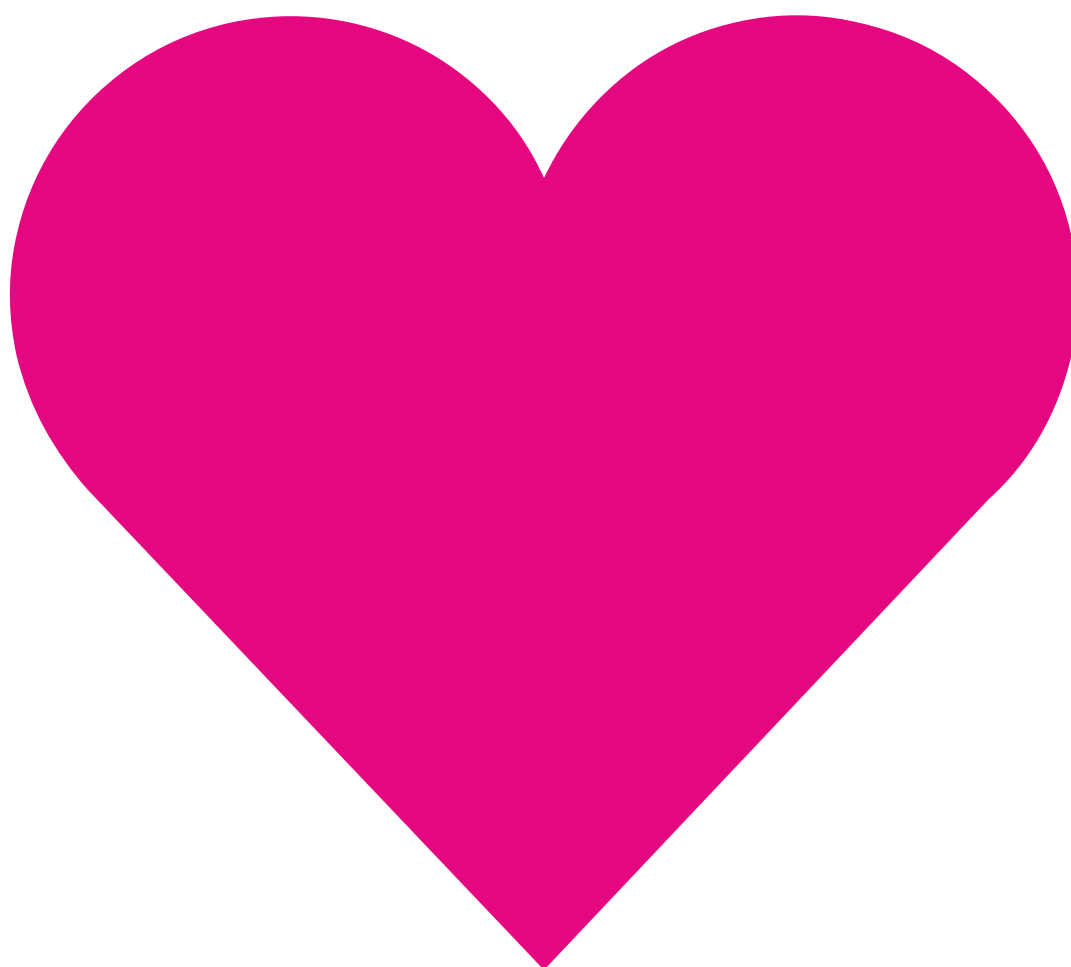


Internetguide #34



# Motverka nätmobbing!

Råd till dig som är vuxen



# I den här guiden lär du dig...

- Vad unga gör på nätet
- Vad nätmobbning innebär
- Hur vanligt det är och varför det är bra med statistik
- Att prata med unga om nätet
- Hur barnen själva gör för att hantera saker på nätet
- Vilka saker som kan vara brottsliga att skriva och göra på nätet

# Innehåll

<b>Förord</b>	<b>4</b>
<b>Inledning</b>	<b>5</b>
<b>1. Vad gör unga på nätet?</b>	<b>7</b>
Sociala nätverk och mötesplatser	9
Spel	10
Nyheter	10
Hur mycket ska jag veta?	11
<b>2. Vad är nätmobbning?</b>	<b>13</b>
Elaka kommentarer	15
Utfrysning	16
Kränkande bilder	16
Hot om våld	17
Kapningar	17
Vad är skillnaden mellan mobbning och nätmobbning?	18
Anonymitet	18
Mobbad dygnet runt. Eller?	20
Spridning	20
<b>3. Hur vanligt är det med nätmobbning?</b>	<b>22</b>
Svårt att mäta	24
Är det viktigt att mäta?	24
Ibland finns hjälpen, stödet och tryggheten	25
<b>4. Hur pratar vi med unga om nätet?</b>	<b>26</b>
Nyfikenhet	30
Närvaro	30
Lyssna - bestraffa inte	30
Tillgänglighet och vuxenansvar	31
Att inte underskatta barn och unga	32
Skärmtid	33

<b>5. Vilka strategier har unga för att skydda sig?</b>	<b>34</b>
<b>6. Vad är brottsligt?</b>	<b>37</b>
Skadeståndsansvar och straffansvar	38
Förtal	38
Förolämpning	39
Olaga hot	41
Ofredande	42
Sexuellt ofredande	42
Tilltron till rättssystemet	43
<b>7. Sammanfattning</b>	<b>44</b>
Kapitel 1: Vad gör unga på nätet?	46
Kapitel 2: Vad är nätmobbning?	47
Kapitel 3: Hur vanligt är det med nätmobbning?	48
Kapitel 4: Hur pratar vi med unga om nätet?	49
Kapitel 5: Barn och ungas strategier för att skydda sig	49
Kapitel 6: Vad är brottsligt?	49
<b>8. Länkar och ordlista</b>	<b>55</b>
Källor	57
Bris – barnens rätt i samhället	60

# Förord

Den här guiden handlar om generation D, internets infödda – *the digital natives*. Att använda internet är lika självklart för dem som att kliva upp ur sängen på morgonen. Och internet är fantastiskt. Det erbjuder oändliga möjligheter att prata med nya och gamla vänner, hitta information, underhållas och få utlopp för sin kreativitet. Forskning visar dessutom att unga utvecklar ett kritiskt tänkande online<sup>1</sup>.

Tack vare smarta mobiler och läsplattor är internet i dag mer tillgängligt än någonsin. Förra året använde knappt 90 procent av alla 11-åringar internet dagligen. Bland 15-åringarna var samma siffra 97 procent<sup>2</sup>.

Men parallellt med alla möjligheter finns också en risk för att barn och unga råkar illa ut på nätet. Det kan handla om enstaka elaka kommentarer eller uteblivna likes på bilder och statusuppdateringar. Det kan också handla om hot om våld eller regelrätt mobbning, som inte sällan har tagit sig från skolgården, in i mobilen och datorn.

När internet blir en plattform för kränkningar, utsatthet och mobbning är det lätt att som vuxen känna sig hjälplös och bortkollrad bland alla hemsidor och sociala appar som unga använder.

Den här guiden vänder sig därför till alla er lärare, fritidspedagoger, föräldrar, far- och morföräldrar, syskon och andra vuxna som undrar vad ni ska tänka på när ni pratar med barn och unga om nätet, vad ni kan göra om ni får reda på att någon råkat illa ut, eller om någon behandlar andra illa på nätet. Guiden tar också upp vilka skyldigheter skolan har att agera när mobbningen flyttar ut på nätet och var gränsen egentligen går för vad som är lagligt.

För att kunna hjälpa och stötta unga om de råkar illa ut krävs en förståelse för vad de gör på nätet och hur viktigt det är för dem. Och vi tror att det är bra att komma ihåg att det egentligen inte behöver vara så mycket svårare att vara en närvarande och stöttande vuxen på nätet, än det är att vara det hemma vid köksbordet eller i skolkorridoren.

**Åsa Secher**

Stockholm, juli 2014

# Inledning

Den här guiden riktar sig till vuxna i barns närhet och handlar i huvudsak om barn i åldrarna 10 till 16 år. Internetanvändandet börjar visserligen mycket tidigare än så, men det är inte förrän i de lite äldre åldrarna som nätet också blir en plats där barn och unga kan råka illa ut, där det finns en risk för utsatthet. För att som vuxen kunna förhålla sig till riskerna med internet tror vi att man först måste ha en bild av allt som är bra med internet. I första kapitlet berättar vi om vad många barn och unga använder internet till, men också hur bra koll du som vuxen kan och bör ha på vad unga gör på nätet.

I det andra kapitlet definierar vi det som kallas för nätmobbning och beskriver vad det är barn och unga kan råka ut för på nätet. Det kan handla om elaka kommentarer, kapade konton och kränkande bilder. Vi reder också ut vad som skiljer mobbning online från mobbning offline. Vad innebär det till exempel att man kan vara anonym på nätet? Och att internet, och allt som händer där, följer med hem från skolan?

I det tredje kapitlet tar vi upp hur vanligt det är med utsatthet på nätet och vikten av att mäta. Via media är det lätt att tro att det är extremt vanligt, och att var och varannan ung är utsatt för upprepade kränkningar på nätet, men så illa är det inte.

Kapitel fyra handlar om hur vi pratar med barn och unga om nätet. Om vikten av att som vuxen vara nyfiken och intresserad, i stället för att vara kontrollerande och dömande. Vilket kanske är lättare sagt än gjort, när man till exempel som förälder oroar sig för att ens barn sitter för mycket framför datorn. Men vad är egentligen för mycket? Kanske är det också så att vi underskattar barn och ungas egen förmåga att hantera otrevliga upplevelser på nätet.

Det femte kapitlet handlar om vilka strategier barn och unga själva har för att skydda sig på nätet. De barn och unga som hör av sig till Bris har ofta många och kloka idéer om vad de kan göra om någon skriver något elakt, någon enstaka gång eller upprepade gånger. Däremot är det mindre vanligt att anmäla kränkande innehåll till de hemsidor där det publiceras.

Att veta var gränsen går för vad som är olagligt att säga och göra på nätet är inte alltid så lätt. I det näst sista kapitlet tar vi upp ett antal brott som kan vara förknippade med utsatthet på nätet. Det handlar bland annat om olaga hot, förtal och ofredande.

Det sjunde och sista kapitlet är en sammanfattning av samtliga kapitel och en vägledning som innehåller konkreta tips och råd till vuxna som måste förhålla sig till barn och ungas närvaro på nätet. Där berättar vi också mer om vilket ansvar skolan har för det som sker på nätet.

Det allra viktigaste för att som vuxen kunna vara stöttande och förstående när det kommer till unga och nätet är att lyssna på de unga själva. Alla kapitel innehåller därför också barn och ungas egna åsikter om och upplevelser av livet på nätet. Dels genom svaren från en webbenkät<sup>3</sup> på nätet som Bris och IIS har genomfört, dels genom anonyma citat från Bris diskussionsforum på nätet.

# 1. Vad gör unga på nätet?



TM





## Röster från Bris.se: Vad tycker du är det bästa med nätet?

Det är så stort, det finns så mycket valmöjligheter och det går snabbt att ta kontakt eller kolla upp något.

Friheten. Det sociala. Man kan vara vem man vill, inte bara den gamla rollen man är i verkligheten.

Att man inte blir dömd.

Att man kan snacka med nytt folk och att man kanske kan förbättra en vänskap, träffa nya vänner.

Att man kan söka upp information och läsa berättelser om liknande problem som ens egna.

Att man kan skriva med personer som man tycker om och känna att de finns där fast man bor långt ifrån varandra.

Man kan göra så mycket, få svar på frågor, hjälpa andra, spela spel, kolla upp saker, bläddra runt och hitta roliga saker.

Nätet finns nästan överallt och är tillgängligt hela tiden. I skolan, på bussen, hemma. Men vad gör barn och unga på sina mobiler, datorer och läsplattor? Frågan man ska ställa kanske snarare är, vad gör unga inte på nätet?

Att säga att internetanvändning bland barn och unga är en självklar och naturlig del av livet är ingen överdrift. I den årliga studien Svenskarna och internet (SOI) uppgav förra året 97 procent av alla 10-åringar att de använder internet någon gång ibland, 70 procent att de använder det dagligen. I 13-årsåldern har 70 procent förvandlats till 94 procent.

En stor del av tiden går åt till att spela spel och umgås med vänner på olika sätt, men nätet har också blivit ett sätt för unga att få svar på frågor som de kanske inte vågar ställa till någon ansikte mot ansikte och ett lättare sätt att hitta likasinnade.

## **Sociala nätverk och mötesplatser**

Facebook, Instagram, Kik, Habbo, WhatsApp, Snapchat. Mängden av sociala plattformar där barn och unga kan umgås med varandra, skicka filmer och foton och berätta för varandra vad de tycker och tänker är enorm. Och vilken hemsida eller app som är populärast skiftar dessutom över tid och skiljer sig ofta mellan olika åldersgrupper och olika kompisgäng. Som vuxen är det nästintill omöjligt att hänga med i svängarna. Det enda som går att säga säkert är att intresset för att kommunicera via nätet växer.

Drygt hälften av alla 12-13-åringar besöker något socialt nätverk dagligen<sup>4</sup>. I 14-15-årsåldern är samma siffra drygt 70 procent. Under 2012/2013 uppgav 88 procent av 13-16-åringarna att de använder någon social sajt varje dag eller ett par gånger varje vecka och 96 procent säger att de har ett Facebook-konto<sup>5</sup>.

För många är livet på sociala medier en förlängning av vardagslivet, både i och utanför skolan. Kompisarna i klassen är också ens vänner på nätet. Att kunna fortsätta att prata och umgås med sina vänner på nätet gör det lättare att upprätthålla sociala relationer även när det är svårt att träffas, kanske för att man bor långt ifrån varandra. Men sociala mötesplatser på nätet kan också vara ett sätt för dem som har svårt att hitta vänner i skolan att träffa kompisar. Tröskeln för att börja prata med nya personer i skolan eller på fritids kan kännas hög, medan det däremot är ganska lätt att ta kontakt med någon på nätet, till exempel i en chatt på ett forum eller via något onlinespel där spelarna kan kommunicera med varandra. I Bris forum på nätet är det inte ovanligt att barn och unga tipsar varandra om hur man hittar nya vänner på nätet. Nätet har på så sätt blivit ett sätt för många att knyta kontakt med människor som de aldrig annars skulle ha lärt känna. Att sitta på nätet kan alltså vara socialt

## 1. Vad gör unga på nätet?

och viktigt både för dem som har mycket kompisar i skolan och de som kanske inte har det.

Nätet kan också vara en plats att hitta andra barn och unga som har samma intressen eller som delar liknande erfarenheter. Det kan handla både om positiva och negativa upplevelser. Barn som känner sig ensamma och mår dåligt letar efter andra på nätet som känner likadant. De som har ett fritidsintresse som ingen i skolan delar kanske vill hitta någon att prata om det med.

### Spel

Det finns mobilspel, webbaserade spel och spel som kräver en särskild spelkonsoll. Ibland flyter de olika varianterna ihop när ett webbaserat onlinespel görs tillgängligt för en spelkonsoll. Gemensamt för många spel är att de spelas över nätet. Antingen i mobilen, datorn eller läsplattan. Ofta är spelen sociala. Det kan handla om att tävla mot varandra genom en app där användarna lägger till varandra. Eller att spela mot eller med andra användare online, som du inte känner.

Ofta visar statistiken att killar spelar mer spel än tjejer, men det är en sanning med modifikation. I mellanstadiet är det till exempel fortfarande många tjejer, 76 procent<sup>6</sup>, som uppger att de spelar datorspel eller tv-spel av något slag. Och vilka siffror man får beror ofta på vilket spel det handlar om och vilken åldersgrupp som tillfrågas. En undersökning från Interactive Software Federation of Europe (2012) visar att av de i åldrarna 16 år och uppåt som spelar någon form av dataspel (på mobilen, datorn, läsplattan eller via bärbar/stationär konsoll) är det nästan lika många tjejer som killar, 47 respektive 53 procent<sup>7</sup>.

### Nyheter

Internet är inte bara spel, filmer och sociala medier. Allt fler unga använder nätet i datorn, mobilen och läsplattan till att få tillgång till nyheter. Internet är det i särklass enklaste och snabbaste sättet att hålla sig uppdaterad med vad som händer i Sverige och världen, så kanske är det inte konstigt att internet är den viktigaste nyhetskällan bland 12-15-åringar. Därefter kommer tv och sist kommer tidningar<sup>8</sup>. En majoritet av dem som tar del av nyheter via nätet tycker dessutom att det är spännande och så många som 80 procent säger att de lär sig saker<sup>9</sup>.

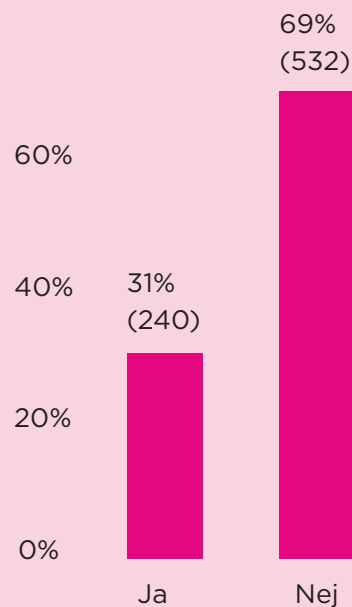
Förutom nyheter är nätet en oändlig källa till information. Det är lätt att komma ihåg när man själv var liten och undrade saker som man inte vågade fråga sina föräldrar. Nu kan man googla. Information om allt från medlemmarna i popgruppen The Fooo till hur

man vet om man har en könssjukdom eller vart man ska vända sig om man mår dåligt och behöver hjälp – det mesta går att ta reda på med hjälp av nätet. De allra flesta barn och unga har dessutom väldigt bra koll på vilka hemsidor de kan lita på. Hittar de information på diskussionsforumet Flashback så vet de att det finns en risk att en hel del inte stämmer.

Internet blir också ett allt viktigare verktyg i skolarbetet. Antingen blir eleverna ombudade att använda internet, eller så gör de det ändå, för att kunna lösa sina uppgifter. Förra året uppgav över hälften av alla 12-15-åringar att de använder nätet i skolan dagligen<sup>10</sup>.

## Tror du att vuxna i din närhet vet vad du gör på nätet?

Besvarad av: 772 (61%)  
Ej besvarad av: 484 (39%)



## Hur mycket ska jag veta?

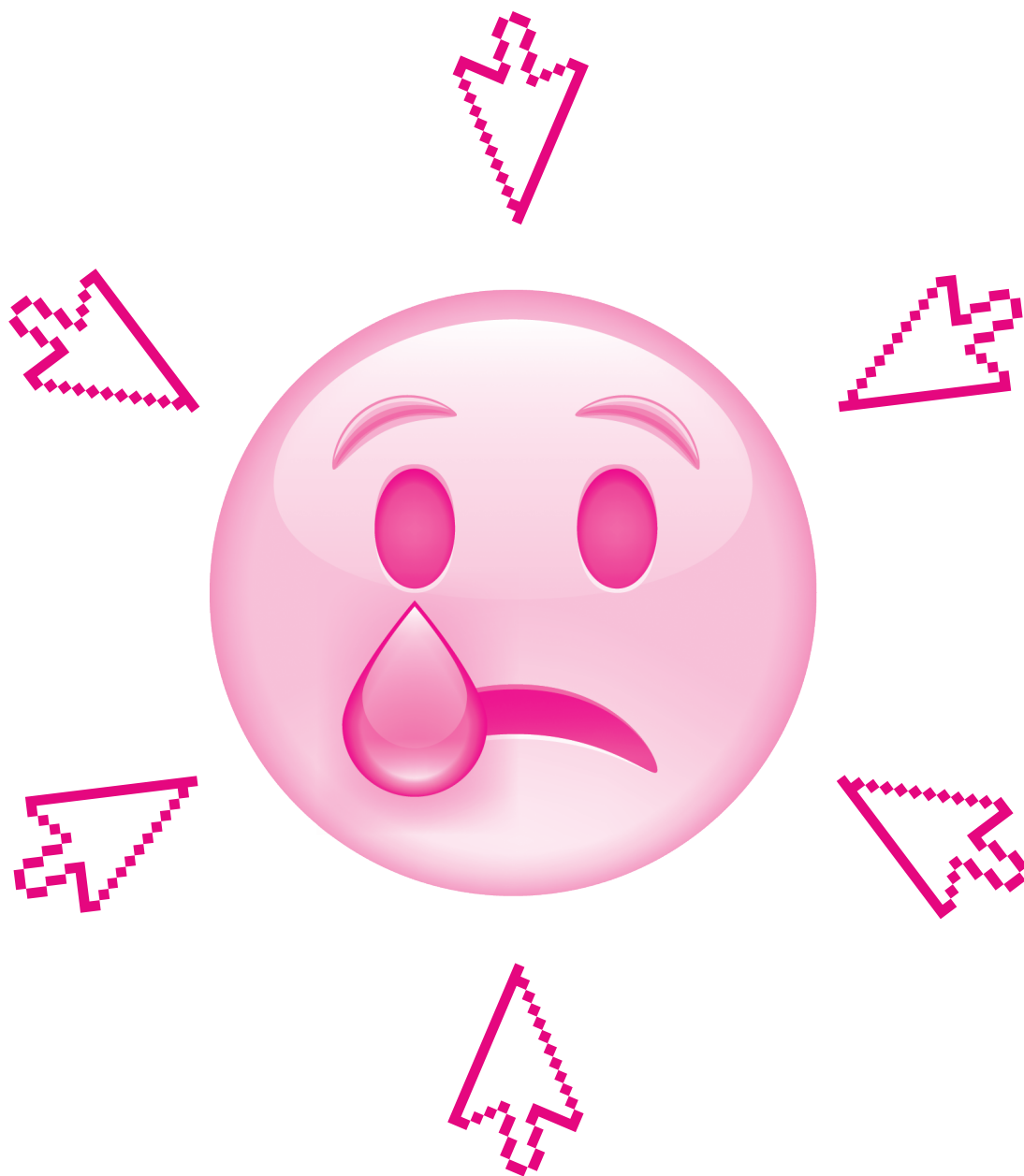
Enligt en webbenkät som Bris har gjort tillsammans med IIS tror 69 procent av dem som svarat på enkäten inte att vuxna i deras närhet vet vad de gör på nätet. Hur bra koll vuxna själva tycker att de har på vad barn och unga gör på nätet varierar väldigt mycket. Och det är svårt att ha koll, nästan omöjligt. Därför kan det vara bra att komma ihåg att det är med nätet precis som med resten av livet –

## 1. Vad gör unga på nätet?

man ska inte ha stenkoll på allt. Framför allt inte när det handlar om tonåringar där integritet och privatliv är extra viktigt. Så i stället för att försöka hänga med i vilka appar som är populärast just nu, lägg tonvikten på att vårda relationen så att du kan känna dig trygg med att de säger till om det händer någonting. Våga lita på att du har lärt dem så pass mycket att de kan ta hand om sig själva, både på och utanför nätet. Och känner du dig osäker, var inte rädd för att be om hjälp. Alla vuxna i barns närhet måste på ett eller annat sätt hantera deras närvaro på nätet. Kanske finns det andra föräldrar eller lärare som går och funderar på samma saker som du?

Precis som att du som förälder inte är med på fritidsgården och hör vad de säger till varandra eller att du som lärare inte hör vad som sägs på rasten, så kan och ska du som vuxen inte ha insyn i allt som barn och unga säger och gör på nätet. Det handlar framför allt om att visa respekt för deras privatliv. Med det sagt är det aldrig fel att vara nyfiken och visa intresse, mer om det i kapitel 4.

## 2. Vad är nätmobbing?



## Röster från Bris.se

För några dagar sedan skrev min "kompis" att hon hatar mig och att alla andra gör det med. Att jag aldrig kommer att vara älskad igen. Jag blev helt förstörd. Innan kunde vi prata om allt. Men sedan säger hon att hon hatar mig. Hon skriver ingen anledning eller något. Det känns som om jag inte har några kompisar kvar. Varje dag jag går till skolan är en mardröm. Jag vill inte ha det såhär! Vad ska jag göra? Har jag gjort något fel?

Det finns en sida på internet som är rasistisk, så jag skrev till dom att det som skrivs på den sidan är rasism. Nu har de hängt ut mig. Mitt namn och efternamn och en bild på mig ligger ute. Jag får hot och trakasserier, jag vill inte att det ska finnas där. Jag vågar inte ens gå ut längre.

Det finns en hemsida där man kan ställa frågor till varandra. Det var nån som frågade om fulaste i klassen, och en kille svarade att jag var det. Vi har gått i samma klass och han har aldrig sagt nåt taskigt till mig förut.

Nätmobbning. Nätkränkningar. Cyberbullying. Näthat. Benämningarna på den utsatthet som barn och unga kan hamna i på nätet är många. Å ena sidan kan det kännas oviktigt att sätta namn på allt, det viktiga är att de som råkar ut för något som de inte mår bra av berättar det så att de får hjälp. Å andra sidan kan det finnas en poäng med att kalla saker vid dess rätta namn, om inte annat för att betona allvaret i om någon till exempel faktiskt är mobbad.

När Bris tar emot samtal och chattar med unga så är det många som undrar vad det är de är utsatta för. Är det mobbning? Eller är det något annat? Att vilja definiera vad det är man är utsatt för kan vara ett sätt att få hjälp. Ibland kan det kännas som om det inte räcker med att säga att någon är dum eller att man är ledsen medan mobbning eller att vara deprimerad på ett mer självklart sätt rättfärdigar till hjälp från omgivningen. Det kan också underlätta att sätta namn på saker för att kunna beskriva hur det känns. Viktigt att komma ihåg är att oavsett vad man kallar det, om det är mobbning, en kränkning eller något annat så har barn och unga som har utsatts för något som gör att de mår dåligt rätt att få hjälp.

Inom forskningen definieras mobbning utifrån tre kriterier: intentionen att skada, repetition av kränkningen och en maktobalans mellan offer och förövare. För att det ska kallas för mobbning krävs alltså att det händer flera gånger. Men huruvida samma definitioner ska gälla för det som kallas för nätmobbning är forskarvärlden oense om. Sofia Berne, forskare vid Göteborgs universitet, menar att repetitionskriteriet borde definieras om när det handlar om nätmobbning. En elak kommentar eller en taskig bild kan postas en gång men sedan få flera gilla-markeringar eller delas och spridas vidare. Det gör att en kränkning som egentligen bara har utförts en gång kan upplevas som om den utförs igen och igen och igen.

### **Elaka kommentarer**

Det som är vanligast, och som många säkert har råkat ut för någon enstaka gång, är kränkande kommentarer. De kan förekomma i kommentarstrådar under statusuppdateringar och bilder, som inlägg på någons profil eller i enskilda meddelanden. Att kommentarerna på nätet kan vara grövre och taskigare än de är offline i till exempel skolkorridoren, hänger sannolikt ihop med att det är lättare att säga något taskigt till någon när du inte kan se hur personen reagerar. Läs mer om hur du kan prata med barn och unga om skillnaden mellan online och offline i kapitel 4.

Enligt en enkätstudie genomförd på 21 skolor i Göteborg med elever i årskurs 6 och 9 är det vanligt att mobbning på nätet handlar om utseende. Mest utsatta för den här typen av kommentarer ansåg eleverna att tjejer som går i årskurs 9 är<sup>11</sup>. Det kan handla om att skriva att någon är tjock, ful eller klär sig illa.



## 2. Vad är nätmobbning?

Bilder av olika slag är ett naturligt inslag i nästan all typ av kommunikation över nätet i dag. Bland barn och unga är det vanligt att lägga ut så kallade selfies, det vill säga bilder på en själv, företrädesvis när man ser så bra ut som möjligt, och att sedan jämföra sin selfie med andras. Barn och ungas uppfattning om sina kroppar påverkas av vad andra tycker och tänker. Resultaten av enkätstudien i Göteborg visade att de som var utsatta för kränkningar på nätet var mer missnöjda med sina kroppar och sitt utseende.

### **Utfrysning**

Nedsättande kommentarer kan vara väldigt sårande, men uteblivna kommentarer likaså. Precis som att utfrysning i skolan kan vara kränkande kan det som inte syns på nätet också vara det. Tänk dig att alla dina klasskamrater lägger upp bilder på sig själva på nätet och får flera gilla-markeringar, men när du gör det är det ingen som trycker gilla. Då blir avsaknaden av bekräftelse en markering och en form av utfrysning. På samma sätt kan det vara känsligt att inte bli taggad i en bild om flera andra blir det. Som vuxen kan det vara svårt att se och sätta ord på, en taskig kommentar kan vara lättare att uppmärksamma och prata om även om den uteblivna kommentaren kan vara lika sårande.

### **Kränkande bilder**

Närmare 70 procent av eleverna i grundskolan har tillgång till en smart mobil<sup>2</sup>. Det betyder att lika många, och förmodligen fler, har tillgång till en kamera nästan hela tiden. Att fotografera sig själv eller andra och lägga ut på nätet är lika lätt som att skicka ett sms. Det är ofta i kommentarsfälten till dessa bilder som de elaka kommentarerna dyker upp, men det kan också vara bilden i sig som är kränkande. Kanske framför allt att den sprids till personer som man inte känner. Det kanske är ett foto där man ser fånig ut och därför tycker är pinsamt, eller ett foto som man har skickat till en pojk- eller flickvän som det inte var tänkt att någon annan skulle se.

Att skicka eller posta bilder är såklart inget problem i sig, problemet uppstår när bilden sprids vidare, mot ens vilja och i syfte att kränka, vilket kan hända väldigt snabbt och spridas till väldigt många. Därför kan det vara bra att prata med barn och unga om att de tappar kontrollen över bilden när den väl är skickad eller upplagd på nätet. Den kommer att finnas kvar på nätet, i någon annans telefon eller i någon annans inkorg och det går inte att säga säkert att den inte kommer att spridas vidare. Om någon har skickat en bild till sin pojk- eller flickvän, vad händer med den om de blir osams, till exempel?

För att få igång en diskussion kan det vara en bra idé att prata om vad det eventuellt kan få för negativa eller positiva konsekvenser och varför det känns lockande att skicka eller posta bilder, till exempel på sig själv. I grund och botten handlar det om att uppmuntra barn och unga att fortsätta tänka kritiskt, att tänka efter, så att de lättare kan bedöma situationer som kan uppstå på nätet.

Kom ihåg att det är olagligt att sprida sexuella bilder på någon under 18 år. Det är också olagligt att hota någon med att man ska sprida bilder. Mer om det i kapitel 6.

### **Hot om våld**

Även om det mesta med nätet är bra, kan klimatet online ibland vara ganska hårt. Det kan vara lättare att råka gå över gränsen och uttrycka sig starkare än man skulle göra offline, ansikte mot ansikte. Framför allt för att den som säger något taskigt över nätet inte ser hur mottagaren reagerar. Barn och unga som kontaktar Bris berättar ibland om att de har fått hotfulla kommentarer på nätet, antingen av personer som de känner eller av okända. Ofta handlar det om hot om våld. Att hota någon är aldrig okej, varken på nätet eller ansikte mot ansikte, och det spelar ingen roll om den som uttryckt hotet har menat allvar eller inte. Något som är viktigt att barn och unga förstår. Ibland kan det kännas som att hot om våld på nätet inte är lika allvarligt som när det händer på skolgården, men det är det, och som vuxen är detta viktigt att komma ihåg. I kapitel 6 skriver vi mer om vad som räknas som olaga hot i lagens mening.

Av dem som hör av sig till Bris och berättar att de har blivit hotade är det många som är oroliga och rädda för att hotet ska bli verklighet. Men det är inte ovanligt att de också känner skam, som om de har gjort något fel och får skylla sig själva, framför allt om hotet kommer från någon som de inte känner. Som vuxen i barns närhet är det viktigt att uppmuntra barn och unga att berätta för någon vuxen om de känner sig hotade. Att få prata med någon innebär att slippa bära på oron ensam, men också att få hjälp att göra någonting åt det.

### **Kapningar**

De flesta har säkert hört talas om något som kallas för facerape. Det betyder att någon har fått tillgång till en annan persons inloggningsuppgifter, eller bara fått tag i en telefon eller en dator där någon annan redan är inloggad, och därigenom kan skriva saker i den personens namn, till exempel på Facebook. Ofta är det harmlöst och sker någon enstaka gång när någon har varit ouppmärksam. Det ska dock inte förväxlas med att få sitt konto kapat av en person som

## 2. Vad är nätmobbning?

utger sig för att vara en själv, ofta i syfte att kränka, vilket såklart är mycket allvarigare. Ett första steg för att undvika att det händer är att inte lämna sin mobil, läsplatta eller dator framme om man är inloggad och att byta lösenord med jämna mellanrum.

Det finns också exempel på när någon har skapat en sida i ett socialt forum i syfte att sprida elaka rykten och kommentarer om en viss person, ofta i den utsatta personens namn. Tänk dig en profilsida som heter "Alla vi som hatar Hanna" eller "Alex är fulast av alla". Den här typen av sidor ska anmälas så att de kan plockas bort. Något som barn och unga kan behöva hjälp med att göra. Bris erfarenhet är att den här typen av grova nätkränkningar är mycket ovanligare än till exempel enstaka elaka kommentarer, men om det händer är det bra att veta hur man ska gå tillväga och det skriver vi mer om i kapitel 5 och 7.

## Vad är skillnaden mellan mobbning och nätmobbning?

65 procent av dem som har svarat på Bris och IIS webbenkät tycker att det är skillnad på att skriva en elak kommentar på nätet, jämfört med att säga den till någons ansikte. Och det är kanske inte så konstigt. Ibland kan man få uppfattningen att nätet är något väldigt isolerat, att det är en annan värld som existerar parallellt med den riktiga världen. Det pratas om sådant som händer på nätet – och så finns det sådant som händer i verkligheten. Då kan det vara lätt att glömma bort att nätet är en del av verkligheten. Det som händer på nätet händer på riktigt och är lika verkligt som något annat. Bakom alla kommentarer, bilder och chattmeddelanden finns alltid en person. Den här särskiljningen mellan nätet och verkligheten finns också när man pratar om mobbning. Vi tenderar att göra skillnad på mobbning och *nät*mobbning, trots att undersökningar visar att mobbning i skolan ofta (inte alltid) hänger ihop med mobbning på nätet<sup>13</sup>. Självklart finns det barn och unga som kan vara utsatta på nätet utan att vara mobbade i skolan, precis som det finns barn som är mobbade i skolan men som har vänner i stallet eller i fotbollslaget. Oavsett samband finns det såklart en hel del saker som skiljer skolgården och nätet åt och som kan vara bra att känna till.

## Anonymitet

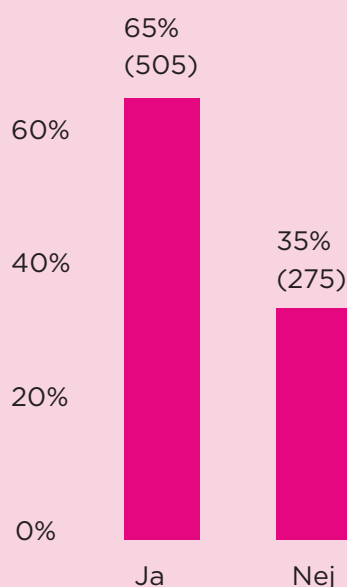
Om du blir retad av någon på skolgården vet du vem det är som är taskig, kan du inte namnet på personen vet du i alla fall hur hen ser ut. Ofta gäller samma sak på nätet. I en undersökning från organisationen Friends uppgav 8 av 10 barn och unga mellan 10 och 16 år som hade blivit kränkta på nätet, att de visste vem det var som låg

bakom. Anonymitet behöver alltså inte vara vanligare för att kränkningen sker på nätet. Däremot är det såklart lättare att vara anonym på nätet och den som blir kränkt utan att veta vem förövaren är kan lätt känna sig maktlös<sup>14</sup>. Tänk dig att någon skriver något elakt till dig och du vet inte vem personen är. Det betyder att du inte vet om det är någon som du träffar dagligen och det betyder också att du inte vet vem den personen i sin tur känner och därmed kanske sprider rykten eller kommentarer vidare till.

Men – det är också viktigt att komma ihåg att anonymiteten som nätet erbjuder ofta kan vara något bra. Möjligheten att vara anonym

### Är det skillnad på att skriva en elak kommentar på nätet jämfört med att säga den direkt till någon, till exempel i skolan?

Besvarad av: 780 (62%)  
Ej besvarad av: 476 (38%)



kan göra att fler barn och unga vågar ställa frågor och berätta saker som de annars skulle hålla för sig själva. Det kan handla om funderingar kring relationer, vad som är tillåtet på nätet eller att bara få berätta om något man har varit med om utan att behöva säga vem man är. Bris anonyma forum på nätet är ett exempel på när anonymiteten är ett skydd och en trygghet som gör att barn och unga i större utsträckning vågar dela med sig av funderingar och erfarenheter.

## Mobbad dygnet runt. Eller?

Mobbning i skolan och mobbning på nätet hänger ofta ihop. Med nätet ständigt närvarande och alltid tillgängligt kan det kännas svårt för den som är mobbad att hitta fredade zoner. Det pratas ibland om att mobbningen har blivit värre för att den numera, på grund av nätet, även följer med hem. På ett sätt stämmer det. Men att de elaka kommentarerna är tillgängliga när man är hemma behöver inte betyda att hemma inte längre känns som en trygg plats. Känslan av trygghet handlar mer om att omge sig med trygga personer som tycker om en.

För att hemma ska kunna fortsätta att vara en trygg zon, även för den som utsätts för kränkningar på nätet, kan det vara bra att försöka undvika de hemsidor eller de spel och appar där kränkningarna uppstår. Det kan också vara en idé att hjälpa barn och unga att blockera personer som är taskiga mot dem på nätet. Att begränsa barn och ungas tillgång till internet kommer däremot inte att lösa problemet, snarare tvärtom. Det riskerar att göra den som är utsatt ännu mer ensam och isolerad. För även om det är via nätet som personen blir mobbad, kan det också vara på nätet som hen har andra vänner och möjligheter att prata om det som händer. Nätet är barn och ungas kommunikationskanal och deras plattform för lek och underhållning. Att ta det ifrån dem på grund av rädslan för riskerna med nätet löser inga problem. Prata i stället om hur ni tillsammans kan undvika det som är dåligt med nätet, men ha kvar det som är bra.

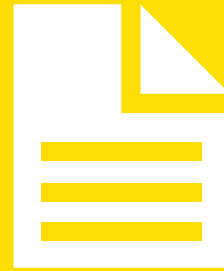
## Spridning

Om någon knuffar till någon annan i korridoren eller säger något elakt på rasten är det ofta bara de som är där just då som ser och hör. När någon skriver något elakt eller lägger upp en taskig bild på nätet kan det sprida sig blixtnabbt och det kan vara svårt att veta vem och hur många som har sett det. Har kompisarna sett det? Har elever i andra klasser på skolan sett det? Hur många kan se det?

Precis hur lätt något får spridning på nätet är inte alltid så lätt förstå. Den som skriver något i ett chattforum eller lägger upp en bild på ett stängt instagramkonto kan ha känslan av att det är privat. Men så enkelt är det inte. Det räcker med att någon med tillgång till bilden eller kommentaren tar en skärmdump och skickar vidare till någon, så kan det få spridning över hela världen. Förra året spreds en bild på en skolkurator med en lapp i handen som en löpeld i sociala medier. På lappen stod det "Jag undervisar just nu mina femteklassare i internetsäkerhet och vill förklara hur snabbt saker kan spridas på nätet. Så om du ser den här bilden, tryck gärna gilla!". Inom loppet av två veckor hade 400 000 personer sett och tryckt gilla på

## Läs mer!

På ungdomsmottagningens hemsida, [www.umo.se](http://www.umo.se), finns tips på vad du bör tänka på innan du postar kommentarer och lägger upp bilder på nätet.



bilden. När den sedan delades vidare av två kända radiopratare förvandlades 400 000 snabbt till fyra miljoner gilla-markeringar. För skolkuratoren var experimentet ett sätt att försöka förklara för barn och unga att det inte krävs särskilt mycket för att något som postas på nätet ska få enorm spridning. Att prata med barn och unga om vad det innebär att lägga upp saker på nätet och hur många det kan nå, gärna med konkreta exempel, kan därför vara bra.

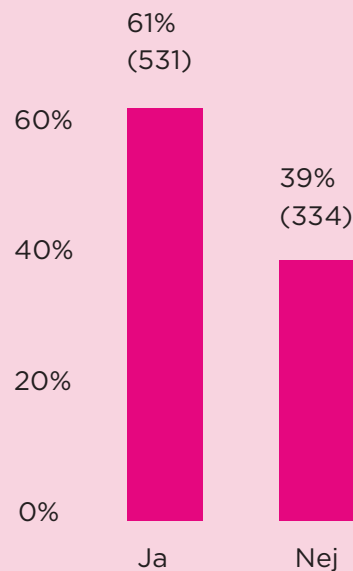
### 3. Hur vanligt är det med nätmobbning?



33 procent eller 6 procent? Hur vanligt det är med nätmobbning beror på vem du frågar. Statens medieråd frågade barn i åldrarna 9 till 18 år om de råkat ut för något av följande på internet eller via mobilen under det senaste året: Att någon eller några varit elaka eller mobbat dem, hade hotat dem eller lagt ut bilder på dem som gjort dem ledsna. Mellan 80 och 94 procent svarade nej<sup>15</sup>. Bland dem som svarade ja hade det i majoriteten av fallen skett mer sällan än en gång i månaden. När organisationen Friends frågade barn i åldrarna 10 till 16 år om de hade blivit kränkta via mobil, surfplatta eller dator någon gång under det senaste året svarade en tredjedel ja. Att resultaten blir så olika beror på att frågan är ställd på olika

#### Har du känt dig taskigt behandlad på nätet någon gång?

Besvarad av: 865 (69%)  
Ej besvarad av: 391 (31%)



sätt. När så många som en tredjedel svarar att de har blivit kränkta någon gång under det senaste året, är det att jämföra med att de allra flesta av oss någon gång under det senaste året har fått ta emot en elak kommentar av någon vi har träffat offline, ansikte mot ansikte. Det som förekommer utanför nätet förkommer såklart också online och sammantaget kan man säga att barn och ungas vardag på nätet i de allra flesta fall är väldigt odramatisk.



### 3. Hur vanligt är det med nätmobbning?

När Bris och IIS ställde frågan ”Har du känt dig taskigt behandlad på nätet någon gång?” i en enkät på nätet svarade 61 procent ja. Det betyder att 39 procent svarade nej. I samma enkät svarar 37 procent att de någon gång har skrivit något taskigt till någon på nätet.

#### **Svårt att mäta**

Forskaren Sofia Berne har, som en del av sin avhandling om nätmobbning, undersökt hur frågeformulären som används för att mäta nätmobbning ser ut. Hennes genomgång visar att det är stora skillnader, vilket delvis förklarar varför undersökningar som säger sig mäta samma saker kan få så olika resultat. Till exempel visade Bernes genomgång att det skiljer sig väldigt mycket åt vilka ord som används för att beskriva nätmobbning och hur dessa definieras, samtidigt som samtliga undersökningar påstår sig mäta förekomsten av just nätmobbning.

De olika frågeformulären lutar sig också mot olika definitioner av själva begreppet nätmobbning, vilket såklart gör mätningarnas resultat svåra att jämföra med varandra. Genomgående för frågeformulären var också att de inte hade mätt reliabilitet och validitet, det vill säga tagit reda på om formuläret är tillförlitligt och mäter det det avser att mäta.

#### **Är det viktigt att mäta?**

Att lägga vikt vid hur vanligt det är med nätmobbning blir såklart mindre intressant ju bättre dialog man har med barn och unga om hur de mår, vad de gör och vad de råkar ut för. Som vuxen behöver man inte bry sig så mycket om de svarta rubrikerna om man känner sig trygg med att barn och unga i ens närhet skulle berätta om de råkade ut för något obehagligt. Men att vara så säker och trygg i sin relation med sina barn eller sina elever är lättare sagt än gjort. När oroliga vuxna tar kontakt med Bris vuxentelefon får de rådet att fokusera på de barn som de träffar och att försöka skapa en dialog med dem, i stället för att låta sig skrämmas upp av alla siffror. Den som jobbar som lärare kanske kan göra en egen undersökning i klassen, för att få en bild av vad som gäller för just de barnen. Som förälder kan det vara en idé att fråga sina barn om de har råkat ut för något på nätet, eller har utsatt någon annan, och hur de i så fall har hanterat det. Förhoppningsvis har de lust att berätta.

## **Ibland finns hjälpen, stödet och tryggheten**

För den som utsätts för kränkningar eller mobbning på nätet kan samma plattform också vara ett sätt att få hjälp och stöd. I Bris forum på nätet till exempel kan barn och unga diskutera frågor som mobbning, skolan och kompisar i anonyma modererade diskussionsforum. För den som går in och läser blir det snabbt uppenbart att barn och unga är väldigt duktiga på att använda nätet till att hjälpa och stötta varandra. Den som skriver att hen mår dåligt, känner sig ensam och har tappat livsgnistan får snabbt en peppande kommentar från någon som berättar om liknande erfarenheter, kommer med kloka råd eller uppmanar personen att kämpa på i väntan på att det ska kännas bättre. Inte sällan tipsar de varandra om att kontakta skolhälsovården, lärare, föräldrar eller andra stödorganisationer som finns på nätet.

# 4. Hur pratar vi med unga om nätet?

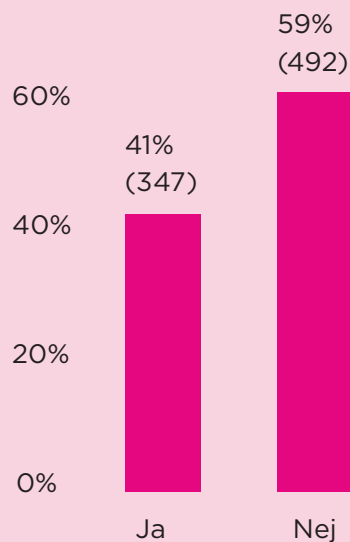


Barn och unga som är utsatta för mobbning i skolan drar sig ofta för att berätta för någon vuxen. Detsamma gäller för mobbning som sker på nätet. Enligt Bris och IIS enkät på nätet skulle 59 procent inte berätta för en vuxen om de blev taskigt behandlade på nätet. Några anledningar som de uppgav var att de tyckte det var pinsamt, att de inte hade någon vuxen att berätta för, att det bara skulle leda till att de inte fick vara på internet eller att de kände att en vuxen ändå inte skulle kunna göra något för att hjälpa.

Det finns en skamkänsla i att vara utsatt för mobbning, oavsett i vilket forum den förekommer. För att som vuxen kunna vara ett bra stöd om någon har råkat illa ut är det viktigt att lyssna, vara

### Skulle du berätta för en vuxen om du blev taskigt behandlad på nätet?

Besvarad av: 839 (62%)  
Ej besvarad av: 476 (38%)



tillgänglig och icke-dömande om barn och unga bestämmer sig för att berätta. Det kan också vara bra att förtydliga för barn som blir utsatta att det inte är deras eget fel, att de inte har skulden, utan att det är mobbarna som gör fel.

## Röster från Bris.se: Vad skulle du vilja att vuxna visste om nätet och det som du gör där?

Jag gillar att nätet är lite mitt eget på något sätt, fast det är väl bra om föräldrarna känner till några sidor som barnen är inne på.

Att jag antagligen sköter mig bättre än vad de tror.

Att alla inte är idioter och pedofiler, det finns massor med underbara människor där ute som jag har lärt känna!

Att ungdomar kan bli lätt påverkade av det dom ser på internet som till exempel ätstörningar, självskadebeteende.

Att det är kul och man får nya kompisar.

Jag skulle vilja att de vet om hur mycket mobbning som faktiskt pågår där. Det är mycket mer än vad man faktiskt tror.

Jag skulle vilja att de såg kommentarer och liknande som jag skickar och får.

Jag vill inte att vuxna lägger sig i mitt "internetliv", det är en grej som jag vill ha för mig själv.

Att det inte är så farligt som man kan tro, så länge man har lite vett så händer inget.

Att vi är mer medvetna än vad ni tror.

## Röster från Bris.se: Skulle du berätta för en vuxen om du blev taskigt behandlad på nätet? De som svarade nej motiverade med:

För att mina föräldrar inte vill att jag ska ha sociala medier eller vara medlem på olika spel när jag "bara" är 13. Så då kan jag inte säga till.

För att då skulle de säkert inte låta mig vara på nätet mer, eller övervaka mig mer, då de skulle bli rädda att jag råkade illa ut mer på nätet.

För att det är på nätet, det spelar liksom ingen roll. Om man känner sig taskigt behandlad på nätet, jaha, stäng ner datorn då!

För att alla vuxna dömer och vuxna är allmänt jobbiga.

För att vuxna inte förstår... Och man vill inte att vuxna ska tro att man är dum i huvudet, för oftast så känns det som ens eget fel om nåt har hänt.

För det känns jobbigt och pinsamt...

Jag vet inte vem jag skulle berätta det för. Och vad skulle de göra åt saken?

För att vuxna inte förstår... Och man vill inte att vuxna ska tro att man är dum i huvudet, för oftast så känns det som ens eget fel om nåt har hänt.

För att mina föräldrar inte vet att jag spelar det spelet som det har hänt på. Dom kanske blir arga för att jag spelar det utan att jag har frågat...

För dom fattar inte. Och det skulle bara bli värre.

Vuxna säger alltid "bry dig inte om dom", dom tar det inte på allvar. Medan om en vuxen blir kränkt på nätet blir det värsta grejen. För att det är en vuxen...

## Nyfikenhet

En del vuxna som hör av sig till Bris upplever att det finns en teknisk barriär som gör att det är svårare att prata med barn och unga om det som händer på nätet. De känner sig kanske lite korkade som inte har koll på den senaste tekniken i form av alla appar, hemsidor och spel. Och visst, ska du försöka hacka dig förbi lösenord och andra säkerhetsspärrar är det svårt – men det ska du inte. Som vuxen ska du inte se och ta del av allt som barn och unga skriver och säger till varandra över nätet. Precis som att du inte vet vad de pratar med varandra om när du inte är där. Med det sagt är det genom närvaro och genom att visa intresse som du bygger upp ett förtroende som förhoppningsvis gör att den som råkar illa ut vill vända sig till dig som vuxen för hjälp.

För att få igång den där dialogen där du som vuxen signalerar att du bryr dig och att du är nyfiken kan du helt enkelt börja ställa frågor. Fråga vad de tycker om att göra på nätet, om de har några favoritspel eller någon favoritvideo. Be dem visa i så fall! Fråga också vad de skulle göra om någon kompis blev taskigt behandlad på nätet och vad de själva skulle göra om någon skrev något taskigt till dem.

## Närvaro

Men hur närvarande ska man egentligen vara på nätet som vuxen? Ska man vara kompis med sina barn och sina elever på sociala nätverk? Ska man följa dem på Instagram? Varje relation mellan ett barn och en vuxen är unik och det finns inga generella svar, svaret är i stället att det beror på. Vad gäller vuxnas faktiska närvaro på till exempel sociala forum på nätet är det viktigt att ha en öppen dialog om vad det innebär. Den som lägger sin dagbok uppslagen på köksbordet får kanske räkna med att det medför en större risk för att någon tjuvläser. Detsamma gäller öppna profiler på sociala forum. Det som är öppet och tillgängligt får barn och unga själva ta ansvar för. Det betyder däremot inte att det är fritt fram att snoka och rota. Jämför med att knacka på innan man går in i någon annans rum; en olåst dörr betyder inte det att det är fritt fram. Som vuxen är det bra att påminna sig om att samma respekt för barn och ungas integritet gäller på nätet som i andra sammanhang, offline.

## Lyssna - bestraffa inte

Många barn som hör av sig till Bris är rädda för att de ska bli ifråntagna tillgången till nätet om de berättar för någon vuxen att de har råkat illa ut på internet. Som vuxen är det därför viktigt att inte vara dömande när man pratar med barn och unga om nätet. Den som

känner att hen måste försvara sitt intresse för att vara på nätet, och kanske har tvingats argumentera väldigt starkt för att internet bara är bra, drar sig kanske för att berätta om det händer något obehagligt.

Att ta ifrån barn och unga tillgången till nätet är ofta ett försök att skydda dem eller att straffa dem. Det senare tenderar snarare att skada relationen till barnet, för även om det kanske fungerar på väldigt kort sikt bygger det ingen tillit, vilket är a och o om barnet ska våga vända sig till den vuxne om hen blir illa behandlad. Att begränsa tillgången genom att beslagta telefoner och datorer i tron att det skyddar dem är också många gånger lönlöst. Det är trots allt inte datorn som bråkar utan de människor man kommunicerar med genom datorn. Och kom ihåg att den som blir fräntagen sin telefon blir kanske inte bara befriad från mobbare, utan också fräntagen sitt enda sätt att kommunicera med sina vänner.

Satsa i stället på att vara öppen och ställa mycket frågor, för att försöka få en bild av vad de gör och för att visa dem att du är nyfiken och vill veta, både när det handlar om positiva och negativa upplevelser. I grund och botten handlar det om att ha ett öppet samtal om de saker i livet som kan vara jobbiga, oavsett om det handlar om något som pågår på nätet eller någon annanstans. Kommer det fram att det är något som är jobbigt har man rätt att få hjälp.

## **Tillgänglighet och vuxenansvar**

Att bygga en nära relation med unga människor, samtidigt som man vill ge dem eget utrymme, är såklart lättare sagt än gjort. När det handlar om tonåringar handlar det mycket om att visa att man är tillgänglig. Som förälder är du kanske jättetrött och på väg att gå och lägga dig, men om det är då ditt barn bestämmer sig för att öppna upp och berätta – ta chansen!

När barn och unga berättar att de har varit med om något eller att det är någon som är taskig eller mobbar dem, är det viktigt att ta det på allvar, oavsett om det har skett online eller offline. Bekräfta barnets känslor och prata om hur ni ska göra. Kanske kan ni pröva att blockera personen som är elak och se vad som händer? Samtidigt är det viktigt att komma ihåg att man som vuxen ibland måste fatta beslut om att anmäla en hemsida eller kontakta skolan. Men involvera hela tiden barnet och berätta varför du tänker och agerar som du gör. Att ta sitt vuxenansvar handlar om att avlasta barnet. Om man som vuxen i sin tur behöver avlastning finns det hjälp att få, något som vi skriver mer om i kapitel 7.



## Att inte underskatta barn och unga

De flesta barn och unga som hör av sig till Bris är väl medvetna om vad det finns för risker med nätet. Framför allt när det handlar om att kommunicera med människor som de inte känner. Även när de råkar ut för något, till exempel att någon är elak mot dem, så har de egna idéer och strategier för hur de ska bära sig åt för att få ett stopp på det (mer om det i kapitel 5), något som många vuxna underskattar. På samma sätt är det inte ovanligt att vuxna underskattar barn och ungas vilja att berätta. Och när de unga förstår att de vuxna inte hänger med så förklarar de gärna. Det blir ett tillfälle för barn och unga att visa de vuxna vad de kan.

### Checklista! Att tänka på när du pratar med barn och unga om nätet

1. Lyssna och låt dem berätta! Barn vill oftare än vi tror berätta vad de gör och vad de funderar på. Ta chansen och lyssna när de bestämmer sig för att dela med sig.
2. Håll dig genuint öppen och nyfiken, försök att inte vara dömande.
3. Det är okej att du inte vet exakt hur det funkar med all teknik, kom ihåg att du vet hur människor fungerar och vet hur det känns när någon säger något taskigt. Det spelar mindre roll hur det har gått till.
4. Prata om vad som är bra och dåligt med nätet. Du kan till exempel fråga vad gör de gör om någon är taskig, eller om någon är taskig mot en kompis?
5. Hota aldrig med att ta ifrån dem tillgång till nätet. Det är kontraproduktivt och kan göra mer skada än nytta.
6. Ett bra sätt att visa intresse är att be barn och unga visa vad de gör på nätet, kanske vill de visa sina favoritklipp på Youtube eller vilka bloggar och spel de tycker om. Be dem berätta vad det är de tycker är roligt med nätet och förklara att du vill veta och att du vill förstå.



## Skärmtid

Många vuxna som hör av sig till Bris, framför allt föräldrar, känner sig dåliga när deras barn tillbringar mycket tid framför datorn. Som att de är dåliga föräldrar som inte har lyckats styra barnen bättre. Men vad är egentligen för mycket tid? Nätet är en del av vardagen och används till allt från att kommunicera med vänner, göra skolarbeten och spela spel till att söka information och få hjälp och stöd. Hur mycket tid som är för mycket går därför inte att säga säkert. Ett sätt att förhålla sig till skärmtiden är att i stället fundera på hur den påverkar resten av livet. När barn och unga börjar välja bort saker som de annars brukar tycka är roliga, slutar att träffa vänner eller kanske framför allt börjar missköta skolan – då börjar det bli ett bekymmer.

Att sitta mycket framför datorn, mobilen eller läsplattan är dessutom sällan att likställa med ett asocialt liv. Att umgås på nätet kan vara ett bra komplement till att träffas ansikte mot ansikte, men det kan också vara ett sätt att träna sin sociala förmåga för att sedan våga närma sig människor offline. Att få känna att det finns någon som lyssnar och förstår. Många barn och unga har ett väldigt aktivt socialt liv på nätet. De pratar med varandra, utbyter tankar och åsikter, skickar klipp till varandra som de kommenterar. Att kommunicera via nätet handlar sällan om att skicka ett meddelande och tålmodigt vänta på svar. Kommunikationen är snarare ett ständigt pågående flöde där många pratar med flera personer samtidigt under en lång tid.

# 5. Vilka strategier har unga för att skydda sig?

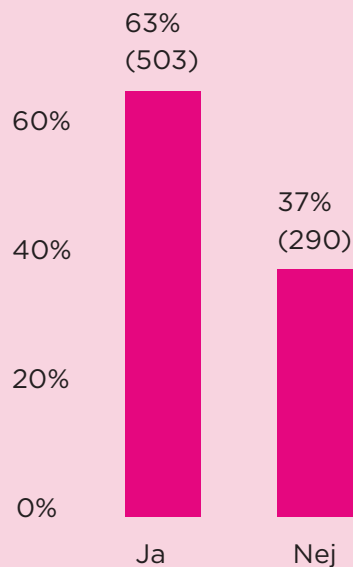


Som vuxen har du ett ansvar att hjälpa barn och unga att lösa konflikter som uppstår, detsamma gäller på nätet. Men många barn och unga som kontaktar Bris har själva väldigt bra koll på vad de kan göra om de utsätts på kränkningar på nätet. 63 procent av dem som svarade på Bris och IIS enkät på nätet uppgav att de visste vad de skulle göra om någon var elak mot dem på nätet.

De vet att de kan bildgoogla en person som de chattar med för att se om hen är den hen utger sig för att vara, att de kan blockera/banna andra användare på sociala forum, i spel och i chattjänster och att de kan radera andras kommentarer på sådant som de själva har lagt upp. En annan strategi kan vara att ignorera kränkande

### Vet du vad du ska göra om någon är taskig mot dig på nätet?

Besvarad av: 793 (63%)  
Ej besvarad av: 463 (37%)



meddelanden i hopp om att den som skickar dem ska sluta. Barn och unga är också, till exempel i Bris forum på nätet, väldigt bra på att uppmuntra varandra att söka hjälp hos en vuxen.

Något som barn och unga enligt Bris erfarenheter ofta undviker är att höra av sig till de olika hemsidorna och berätta att det är någon som betar sig illa. Till exempel att kontakta Instagram eller

## 5. Vilka strategier har unga för att skydda sig?

Facebook och uppmärksamma dem på att det finns kränkande innehåll publicerat på sidan. I en undersökning som Statens medieråd har gjort uppger mellan 80 och 85 procent av 9-16-åringar att de aldrig har gjort en anmälan om något som har hänt på nätet<sup>16</sup>. Av dem som kontaktar Bris är det många som upplever att det är svårt och krångligt, men kanske också lite läskigt. Vilka är det som kommer att läsa det jag skriver? Om jag berättar för Facebook att Anna har skrivit hora till mig flera gånger, får Anna reda på det då? Och vad kan Facebook egentligen göra?

Hos en del unga finns också en oro att inte bli tagna på allvar. Att det som händer på nätet ska bli avfärdat som mindre allvarligt, för att det är just på nätet. En oro som vuxna kan råda bot på genom att vara tydliga med att alla typer av kränkningar är fel, oavsett var de sker. En del unga tvivlar på att vuxna kan göra särskilt mycket även om de får veta vad det är som pågår, medan andra kan vara rädda för att de vuxna ska bli arga. Det finns också de som tycker att de borde kunna hantera situationen på egen hand och väntar väldigt länge med att berätta för någon. En av anledningarna till att det är viktigt att vuxna får reda på vad som pågår är för att kunna avlasta barnen från ansvar, men självklart också för att hjälpa dem att ta sig ur en jobbig situation. Att som vuxen visa intresse, vara icke-dömande och tydlig med att man finns där och vill hjälpa är därför väldigt viktigt.

## 6. Vad är brottsligt?



## 6. Vad är brottsligt?

Att veta vad som gäller på nätet, rent juridiskt, är inte alltid helt lätt. Det som är självklart att det är brottsligt offline, kan av någon anledning kännas mindre allvarligt online. Huvudregeln när det kommer till juridik och nätet är dock att det som är olagligt offline också är det online. Den som tror att hen har utsatts för ett brott ska anmäla det till polisen. Mobbning, eller nätmobbning, är inte i sig ett brott, men mobbningen kan bestå av handlingar som är brott. I det här kapitlet ska vi gå igenom några av dem.

### **Skadeståndsansvar och straffansvar**

Inom juridiken skiljer man på straffansvar och skadeståndsansvar. Straffansvar är en del av straffrätten och är statens utkrävande av ansvar för att man har brutit mot de handlingsregler som staten har satt upp, det vill säga våra lagar. Bara den som har fyllt 15 år är straffmyndig och kan dömas till straff som böter och fängelse. Skadeståndsansvar är en del av civilrätten och är enskilda människors rätt att utkräva ansvar (skadestånd) för att någon har skadat dem. Och det kan man göra även om det inte blir någon straffrättslig process. I det numera välkända så kallade Instagrammålet dömdes en 15-åring och en 16-åring för grovt förtal till ungdomsvård respektive ungdomstjänst. Men de dömdes också till att betala skadestånd till ett stort antal målsägande. När en person som inte är myndig döms att betala skadestånd kan föräldrarna tvingas betala delar av skadeståndet. I Instagrammålet betydde det att föräldern till den ena flickan tvingades betala drygt 150 000 kronor.

### **Förtal**

I lagboken beskrivs brottet förtal som "Den som utpekar någon såsom brottslig eller klandervärd i sitt levnadssätt eller eljest lämnar uppgift som är ägnad att utsätta denne för andras missaktning, dömes för förtal till böter"<sup>17</sup>. Men vilken 10-åring förstår vad det betyder? Att förklara rättsliga regler för barn och unga kan vara lite knepigt. Ofta finns det undantag och komplicerande omständigheter som gör att det sällan är så enkelt som man skulle vilja. För att kunna lära barn och unga vad som är otillåtet kan man behöva kompromissa. Förtal skulle förenklat kunna beskrivas som att du inte får uttala dig om andra människor på ett sätt som får dem att i andras ögon framstå som mindre värda. Ska du förenkla ännu mer kan du säga att du inte får säga något som får andra att tycka illa om någon. Och det gäller även på nätet.

Förtal kan vara att skriva något på Facebook om en annan person som får denne att framstå som en sämre människa i omgivningens ögon. Det handlar alltså inte om hur den utsatte själv uppfattar det

som sagts eller skrivits, utan om hur omgivningen uppfattar det. Det gäller även filmer och bilder. Ett vanligt förtalsbrott är att peka ut någon som brottslig. Att till exempel lägga upp en bild på någon på Instagram och skriva i bildtexten att personen har stulit något eller skadat någon annan. Däremot är det sällan förtal att bara skriva något taskigt. När det handlar om rena åsikter brukar yttrandefriheten väga tyngre, även om det som sagts i viss mån kan påverka omgivningens uppfattning av personen. Att till exempel skriva på nätet att någon är ful bedöms sannolikt inte som förtal. Det är, som juridikprofessorn Mårten Schultz uttrycker det, viktigt att skilja på det som är olagligt och det som är otrevligt. Viktigt att komma ihåg är också att informationen som sprids inte nödvändigtvis behöver vara en lögn. Att skriva något som är sant, och som kan få omgivningen att nedvärdera personen, kan också vara förtal.

Det som är speciellt med nätet, till skillnad från om någon viskar något till någon utanför klassrummet, är att det som läggs upp på nätet kan spridas blixtnabbt, till hur många som helst. Och det är när det sprids som det påverkar omgivningens omdömen. Det behöver därför inte vara den som skriver en nedvärderande kommentar som ställs till svars för förtal, utan den som har sett till så att kommentaren har nått många, många fler. I Instagrammålet, som fick stor uppmärksamhet vintern 2013, handlade det om ett Instagramkonto där andra hade skickat in de kränkande bilderna som postades, men det var de som var ansvariga för kontot som spred bilderna som dömdes för förtal.

Straffet för förtal är fängelse eller böter. Det kan också utdömas skadestånd, även om gärningsmannen är under 15 år. När ett barn döms att betala skadestånd kan föräldrarna bli skyldiga att betala delar av skadeståndet, normalt omkring 8 000 kronor per skadepåföljd.

## Förolämpning

Om någon skriver något elakt i ett meddelande till någon och bara mottagaren ser det, kan det inte vara förtal, eftersom det inte sprids till flera personer. Om meddelandet däremot syftade till att sårta mottagarens självkänsla, kan det vara en förolämpning. Och det är också ett brott.

En elev skriver något elakt i ett meddelande på nätet till en annan elev. För att det ska vara en förolämpning i lagens mening krävs det att den som skrev det förstod att det skulle sårta personen som fick det, men valde att skicka det ändå. Det krävs alltså uppsåt. En förolämpning behöver inte vara text, det kan också vara hånfulla och taskiga bilder eller filmer. Det avgörande är att det finns ett uppsåt och att förolämpningen har riktats direkt till den person som



## 6. Vad är brottsligt?

det handlar om. Om Samira säger något taskigt om Alice till sin vän Sasha kan inte Samira anklagas för förolämpning eftersom hon inte har sagt det direkt till Alice.

Om en förolämpning handlar om en persons ras, religion, könsidentitet eller sexuella läggning kan det klassas som ett hatbrott och det är något som domstolen ser extra allvarligt på.

Straffet för att förolämpa någon är normalt böter (för att bli dömd måste du vara straffmyndig, det vill säga ha fyllt 15 år), men kan i undantagsfall bli fängelse i upp till sex månader. Om förolämpningen är en allvarlig kränkning av den personliga integriteten kan förövaren också tvingas betala skadestånd.

### **Checklista!** Det här kan vuxna hjälpa barn och unga med om de tror att de har utsatts för brott på nätet



1. Försök att identifiera vad det är barnet har utsatts för. Har hen blivit hotad? Har hen blivit baktalad? Har någon kränkt barnets sexuella integritet?
2. Om barnet har hotats, förföljts eller utsatts för särskilt allvarliga kränkningar ska du alltid anmäla det till polisen.
3. Dokumentera vad som har hänt, till exempel genom att ta skärmdumpar. Be någon annan verifiera att det inte är manipulerat med Photoshop.
4. Om barnet har utsatts för en kränkning som berättigar till skadestånd kan du börja med att skicka ett kravbrev. Det kan du göra själv, utan en jurist. Information om vad som bör stå i brevet finns på nätet. Skadeståndet för en kränkning ligger normalt på 5 000 kronor.
5. Om du vill utkräva civilrättsligt ansvar kan du antingen kontakta en jurist eller ansöka om stämning själv via [www.domstol.se](http://www.domstol.se)

## Läs mer!

1. Rapporten "Hat på nätet. Vad får du inte skriva på internet?" utgiven av Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor (tidigare Ungdomsstyrelsen) 2014.
2. No Hate-poddens serie om juridiken på nätet (9 avsnitt) ledd av Mårten Schultz och Tove Lindgren. I samarbete med Statens Medieråd.
3. [krankt.se](http://krankt.se) - Datainspektionens hemsida som är till för dig som känner att du har blivit oschysst behandlad på nätet. Här får du råd om vad du kan göra för att lösa problemet.



## Olaga hot

Ibland kan klimatet på nätet vara rätt hårt och det händer att barn och unga hotar varandra, i sociala medier, spel och i chattrum, både genom text och bilder. En del av de hoten är brottsliga och kallas med juridiska termer för olaga hot. För att ett hot på nätet ska vara straffbart krävs för det första att det är hot om ett annat brott. Det är till exempel inte okej att skriva att man ska misshandla någon, eftersom misshandel är ett brott. Det är däremot inte olaga hot att skriva "Om du inte hjälper mig berättar jag för dina föräldrar att du ljög om vad du gjorde förra helgen", eftersom det inte är ett brott att berätta för någons föräldrar att hen har ljugit. För det andra krävs det att hotet är tillräckligt för att framkalla rädsla för liv, hälsa eller egendom hos den hotade personen. Den hotade personen behöver inte bli rädd, men hotet måste vara formulerat på ett sätt som gör att personen i normala fall borde bli rädd. Domstolen utgår ifrån hur den hotade personen har upplevt hotet eller borde ha upplevt hotet, inte om den som hotar faktiskt har tänkt göra verklighet av hotet.

Den som döms för olaga hot kan antingen få böter eller fängelse. Hen kan också behöva betala skadestånd om hotet är en allvarlig kränkning av den personliga integriteten.

## Ofredande

Ofredande är ett så kallat fridsbrott. Ett fridsbrott inkräktar på en människas rätt att få vara i fred och känna sig trygg. Förenklat kan man säga att ofreda betyder att allvarligt störa någon. Att vara utsatt på nätet kan innebära att man är utsatt för ofredande. Till exempel om det är någon som skickar väldigt stora mängder meddelanden till någon, trots att personen har sagt att hen inte vill bli kontaktad. Precis som med förolämpningar krävs det att det finns ett uppsåt. Personen som skickar meddelanden måste förstå att det kan uppfattas som störande för mottagaren, men fortsätter ändå att skicka. Det kan till exempel handla om att en person som gång på gång skickar meddelande till någon på nätet, trots att mottagaren redan efter det första meddelandet har sagt ifrån. För att det ska räknas som ofredande behöver inte meddelandena vara kränkande, det räcker med att de är otrevliga. Detsamma gäller såklart för bilder och filmer. Men ju mindre kränkande något är, desto högre krav ställs det på upprepning för att det ska klassas som ofredande.

Straffet för ofredande är böter eller fängelse i högst ett år. Den som utsatts för ofredande kan också beviljas skadestånd.

## Sexuellt ofredande

De flesta unga, framför allt tonåringar, är nyfikna på sex. De är i en period när de utforskar sin sexualitet, både offline och online, och det händer att de tänjer på sina egna och andras gränser. När någon utsätts för en sexuell handling mot sin vilja, eller får sin sexuella integritet kränkt, kan det vara tal om sexuellt ofredande. Den som är under 15 år anses inte kunna ge samtycke till sexuella handlingar och då är offrets inställning till det som har hänt ur ett juridiskt perspektiv irrelevant. Att kränka någons sexuella integritet på nätet kan till exempel handla om att skriva ett inlägg på ett socialt forum, skicka ett meddelande eller skriva i en chatt. 2012 dömdes en pojke, över 18 år gammal, för sexuellt ofredande efter att ha skrivit på en 13-årig flickas Facebook att han tyckte att hon var het och att han ville "tränga in i henne och knulla henne"<sup>18</sup>. Att hetsa någon att skicka avklädda bilder på sig själv, via sms eller via nätet, kan också vara sexuellt ofredande.

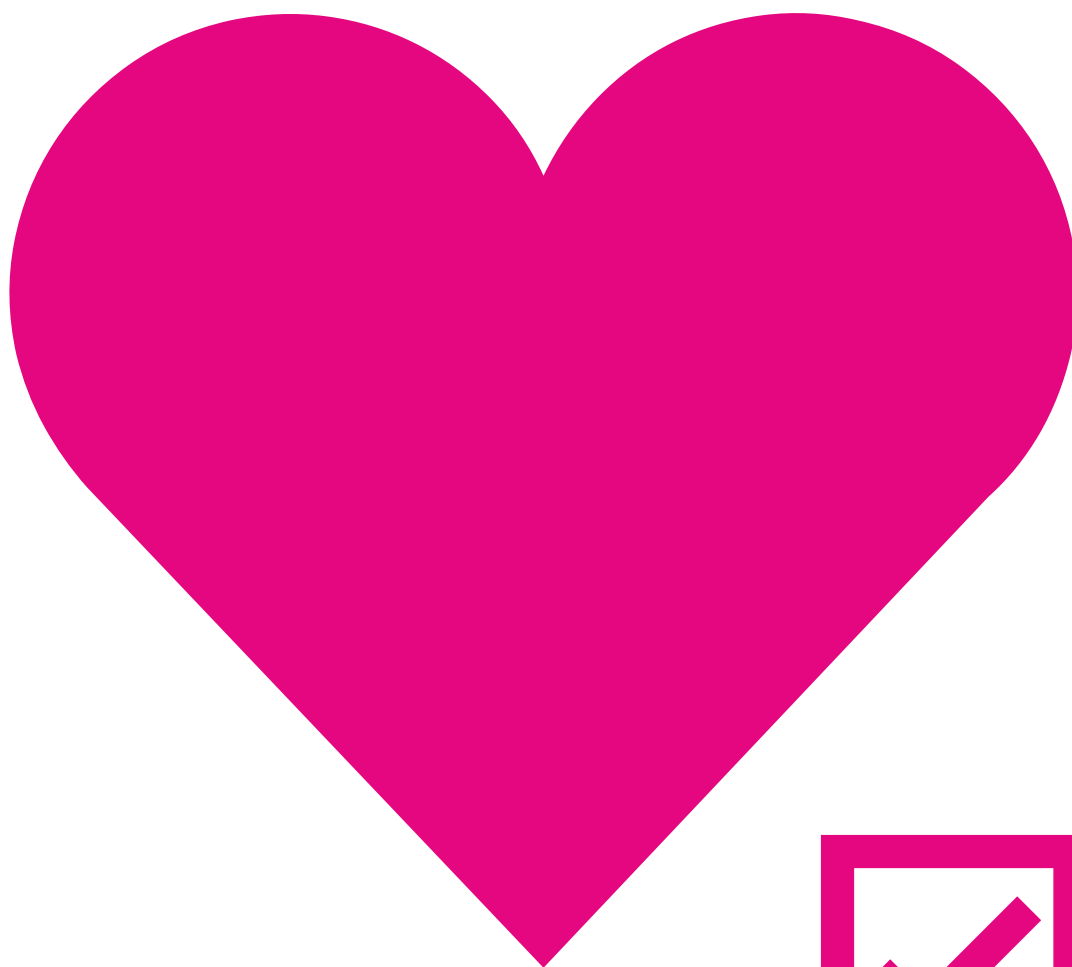
Straffet för sexuellt ofredande är böter eller fängelse i högst två år. Den som utsatts för sexuellt ofredande kan också beviljas skadestånd.

## Tilltron till rättssystemet

Tilltron till rättssystemet när det handlar om brott på nätet är lågt. I en undersökning gjord vid Lunds universitet uppgav hela 80 procent av de tillfrågade (16–40 år) att de inte trodde att rättsväsendet alls, eller i begränsad grad, skulle kunna ta tillvara deras intressen som brottsoffer<sup>19</sup>. 4 av 5 trodde alltså inte att de skulle kunna få hjälp av rättssystemet om de utsattes för brott på nätet. Konsekvenserna, menar juridikprofessor Mårten Schultz, kan bli att människor varken avhåller sig från brott eller tar tillvara sina rättigheter. Till viss del är misstron berättigad. Våldigt många upplever att de har blivit kränkta på nätet, men väldigt få av dem får upprättelse i en domstol. Däremot är det fortfarande väldigt viktigt att göra en polisanmälan om man tror att man har blivit utsatt för brott, om inte annat för brottsstatistikens skull.

*I maj 2014 beslutade regeringen att tillsätta en utredning för att se över lagarna om förtal, hot och ofredande på nätet. Utredaren ska presentera sina förslag 31 januari 2016.*

# 7. Sammanfattning



## Röster från Bris.se: Vad skulle du vilja att en vuxen sa eller gjorde om du blivit taskigt behandlad på nätet?

Jag skulle vilja att de lyssnade på mig och trodde på mig. Och verkligen tog det på allvar. Många vuxna pratar bort sådana saker för lätt och tror inte att det är så farligt.

Hjälpa mig och berätta för den taskiges föräldrar.

Stötta. Även om jag varit inne på en sida som de inte ville att jag skulle vara på.

Fick den som var taskig att sluta och hjälpa mig om jag mår dåligt för det den taskiga hade skrivit.

Jag skulle vilja att de tog det på allvar.

Hjälpte mig att anmäla personen.

Krama mig och säga att hen skall hjälpa att få stopp på det.

Jag skulle vilja, om det är möjligt, att den vuxne pratade med den som varit elak.

Gjorde något åt det. Fast på avstånd, annars blir det bara värre. Även om ni vuxna inte kan se det så.

Stänga ner, eller blockera personen. Sedan inte vara arg.

Bekräfta mina känslor och säga att det är okej att bli ledsen typ. Om det hade hänt jättemycket så skulle jag nog vilja ha hjälp med att få det att sluta.

Bara ge mig råd. Det är onödigt att göra berg av kullar. Ge mig råd om hur jag ska göra, om jag ska svara, vad jag ska svara (självklart inget elakt då) osv. Försöka få mig att må bättre också!

I sex kapitel har vi tagit upp vad unga gör på nätet, hur mycket man som vuxen bör veta om vad de gör, vad nätmobbning är och skillnaden mellan mobbning offline och online, hur vanligt det är, hur vi pratar med unga om nätet, hur unga skyddar sig och vad som är brottsligt. I det här sista och vägledande kapitlet ska vi försöka sammanfatta de olika avsnitten och komma med konkreta tips på vad vuxna i barn och ungas närhet kan tänka på, var det finns mer information att få och vilket ansvar skolan har.

### Kapitel 1: Vad gör unga på nätet?

Internet är i dag en stor del av barn och ungas vardag, 94 procent av alla 13-åringar uppger att de använder internet varje dag<sup>20</sup>. Det är via nätet som unga umgås, spelar spel, kommunicerar, uttrycker åsikter, sköter sitt skolarbete, söker hjälp, tar del av nyheter och letar information.

Vilka appar, spel eller hemsidor som är populärast skiftar från vecka till vecka och som vuxen kan det vara svårt att hänga med. Så även om det är viktigt att visa intresse, fråga och vara nyfiken, är det kanske ännu viktigare att vårda relationen med barn och unga så att du kan känna dig trygg med att de säger till om det händer någonting. Våga lita på att du har lärt dem så pass mycket om de kan ta hand om sig själva, både på och utanför nätet.

### Vad gör unga på nätet?

- 1. Sociala nätverk och mötesplatser.** Kommunikationen på sociala medier, i form av text, filmer och foton, är ofta en förlängning av barns vardagsliv; kompisarna i klassen är också ens vänner på nätet. Men det kan också vara ett sätt att skaffa nya kompisar, för den som är blyg kan det kännas lättare att ta kontakt med någon via nätet än ansikte mot ansikte. Det är också ett sätt för unga att träffa andra som har samma erfarenheter och intressen.
- 2. Spel.** Många unga lägger mycket tid på att spela olika spel, antingen på telefonen, datorn, läsplattan eller via en spelkonsoll. I många spel är kommunikationen mellan spelarna en viktig del och du spelar inte sällan mot människor som du aldrig har träffat.
- 3. Nyheter.** Nätet är det snabbaste och enklaste sättet att hålla sig uppdaterad om vad som händer och internet är i dag den viktigaste nyhetskällan för 12-15-åringar. Nätet är också en enorm källa till all annan tänkbar form av information och har blivit ett sätt för barn och unga att kunna ställa frågor som de inte vågar ställa till vuxna i sin närhet.

## Kapitel 2: Vad är nätmobbning?

Utsatthet på nätet kan bestå av elaka kommentarer, enstaka eller upprepade, kränkande bilder och filmer med eller utan tillhörande kommentarer, uteblivna gilla-markeringar som en form av utfrysning, hot om våld, kapade konton och fejkade profilsidor. När Bris tar emot samtal och chattar med unga så är det många som undrar vad det är de är utsatta för, de vill gärna kunna sätta ord på det. Är det mobbning? Eller är det något annat?

Inom forskningen definieras mobbning utifrån tre kriterier: intentionen att skada, repetition av kränkningen och en maktobalans mellan offer och förövare. Om samma kriterier ska gälla för det som i dagligt tal kallas för nätmobbning är forskarvärlden oense om. Framför allt ifrågasätts repetitionskriteriet. En elak kommentar eller en taskig bild kan postas en gång, men sedan få flera gilla-markeringar eller delas och spridas vidare. Det gör att en kränkning som egentligen bara har utförts en gång kan upplevas som om den utförs igen och igen och igen.

## Vad utmärker nätmobbning?

- 1. Anonymitet.** Ofta vet den som utsätts för kränkningar på nätet vem det är som ligger bakom, men inte alltid. Att inte veta kan öka känslan av maktlöshet eftersom man då inte heller vet vem personen eventuellt kan sprida det vidare till.
- 2. Spridning.** Den stora skillnaden mellan mobbning online och offline är spridningsmöjligheterna som finns online. En elak kommentar, fejkad profilsida eller förödmjukande bild kan blixtnabbt spridas vidare utan att den som är utsatt vet till vem eller hur många.
- 3. Följer med hem.** Utsattheten på nätet kan också följa med hem, på ett sätt som mobbningen på skolgården inte gör. För att hemma ska fortsätta att vara en trygg plats, även för den som utsätts för kränkningar på nätet, kan det vara bra att försöka stötta barn och unga i att undvika de hemsidor eller de spel och appar där kränkningarna uppstår. Det kan också vara en idé att hjälpa barn och unga att blockera personer som är taskiga mot dem på nätet.



## **Kapitel 3: Hur vanligt är det med nätmobbning?**

Olika undersökningar visar olika saker, ibland kan det verka som att var och varannan ung är utsatt för kränkningar på nätet. När Bris och IIS ställde frågan i en enkät på webben uppgav 61 procent att de har blivit taskigt behandlade på nätet. I andra undersökningar uppger en tredjedel att de har blivit kränkta under det senaste året. Men då ska man komma ihåg att det är att jämföra med att de allra flesta av oss någon gång under det senaste året har fått ta emot en elak kommentar av någon vi har träffat offline, ansikte mot ansikte. Det som förekommer utanför nätet, förekommer såklart också online och sammantaget kan man säga att barn och ungas vardag på nätet i de allra flesta fall är väldigt odramatisk.

## **Att tänka på när vi pratar med unga om nätet**

1. Lyssna och låt dem berätta! Barn vill oftare än vi tror berätta vad de gör och vad de funderar på. Ta chansen och lyssna när de bestämmer sig för att dela med sig.
2. Håll dig genuint öppen och nyfiken, försök att inte vara dömande.
3. Det är okej att du inte vet exakt hur det funkar med all teknik, kom ihåg att du vet hur människor fungerar och vet hur det känns när någon säger något taskigt. Det spelar mindre roll hur det har gått till.
4. Prata om vad som är bra och dåligt med nätet. Du kan till exempel fråga vad de gör om någon är taskig, eller om någon är taskig mot en kompis?
5. Ett bra sätt att visa intresse är att be barn och unga visa vad de gör på nätet, kanske vill de visa sina favoritklipp på Youtube eller vilka bloggar och spel de tycker om. Be dem berätta vad det är de tycker är roligt med nätet och förklara att du vill veta och att du vill förstå.

## Kapitel 4: Hur pratar vi med unga om nätet?

Barn och unga som är utsatta för mobbning drar sig ofta för att berätta det för en vuxen. Det kan kännas skamfyllt, av olika anledningar. Detsamma gäller utsatthet på nätet. För att förmå barn och unga att berätta och söka stöd och hjälp när de behöver det, är det viktigt att visa intresse för vad de gör på nätet, vara nyfiken utan att inkräkta och att lyssna utan att vara dömande.

Många vuxna oroar sig för att barn och unga spenderar för mycket tid framför datorn. Men vad är egentligen för mycket tid? Ett sätt att förhålla sig till skärmtiden är att i stället fundera på hur den påverkar resten av livet. När barn och unga börjar välja bort saker som de annars brukar tycka är roligt, slutar att träffa vänner eller kanske framför allt börjar missköta skolan – då börjar det bli ett bekymmer.

Att ta ifrån barn och unga tillgången till nätet löser aldrig några problem, oavsett om det är för att skydda eller bestraffa dem. För även om det finns risker med nätet, så kan det också vara på nätet som utsatta barn och unga har vänner som de kan vända sig till. Prata i stället om hur ni tillsammans kan undvika det som är dåligt med nätet, men ha kvar det som är bra.

## Kapitel 5: Barn och ungas strategier för att skydda sig

Många barn och unga har bra koll på vad de kan göra för att få stopp på eller slippa undan kränkningar på nätet. De vet att de kan bild-googla en person som de chattar med, att de kan blockera/banna andra användare på sociala forum, i spel och i chattjänster och att de kan radera andras kommentarer på sådant som de själva har lagt upp. Däremot är de sämre på att anmäla kränkande innehåll till hemsidan där det förekommer och det kan vuxna hjälpa dem med. På Datainspektionens hemsida [krankt.se](http://krankt.se) kan man få hjälp med hur man bör gå tillväga.

## Kapitel 6: Vad är brottsligt?

Att veta vad som gäller på nätet rent juridiskt är inte alltid helt lätt. Grundregeln är att det som är otillåtet utanför nätet också är det på nätet. Mobbning i sig är inte ett brott, men kan bestå av handlingar som är brottsliga. Bara den som har fyllt 15 år är straffmyndig och kan dömas till exempelvis ungdomsvård och böter. Den som är under 15 år kan dock fortfarande dömas till skadestånd och när en person som inte är myndig döms att betala skadestånd kan föräldrarna tvingas betala delar av skadeståndet.

## Vad är brottsligt?

- 1. Förtal.** Förtal kan förenklat beskrivas som att någon uttalar sig om andra människor på ett sätt som får dem att framstå som mindre värda i andras ögon. Att säga något elakt till någon är inte förtal, men att till exempel peka ut någon som brottslig, vilket kan få andra att tycka illa om den personen, kan vara förtal. Och det gäller även på nätet.
- 2. Förolämpning.** Om någon skriver ett elakt meddelande till någon, och är medveten om att det kan såra personen, kan det vara en förolämpning. Domstolen ser extra allvarligt på förolämpningar som syftar på ras, religion eller sexuell läggning och könsidentitet.
- 3. Olaga hot.** För att hot på nätet ska vara straffbart ska det bestå av hot om ett annat brott och vara tillräckligt för att framkalla rädsla för liv, hälsa eller egendom hos den som utsätts.
- 4. Ofredande.** Förenklat kan man säga att ofredande är att allvarligt störa någon. Till exempel genom att skicka en stor mängd meddelanden till någon, trots att personen har sagt ifrån. För att dömas för ofredande krävs uppsåt, det vill säga att den som till exempel skickar många meddelanden förstår att det är störande för mottagaren.
- 5. Sexuellt ofredande.** När någon utsätts för en sexuell handling mot sin vilja, eller får sin sexuella integritet kränkt, kan det vara tal om sexuellt ofredande. Den som är under 15 år anses inte kunna ge samtycke till sexuella handlingar och då är offrets inställning till det som har hänt irrelevant. Att kränka någons sexuella integritet på nätet kan till exempel handla om att skriva ett kränkande inlägg på ett socialt forum, skicka ett meddelande eller skriva i en chatt.

### Skolans ansvar på nätet

Skolan har en skyldighet att förebygga och förhindra kränkande behandling, som till exempel mobbning. Det står i skollagen. Den som upplever att skolan inte har levt upp till de kraven kan anmäla sin skola till Skolinspektionen och Barn- och Elevombudsmannen, BEO. Förra året tog BEO emot 3 575 anmälningar om upplevda missförhållanden i skolan. En majoritet av anmälningarna (72 procent) gällde grundskolan och ungefär en tredjedel handlade om kränkande behandling<sup>21</sup>. Oftast handlar det om elever som kränker andra elever, men i en mindre del av fallen handlar det om elever som upplever sig kränkta av skolpersonalen.

I Skolverkets allmänna råd om Arbetet mot diskriminering och kränkande behandling står det att påstådda kränkningar som har en koppling till verksamheten ska utredas, även om de inte har skett i skolan eller på skoltid. Och det görs ingen skillnad på offline eller online, det gäller alltså även kränkningar på nätet. Men hur bedöms vad som har koppling till verksamheten?

Med nätets intåg i barns och ungas liv har gränserna för var skolans ansvar börjar och slutar suddats ut. Vad är det som gäller om en elev blir utsatt för kränkningar av andra elever på nätet, hemma vid datorn på kvällarna? Är det skolans ansvar att förhindra det? Det enkla svaret är ja. Det mer komplicerade svaret är: ibland. I skollagen står det att skolan har en skyldighet att även utreda kränkningar som inte sker i skolan, men som har en koppling till verksamheten. Koppling till verksamheten skulle till exempel betyda att det är elever från samma klass som skriver elaka saker till en annan elev på nätet, som den utsatte läser och mår dåligt över när hen är hemma. Vid ett tillfälle har BEO fattat beslut i ett sådant ärende och menade då att skolan är skyldig att utreda påstådda kränkningar, även om de skett på elevens fritid, om händelserna har kopplingar till verksamheten i skolan<sup>22</sup>.

”Eftersom det som sker på nätet, när det gäller elever, inte vanligen går att separera från den fysiska skolmiljön, bör lärare och skolvårdsmän ha beredskap att utreda och åtgärda nätkränkningar när skolan får kännedom om dem” skrev Kirsi Piispanen, förbundsjurist på Lärarförbundet, förra året.

### **Ta hjälp av varandra**

Bris erfarenhet av vuxna som hör av sig till dem, framför allt föräldrar, är att de känner sig ensamma. Om deras barn är utsatt för kränkningar på nätet har de ofta dåligt samvete för att de kunde låta det hända. Samtidigt är de flesta öppna för att göra gemensam sak med skolan, och det går att göra på flera sätt.

Att få berätta om sin oro och dela sina tankar med andra vuxna som också undrar saker om barn och ungas liv på nätet, kan kännas skönt och avlastande. Kanske kan föräldrarna till eleverna i en och samma klass träffas och prata om vad de tycker är svårt och vad de tampas med? Det behöver absolut inte betyda att man lämnar ut sitt barn, men det kanske finns någon förälder som har lite bättre koll på hur det fungerar på nätet. Tillsammans kan man lära av varandra och tipsa och stötta varandra.

Många föräldrar går i sin egen lilla värld och försöker hålla uppe ett samlat yttre. Det kan göra att man tänker att man är ensam om sina problem, när det sällan är fallet. Alla barn och unga är på nätet i dag, vilket betyder att alla vuxna i barns närhet tvingas förhålla sig till det på ett eller annat sätt. Att som vuxen göra gemensam sak

med andra vuxna är också ett sätt att visa intresse inför barnen, precis som att en förälder ringer och pratar med en annan förälder om det är någon som ska sova över. Då vet barnen att de vuxna bryr sig.

### **Öppna diskussioner - innan det har hänt**

Hur man betar sig mot varandra i skolan inkluderar hur man betar sig mot varandra på nätet. Därför är det viktigt att hålla samtalet igång och på ett icke-dömande sätt även diskutera beteenden på nätet, utan att det har hänt något. Ett bra sätt är att låta eleverna diskutera med varandra under trygga former, med vuxna närvarande. Tänker de att det är skillnad på att säga något elakt till någon i klassrummet eller att göra det på nätet? Vad gör de om någon skriver något taskigt? Hur känns det? Hur mycket funderar de innan de lägger upp bilder, filmer och kommenterar på nätet? Vad tror de händer med det de lägger upp på nätet? Hur tycker de att samtalsklimatet är på nätet, skiljer det sig mot hur det låter i skolkorridoren? Varför då? Vad använder vi för språk när vi pratar med varandra på nätet?

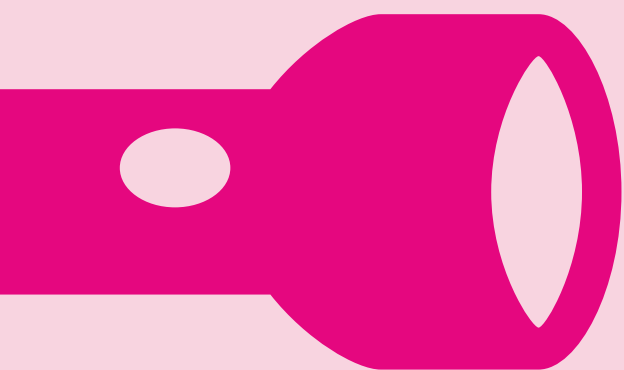
### **Checklista!** Vad kan du som vuxen göra för att hjälpa den som utsatts för kränkningar på nätet?

1. Om barnet vågar och vet vem det är som ligger bakom kränkningen kan hen ta kontakt med personen. Förklara hur det känns, be personen att sluta.
2. Spara mejl, meddelanden, bilder eller filmer med kränkande innehåll. Vet barnet inte vem som har skickat dem så kan sajter, internetföretag och polisen ofta ändå ta reda på det.
3. Man bör alltid anmäla hot och kränkningar till den hemsida där det förekommit.
4. Har barnet råkat ut för något som du tror kan vara olagligt - polisanmäl.



När vi pratar om utsatthet på nätet ligger fokus av naturliga skäl framför allt på dem som utsätts. Men den som är utsatt kanske också utsätter andra, eller tvärtom, den som utsätter andra kanske själv också råkar illa ut. Att nå fram till dem som utsätter andra handlar om att få dem att förstå hur det känns att vara mottagare, att vara den som läser den elaka kommentaren eller ser den taskiga bilden. Hur skulle det kännas att befinna sig i den andra änden och få den där kommentaren som var så lätt att slänga iväg? För den som får reda på att någon är taskig mot någon annan på nätet handlar det också om att förklara att de lagar och regler som gäller ansikte mot ansikte även gäller online, det är inte mindre allvarligt att gå över gränsen på nätet.

# 8. Länkar och ordlista



## Här kan barn och unga få hjälp och stöd om de utsätts för kränkningar på nätet:

### [www.bris.se](http://www.bris.se)

Här finns diskussionsforum, chattfunktion, Bris-mejlen och telefonnummer till Bris stödtelefon.

### [www.umo.se](http://www.umo.se)

Här finns svar på många frågor som rör livet på nätet. Här finns också tips på vad du kan göra om du känner sig utsatt.

### [www.juridikinstitutet.se](http://www.juridikinstitutet.se)

Här kan du få hjälp och information om du har utsatts för kränkningar på nätet. Du kan också få juridisk rådgivning om du tror att du har utsatts för något brott.

### [www.nohate.se](http://www.nohate.se)

En kampanj med syfte att ”höja kunskapen, särskilt hos barn och ungdomar, om främlingsfientlighet, sexism och liknande former av intolerans samt mobilisera för att främja mänskliga rättigheter, demokrati och jämställdhet på internet”.

### [www.skolinspektionen.se/beo](http://www.skolinspektionen.se/beo)

Om du är utsatt för kränkningar eller mobbning av andra elever på din skola utan att skolan har tagit tag i det så kan du vända dig till BEO.

## Här kan vuxna få hjälp och stöd i frågor som handlar om barn och unga och nätet:

### [www.bris.se](http://www.bris.se)

På Bris hemsida, som framför allt riktar sig till barn och unga, finns även en hel del kunskap som vuxna kan ta del av. Till exempel vilka råd barn och unga ger till vuxna om hur de ska ge stöd.

### [www.likabehandling.wikispaces.com](http://www.likabehandling.wikispaces.com)

Är en plattform med studiematerial för förskolor, skolor och fritidsverksamheter som vill utveckla en plan för sitt arbete mot kränkningar på nätet.

[www.surfalugnt.se](http://www.surfalugnt.se) Är ett nationellt initiativ som syftar till att höja vuxnas kunskaper om barns och ungas vardag på internet.



### **www.nohate.se**

En kampanj med syfte att "höja kunskapen, särskilt hos barn och ungdomar, om främlingsfientlighet, sexism och liknande former av intolerans samt mobilisera för att främja mänskliga rättigheter, demokrati och jämställdhet på internet". Innehåller bland annat utbildningsmaterial och en podcast med flera avsnitt som handlar om hur man som vuxen kan hantera barn och ungas utsatthet på nätet.

## **Ordlista**

- **Chatt** = att kommunicera med en eller flera personer genom direktmeddelanden. Ungefär som att prata i telefon, fast i skrift. Ibland är chatten lik ett konferenssamtal där flera personer deltar.
- **Likes** = samma sak som en gilla-markering. Det vill säga en tumme upp på ett inlägg, en bild, en film eller något annat. Ett sätt att visa att man gillar något men också ett sätt att markera att man har sett något.
- **Statusuppdateringar** = i många sociala forum kan användarna berätta för de andra användarna vad de tänker på just nu, efterlysa saker eller dela med sig av känslor och upplevelser. Vem som kan se statusuppdateringen beror på användarens inställningar.
- **Taggad** = att bli taggad betyder att någon har nämnt ditt användarnamn, dels så att andra kan se att det är dig det handlar om, dels så att du kan bli uppmärksam på att någon har nämnt dig i en kommentar eller ett inlägg, eller att du finns med på en bild.
- **Troll** = Person som skriver på internet i syfte att provocera, starta gräl och förstöra samtal. Används även om en person som utger sig för att vara någon annan eller ljuga på annat sätt. Begreppet används dessutom som verb: att trola.
- **Posta** = att lägga upp något på nätet. En bild, en film, en kommentar, ett inlägg eller något annat.
- **Sida/profil** = i de flesta sociala nätverk och i de flesta spel skapar användaren en egen sida eller en profil under ett användarnamn. Där kan man berätta för andra vem man är. Hur mycket information man delar med sig av är ofta valfritt.
- **Blockera/banna** = att blockera någon på till exempel Facebook betyder att den personen inte kan kontakta dig. Att banna någon i ett chattforum betyder att du gör administratörerna uppmärksamma på att det är någon som missköter sig och borde kastas ut.
- **Skärmdump** = att ta en bild av det som finns på skärmen just nu, (på datorn, läsplattan eller i telefonen) för att kunna spara det.

# Källor

## Intervjuer

Katrin Jansson, Bris, 20 maj 2014

Ida Jansson, Bris, 20 maj 2014

Sofia Molin, Bris, 21 maj 2014

Mårten Schultz, professor i juridik vid Stockholms universitet, 19 maj 2014

Sofia Berne, legitimerad psykolog och forskare i psykologi vid Göteborgs universitet, 14 maj 2014

## Övriga källor

*Ungar & Medier 2012/2013*, Statens Medieråd, 2013

*Bris, barn och IT 2014*, Bris, 2014

*Svenskarna och internet 2013 - en årlig studie av svenska folkets internetvanor*, Stiftelsen för internetinfrastruktur, 2013

*Videogames in Europe: consumer study*, Dataspelsbranschen, 2012  
[http://www.dataspelsbranschen.se/media/132165/sweden\\_-\\_isfe\\_consumer\\_study.pdf](http://www.dataspelsbranschen.se/media/132165/sweden_-_isfe_consumer_study.pdf)

*Cyberbullying in childhood and adolescence. Assessment, coping and the role of appearance*, Sofia Berne, Göteborgs universitet, 2014

*Kränkningar i skolan - analyser av problem och lösningar*, Skolverket  
[http://www.skolverket.se/om-skolverket/publikationer/visa-en-skild-publikation?\\_xurl\\_=http%3A%2F%2Fwww5.skolverket.se%2Fwtpub%2Fws%2Fskolbok%2Fwtpubext%2Ftrycksak%2F-Blob%2Fpdf3138.pdf%3Fk%3D3138](http://www.skolverket.se/om-skolverket/publikationer/visa-en-skild-publikation?_xurl_=http%3A%2F%2Fwww5.skolverket.se%2Fwtpub%2Fws%2Fskolbok%2Fwtpubext%2Ftrycksak%2F-Blob%2Fpdf3138.pdf%3Fk%3D3138)

*Hat på nätet: vad får man skriva på internet*, Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor, 2014

*Anmälningssärenden 2013*, Skolinspektionen, 2014 <https://www.skolinspektionen.se/globalassets/0-si/05-statistik/anmalningar/anmalningar-2013/statistikrapport-anmalningsarenden-2013.pdf>

*Likabehandling, studiematerial för skolor, förskolor och fritidsverksamheter* <http://likabehandling.wikispaces.com>

*Nätkränkningar – en studie av svenska ungdomars normer och beteenden*, Lunds universitet 2014

*Friends nätrapport*, 2014

## **Så gjordes webbenkäten**

Enkäten har varit utlagd på sidan "För dig som är ung" på Bris webbplats då syftet har varit att få svar från barn och unga. Enkäten var utlagd under två veckor, mellan den 23 juni och den 7 juli 2014. Under perioden blev alla som besökte webbplatsen tillfrågade om de ville delta i enkäten. Totalt valde 865 unga att göra det. Föresatsen har varit att varje deltagare bidrog till enkäten en gång och därför har enkäten konstruerats så att den syns en gång för varje unik IP-adress.

## Fotnoter

1. <http://www.fokus.se/2014/05/generation-d/>
2. <http://www.soi2013.se/6-barn-och-ungdomar/skolbarnen-sju-till-elva-ar/>
3. Läs mer om webbenkäten på sidan 49
4. Svenskarna och internet, 2013 <http://www.soi2013.se/6-barn-och-ungdomar/sociala-natverk/>
5. <http://www.statensmedierad.se/Publikationer/Produkter/Ungarmedier/>
6. Ungar & Medier 2012/2013:36
7. [http://www.dataspelsbranschen.se/media/132165/sweden\\_-\\_isfe\\_consumer\\_study.pdf](http://www.dataspelsbranschen.se/media/132165/sweden_-_isfe_consumer_study.pdf)
8. <http://www.soi2013.se/7-webbversioner/viktigaste-nyhetskallan-i-olika-aldrar/>
9. Ungar & Medier 2012/2013:34
10. <http://www.soi2013.se/6-barn-och-ungdomar/internet-har-blivit-allt-viktigare-for-skolarbetet/>
11. Cyberbullying in childhood and adolescence. Assessment, coping and the role of appearance. Berne 2014.
12. <http://www.soi2013.se/8-digitala-klyftor/digitala-klyftor-bland-barn-och-unga-2-25-ar/>
13. [http://www.skolverket.se/polopoly\\_fs/1.211972!/Menu/article/attachment/pdf3138%20-%20sid%2011-20%20-%20Skolverkets%20iakttagelser%20och%20kommentarer.pdf](http://www.skolverket.se/polopoly_fs/1.211972!/Menu/article/attachment/pdf3138%20-%20sid%2011-20%20-%20Skolverkets%20iakttagelser%20och%20kommentarer.pdf)
14. Cyberbullying in childhood and adolescence. Assessment, coping and the role of appearance. Berne 2014
15. Ungar & Medier 2012/2013
16. Ungar & Medier 2012/2013: 56
17. <http://www.notisum.se/rnp/sls/lag/19620700.HTM>
18. Hat på nätet: vad får du inte skriva på internet? 2014:30
19. Nätkränkningar - En studie av svenska ungdomars normer och beteenden. 2014:37
20. Svenskarna och internet 2013
21. <https://www.skolinspektionen.se/sv/Beslut-och-rapporter/Anmalningsarenden/>
22. <https://www.skolinspektionen.se/sv/Anmalningar/Att-anmala-till-Skolinspektionen/Exempel-pa-beslut/Krankande-behandling/Skolans-ansvar-for-natkrankningar/>

## **BRIS – Barnens rätt i samhället**

Bris är en barnrättsorganisation som arbetar för att förbättra barn och ungas livsvillkor i enlighet med FN:s konvention om barnets rättigheter. Bris är även remissinstans för lagförslag som påverkar barn och unga och ingår i ett nätverk med andra barnrättsorganisationer. Utöver detta är Bris medlem i CHI, (Children Helpline international) som tillsammans med 183 andra stödlinjer i 142 länder tar emot över 14 miljoner samtal varje år. Dessutom ingår Bris i Insafe, ett europeiskt nätverk som arbetar för en tryggare vardag för barn och unga online.

Bris har dagligen kontakt med barn och unga via chatt, mejl och telefon. Chatten och mejlen nås via [Bris.se](https://www.bris.se), medan telefonnumret till Bris är 116111. Det kostar ingenting att ringa till Bris, det syns inte på telefonräkningen och de som kontaktar oss är helt anonyma. Alla som hör av sig till oss får svar av en utbildad och erfaren kurator. På [Bris.se](https://www.bris.se) finns även ett forum där barn och unga kan skriva och stötta varandra.

För vuxna finns "Bris vuxentelefon – om barn" med telefonnummer 077-150 50 50 samt så finns information på [bris.se](https://www.bris.se) om vad vuxna kan göra om de är oroliga för ett barn i sin närhet.

Som privatperson kan du stötta Bris genom att bli medlem eller bli månadsgivare. Utöver [Bris.se](https://www.bris.se) så finns vi på Instagram, Twitter och Facebook, följ oss gärna där!

# **BRIS**

## Åsa Secher

Åsa Secher är journalist med en bakgrund som reporter och producent på Sveriges Radio. Som frilansjournalist har hon bland annat producerat utrikesreportage från länder som Rwanda, Uganda och Jordanien. Under 2016 studerar hon på masterprogrammet i journalistik vid Columbia Journalism School i New York City. Hon har också skrivit Internetguiden "Ungas integritet på nätet" åt IIS.



Foto: Sara Arnald CC-BY ND

## **Motverka nätmobbning!**

IIS Internetguide nr 34.

Version 2.0 2016. Åsa Secher

De emojis som används i guiden omfattas inte av Creative Commons och får inte användas eller bearbetas vidare i någon form.

Texten skyddas enligt lag om upphovsrätt och tillhandahålls med licensen Creative Commons Erkännande 2.5 Sverige.



Illustrationerna skyddas enligt lag om upphovsrätt och tillhandahålls med licensen Creative Commons Erkännande-Icke-Kommersiell-IngaBearbetningar 2.5 Sverige.



Läs mer om ovanstående villkor på: <http://www.creativecommons.se/om-cc/licenserna/>

Vid bearbetning av verket ska IIS logotyper och IIS grafiska element avlägsnas från den bearbetade versionen. De skyddas enligt lag och omfattas inte av Creative Commonslicensen enligt ovan.

IIS klimatkompenserar för sina koldioxidutsläpp och stödjer klimatinitiativet ZeroMission.

Författare: Åsa Secher

Redaktör: Hasse Nilsson

Projektledare: Jessica Bäck

Formgivning: AGoodId

Andra upplagan

ISBN: 978-91-7611-624-1





**Vi driver internet framåt!** IIS arbetar aktivt för positiv tillväxt av internet i Sverige. Det gör vi bland annat via projekt som samtliga driver utvecklingen framåt och gynnar internetanvändandet för alla. Exempel på pågående projekt är:

#### **Bredbandskollen**

Sveriges enda oberoende konsumenttjänst för kontroll av bredbandsuppkoppling. Med den kan du på ett enkelt sätt testa din bredbandshastighet.

[www.bredbandskollen.se](http://www.bredbandskollen.se)

#### **Internetdagarna**

Varje höst anordnar vi Internetdagarna som är Sveriges ledande evenemang inom sitt område. Vad som för tio år sedan var etforum för tekniker har med åren utvecklats till att omfatta samhällsfrågor och utvecklingen av innehållet på internet. [www.internetdagarna.se](http://www.internetdagarna.se)

#### **Internetfonden**

Hos Internetfonden kan du ansöka om finansiering för fristående projekt som främjar internetutvecklingen i Sverige. Varje år genomförs två allmänna utlysningar, en i januari och en i augusti. [www.internetfonden.se](http://www.internetfonden.se)

#### **Internetguider**

IIS publicerar kostnadsfria guider inom en rad internetrelaterade ämnesområden, som webb, pdf eller i tryckt format och ibland med extra-material.

#### **Internetstatistik**

Vi tar fram den årliga, stora rapporten "Svenskarna och internet" om svenskarnas användning av internet och dess mellan ett antal mindre studier.

#### **Webbstjärnan**

Webbstjärnan är en skoltävling som ger pedagoger och elever i den svenska grund- och gymnasieskolan möjlighet att publicera sitt skolarbete på webben. [www.webbstjarnan.se](http://www.webbstjarnan.se)

#### **Internetmuseum**

I december 2014 lanserade IIS Sveriges första digitala internetmuseum. Internetmuseums besökare får följa med på en resa genom den svenska internethistorien. [www.internetmuseum.se](http://www.internetmuseum.se)

#### **Federationer**

En identitetsfederation är en lösning på konto- och lösenordshanteringen till exempel inom skolans värld eller i vården. IIS är federationsoperatör för Skolfederation för skolan och för Sambiförvård och omsorg. [www.iis.se/federation](http://www.iis.se/federation)

#### **Internets infrastruktur**

IIS verkar på olika sätt för att internets infrastruktur ska vara säker, stabil och skalbar för att på bästa sätt gynna användarna, bland annat genom att driva på införandet av IPv6. [www.iis.se](http://www.iis.se)

#### **Sajtkollen**

Sajtkollen är ett verktyg som enkelt låter dig testa prestandan på en webbsida. Resultatet sammanställs i en lättbegriplig rapport. [www.sajtkollen.se](http://www.sajtkollen.se)

**Läs mer på nätet redan idag!** På Internetguidernas webbplats hittar du mängder av kostnadsfria publikationer. Du kan läsa dem direkt på webben eller ladda ner pdf-versioner. Det finns guider för dig som vill lära dig mer om webbpublicering, omvärldsbevakning, it-säkerhet, nätets infrastruktur, källkritik, användaravtal, barn och unga på internet, digitalt källskydd och mycket mer.

---

## Nya Internetguider!



### Ungas integritet på nätet

Råd till dig som är vuxen

Av: Åsa Secher

Den här guiden belyser vad integritet på nätet betyder för unga idag. Det är ett viktigt ämne att ta sig an för att vi som vuxna ska kunna stötta och hjälpa barn och unga att känna var deras gränser går så att de inte råkar illa ut. Guiden riktar sig till vuxna i barns närhet och även om internetanvändandet börjar i tidig ålder, handlar innehållet framför allt om unga i åldrarna 10 till 16 år. Du får bland annat ta del av vad unga gör på nätet, vad grooming är, hur du som vuxen kan hjälpa unga att sätta gränser och vad Barnkonventionen säger om ungas rätt till integritet. Guiden är producerad i samarbete med Barnens Rätt i Samhället (BRIS).



### Yttrandefrihet på nätet

Av: Nils Funcke

Vad som enligt svensk lag får sägas och visas på internet är ett ständigt omdebatterat ämne. Det gäller även vad yttrandefrihet egentligen är och hur det fungerar på internet. Nils Funcke är journalist, författare, debattör och utbildare som bland annat varit utredningssekreterare i Yttrandefrihetskommittén och tilldelats Stora Journalistpriset. Han reder ut begreppen både rent praktiskt och historiskt sett. Guiden avhandlar sådant som yttrandefrihetens grunder, vad som är yttrandefrihetsbrott, ansvar och skadestånd och förslag på lagändringar.