

# HVORDAN SIKRE BARNNA PÅ NETT

Slettmeg.no mottar mange henvendelser fra unge som har hatt ubehagelige opplevelser på internett, men som ikke tør å diskutere dette hjemme. For å sikre barnas trygghet på internett er det avgjørende at foreldre viser interesse for deres digitale liv.

Det er viktig å finne en balanse mellom å beskytte barna og respektere deres rett til privatliv og ytringsfrihet. Derfor er det viktig å snakke sammen! Ved å snakke åpent om positive og negative opplevelser på internett blir terskelen for å si ifra hvis de opplever noe fint eller ubehagelig lavere. For å komme i gang har vi valgt ut fire temaer som dere kan snakke om og jobbe med sammen.

## INNSTILLINGER

### Apper

Ta en gjennomgang på apper og plattformer som barna bruker. Passer de barnets alder og modenhetsnivå?

### Personvern

Kryss av i innstillingene så appen ikke deler flere personlige opplysninger enn nødvendig.

### Foreldreinnstillinger

Dette er verktøy og innstillinger som kan hjelpe deg med å filtrere ut uønsket innhold eller annet innhold med høyere aldersgrense.

## PASSORD

### Setning

Lag gjerne en setning som passord – vanskeligere å gjette, dette styrker sikkerheten!

### Ulike passord

Ikke bruk samme passord flere steder. Dette kan medføre at uvedkommende som får tilgang på én konto raskt får kontroll på flere.

### Ikke del passord

Mange barn deler passord med vennene sine, passord er privat og bare ditt!

## DELING AV VIDEO OG BILDER

### Spør om samtykke

Norsk lov sier at man må spørre om samtykke før man deler bilder og videoer av andre.

### Deling

Personer som **deler krenkende eller åpenbart private bilder, film eller lydopptak av andre**, f.eks. av at noen blir utsatt for vold eller andre ydmykelser, kan straffes med bot eller fengsel i inntil ett år. (politiet.no)

## NETTVENNER OG CHAT

### Venneforespørsler

Legges ditt barn til som venn, kontakt personen gjennom en annen kanal (eks. sms) for å sjekke om det er en reel forespørsel.

### Nettvenner som vil treffes

Vet barnet ditt hva det skal gjøre dersom en nettvenn spør om å møtes fysisk? Snakk sammen om hva de bør gjøre.

### Plagsomme "venner"

Snakk om hva barnet skal gjøre hvis noen prøver å overtale dem til å gjøre noe de ikke selv ønsker på nett.



På [norsis.no](https://norsis.no) kan du se hele sjekklisten for hvordan du kan sikre dine barn bedre på internett. [norsis.no/sjekklister-hvordan-sikre-barna-pa-nett](https://norsis.no/sjekklister-hvordan-sikre-barna-pa-nett)

# ØVELSER I NETTVETT

Det er viktig å snakke med barna om hvilke situasjoner de kan støte på i den digitale verden, og hvordan de skal håndtere dem.

Her har vi laget noen spørsmål som dere kan snakke sammen om, de passer for barn fra 4. trinn.

## 1 CHATTEFORESPØRSEL – ER DET GREIT?

Du har en spillevenn som spør om dere kan chatte sammen et annet sted. Hva gjør du?

### Spørsmål til barn:

Tror du det er trygt? Hvorfor eller hvorfor ikke? Når bør du si fra til noen voksne hjemme?

### Spørsmål til voksne:

Hvordan ville du rådet ditt barn til å håndtere denne situasjonen?  
Hvordan kan barnet være sikker på at brukernavn stemmer med personen?

## 3 ER DET SANT – ELLER ER DU I FERD MED Å BLI LURT?

Du leser en nyhet eller ser en video som du gjerne vil dele med andre. Men hvordan vet du at innholdet er sant?

### Spørsmål til barn:

Hva er det med dette innholdet som gjør at du tror at det er sant, og hva gjør at du begynner å tvile?

### Spørsmål til voksne:

Hva ville du sett etter for å sjekke om et innslag er sant? Hvor troverdig er avsender?

## 2 DU SER NOE SOM DU IKKE LIKER – HVA SKAL DU GJØRE?

Du kommer over et bilde eller en video som er skummelt eller ekkelt.

### Spørsmål til barn:

Hvordan føler du deg, og hva tenker du å gjøre?

### Spørsmål til voksne:

Hvordan kan du støtte barnet i denne situasjonen?  
Hvilket forhold har dere til aldersgrenser og foreldreinnstillinger?

## 4 BILDER AV VENNER OG ANDRE – ER DET LOV Å DELE?

Du har tatt et morsomt bilde av en venn og ønsker å dele det med andre.

### Spørsmål til barn:

Hva tror du vennen vil føle når du deler? Er det lov å dele?

### Spørsmål til voksne:

Hvordan stiller du deg til at andre deler bilder av ditt barn på internett?