

Ungdom og sosiale medier

Sosiale medier er noe de aller fleste av oss bruker i større eller mindre grad. Uansett hvor mye eller lite tid våre håpefulle tilbringer på TikTok, Instagram eller de mange andre appene, så er det noen ting som kan være greit å vite for oss som er foreldre.

På alle sosiale arenaer, være det seg på skjerm, i skolegården eller andre steder der ungdommer møtes, kan det forekomme hendelser som ikke er så hyggelige. I den virkelige verden finnes det ofte voksne i nærheten, være det seg foreldre, trenere eller lærere. Disse kan fange opp ting som hets, mobbing eller utestenging når det skjer. På sosiale medier, derimot, er ungdommene ofte alene i det situasjonen oppstår. Når barna har kommet i ungdomsskolealder, begynner mange å få større behov for privatliv enn hva de hadde på barneskolen, noe de også gir uttrykk for. Å holde et øye med hva de driver med på sosiale medier samtidig som man verner om barnas privatliv, kan være utfordrende. Så hva skal man gjøre?

Å tenke forebyggende er sjelden feil

Det kan man f.eks. gjøre ved å prate om temaet hjemme. Spørre om barna selv vil fortelle litt om hva de opplever på disse arenaene, og gjerne snakke litt om hvilke regler som gjelder for aktivitet på internett. For det finnes regler. Noen er nedfelt i norsk lov, mens andre er kjøreregler de forskjellige plattformene har satt opp for bruk av deres apper / nettsider.

Felles for de forskjellige sosiale plattformene, er at handlingene man utfører (en deling, kansellering av venner, en melding) er gjort med en fingerbevegelse og i løpet av svært kort tid. Det er fort gjort å gjøre noe i affekt eller uten å tenke seg om. De følelsesmessige eller praktiske konsekvensene for mottageren, er imidlertid helt reelle. Det kan derfor være betimelig å oppfordre både unge og voksne til å tenke over hva de gjør og hvordan det kan påvirke andre.

Tenk gjennom hva du deler

Selv om de har justert personverninnstillinger eller bare deler i gruppe, bør barna allikevel tenke på hva de legger ut. Bilder man sender ut på nettet har en tendens til å bli værende der, og kan i verste fall havne i feil hender. Det finnes enkle måter å omgå begrensningene i en privat gruppe. Å ta skjermdumper av bilder som så blir videredelt, er en måte. Firmaene som eier de forskjellige plattformene, er private. De kan dermed også bli solgt, og plutselig befinner arkivet deres med bildene dine seg hos en annen eier med helt andre personvernregler.

Innstillinger for skjermbruk

En annen ting som er verdt å tenke på, er selve oppbyggingen av de sosiale mediene. De aller fleste appene benytter programmerte matriser som forer brukeren med innhold basert på hva denne har vist interesse for tidligere. Dette kan føre til at feeden til brukeren blir temmelig ensformig, og dette kan være uheldig for et ung hjerne i utvikling, spesielt hvis barna bruker svært mye tid på å skrolle. Dersom man ønsker å begrense tidsbruken, kan man avtale dette med barna eller benytte seg av en av de tekniske løsningene som finnes i de fleste operativsystem (Apple, Microsoft etc.)

Noen ting er ubehagelige, mens andre ting er direkte ulovlige. Å dele video eller bilder av vold eller andre straffbare handlinger, er ett eksempel. Dette gjelder selv om du ikke var den som filmet, men bare deler videoen videre. Politiet har nyttig informasjon om dette på [denne siden](#)

Det er også ulovlig å publisere bilder av privatpersoner på internett uten personens samtykke. Dersom ungdommen din opplever at bilder, video eller lignende har blitt publisert uten dennes samtykke, kan man få hjelp til å få det fjernet på <https://www.slettmeq.no> .

Den gode samtalen

Hvis man tar en kikk på informasjonen i denne artikkelen, har man et utgangspunkt for noen nyttige samtaler med barna over middagsbordet. Mye av det har vært nevnt før via skolen, men det skader ikke å holde fokuset oppe på noe som har en så stor plass i hverdagen til mange av ungdommene våre.

Hvis man trenger litt nyttig kunnskap å viderefordre til ungdommen, så finnes det heldigvis god og lettfattelig informasjon der ute. Ung.no er et nettsted som drives av Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet. På denne siden finner du ti enkle og gode regler for hvordan barna kan være tryggere på nett og sosiale medier. Her finner du også råd om hva du skal gjøre dersom det skjer noe ubehagelig online.

Hilsen FAU