

Gode kilder for nettvett

Det finnes mange ressurser for foreldre som vil lære mer om barns digitale liv. Her er noen gode kilder:

Barnevakten: www.barnevakten.no

- En av Norges ledende ressurser på nettvett for barn og unge.
- Tilbyr guider om apper, aldersgrenser, digital mobbing, skjermtid og sikkerhet.
- Har råd til både foreldre og lærere, samt oppdateringer om digitale trender blant barn.

FAU på skolen din:

- FAU kan bidra til at foreldre står sammen når det gjelder regler for skjermtid, apper og SoMe.
- Ved å ha felles retningslinjer kan man redusere presset fra barn om å få tilgang til apper tidlig.
- FAU kan arrangere temamøter og invitere eksperter til å snakke om utfordringer og løsninger.

Medietilsynet: www.medietilsynet.no

- Den offisielle norske myndigheten for medie- og nettvettsspørsmål.
- Tilbyr omfattende informasjon om barns mediebruk, personvern, kildekritikk & digital dømmekraft
- Har guider om aldersgrenser på apper, spill og SoMe, samt informasjon om trygg bruk av internett.
- Jobber aktivt med politikk og reguleringer for et tryggere digitalt miljø for barn og unge.

Papayaparents: www.papayaparents.com

En ressurs (engelsk) opprettet av foreldre for å støtte familier i den digitale tidsalderen.

- Oppmuntrer foreldre til å vurdere å utsette introduksjonen av smarttelefoner og sosiale medier, og til å etablere gode teknologiske grenser for trygg internettbruk.
- Støtter barn og ungdom i å forstå hvordan skjermtid, spesielt sosiale medier og overdreven gaming, kan påvirke mental helse og velvære.

Internet Matters: www.internetmatters.org

En britisk ideell organisasjon som gir omfattende råd og ressurser om barns internettbruk.

- Tilbyr veiledninger om nettmobbing, personvern, skjermtid, gaming, SoMe og digital atferd.
- Gir informasjon for foreldre basert på barnas alder og hvilke utfordringer de møter på nettet.
- Samarbeider med store teknologiselskaper som Google, Facebook og TikTok for å sikre at foreldre får oppdatert informasjon om digitale trender og farer.

Innstillinger til foreldrekontroll i ulike apper

[Apple iPad and iPhone parental controls | Internet Matters](#) (engelsk guide til foreldrekontroll for iPhone)

FRA BARNEVAKTEN.NO

(innstillinger kommer ofte langt nede i artiklene)

Apper

- Sett opp **iPad og iPhone for barn**: [Hvordan sette opp Ipad og Iphone for barn | Barnevakten](#)
- Sett opp **Android/Google nettbrett og mobil for barn**: [Hvordan sette opp nettbrett og mobiltelefon for barn | Barnevakten](#)
- **Discord**: [Discord | Barnevakten](#)
- **Fortnite**: [Fortnite \(spillplattform\) | Barnevakten](#)
- **Instagram**: [Instagram | Barnevakten](#)
- **Minecraft**: [Minecraft | Barnevakten](#)
- **Roblox**: [Roblox | Barnevakten](#)
- **Snapchat**: [Slik setter du opp foreldreinnstillinger på Snapchat | Barnevakten](#)
- **Tik Tok**: [TikTok | Barnevakten](#)
- **Youtube**: [YouTube | Barnevakten](#)
- **Youtube Kids**: [Youtube Kids | Barnevakten](#)
- **Barn med egen Youtube kanal**: [Har du barn som lager videoer på Youtube? | Barnevakten](#)
- Slik setter du opp en **datamaskin** for barn [Slik setter du opp en datamaskin for barn | Barnevakten](#)
- Slik reduserer du **uønskede videoer** på barnas mobil: [Slik reduserer du uønskede videoer på barnas mobil | Barnevakten](#)
- Unngå at barnas spill og sosiale medier kontoer blir **hacket**: [Slik unngår du at barnas spill- og sosiale medier-kontoer blir hacket | Barnevakten](#)
- Hvordan **beskytte barn mot pornografi**: [Hvordan beskytte barn mot pornografi](#)

Spillkonsoller

Her er det mulig å begrense tid, samt spill med høye aldersgrenser, chat og kjøp i spill.

[PlayStation 5](#)

[PlayStation 4](#)

[Xbox Series X og S](#)

[Xbox One](#)

[Nintendo Switch](#)

Lag nettfilter med hjemmeboks

Internettbruken i hjemmet kan også styres via en trådløs router.

Les mer for eksempel om [Google Nest Wifi Pro](#).

Bankkort i spill

Er du redd for at barna skal handle innhold i spill og apper uten at du som forelder har kontroll på det?

[Slik hindrer du barna å tømme bankkortet i spill](#)

Vi har egne tips om [innstillinger som gjelder pengebruk](#).

Gjør mobilen mindre masete

I stedet for å la mobiltelefonen bestemme når barna skal gi den oppmerksomhet, kan man heller velge dette selv ved å slå av varsler på masete apper og sette egne tidsgrenser.

[Les våre åtte tips for å gjøre mobilen mindre masete.](#)

Barn har økende rett til privatliv

Enkelte voksne blir kontrollfreaker som sjekker alt barna foretar seg digitalt. Men Barnekonvensjonen og barneloven slår fast at barn har rett til privatliv. Samtidig har de også rett på beskyttelse og rettledning.

[For strenge foreldre kan hindre ungdom fra å delta digitalt](#)

[Er det greit å tyvtitte på barnas mobil?](#)

[Trækker du over barnas rett til privatliv?](#)

[Overkontrollering skaper mistillit](#)

Dokumentar

The Social Dilemma: Dokumentar på Netflix som handler om hvordan teknologigigantene overvåker og manipulerer brukere. Kan/bør ses sammen med eldre barn, fra ca. 11 år.