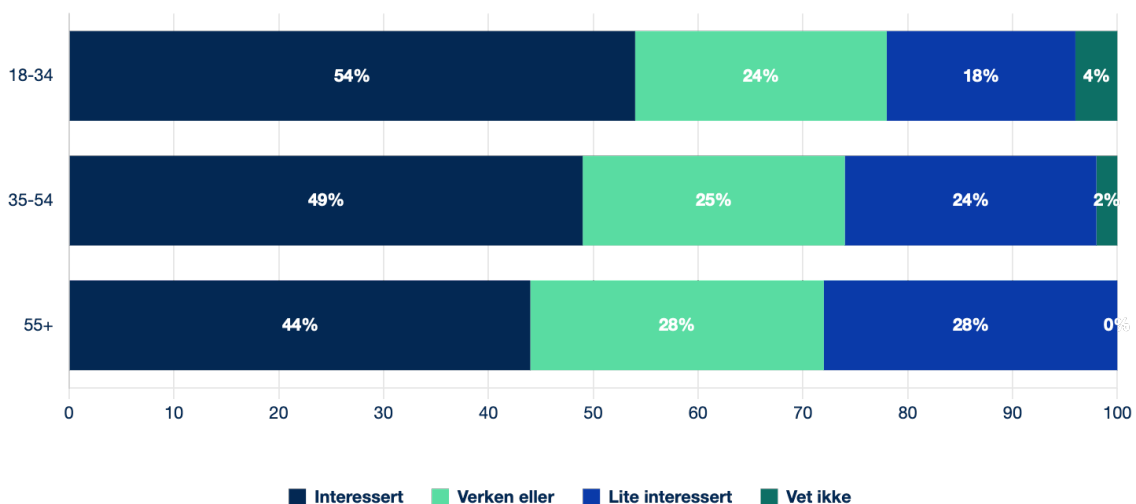
For å oppnå solid kunnskap om et tema er interesse en nøkkelfaktor. For å kunne etablere en sterk kultur for digital sikkerhet er det essensielt å ha den nødvendige kunnskapen. Derfor er det interessant å undersøke hvordan nordmenn vurderer sin egen interesse for teknologi og digital sikkerhet, samt hvordan de oppfatter sitt kunnskapsnivå på disse områdene.

Rundt halvparten av nordmenn oppgir at de er ganske eller svært interessert i teknologi og IT. Samtidig ser vi at til sammen 24 % mangler denne interessen. Det er ingen signifikante variasjoner i interesse mellom de ulike aldersgruppene, selv om de under 34 år ser ut til å være de mest interesserte.

Hvor interessert er du i teknologi og IT?

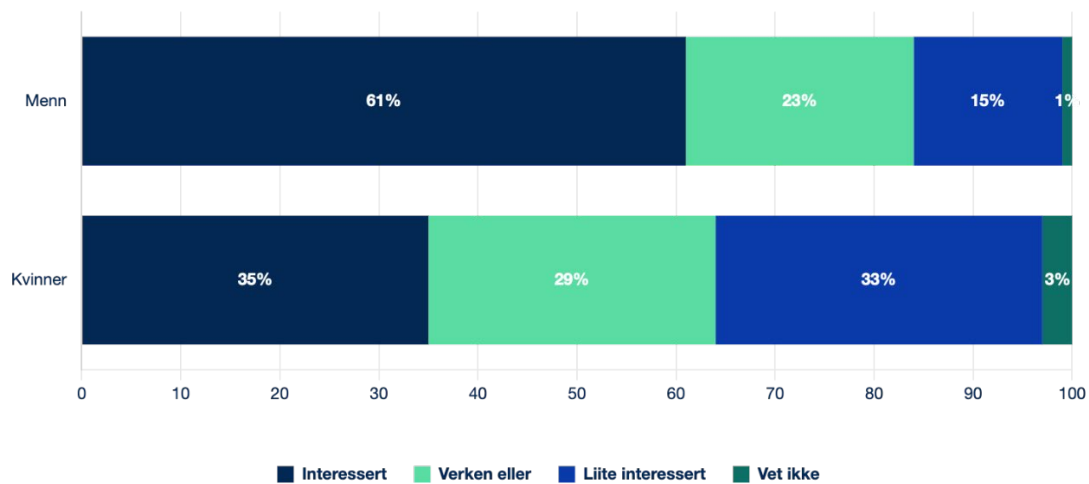


Hvor interessert er du i teknologi og IT?



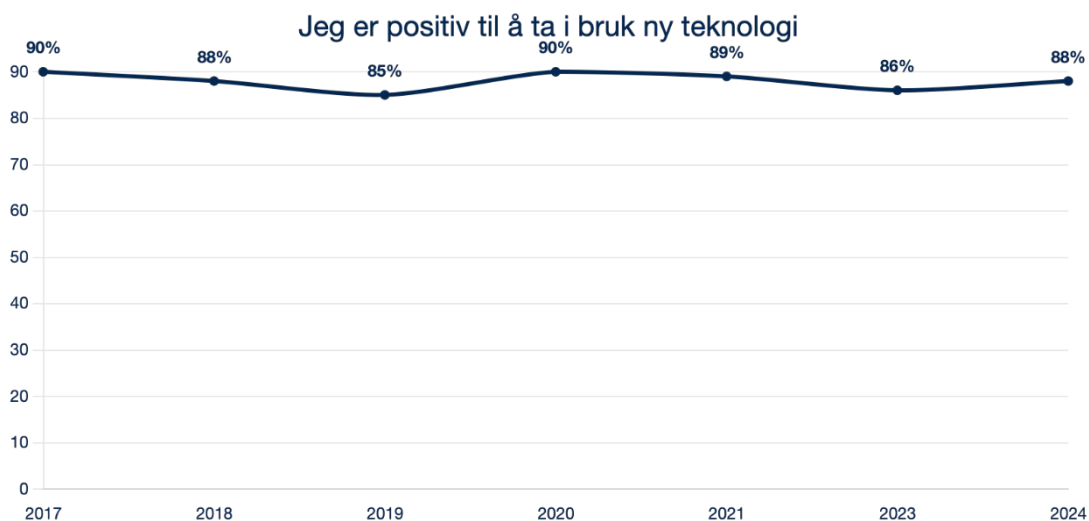
Det er altså relativt jevn fordeling av interesse på tvers av alderssegmenter, men sammenligner vi kjønn, kommer det tydelig til uttrykk at menn oppgir at de har større interesse for teknologi og IT enn kvinner.

## Hvor interessert er du i teknologi og IT?



## 88 % av nordmenn oppgir at de er positive til å ta i bruk ny teknologi

Ser vi på hvordan dette har utviklet seg over tid, ser vi at antallet nordmenn som er positive til å ta i bruk ny teknologi, holder seg stabilt fra år til år.

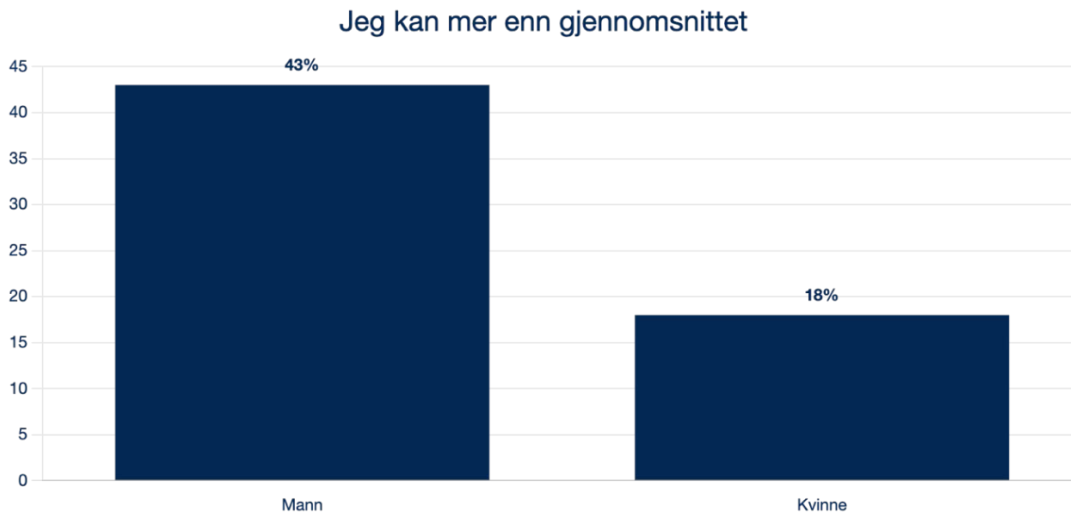


Det er signifikant flere nordmenn som oppgir at de er positive til å ta i bruk ny teknologi, enn som uttrykker en interesse for teknologi og IT (48 %), og det er det ingen signifikante forskjeller mellom aldersgrupper og kjønn.

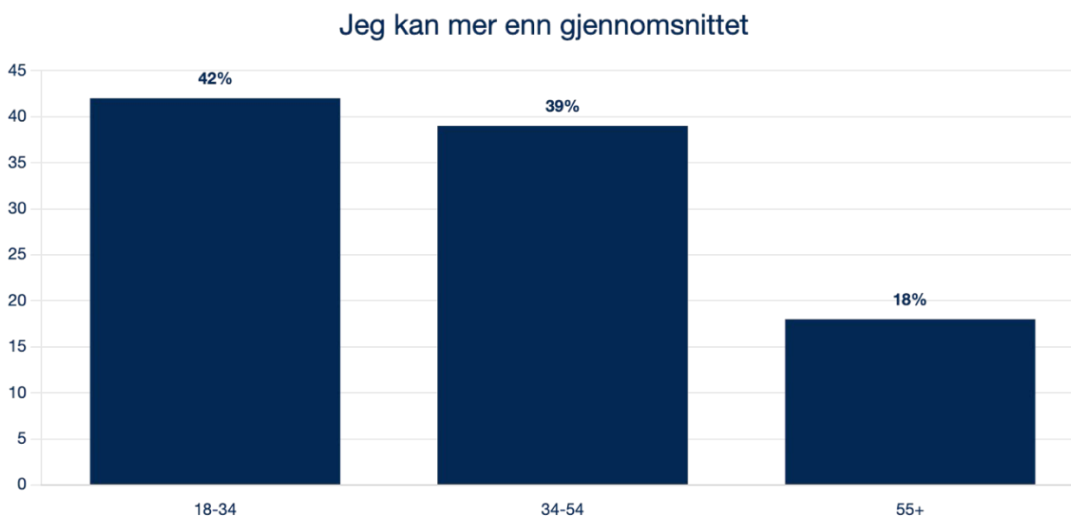
## Digital sikkerhet – hvordan nordmenn vurderer egen kompetanse

Blant respondentene oppgir 87 % at de vet hva digital sikkerhet er. På spørsmål om hvordan de vurderer sin egen kompetanse innen digital sikkerhet målt mot resten av befolkningen, oppgir 50 % at de kan like mye som gjennomsnittet. Vi ser noen tydelige skiller i oppfattelse av egen kompetanse når det kommer til kjønn og alder.

På landsbasis oppgir 31 % av nordmenn at de kan *mer* om digital sikkerhet enn resten av befolkningen. Fordeler vi det på kjønn, får vi 43 % menn og 18 % kvinner.



Når det kommer til alder, oppgir de i alderssegmentet 18-35 år en større tro på egen kompetanse innen digital sikkerhet enn de over 55 år.

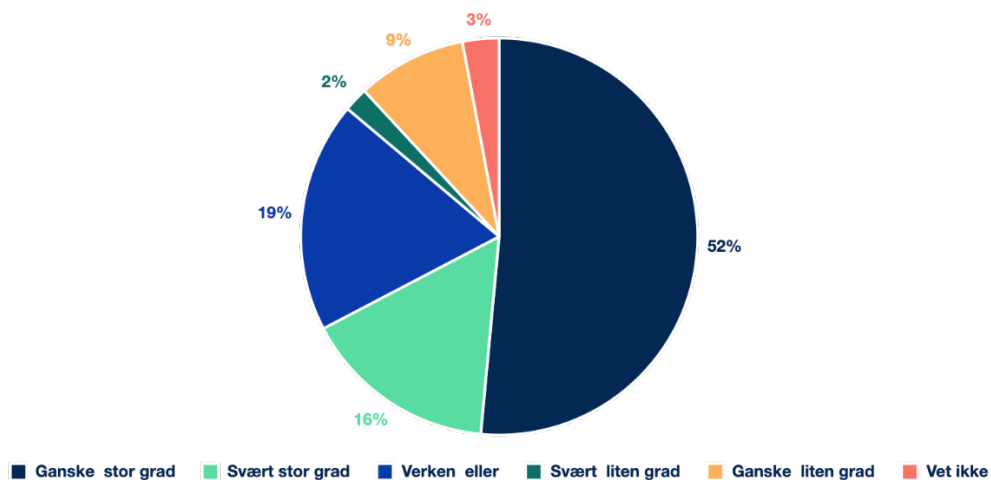


Det ser ut til å være en sammenheng mellom interesse for digital sikkerhet og kunnskapsnivå, særlig blant menn og yngre aldersgrupper. Dette gjenspeiles i påstanden «jeg kan mer enn gjennomsnittet om digital sikkerhet», hvor menn og personer under 34 år er overrepresentert i forhold til andre demografiske grupper.

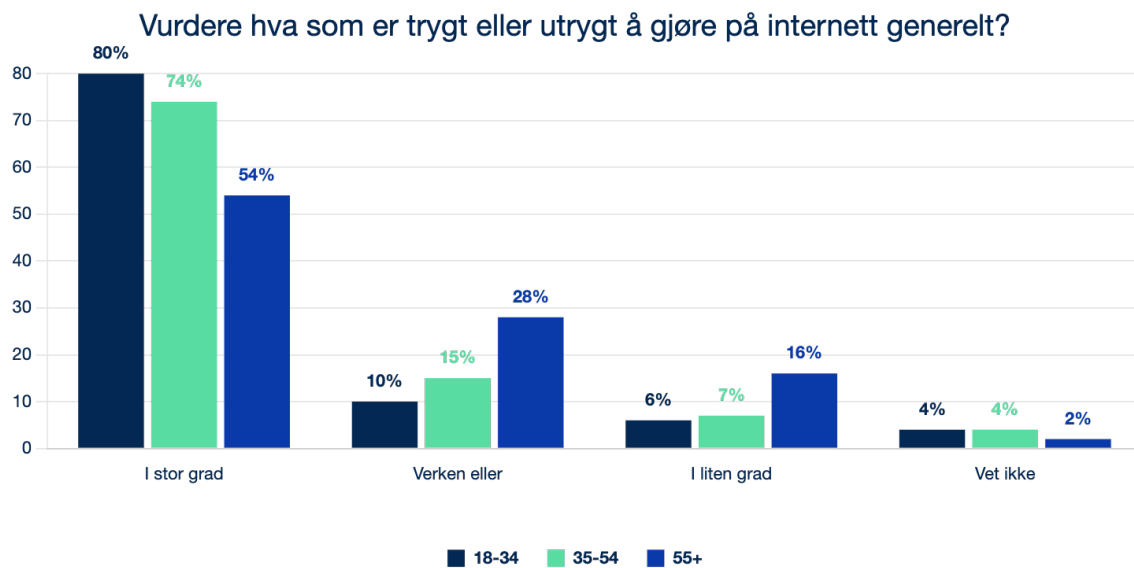
## 30 % synes det er vanskelig å vurdere hva som er trygt og utrygt på nett

Vi har spurt i hvilken grad nordmenn er i stand til å vurdere hva som er trygt eller utrygt på internett.

Er du i stand til å vurdere hva som er trygt eller utrygt å gjøre på internett generelt?



Legger vi sammen de som «i svarer svært liten grad», «i ganske liten grad» og «verken eller», er det til sammen 30 % som føler seg usikre på om de kan vurdere hva som er trygt eller utrygt å gjøre på internett. Her er det ingen signifikante forskjeller mellom kjønnene.



80 % av de under 34 år mener at de i ganske eller svært stor grad er i stand til å vurdere hva som er trygt eller utrygt på internett. Til gjengjeld er det 54 % av de over 55 år som mener det samme.

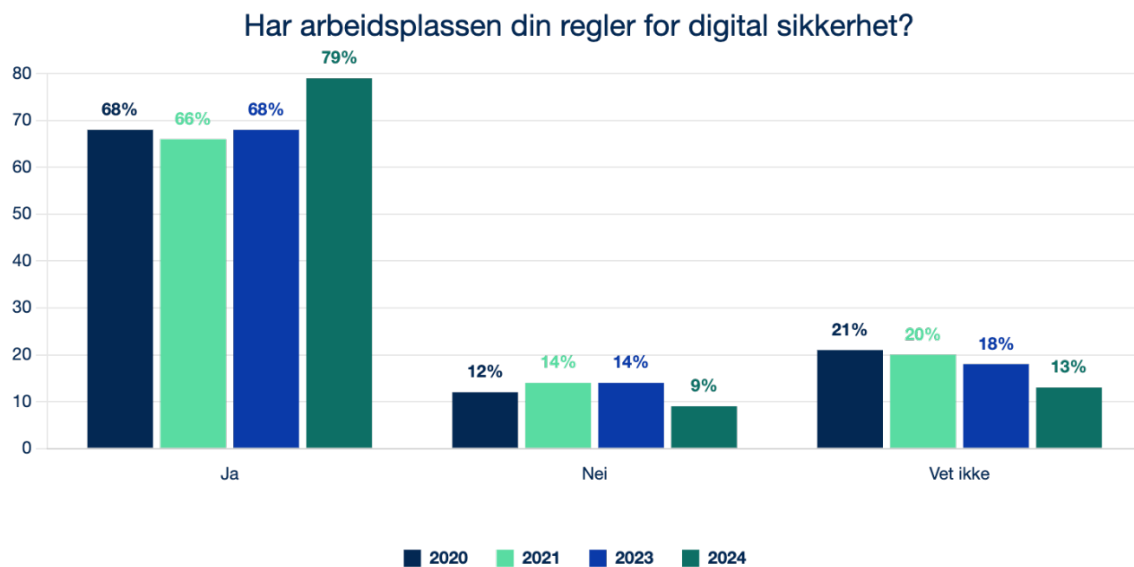
## Hvor er nordmenn mest opptatt av digital sikkerhet

Digitalisering er en integrert del av hverdagen, men det kan være store variasjoner i hvordan digital sikkerhet praktiseres på arbeidsplassen eller skolen sammenlignet med hjemme. I 2024 ser vi en signifikant økning i antallet nordmenn som mener at digital sikkerhet er *like viktig* hjemme som på skole eller jobb, fra 70 % i 2023 til 81 % i 2024.



## 79 % av yrkesaktive nordmenn oppgir at deres arbeidsplass har regler for digital sikkerhet

Vi ser en signifikant økning i antallet nordmenn som oppgir at deres arbeidsplass har regler for digital sikkerhet, fra 2023 til 2024.



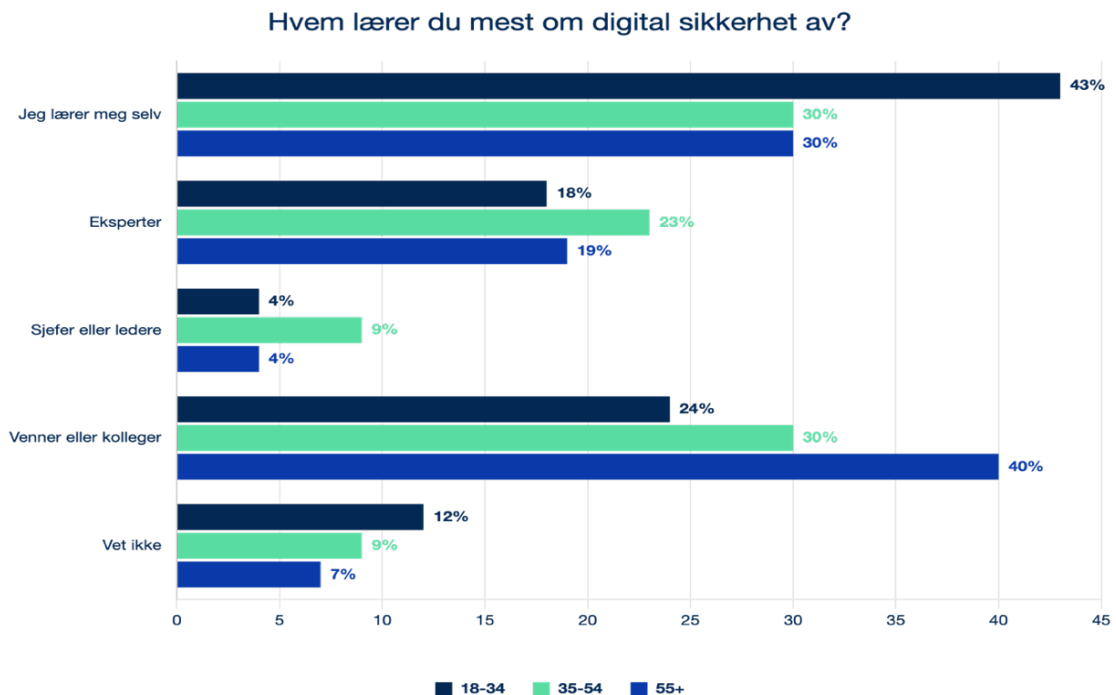
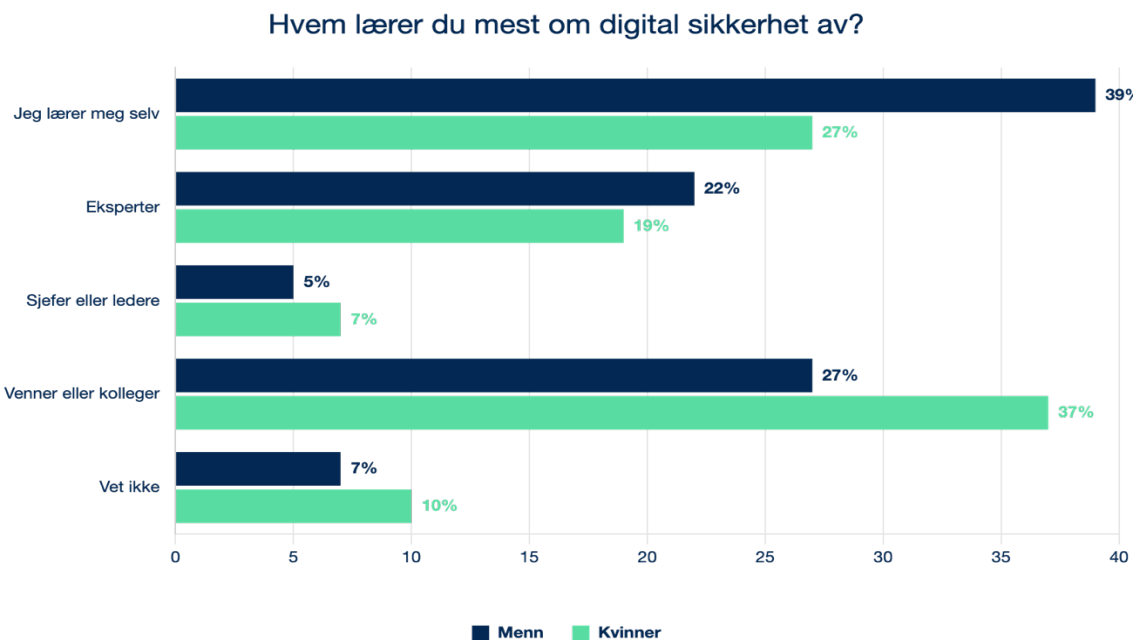
Blant yrkesaktive personer er det 79 % som mener at arbeidsplassen deres har regler for digital sikkerhet. Det er 8 av 10 av yrkesaktive nordmenn, og det inkluderer alle bransjer. Det vitner om at digital sikkerhet er et tema på arbeidsplassen, og at en digital sikkerhetskultur er etablert mange steder.

## KUNNSKAP OG LÆRING

For å kunne etablere og opprettholde en god sikkerhetskultur er vi avhengig av nok faglig påfyll. Det er kanskje spesielt viktig når det gjelder *digital* sikkerhet, ettersom den teknologiske og digitale utviklingen går så raskt fremover som den gjør. På bakgrunn av dette er det ønskelig å se nærmere på hvordan nordmenn lærer om digital sikkerhet.

### Hvordan nordmenn tilegner seg kunnskap om digital sikkerhet

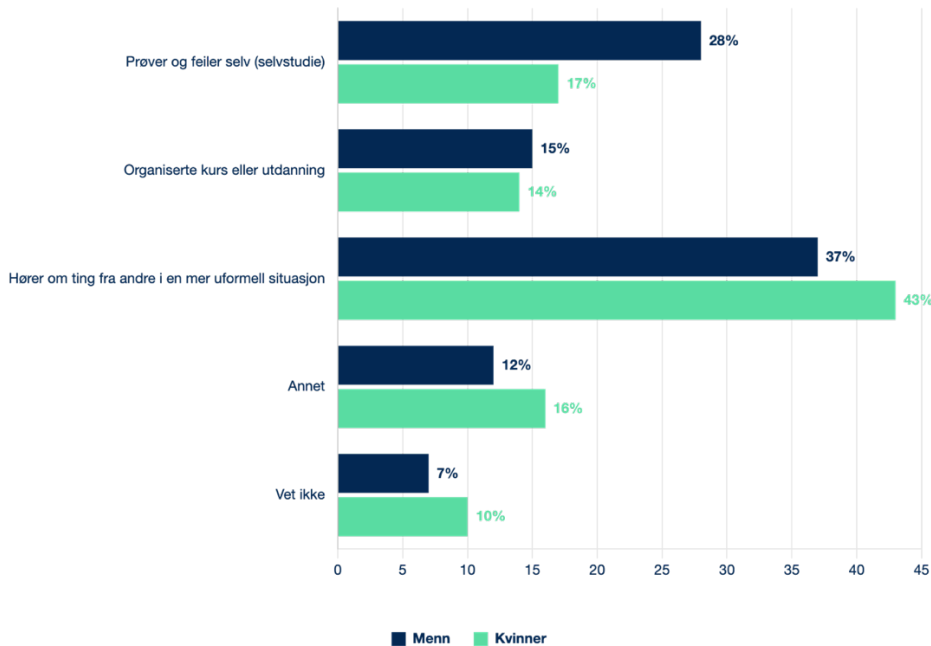
Det er veldig store ulikheter i *hvem* nordmenn lærer mest om digital sikkerhet av. Menn under 34 år er de som i størst grad oppgir at de lærer seg selv. Samtidig ser vi at kvinner over 55 år er de som i størst grad lærer digital sikkerhet av venner og kolleger.



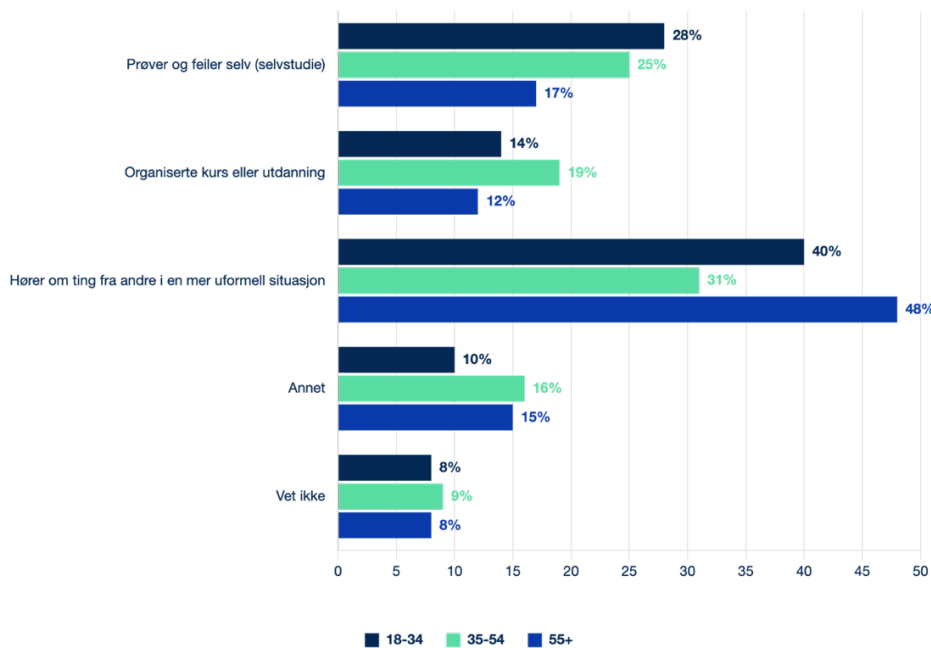
De som bor i de store byene, er de som oftest lærer digital sikkerhet av eksperter. Av nordmenn som er heltidsansatte i en bedrift, lærer 82 % i størst grad av sjefer eller ledere.

Hvem man lærer avhenger naturlig nok sammen med *hvordan* man lærer. Ser vi på hvordan nordmenn lærer om digital sikkerhet, er det igjen menn under 34 som i størst grad sier at de prøver og feiler selv. Det stemmer overens med at de lærer seg selv digital sikkerhet. På samme måte er det kvinner over 55 år som i størst grad hører om ting fra andre i en mer uformell setting. Det kan stemme med at de lærer av venner og kolleger.

Hvordan lærer du vanligvis om digital sikkerhet?



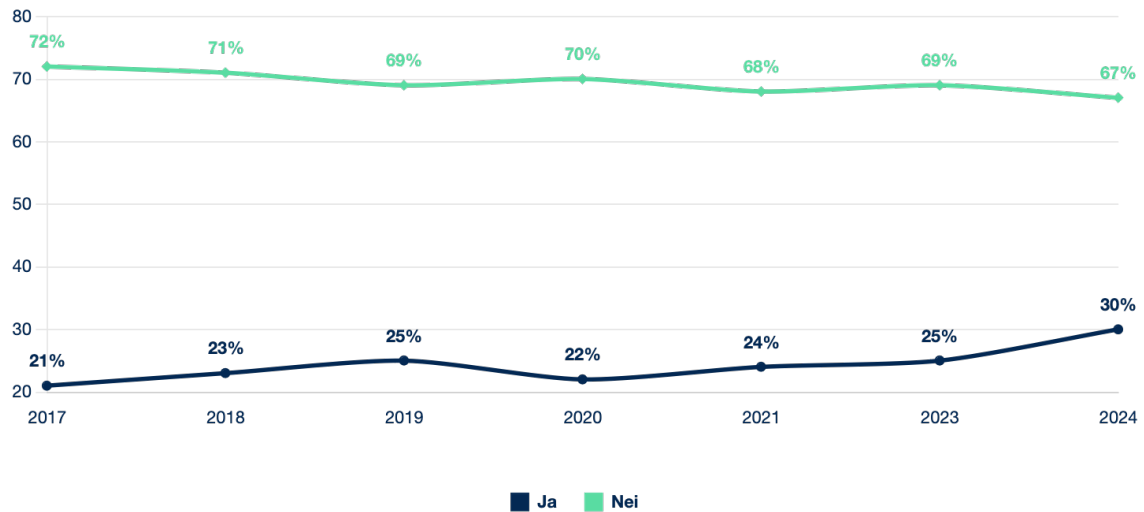
Hvordan lærer du vanligvis om digital sikkerhet?



## Organisert opplæring

Når det blir spurt om nordmenn har fått organisert opplæring i digital sikkerhet i løpet av de siste to årene, er det 30 % som svarer ja. Det er en jevn økning fra 2020, da andelen som svarte ja var på 22 %.

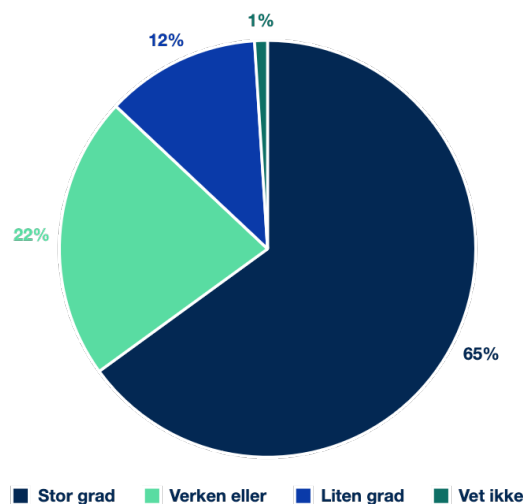
Har du fått organisert opplæring i digital sikkerhet i løpet av de siste to årene?



Ser vi nærmere på hvem som sier at de har fått organisert opplæring, ser vi at heltidsansatte er svært godt representert. Andre yrkesaktive, elever og studenter er også blant de som i større grad svarer at de har fått organisert opplæring.

65 % av alle som har fått organisert opplæring i løpet av de siste to årene, opplever også at det har ført til bedre ferdigheter i ettertid.

Fått bedre ferdigheter etter organisert opplæring



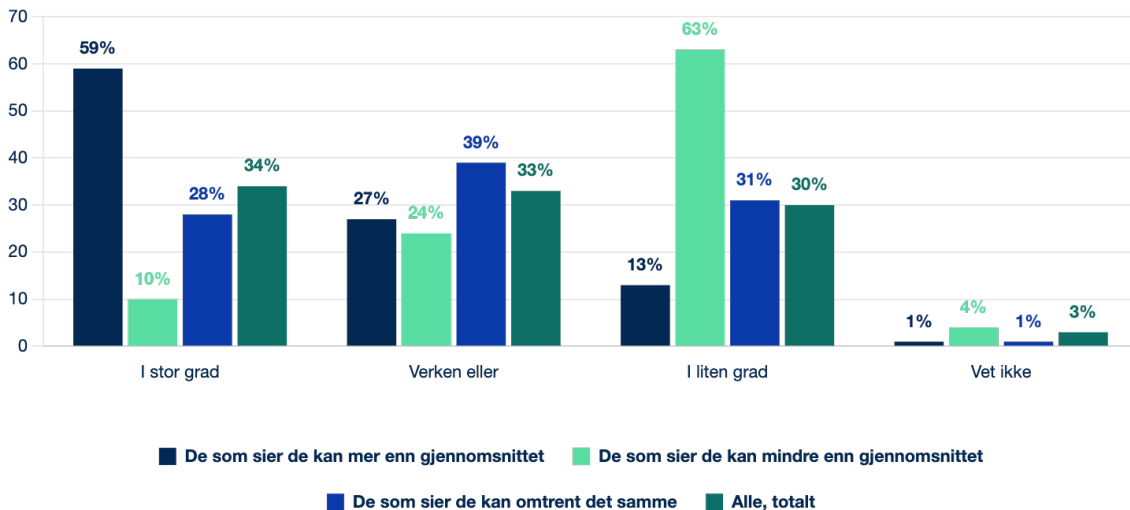


## Læring på egenhånd

34 % av nordmenn sier at de i ganske eller svært stor grad oppsøker informasjon som kan øke ferdighetsnivået. Det ser ut til å henge tett sammen med høyt kunnskapsnivå og interesse for IT og teknologi.

Under ser vi en sammenligning av resultatene fra spørsmålene «i hvilken grad oppsøker du selv informasjon» og «tror du at du kan mer eller mindre om digital sikkerhet enn resten av befolkningen».

Oppsøker du selv informasjon som kan øke ditt ferdighetsnivå?



Her ser vi at de som vurderer seg selv som mer kunnskapsrike enn gjennomsnittet innen digital sikkerhet, også oftere oppsøker informasjon for å lære mer og styrke sine ferdigheter. På samme måte ser vi at de som mener at de kan mindre om digital sikkerhet, i mindre grad også oppsøker informasjon selv.

Tilsvarende ser vi en sammenheng mellom lav interesse for teknologi og IT og begrenset søken etter informasjon. De som oppgir å være ganske eller svært interessert i teknologi og IT, rapporterer i større grad at de aktivt oppsøker informasjon for å forbedre sine ferdigheter.

## BEKYMRINGER OG RISIKOOPPFATTELSE

Normenns bekymringsnivå knyttet til uønskede hendelser på nett har økt fra år til år, og folk er mer bekymret i 2024 enn noen gang tidligere. Unntaket er bekymringen for å bli utsatt for hets eller mobbing på internett, hvor graden av bekymring har gått ned fra 24 % i 2023 til 15 % i 2024.

### DETTE BEKYMRER VI OSS FOR I 2024

At dine bank- eller kredittkort skal bli misbrukt på nett.....	63% (45%)
At ulike virksomheter skal samle inn mye informasjon om hva du gjør på nett....	59% (55%)
At du skal få virus eller lignende på dine digitale enheter.....	55% (55%)
At andre skal utgi seg for å være deg på internett.....	54% (50%)
At dine digitale dokumenter og bilder skal bli ødelagt.....	53% (46%)
At du skal bli lurt til å gi fra deg sensitiv informasjon.....	42% (37%)
At du skal bli hetset eller mobbet på nett.....	15% (24%)

Med prosentandel fra 2023 i parentes.

Normenn viser stor grad av bekymring på enkelte områder, spesielt når det er snakk om former for svindel der den kriminelle parten gjør noe aktivt mot dem. For eksempel er det relativt stor bekymring for at noen andre skal misbruke deres bank- eller kredittkort, at virksomheter skal samle inn for mye informasjon om dem, eller at noen skal utgi seg for å være dem på internett.

**Det er en signifikant økning i bekymringsgraden knyttet til misbruk av bank/kredittkort, fra 45 % i 2023 til 63 % i 2024.**

# 75 %

mener de utsetter seg selv for risiko når de bruker internett

# 91 %

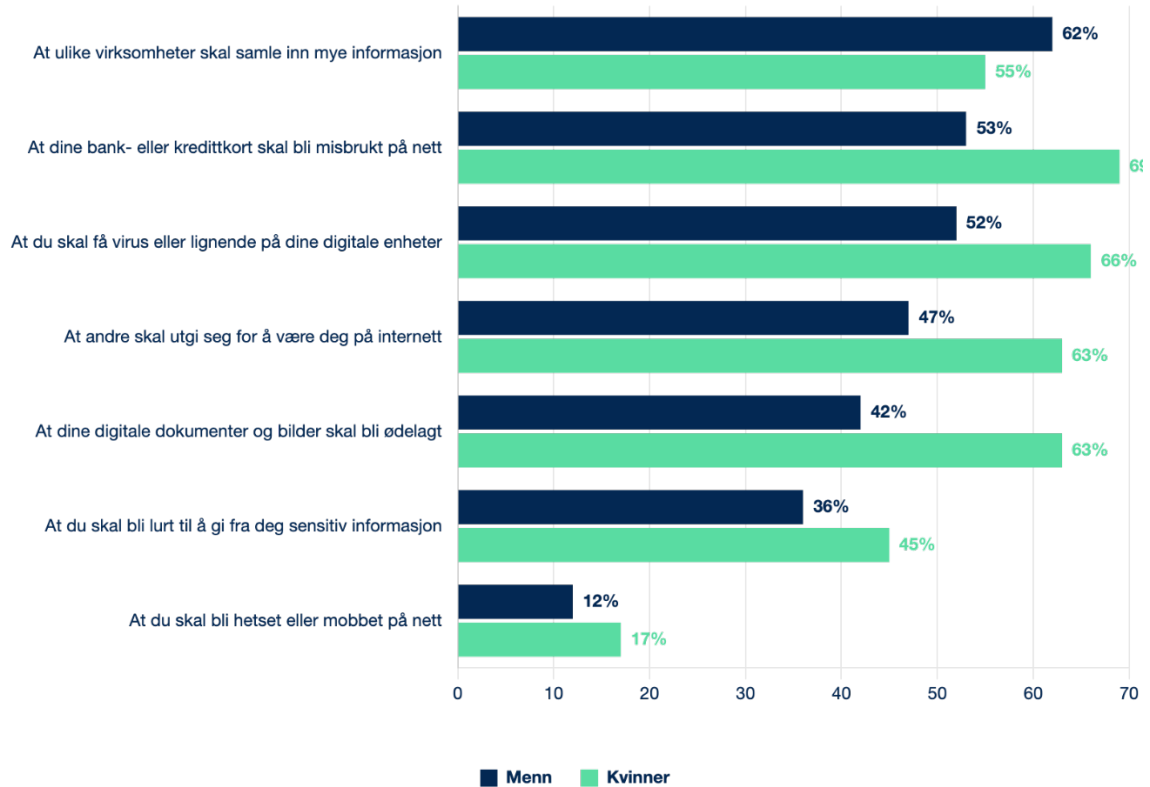
forbinder det å dele passord med andre med høy risiko

Ser vi derimot på situasjoner hvor de opplever at de selv har større grad av kontroll, er de noe mindre bekymret. For eksempel når det er snakk om bekymring for at bilder og dokumenter skal bli ødelagt, eller at de skal bli lurt til å gi fra seg sensitiv informasjon.

## Kvinner er mer bekymret enn menn

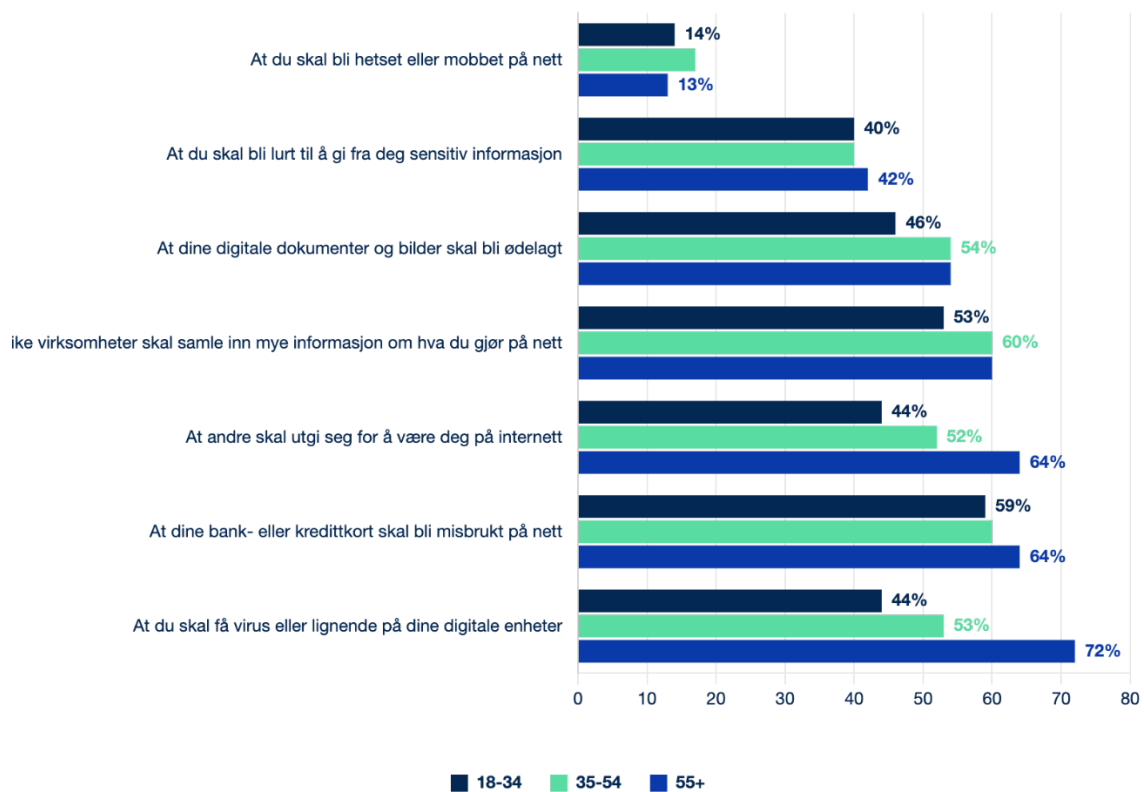
Ser vi på hvordan bekymringene fordeler seg på kjønn, ser vi at jevnt over er det kvinnene som bekymrer seg mest. Det er kun én situasjon hvor vi ser at tendensen snur: Bekymring for at ulike virksomheter skal samle inn mye informasjon om hva vi gjør på nett. Her er det menn som bekymrer seg mest.

### I stor grad bekymret for at følgende skal skje



Fordelt på alderssegmentene ser vi at de i gruppen 55+ er betydelig mer bekymret for at noen skal utgi seg for å være dem på nett, eller for at de skal få virus eller lignende på sine digitale enheter, enn de i alderen 18-35 år.

## Stor grad bekymret for at følgende skal skje

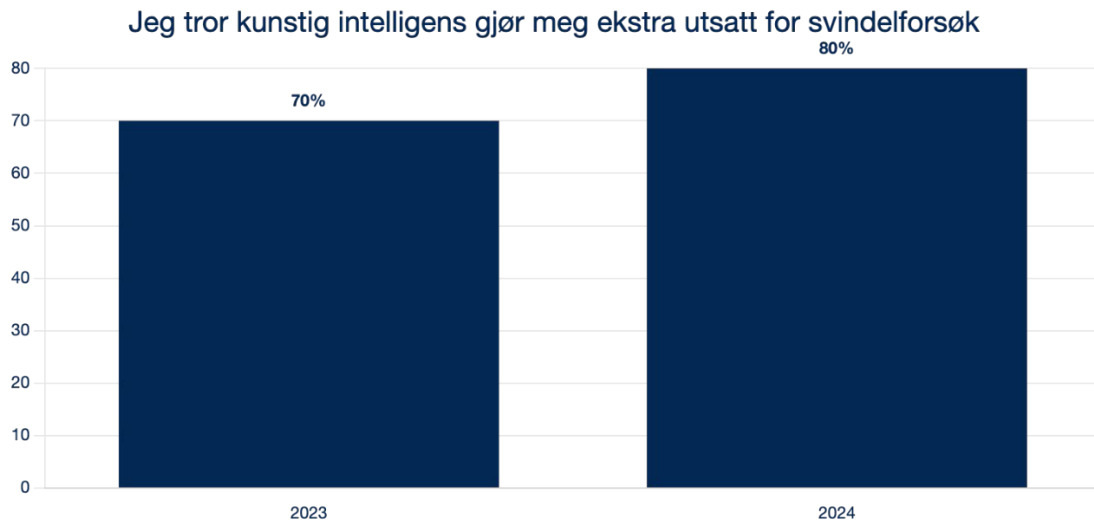


## Kunstig intelligens

Kunstig intelligens kan være et nyttig hjelpemiddel for mange, og det gjelder også for kriminelle aktører. Det er viktig å være oppmerksom på hvilke muligheter som ligger i kunstig intelligens, for å unngå å bli rammet av svindel.

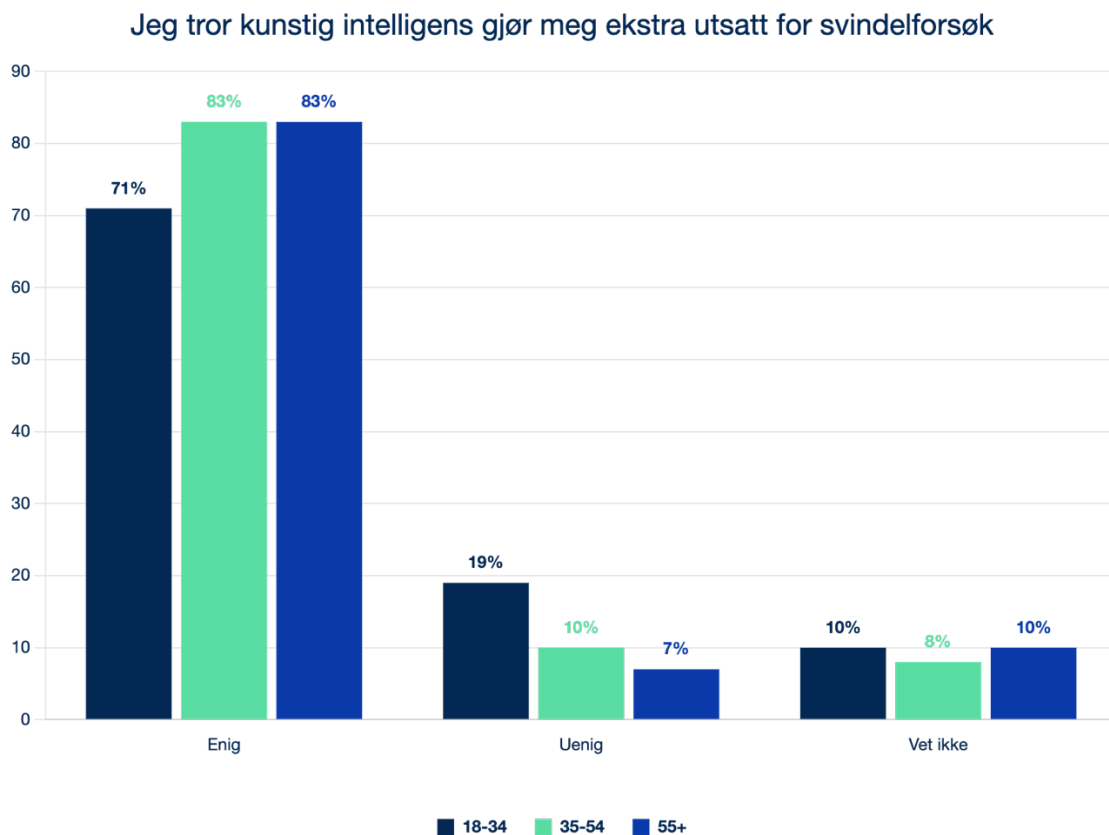
Med kunstig intelligens har kriminelle aktører et nytt verktøy som gjør det enklere å opptre troverdig i sine forsøk på sosial manipulering og phishing. For eksempel er det mulig å tilpasse språket og sjargongen i en e-post slik at innholdet blir mer overbevisende, eller skreddersy selve innholdet i en phishing-kampanje til en eller flere bestemte mottakere.

Kunstig intelligens har også gjort det mulig å lage deepfakes, hvor både lyd og video manipuleres sånn at svindlere enkelt kan gjennomføre telefon- eller videosamtaler og utgi seg for å være andre personer.



80 % av nordmenn er helt eller delvis enig i at kunstig intelligens gjør dem ekstra utsatt for svindelforsøk. Det er en klar økning fra 70 % i 2023.

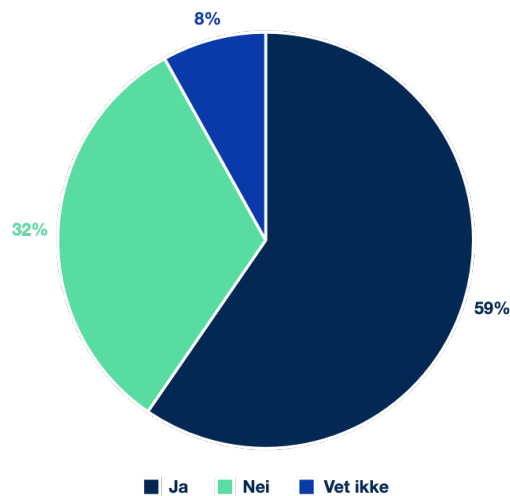
Ser vi på hvordan dette fordeler seg på kjønn, ser vi ingen signifikante forskjeller. Fordeler vi andelen på de ulike aldersgruppene, ser vi at de mellom 18-34 i minst grad uttrykker at de tror kunstig intelligens gjør dem ekstra utsatt for svindel.



## Hvordan bekymringer påvirker praksisen

59 % av nordmenn sier at de har latt være å bruke tjenester på internett som en følge av at de er redd for å bli utsatt for noe kriminelt eller ubehagelig.

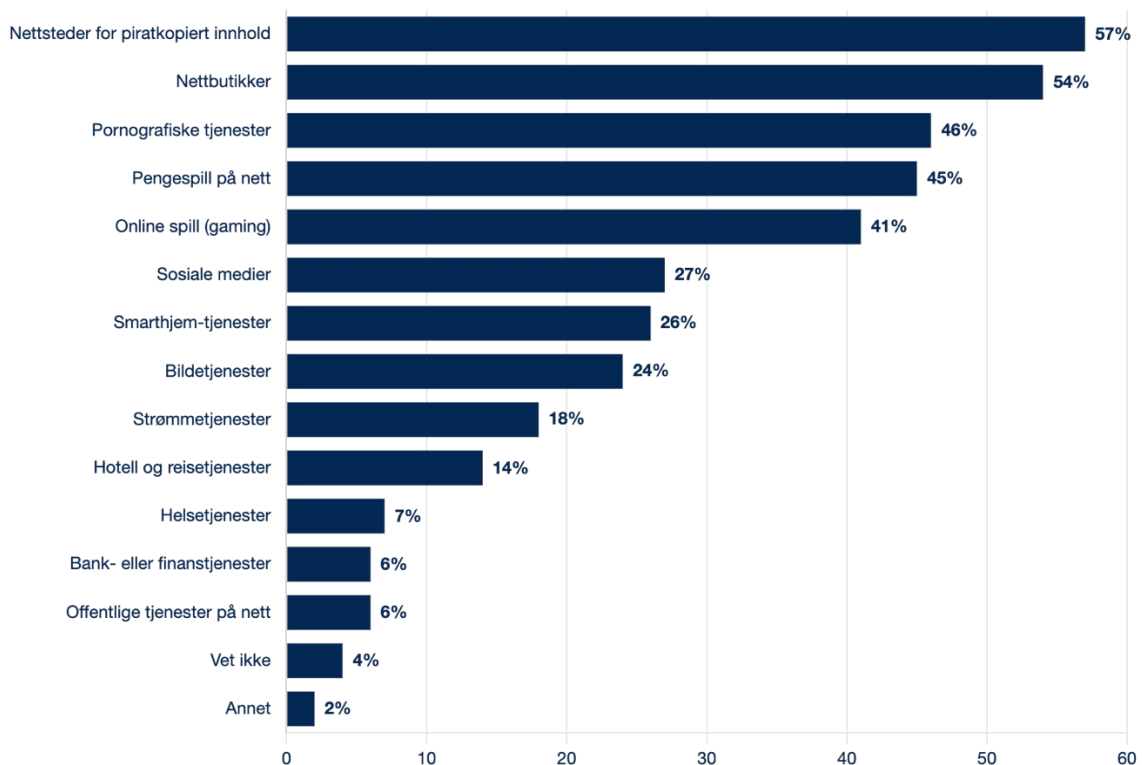
## Har latt være å bruke en tjeneste på internett



## Tjenester nordmenn unnlater å bruke

Av tjenester som mange bruker jevnlig, ser vi for eksempel av nettbutikker skårer høyt over tjenester nordmenn unngår å bruke. 54 % av de som har unngått tjenester på internett, har unngått å handle i en nettbutikk.

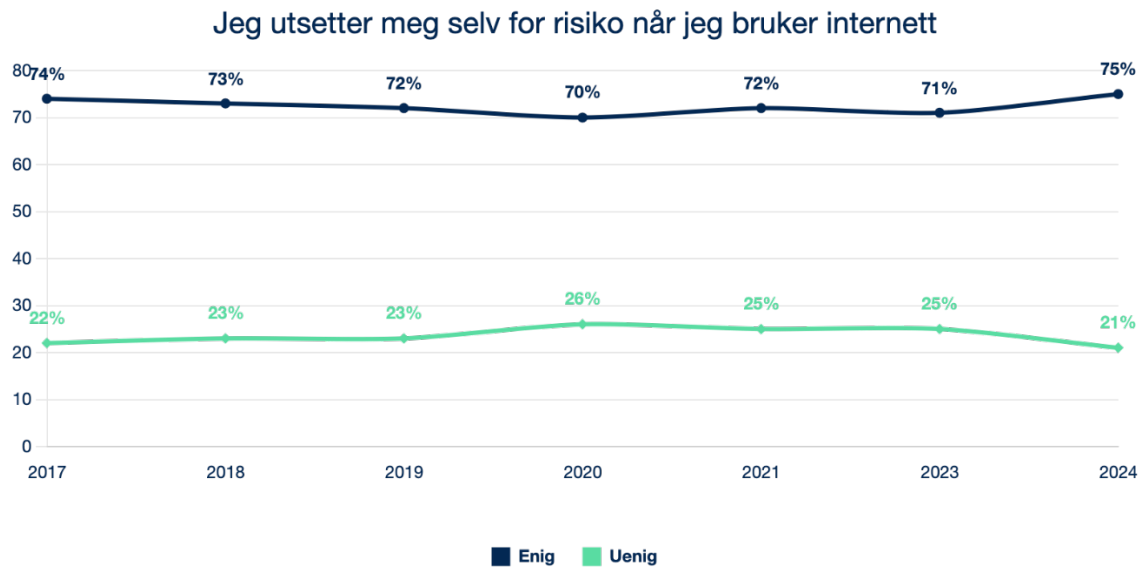
## Hvilke typer tjenester på internett har du latt være å bruke?



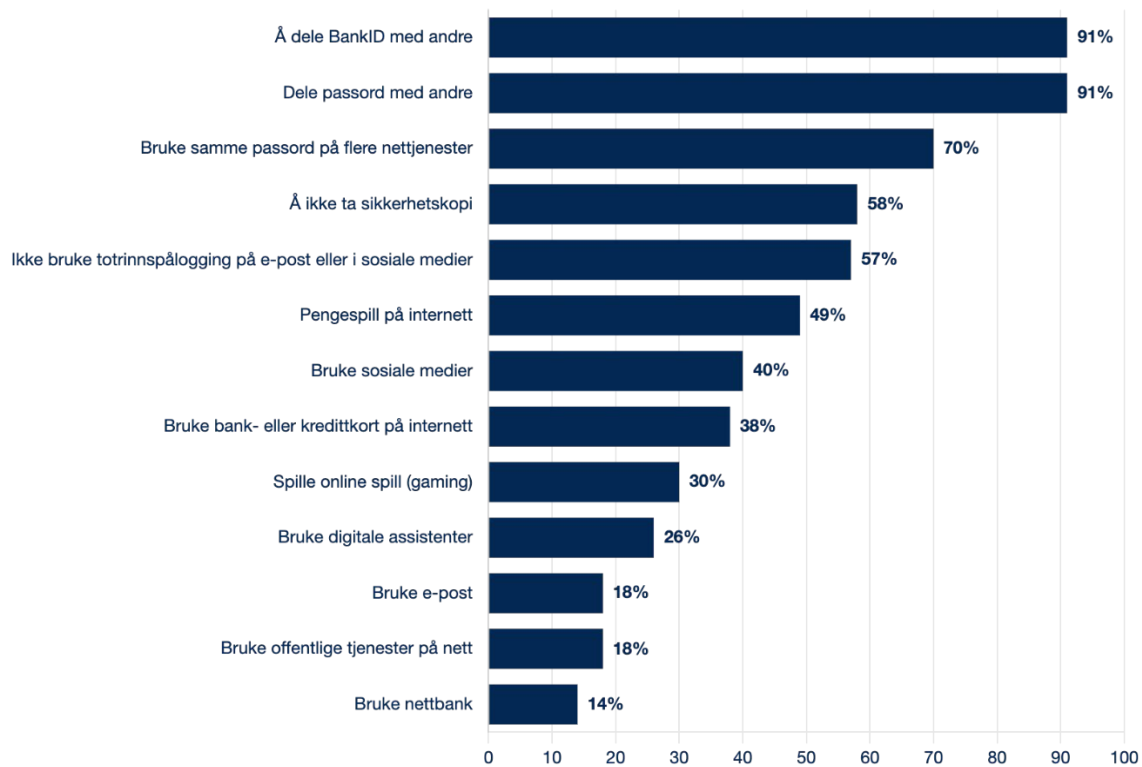
## Risikooppfattelse

Tilgang til internett gir uante muligheter, men det vil alltid også være en viss risiko for skjulte farer. Uten å være bevisst på det kan vi eksponere oss selv for ulike digitale trusler, fra svindel til datainnbrudd. Det er avgjørende å forstå risikoene og ta ansvar for egen sikkerhet på nett. Derfor er det interessant å se på om nordmenn mener at de utsetter seg selv for fare når de bruker internett.

Nordmenns risikooppfattelse er relativt stabil over tid.



## Forbinder følgende aktiviteter med høy risiko



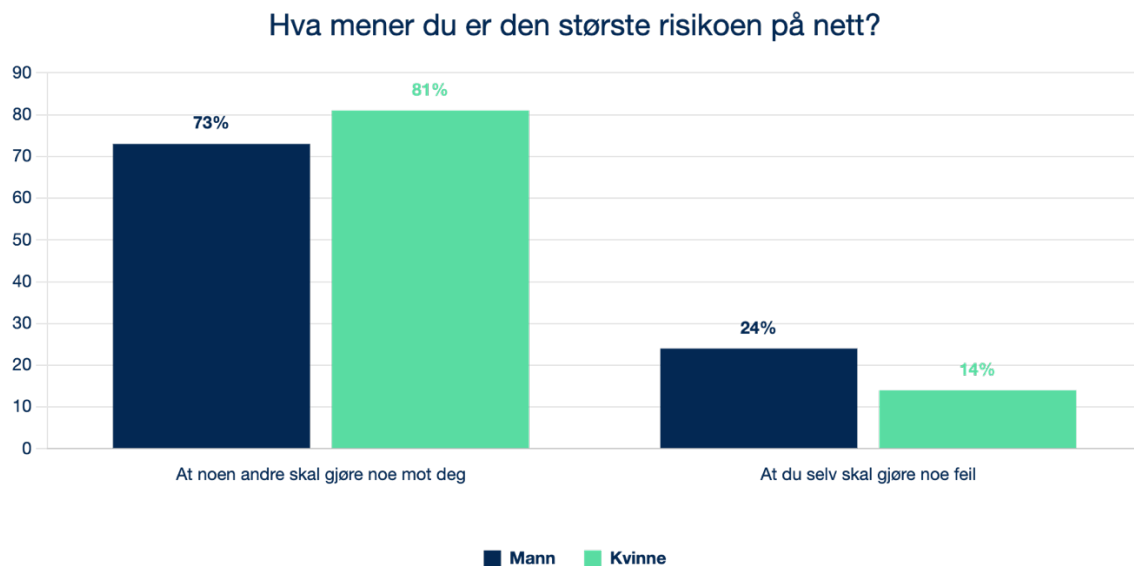
Det nordmenn anser som mest risikofylt i 2024, er å dele BankID og passord med andre. På motsatt side ser vi at de anser det som mindre risikofylt å bruke e-post, offentlige tjenester og nettbank.

Den største endringen ser vi hos de mellom 18-34 år, hvor andelen som kjenner stor grad av bekymring har sunket fra 33 % i 2023 til 12 % i 2024.

I tillegg ser vi at andelen nordmenn mellom 18-34 år som kjenner stor grad av bekymring for å bruke offentlige tjenester på nett, har sunket signifikant fra 38 % i 2023 til 16 % i 2024. Det samme ser vi i forbindelse med bekymring knyttet til bruk av bank- og kredittkort på internett. Her har andelen av de mellom 18-34 år sunket fra 40 % i 2023 til 31 % i 2024.

## Ser ikke på seg selv som en risiko

77 % av nordmenn mener at den største risikoen på nett er at noen andre skal gjøre noe mot dem, mot 19 % som er redd for at de selv skal gjøre noe feil. Ser vi denne vurderingen fordelt på kjønnene, ser vi noen ulikheter.





## ADFERD OG SIKKERHETSPRAKSIS

Vi skal se nærmere på hva nordmenn faktisk gjør for å sikre seg i den digitale sfæren.

Kunnskap og gode vaner er viktige for digital sikkerhet, men det er også nødvendig å se på hva vi faktisk gjør for å beskytte oss. Grunnleggende tiltak som sterke passord, totrinns pålogging, jevnlig oppdateringer av enheter, sikkerhetskopiering av data, skepsis til mistenkelige lenker og å være oppmerksom på nettkriminalitet, er alle viktige steg for å unngå digitale farer. Det er gjennom sikker adferd vi best beskytter oss mot trusler på nettet.

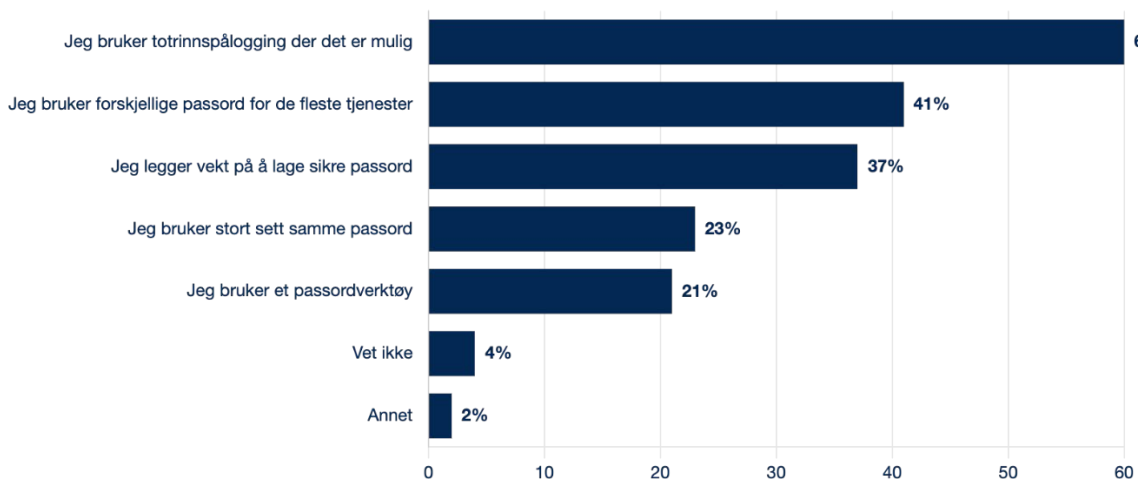
# 23 %

braker stort sett samme passord

### Passord i privat sammenheng

Vi har spurt nordmenn hvordan de bruker passord i privat sammenheng. Alternativene "jeg bruker stort sett samme passord" og "annet" var første gang med i 2023.

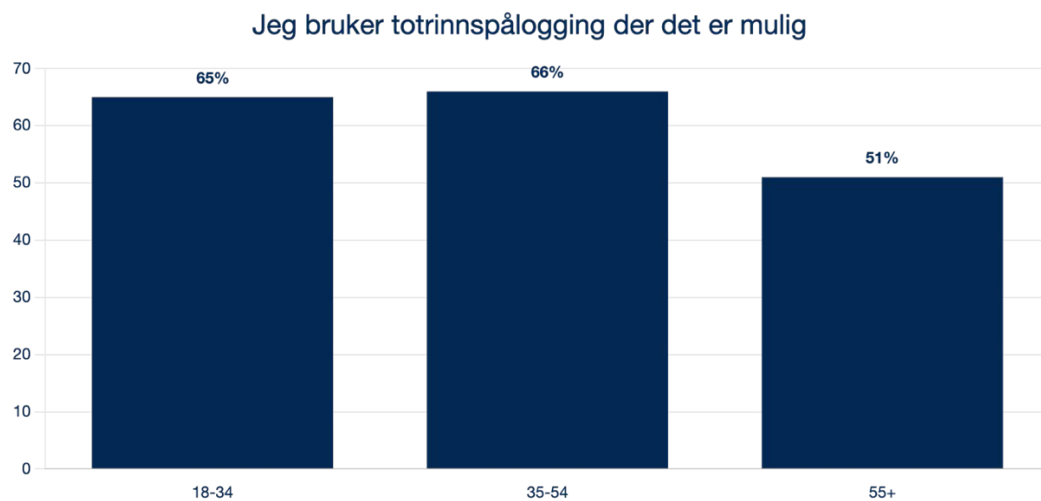
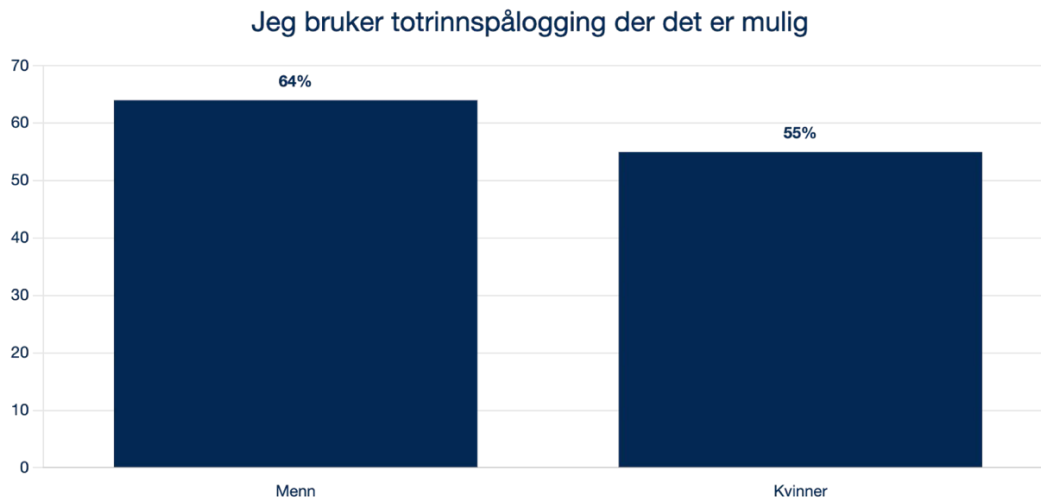
Hvordan bruker du passord i privat sammenheng?



### Flere benytter totrinns pålogging

I 2023 oppga 50 % av nordmenn at de benyttet seg av totrinns pålogging der det er mulig, i 2024 har andelen steget til 60 %.

Menn oppgir i noe større grad at de benytter totrinns pålogging enn kvinner, med 64 % mot 55 %. Når det kommer til ulike aldersgrupper, er det de over 55+ som oppgir at de i lavest grad benytter seg av totrinns pålogging, med 51 %.



## 23% av nordmenn bruker stort sett samme passord

I 2023 spurte vi for første gang hvor mange som «stort sett bruker samme passord» i privat sammenheng. 17 % av nordmenn svarte at de stort sett brukte samme passord i 2023, og i 2024 har antallet gått opp til 23 %.

Her finner vi ingen signifikante forskjeller mellom kjønnene. Ser vi på alderssegmentene, er det de i alderen 18-34 år som i størst grad oppgir å bruke samme passord, med 30 %.

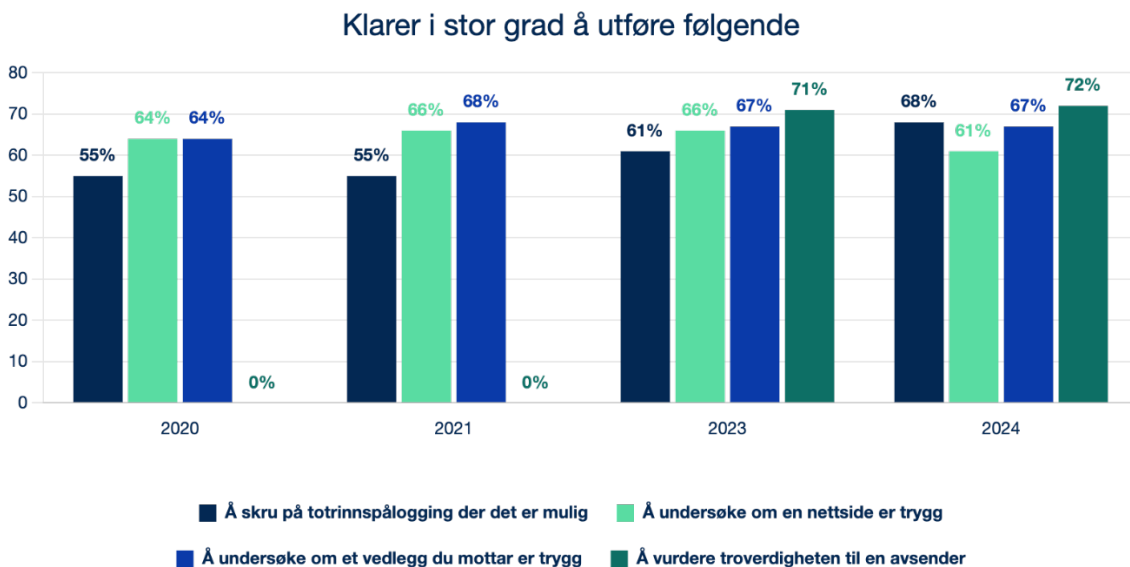
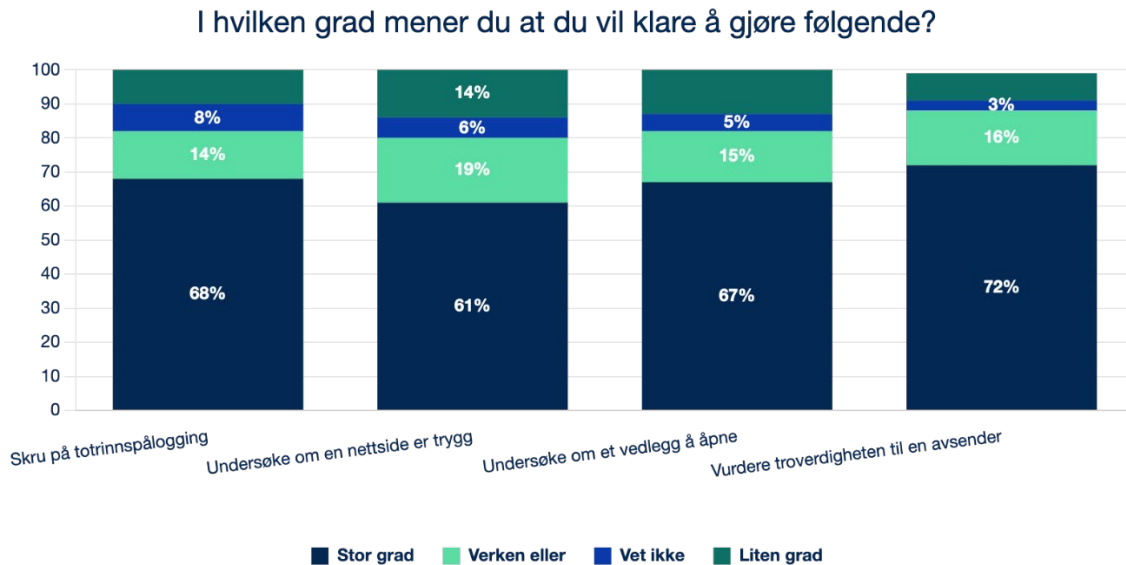
## Bruk av passordverktøy

21 % av befolkningen oppgir at de benytter seg av et passordverktøy for å hjelpe dem håndtere ulike passord. Her finner vi signifikante forskjeller mellom de ulike alderssegmentene.

I alderssegmentene 18-34 år og 35-54 år oppgir 28 % at de benytter seg av passordverktøy, mens det til sammenligning er 10 % av de over 55 år som oppgir det samme. Kvinner benytter seg i mindre grad av passordverktøy enn menn, med henholdsvis 16 % mot 25 %.

## Evne til å gjennomføre sikkerhetstiltak

Vi har spurt nordmenn i hvilken grad *de mener at de er i stand til* å gjennomføre en rekke digitale sikkerhetstiltak. I 2023 ble alternativet «Å vurdere troverdigheten til en avsender» lagt til.



Det har vært en jevn økning på nordmenns egenvurdering av evne til å gjennomføre sikkerhetstiltak de siste tre årene. Flere mener i 2024 at de selv klarer i stor grad å gjennomføre sikkerhetstiltak.

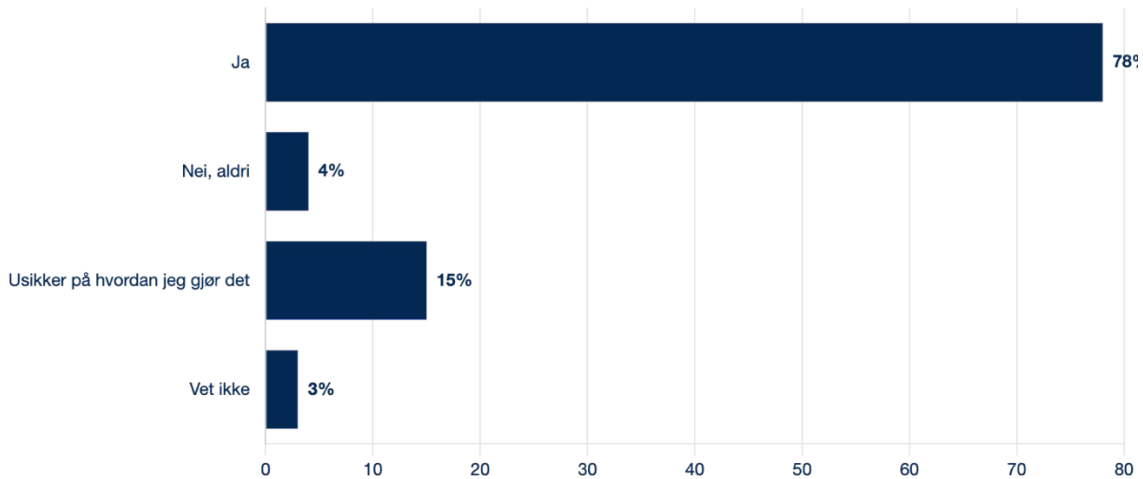
I påstanden «*Jeg skrur på totrinnspålogging der det er mulig*» i forbindelse med passordbruk, ser vi at menn i større grad enn kvinner svarer at de aktiverer totrinnspålogging. På samme måte ser vi her at menn i større grad enn kvinner også har *tro på at de klarer å skru på totrinnspålogging*. De som er over 55 år, utviser større usikkerhet og mindre *tro på* at de klarer dette. Denne tendensen ser vi også på de andre sikkerhetstiltakene.

Jevnt over ser vi at menn i større grad enn kvinner mener at de kan iverksette de ulike sikkerhetstiltakene. De mellom 18-34 år har størst tro på egne evner til å iverksette ulike sikkerhetstiltak, og de over 55 år er mer usikre enn de øvrige alderssegmentene.

## Undersøke om en nettside er trygg

78 % av befolkningen svarer at de undersøker om en nettside er trygg før de bruker den<sup>1</sup>. Dette inkluderer de som svarer at de sjekker «av og til», «som regel» og «alltid».

Undersøker du om en nettside er trygg før du bruker den?



# 15 %

er usikre på  
hvordan de skal  
sjekke om en  
nettside er trygg

# 9 %

er usikre på  
hvordan de skal  
sjekke om et  
vedlegg er trygt

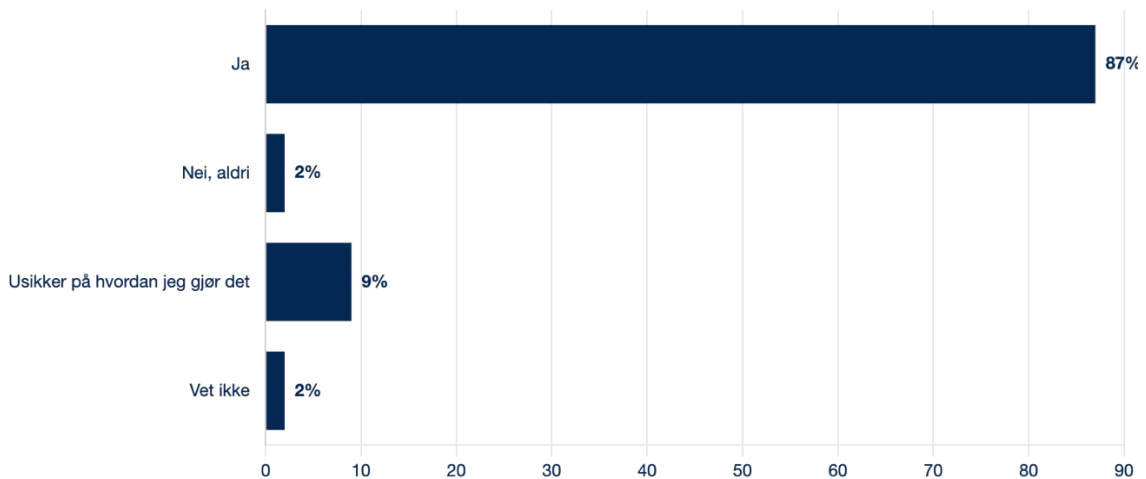
## Undersøke om lenker og vedlegg er trygge

Når vi spør respondentene om de undersøker lenker og vedlegg før åpning<sup>2</sup>, ser vi at 87 % svarer at de gjør det. Det inkluderer de som har svart «av og til», «som regel» og «alltid». Det er 9 % som svarer at de er usikre på hvordan det gjør det.

<sup>1</sup> På spørsmålet «Undersøker du om en nettside er trygg før du bruker den?» ble det i 2024 lagt til et nytt svaralternativ «Usikker på hvordan jeg gjør det». Det gjør at spørsmålet ikke er direkte sammenlignbart med tidligere års besvarelser.

<sup>2</sup> På spørsmålet «Undersøker du om lenker og vedlegg du mottar er trygge før du åpner dem?» ble det i 2024 lagt til et nytt svaralternativ «Usikker på hvordan jeg gjør det». Det gjør at spørsmålet ikke er direkte sammenlignbart med tidligere års besvarelser.

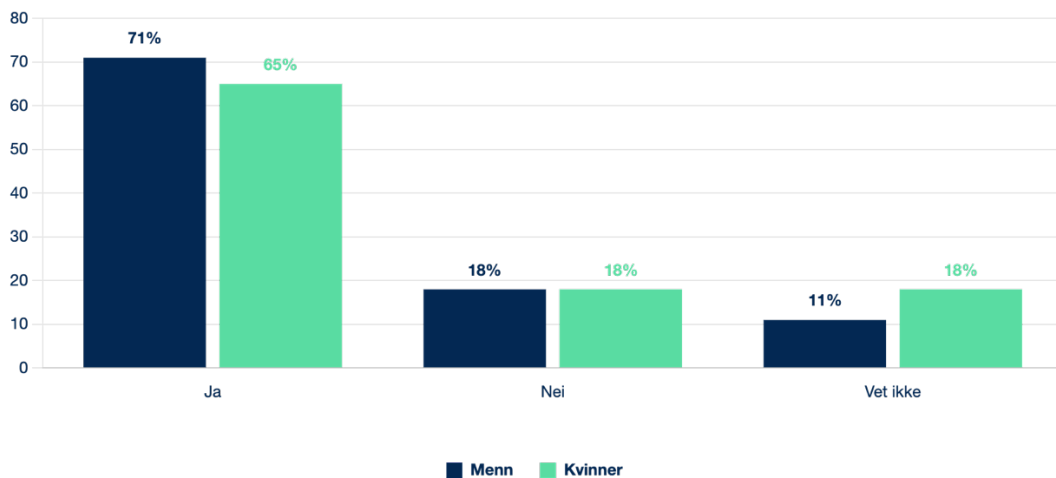
### Undersøker du om lenker og vedlegg du mottar er trygge før du åpner dem?



## Sikkerhetskopier

I 2023 stilte vi for første gang spørsmålet: «Finnes det sikkerhetskopier av dine dokumenter og bilder?». Det er ingen vesentlige endringer mellom 2023 og 2024. Kvinner er i større grad enn menn usikre på om det finnes sikkerhetskopier av deres dokumenter og bilder.

### Finnes det sikkerhetskopier av dine bilder og dokumenter?

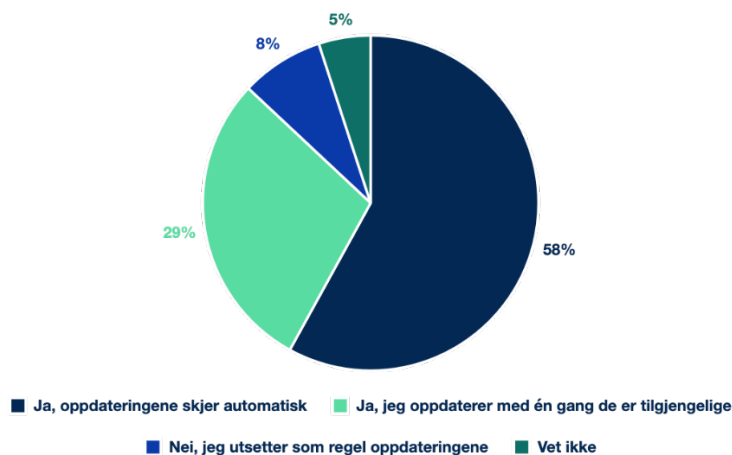


## Nordmenn er flinkere til å oppdatere apper og systemer

I 2020 oppgav 70 % av nordmenn at de regelmessig oppdaterte apper og systemer på sine smarttelefoner og datamaskiner. I 2024 ligger prosentandelen på 87 %.

Ser vi nærmere på hvordan de oppdaterer, ser vi at 58 % av de som oppdaterer regelmessig, svarer at oppdateringene skjer automatisk. 29 % oppdaterer så snart en oppdatering er tilgjengelig.

## Oppdateres appene og systemene regelmessig?



## Økning i andelen nordmenn som tar sjanser på nett

Å ta sjanser på nett innebærer høyere risiko, men mange gjør det fordi farene virker fjerne. Det er som å kjøre bil uten sikkerhetsbelte. Det føles trygt helt til noe går galt – da blir konsekvensene merkbare.

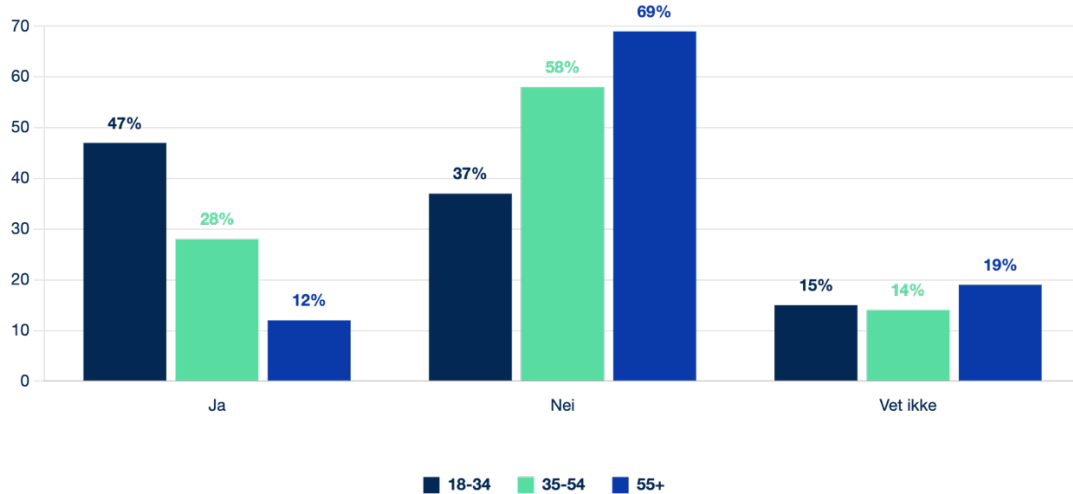
I 2020 svarte 16 % av nordmenn «ja» til følgende påstand: «*Det hender jeg tar sjanser som jeg vet er risikable på internett.*» Denne andelen av nordmenn har siden 2020 hatt en jevn oppgang og ligger i 2024 på 26 %.

**26 %**  
tar sjanser de vet er  
risikable på internett

## 47 % mellom 18 og 34 år tar sjanser på nett

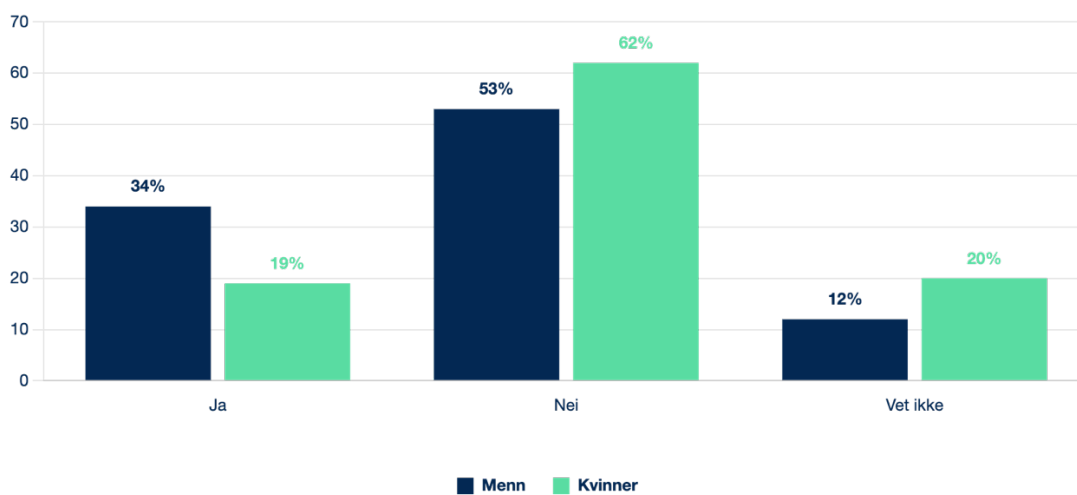
Det er signifikante skiller mellom de ulike aldersgruppene når det kommer til å ta sjanser på nett. I hvor stor grad nordmenn bevisst tar sjanser på nett som er risikable, er avtagende med alderen. Størst er den hos 18-34 åringer, med 47 %, og lavest blant de over 55 år, med 12 %.

Det hender jeg tar sjanser som jeg vet er risikable på internett



Menn oppgir i større grad enn kvinner at de tar sjanser på nett, og av de som har svart «vet ikke», finner vi en større andel kvinner enn menn.

Det hender jeg tar sjanser som jeg vet er risikable på internett



## ELEKTRONISK ID OG SVINDEL

Elektronisk ID (eID) er et elektronisk identitetsbevis og benyttes for å bekrefte en persons identitet. På samme måte som at vi viser fysisk legitimasjon når vi for eksempel henter ut rekommandert post, bruker vi en elektronisk ID for å bekrefte vår identitet på nett.

### BankID

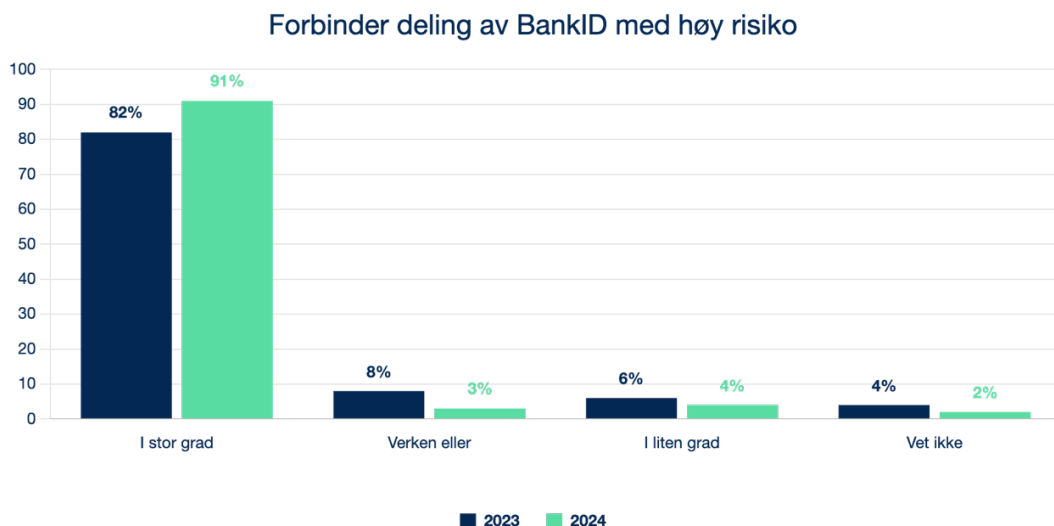
4,5 millioner nordmenn har BankID, som er bankenes egen eID. Det er den mest brukte eID-en i Norge, og derfor bruker vi den som eksempel i denne rapporten.

BankID gir muligheten til å signere digitalt, logge inn i norske banker og gjennomføre kjøp og transaksjoner. I tillegg fungerer BankID som eID på offentlige og private tjenester. Det er med andre ord høy risiko for å kunne bli utsatt for svindel og ID-tyveri dersom BankID-en skulle komme på avveie.



### 91 % av nordmenn forbinder det å dele BankID med høy risiko

I 2023 oppgav 82 % av nordmenn at de forbinder det å dele BankID med høy risiko. I 2024 ligger tallet på 91 %.



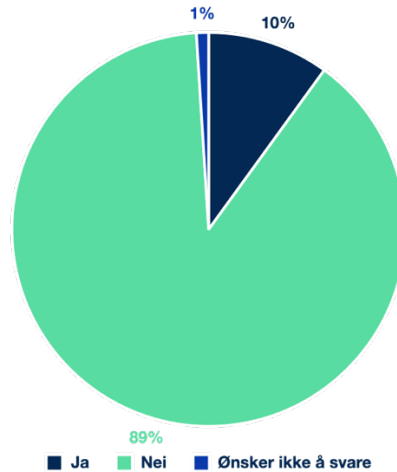
Det er ingen signifikante forskjeller mellom kjønnene, men aldersgruppen 18-34 har noe lavere risikooppfattelse knyttet til deling av BankID enn landsgjennomsnittet. 85 % i dette alderssegmentet forbinder deling av BankID med høy risiko, mot landsgjennomsnittet på 91 %.



## Deling av BankID

Omtrent 450.000 (10 %) nordmenn oppgir at de har latt andre bruke deres BankID i løpet av det siste året. Her finner vi ingen signifikante forskjeller mellom kjønnene eller de ulike alderssegmentene.

Har du latt andre bruke din BankID i løpet av det siste året?



## Hvem nordmenn deler sin BankID med

### LÅNT BORT MIN BANKID TIL

Ektefelle/samboer.....	69% (50%)
Barna mine.....	14% (26%)
Mine foreldre.....	9% (21%)
Annen familie.....	9% (17%)
Andre personer jeg kjenner.....	2% (11%)
Personer i bank, politi, NAV.....	2% (8%)
Andre.....	0% (5%)

*Viser andelen av de som har lånt bort sin BankID. 2023 i parentes.*

Kvinner oppgir i noe større grad enn menn at de har latt sin ektefelle/samboer bruke deres BankID i løpet av det siste året, med 72 % mot 66 %.

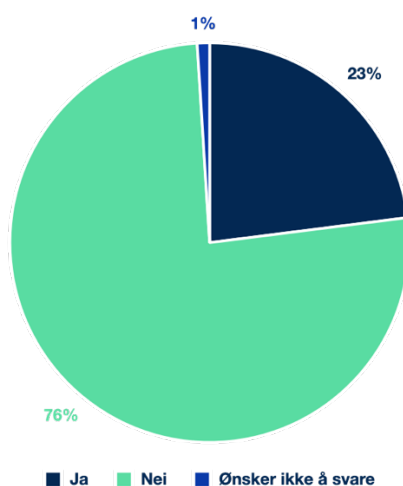
I aldersgruppen 18-34 år deler 2 av 4 BankID med ektefelle eller samboer, 1 av 4 med foreldre, og 1 av 4 deler med annen familie.

I aldersgruppen 55+ oppgir 8 av 10 at de har latt sin ektefelle/samboer bruke deres BankID i løpet av det siste året, mens 2 av 10 deler med barna sine.

## 1 million nordmenn har brukt andres BankID

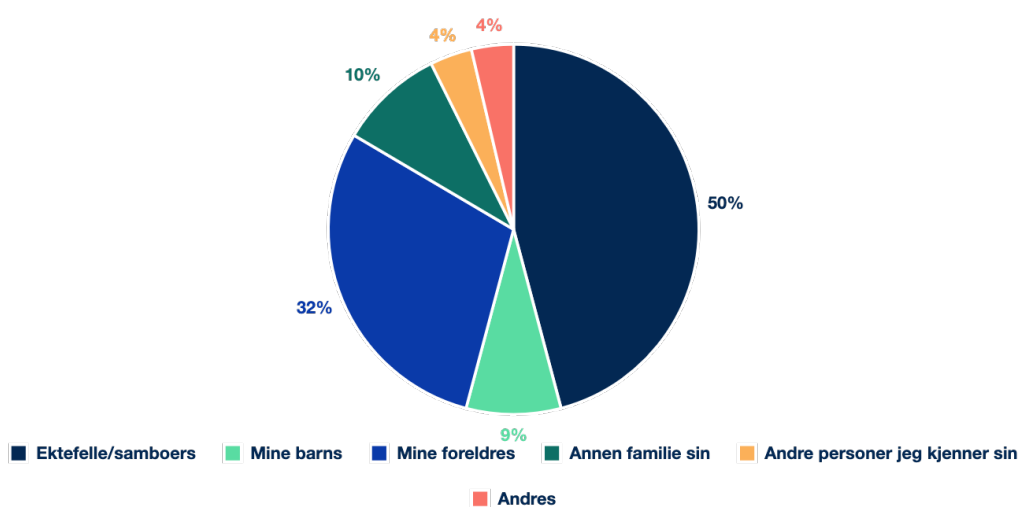
I 2023 oppgav 31 % av nordmenn at de har brukt andres BankID i løpet det siste året. I 2024 ser vi en signifikant nedgang, med 23 % som oppgir det samme.

## Har du brukt andres BankID i løpet av det siste året?



I likhet med 2023 er det i hovedsak ektefelle/samboers og foreldres BankID som benyttes. Menn benytter seg i større grad av ektefelle/samboers BankID, mens kvinner i større grad enn menn benytter foreldres BankID.

## Hvem sin BankID har du brukt?



## LÅNT BANKID TIL

Ektefelle/samboer.....	50% (46%)
Mine foreldre.....	32% (30%)
Annen familie.....	10% (17%)
Barna mine.....	9% (14%)
Andre personer jeg kjenner.....	4% (12%)
Andre.....	4% (6%)

Andelen av de som har brukt andres BankID. 2023 i parentes.

## Årsaker til å dele BankID - 1 av 4 mener BankID er for komplisert

32 % av de som deler BankID, gjør det fordi de stoler på hverandre og deler pålogginger. Det kan for eksempel dreie seg om kort- eller betalingsløsninger i en felles husholdning.

### GRUNNER TIL Å LÅNE BORT BANKID

Vi stoler på hverandre og deler pålogginger.....	32% (29%)
For komplisert og jeg/vedkommende trenger hjelp til å logge på.....	25% (19%)
Vi har en tjeneste som kun en av oss har tilgang til (f.eks. forsikring).....	15% (19%)
Det er vanskelig å få fullmakt til å bruke egen BankID.....	7% (13%)
Jeg ikke har vært klar over at det ikke er tillatt.....	3% (10%)
Annet.....	14% (10%)
Ønsker ikke å svare.....	10% (10%)
Vet ikke.....	6% (13%)

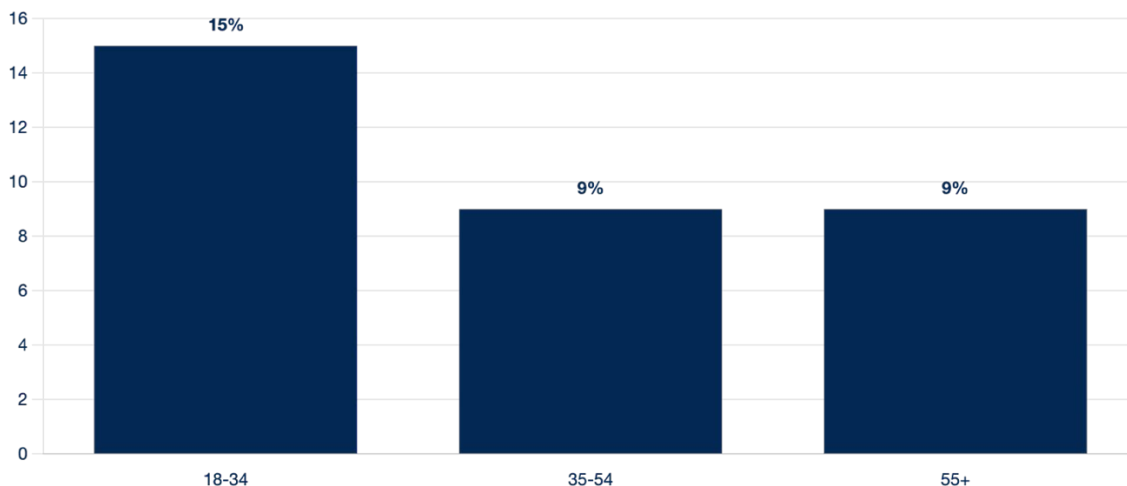
Oppgitt årsak til at de har lånt bort sin BankID. 2023 i parentes.

## Svindel

NorSIS har tidligere år spurt følgende spørsmål: «Har du opplevd at noen har svindlet deg for penger på internett?» I årets undersøkelse er spørsmålet endret til å omfatte de siste to årene. Det gir utslag på besvarelsene og er dermed ikke sammenlignbart mot tidligere år.

11 % av nordmenn oppgir at de har blitt svindlet i løpet av de siste 2 årene. Av de som svarer at de har blitt svindlet, er det ingen signifikante forskjeller mellom kvinner og menn. Derimot ser vi at det er særlig de i alderen 18-34 år som har opplevd å bli svindlet på nett.

Svindlet for penger på internet siste to årene



Ser vi nærmere på hvilken type nettsvindel de har blitt utsatt for, ser vi at 45 % av disse har opplevd å ha betalt for varer eller tjenester de ikke har mottatt. 17 % har gitt fra seg kort- eller bankopplysninger til en falsk nettside eller svindler.

## HVORDAN SVINDLET FOR PENGER PÅ NETT

Betalt for vare/tjeneste som jeg ikke har mottatt.....	45%
Annen måte.....	29%
Gitt fra meg kort/bankopplysninger til en falsk nettside eller svindler.....	17%
Gjort investeringer som viste seg å være svindel.....	9%
Blitt kjent med noen på nettet som lurte meg til å overføre penger til dem...	4%