



SOCIALA MEDIER & UNGA

Information och tips - diskussionsstöd för fostrare



De flesta unga använder internet och sociala medier dagligen. I regel följer unga flera olika sociala medier och tjänster. För unga är det viktigt att i realtid följa med diskussioner och hänga med i vad deras bekanta håller på med och delar på nätet. Den unga bygger upp sin identitet på nätet där det finns möjlighet att experimentera med olika roller. Genom att känna till fördelar och risker med sociala medier kan du stöda och vägleda unga i användningen av dem.

- ▶ Se möjligheterna med sociala medier
- ▶ Öva mediekunskap tillsammans
- ▶ Ingrip i nätmobbning
- ▶ Bekanta dig med hur ungas kompisrelationer ser ut på nätet
- ▶ Känn igen sexuella övergrepp på nätet



Se möjligheterna med sociala medier

- Att röra sig på nätet är för unga en källa till kunskap och en dörr till olika nya kulturer. Det finns många oskrivna regler för hur man betar sig och uttrycker sig på nätet och det krävs övning för att lära sig dem.
- Man kan lära sig att argumentera tack vare olika nätdiskussioner. Genom att följa olika diskussioner på nätet kan också de egna attityderna och värderingarna utvecklas.
- På nätet är det lägre tröskel att söka information och hjälp för olika problem och att hitta kamratstöd.
- Ifall ditt förhållningssätt till sociala medier är negativt ska du fundera på vad det beror på. Lyssna på din ungdom och låt hen berätta varför sociala medier är viktiga. Din egen inställning påverkar hur mycket den unga berättar för dig om sin nätanvändning.

Öva mediekunskap tillsammans

- Det finns mycket chockerande material på nätet, speciellt bild- och videomaterial. Prata med den unga om det är nödvändigt att själv titta på allt som sprids av kompisar eller som visas i nyheterna.
- Fundera på hurdant material du själv vill ge uppmärksamhet åt. Varje klick, delning, kommentar eller nedladdning fungerar som exempel för den unga.
- Det är bra att öva mediekunskap tillsammans. Till det hör bl.a. att förhålla sig kritiskt till information, att kunna skilja på vad som är viktigt och relevant och vad som inte är det, samt en förmåga att kunna läsa och tolka innehåll.

Ingrip i nätmobbing

- Nätmobbing är t.ex. elaka kommentarer, spridning av förlöjligande foton eller videoklipp, fejkprofiler eller utfrysning från grupper.
- Det är inte en bra lösning att ta ifrån telefonen eller datorn från en mobbad ungdom, det är att straffa en redan utsatt. Du kan ingripa i mobbningen genom att t.ex. ta kontakt med de ansvariga för nättjänsten, nätpolisens, med mobbaren själv eller värdnadshavaren.
- Nätmobbing kan vara en fortsättning på skolmobbing. Ifall mobbing förekommer i skolan ska du ta upp saken där.
- Ifall ditt eget barn är en mobbare, ska du påminna om att mobbing är ett brott och kan leda till straff.

Bekanta dig med hur ungas kompisrelationer ser ut på nätet

- Sociala medier kompletterar och berikar det sociala umgänget. Unga använder dem mest tillsammans med människor de känner.
- Ibland kan nätet vara den enda platsen där den unga knyter sociala kontakter. Trots att den unga sitter för sig själv framför datorn, betyder det inte att hen är ensam. Uppmuntra den unga att ta kontakt också utanför nätet.
- Det är viktigare att se till helheten än att mäta skärmtid. Ifall användning av nätet inte inverkar negativt på skolgången, sömnen, relationer eller hobbyer så behöver man inte oro sig över hur mycket den unga hänger på nätet.

Känn igen sexuella övergrepp på nätet

- Det hör till att unga är nyfikna och intresserade av sex och vill få kontakt med nya människor. Den unga kan ändå råka ut för sexuella övergrepp på nätet.
- Sexuella övergrepp på nätet kan t.ex. vara oönskade meddelanden och foton med sexuella anspelningar samt press eller utpressning till sexuella handlingar.
- Förövaren kan vara en bekant eller någon okänd, en jämnårig eller en vuxen. Ansvaret för övergreppet ligger alltid hos förövaren, trots att den unga själv skulle ha deltagit i diskussionen eller skickat bilder till den andra. Skuldbelägg aldrig den unga, utan uppmuntra till att berätta om personer som hen har mött på nätet och om obehagliga situationer.
- På nätet rör det sig vuxna som har för avsikt att utnyttja unga och som försöker bygga upp förtroendeingivande relationer med ungdomarna. Förövaren kan försöka locka den unga under en väldigt lång tid.
- Ifall du misstänker övergrepp ska du alltid ta kontakt med polisen.

Källor och mera information:

ebrand Suomi Oy & Oulun kaupungin sivistys- ja kulttuuripalvelut: Suomessa asuvien 13–29-vuotiaiden nuorten sosiaalisen median palveluiden käyttäminen ja läsnäolo (2015)
Förebyggande rusmedelsarbete EHYT rf: Nätarbete. www.ehyt.fi
Mannerheims Barnskyddsförbund: Nuortennetti. www.mll.fi/nuortennetti
Nuorten Exit: www.nuortenenexit.fi
Rädda Barnen: Netari. www.netari.fi
Sammanställt 11/2015