



# #nätsmart

*En vägledning för vuxna  
i att prata med barn om  
kroppen, gränser och  
sexuella övergrepp på nätet*

2021-03-17 13:17 CET

## **Rädda Barnen släpper ny vägledning om att vara nätsmart: Barn ger en samstämmig bild- vill prata med vuxna om vad som händer på nätet**

Rädda Barnen släpper idag en uppdaterad version av vägledningen #nätsmart, som ger vuxna stöd i att prata med barn om kroppen, gränser och sexuella övergrepp på nätet. Då övergrepp mot barn på nätet fortsätter att öka är vägledningen mer aktuell än någonsin. Barn som Rädda Barnen möter ger också en samstämmig bild, de vill prata mer med vuxna om vad som kan hända och vad som är utmanande med att befinna sig på nätet.

Första versionen av #nätsmart kom 2015 i samband med att barns aktivitet på nätet hade ökat markant, och fortsatte att röra sig spikrakt uppåt. Den huvudsakliga frågan då i debatten var: Ska barnen vara på nätet? Hur mycket skärmtid ska de få?

Sedan dess har mycket hänt. Den fysiska världen går för barnen allt mer samman med livet på nätet. Utvecklingen av spel, sociala medier och smartphones har exploderat, vilket också bidragit till att föra grooming i en uppåtgående riktning.

Under året med pandemin har fler barn varit hemma p g a sjukdom och distansundervisning och är därmed i högre grad aktiva på nätet. Det riskerar att öka barns utsatthet.

Det senaste året har vi sett en ökad risk med att förövare utnyttjar situationen med barn som är hemma mer. Det var en av anledningarna att vi såg ett akut behov av att komma ut med en uppdaterad version av #nätsmart. Vi ville berätta om den nya situationen som uppkommit under året, och vad man som vuxen kan göra för att hjälpa barnen på nätet. Det berättar Hanna Thermaenius, psykolog på Rädda Barnen och författare till publikationen.

Övergrepp mot barn online fortsatte att öka förra året, och det sker också fler kontakt försök, samt att fler barn utsätter barn. Polisen uppger också att dela eller diskutera barnpornografiskt material på nätet har blivit allt vanligare under pandemin.

Men i jämförelse med 2015, finns det idag mer forskning kring livet på nätet, vilket beskrivs i #nätsmart. Forskning visar t ex att det bästa skyddet för barn, är att få stöd och hjälp av en vuxen om det skulle hända något. Barn som Rädda Barnen möter ger en samstämmig bild, de vill prata mer med vuxna om vad som kan hända, och vad som är utmanande med att befinna sig på nätet.

Idag vet vi att det bästa sättet att skydda barn mot våld på nätet, inte är pekpinnar, utan att vara nyfiken på vad barn gör på nätet och göra det hemliga, kanske skamfyllda, pratbart. Vi vet också att för barn som utsätts för sexualbrott via internet, är både traumat och konsekvenserna högst verkliga, och lika allvarliga som att det skulle hänt utanför nätet, avslutar Hanna Thermaenius.

## Om att vara trygg på nätet och de produkter som lanseras idag

Rädda Barnen lanserar idag flera olika produkter; en uppdaterad version av #nätsmart, filmer samt fakta och frågekort som handlar om att vara trygg på nätet, avsedda att användas tillsammans med barn i åldrarna 6-10 år.

Lågstadiet är ofta den ålder där barn börjar interagera med andra online. Om vi vill kunna motverka utsatthet på nätet behöver vi prata om detta med våra barn i tidig ålder, så att de förstår hur de kan vara trygga och hur de kan agera om något obehagligt skulle hända.

Varken #nätsmart eller Trygg på nätet- publikationerna, syftar till att barn själva ska stoppa kränkningar och sexuella övergrepp. Det ansvaret kan aldrig ligga på ett barn utan är alltid vuxnas ansvar. Men genom att göra ämnet lättare att prata om, kan vuxenvärlden bättre förstå vad barn behöver och upplever. Alltför få barn berättar idag för vuxna om utsatthet på nätet. När barn och unga berättar, finns det tendenser att vuxna bagatelliserar, och inte ser kränkningarna och övergreppen som lika allvarliga som om de skett offline. Ny forskning visar på att konsekvenserna efter nätrelaterade övergrepp är lika allvarliga, och behovet av stöd är stort.

Vuxna kan göra stor skillnad genom att börja prata mer med barn. Rädda Barnen önskar att produkterna som lanseras idag ska vara till stor hjälp och ge både inspiration, mod och kompetens.

Länk till lågstadiematerialet: <https://www.raddabarnen.se/rad-och-kunskap/foralder/stopp-min-kropp/filmer/>

Mer information om vägledningen #nätsmart:  
<https://www.raddabarnen.se/rad-och-kunskap/foralder/natsmart/>

I veckan kommunicerade även Rädda Barnens nya projekt som syftar till att, med hjälp av ett AI-verktyg ,minska psykisk ohälsa i spelvärlden :  
[https://www.mynewsdesk.com/se/radda\\_barnen/pressreleases/raedda-barnen-skapar-en-modern-faeltassistent-anvaender-ai-i-kampen-mot-psykisk-ohaelsa-i-gamingvaerlden-3081238](https://www.mynewsdesk.com/se/radda_barnen/pressreleases/raedda-barnen-skapar-en-modern-faeltassistent-anvaender-ai-i-kampen-mot-psykisk-ohaelsa-i-gamingvaerlden-3081238)

*både i Sverige och internationellt. Med Barnkonventionen som grund arbetar vi för att barn ska få det bättre och för att barns rättigheter ska respekteras.*

Följ oss på:

[Twitter](#)

[Facebook](#)

## Kontaktpersoner



### **Rädda Barnens pressjour**

Presskontakt

Tillgänglig för journalister mellan klockan 08.00 och 20.00.

[press@rb.se](mailto:press@rb.se)

08-698 90 90



### **Anne Thorngren**

Presskontakt

Pressekreterare

Svenska frågor

[anne.thorngren@rb.se](mailto:anne.thorngren@rb.se)

0723-57 67 56



### **Åsa Runström Awad**

Presskontakt

Pressekreterare

Internationella frågor

[asa.runstrom.awad@rb.se](mailto:asa.runstrom.awad@rb.se)

0733-55 34 33