

Talarmanus för Surfa Lugnts föreläsning

”40 minuter om ungas nätvardag”

Du kan välja att följa det ordagrant, eller använda det som stöd och/eller som inspiration. Manuset är uppdelat per bild i presentationen. Ibland står inte texten från bilden med i manuset, så det kan vara bra att läsa texten från bilderna. Manuset är mer tänkt som mer information utifrån det som redan står.

Läs gärna igenom både detta manus, men även power point presentationen någon gång innan du ska presentera den. Inte att du ska behöva kunna allt utantill, mer så att du ska känna dig trygg i vilken ordning allt kommer. Det kan göra dig mycket mer trygg om du hela tiden känner dig hemma i presentationen.

Under bild 1 finns några fler tips vad du kan tänka på innan och under du föreläser. Men gör alltid det som känns bäst för dig, det finns föreläsare som sitter ner under hela föreläsningen. Det finns inga fel, huvudsaken är att åhörarna får höra det du har att säga.

Använd alltid mikrofon om det är en stor sal, det kan verka fånigt, men det är skönare för både dig och publiken om allt du säger hörs

Lycka till!

Bild 1.

Här kommer det finnas ett stolpmanus för föreläsningen. Du kan även ladda hem manuset på www.surfalugnt.se om du vill ha manuset separat.

Om du inte är van att tala inför folk så kommer här några tips på hur du kan förbereda dig på ett bra sätt.

Se till så att du känner dig trygg i rummet. Kom gärna 30 minuter innan du ska börja, så du kan få ordning på tekniken och ställa i ordning i rummet. Ta ett varv runt i rummet så att du känner dig hemma.

Ställ datorn så du inte behöver vända dig i konstiga vinklar när du ska byta sida i presentationen.

Tänk på att det är ingen annan förutom du som vet hur föreläsningen ska vara, så om du glömmer något eller säger något fel så är det ingen som kommer att märka det.

Om någon ställer frågor du inte kan svara på så är det ingen fara. Med de länkar som finns i presentationen så kommer personen i fråga förmodligen kunna hitta svaret på sin fråga själv.

Om du är klar innan det gått 40 minuter så är det heller ingen fara. Antingen så kan man diskutera mer i slutet, eller så får folk gå tidigare. Om du däremot märker att du kommer dra över på tiden, kan det vara bra att säga det, så att de som måste gå efter 40 minuter får en chans att göra det.

Bild 2.

Hej och välkomna till ”40 minuter om ungas nätvardag.”

Som ni anar så kommer den här föreläsningen att vara ca 40 minuter lång.

Presentera dig själv och gå sedan igenom dagens upplägg.

Om du inte vill ha frågor under föreläsningen så kan du säga att det kommer bli tid för frågor i slutet av föreläsning.

Bild 3.

Surfa lugnt är en nätverksorganisation som har funnits sedan 2005.

Surfa lugnt arbetar för att fler vuxna ska vet mer om och engagera sig i ungas nätvardag.

Det gör surfa lugnt bland annat genom undersökningar, informationskampanjer, men även det här tillfället är en del i surfa lugnts arbete.

Besök gärna sidan, där finns det massor med bra information om ungas nätvardag och där kan du även följa Surfa Lugnts experter i deras blogg.

Bild 4.

I surfa lugnt finns det massor av olika kunskaper samlade. Både från näringslivet, men även från myndigheter och ideella organisationer. Alla hjälper Surfa Lugnt utifrån det som respektive medlem är bäst på.

Surfa lugnt vill även bidra med material som alla kan vara med att sprida och ta del av, oavsett om man är en medlemsorganisation eller inte.

Surfa lugnt är Europas enda nätverk som arbetar för en sådan fråga där både näringsliv, myndigheter och frivilligorganisationer är med.

Bild 5.

Hur ser då ungas nätvardag ut? På de senaste 5 åren har debutålder på nätet sjunkit från 13 år till 4 år, och 2009 hade alltså hälften av Sveriges alla 4 åringar varit på online. Detta gör att barn kommer att ha en relativt stor vana vid internet tidigt i sitt liv.

Idag är 3 av 4 tonåringar i Sverige medlemmar i ett socialt nätverk. Ett socialt nätverk är en internetsida där du kan dela med dig av bilder, filmer och texter. Ofta finns möjlighet att statusuppdatera, det vill säga att du med några korta ord berättar vad du gör just nu. Världens största sociala nätverk heter Facebook och har i Sverige över 3 miljoner medlemmar och i hela världen närmare en halv miljard.

Om Facebook var ett land skulle det vara världens 4:e största land. Andra stora sociala nätverk är bilddagboken.se och myspace.com.

När det handlar om att bidra med material på Internet så är unga under 25 år den grupp som bidrar mest. 73 % av alla de som lägger upp videoklipp på nätet, på till exempel youtube.com är under 25 år. Den mest aktiva fasen i ens internetanvändande är när man är i åldern 16-19 år.

65 % av alla Sveriges bloggar drivs av en person som är under 25, och var femte flicka i 12 års åldern har en egen blogg.

Att vara online varje dag är enligt en undersökning från World internet institute mer vanligt än att skicka sms varje dag, då 82 % säger att de är på Internet varje dag men bara 62 % att de smsar.

Mobilen har genomgått en stor utveckling under senare år, från att vara en telefon så är det nu mer som en liten dator. Det kommer i framtiden att göra det svårare att se var Internet börjar och slutar. Idag tänker vi ofta att man måste vara framför en dator för att använda Internet, när man i själva verket bara behöver en mobil. Det ska man ha i åtanke när man läser siffrorna om mobiltätheten bland barn och unga.

En vanlig fråga från föräldrar när det gäller unga och Internet är hur många timmar det är normalt, eller bra att sitta vid datorn. Det är en svår fråga att svara på då alla är olika, men enligt medierådet så är det vanligt att man ägnar mellan 1-4 timmar om dagen åt Internet. Den vanligaste aktiviteten är att chatta.

Bild 6.

Ofta är de det negativa sidorna av Internet som kommer upp när man ska prata om ungas nätvardag. Visst finns det unga som blir väldigt utsatta på och via Internet. Men majoriteten av Sveriges unga har inte råkat ut för något dåligt på Internet.

Om vi ska titta på några saker som är negativa på nätet, så säger en undersökning från Friends att 41 % av Sveriges 14-16 åringar någon gång har blivit utsatta för kränkningar över Internet. Var tionde flicka har fått bilder spridda på nätet mot sin vilja.

Att förebygga att detta och liknande inte ska ske handlar till stor del om att vi vuxna ska kunna sätta upp bra ramar för unga på nätet. Men kanske främst att vi ska vara närvarande vuxna som förstår vilken värld som Internet är.

Surfa Lugnt tror inte att regler och förbud är det bästa sättet att förbygga kränkningar på nätet, vi tror att samtal och en ökad kunskap bland vuxna om ungas nätvardag är mer effektivt.

Bild 7.

För att inte bara visa siffror så kan man sammanfatta det hela i 5 punkter:

1. Internet är en naturlig del i ungas vardag, man träffar vänner där och man delar med sig av sina upplevelser. Oftast umgås man med samma människor som man umgås med i sitt övriga sociala liv.
2. Användarna av internet blir yngre och yngre, för 5 år sedan var man runt 12, 13 år när man gjorde debut på nätet, idag är man runt 4.
3. Trots att det oftast pratas om att unga blir utsatta för negativa upplevelser på nätet så får man inte glömma att en majoritet aldrig varit utsatta. Det är viktigt att tänka på när man börjar prata med barn om Internet, att inte utgå ifrån att de har en negativ bild av internet och att det är farligt. Utan snarare tvärtom.
4. Alla är på nätet, ja så är det faktiskt nästan. Alla samhällsklasser använder internet i lika stor utsträckning. Sedan är det stor variation vad man faktiskt gör där.
5. Du behövs där du med. Det behövs vuxna som de unga kan prata med om sina upplevelser på Internet med. Oavsett om det är positiva eller negativa upplevelser så behövs det någon att prata med.

Bild 8.

Men bara för att vi säger att du behövs där, betyder inte det att du måste bli medlem på en massa sidor och sitta flera timmar framför datorn varje dag och surfa omkring.

Det kan handla om att bara veta hur en sida ser ut och hur den fungerar. Att som vuxen veta hur man går till väga när man anmäler, eller som bara kan lyssna när de unga berättar, och faktiskt veta vad de pratar om.

Bild 9.

Därför har Surfa Lugnt tagit fram 8 stycken råd, som man hjälpa dig att bli mer närvarande i ungas nätvardag.

Ta till dig det som du tycker känns bra för dig, se råden som en utgångspunkt. Sedan kan du ändra så att det passar dig, din vardag och den relation som du har med ditt barn.

Bild 10.

Ta en liten stund varje dag och prata om Internet med ditt/dina barn

För en del är det en självklarhet, för andra kan det vara förknippat med svårigheter.

Man vet helt enkelt inte vad man ska fråga om, och det man frågar ger ibland svar som man inte förstår

Ett bra sätt att tänka är att inte fråga så mycket om tekniken, utan mer om det sociala. Enligt medierådet så är den vanligaste sysselsättningen bland unga på nätet att Chatta. Det vill säga prata med andra människor.

Om ditt barn pratat i telefonen i 1 timme, vad skulle du fråga då? Inte skulle du fråga vilket nummer de ringt, utan vem de pratat med!

Bild 11.

Här har vi samlat några frågor att komma igång med.

Om du inte vill skriva ner dem så finns hela den här presentationen att hämta hem helt gratis från surfalugnt.se

Här kan du givetvis komma med egna frågor. Tänk på samma sätt när barnet sitter vid datorn som när det har varit och tränat sport, träffat kompisar i centrum eller pratat i telefon. Unga gör oftast ingen skillnad på det som de gör på Internet och det utanför.

Bild 12.

Våga vara vuxen och sätt gränser.

För barn och unga är internet på många sätt en fantastisk plats att vistas på och där de kan stanna länge! Men det finns fortfarande en hel värld utanför datorn som är minst lika viktig att ta del av, och som det mesta i livet är de bra att hitta en balans i aktiviteter och sociala sammanhang i vardagen. Går datorsittandet ut över den fysiska hälsan eller skolarbetet kan det definitivt vara dags att börja sätta gränser.

Många vuxna drar sig för att lägga sig i barnets nätvardag för att man är rädd för att man ska göra fel, eller vara underlägsen rent kunskapsmässigt. Glöm allt det där. Man kan sätta gränser på samma sätt när det gäller Internet som när det gäller hur länge man får vara ute på kvällen eller hur gammal man måste bli för att få gå över vägen själv.

En bra metod är att tillsammans komma överens om hur många timmar per dygn som är rimligt att spendera framför datorn och på nätet. Ju mer du vet om hur ditt barn använder Internet, desto lättare blir det för er att resonera er fram till en rimlig nivå.

Om du av en någon anledning vill förbjuda datoranvändande ett tag eller vissa tider är det bra att uppmuntra andra alternativ som barnen kan fylla sin tid med.

Som vi har sagt innan så är det allra vanligast att man har regler hemma om hur länge på kvällen man får surfa. Men inte hur många timmar totalt, eller vilket innehåll man bör eller inte bör ta del av.

Bild 13.

Våga vara nyfiken.

De som är de verkliga experterna på nätet idag är ju de unga. Låt de få visa dig. En av sakerna när man ska samtala med barnet om Internet är att be dem visa dig. Låt dem visa vilka filmklipp de tycker mest om just nu, eller vilka sidor de tycker är roliga.

Fråga hur det fungerar, var inte rädd för att inte kunna, utan låt dem lära dig.

En sätt att surfa tillsammans kan vara att man under dagen skriver upp ord man inte förstår, och frågar som man inte vet svaret på, och sedan kan man sätta sig tillsammans på kvällen och ”googla upp” svaren.

Ett kravlöst sätt att umgås med barnen framför datorn.

Under ett sådant googlingspass kan det vara enklare att prata med barnet om nätet, vad som är reklam och vad som är fakta och i viss mån om källkritik. Ska man lita på allt bara för att man hittar det högt upp i en google-sökning?

Bild 14.

Lär dig själv.

Även om ditt barn kan visa dig vilka sidor de är på och vilka filmer de gillar, så är det upp till dig att lära dig mer om sidorna. Om du vill.

Om du är orolig för att ditt barn ska råka ut för något på Internet, se då till att läsa igenom vilka säkerhetsrutiner det finns på de sidor där ditt barn är.

Hur gör man för att anmäla på just det sidan, vem äger sidan och så vidare.

Känner du oro inför en viss sida, prata gärna med andra föräldrar och se om de delar din oro, och hur de i så fall löst det.

På samma sätt som att de flesta lär sig offsideregeln i fotboll om ens barn börjar spela, lika naturligt borde det vara att lära sig spelreglerna på de internetsidor som barnet befinner sig på.

Bild 15.

Här är en enkel övning som man kan göra för att t.ex. se vad som står om orten där man bor eller barnets skola.

Genom att göra övningen kommer man också på ett naturligt sätt att besöka nya sidor på nätet, som man kanske inte skulle hittat till annat.

På medieradet.se och surfalugnt.se kan du hitta mängder med undersökningar, övningar och tips om hur du kan lära dig mer.

Bild 16.

Sätt upp gemensamma regler.

Prata med ditt barn om hur länge de tycker det är ok att surfa. Kanske är deras förslag på hur många timmar, eller hur länge på kvällen man ska få surfa exakt det som du tänkte på. Man bör även prata om vilken sorts information det är ok att dela med sig av, och vilka mottagarna är av det som man skriver kring sig själv.

Bild 17.

Gör själv, eller tillsammans en lista med saker som du tycker man ska vara aktsam med att publicera på Internet.

Ni kan göra en överenskommelse om att ditt barn ska säga till dig varje gång en sida vill veta ex adress, namn eller personnr. Då kan du som vuxen titta på sidan och vara med och göra en bedömning om vad det är för sorts sida.

Naturligtvis finns det mängder av andra saker man kan komma överens om, tänk efter hur det ser ut hemma hos er och vad ni skulle behöva diskutera när det gäller gemensamma regler för dator och Internet. Till exempel är det bra att föra en dialog kring vad man ska göra om man blir utsatt för något på nätet, eller vilket nätbeteende man bör ha för att inte utsätta någon annan för obehag. Som vuxna är ni experter på den typen av frågor i det vardagliga livet i stort, och de kunskaperna och de värderingarna gäller även för nätet.

Om ni har kommit överens om en viss tid som man får vara online på per dygn, låt ditt barn själv få hushålla och lägga upp sina timmar framför datorn. På så sätt blir du ingen övervakare, utan barnet får ta ett eget ansvar och kanske använder tiden mer effektivt. Fungerar det inte, får du som vuxen kliva in och begränsa användandet.

Bild 18.

Återigen, ha inte en negativ ingång i detta. De flesta spenderar väldigt mycket tid framför datorn för att det helt enkelt tycker det är det roligaste som finns!

Bild 19.

Hjälp till att anmäla om något skulle hända.

Om ditt barn berättar att det har blivit utsatt för något kränkande på nätet - var inte fördömande! En vanlig reaktion från vuxna är att ställa motfrågor som: ”Men varför är du på den sidan??”, och ”Jag har ju sagt att du inte ska vara där!!” Med en sådan reaktion från den vuxna kommer barnet förmodligen inte att berätta mer, och kommer nog inte säga till om det skulle hända fler gånger.

Uppmana istället barnet att visa dig. Så att du som vuxen kan se och göra en bedömning av det som hänt.

I de allra flesta fallen så är den som utsätter någon i barnets närhet, t ex från skolan eller träningsgruppen. Då kan du som vuxen hjälpa till att berätta i till exempel skolan. Du kan även hjälpa barnet med att anmäla.

Vi tycker att man alltid ska anmäla på den sidan där det hänt.

Om det händer något så kan det vara bra att du som vuxen vet hur det går till att anmäla. Lär dig själv i förbyggande syfte genom att besöka de sidor där ditt barn är och läsa på om hur man anmäler, och vad som händer då.

På de allra flesta sidor finns en anmälningsfunktion. Den brukar finnas längst ner på sidorna och stå under antingen ”anmäl” eller ”abuse”.

Bild 20.

Om det händer flera gånger, eller har pågått en längre tid, och att det kanske finns kränkningar som äger rum utanför nätet kan ni också överväga att polisanmäla.

Alla sidor har sitt eget anmälningssystem, därför går vi inte igenom hur man anmäler här, utan det är bäst att ni själva tittar hur det fungerar på de sidorna där era barn är.

Bild 21.

Var en bra förebild.

Ett klassiskt råd som gäller överallt, inte bara på Internet.

Dock kan man här tänka på att om man inte vill att barnen ska ta kontakt med okända människor via Internet, så gör det inte du heller.

Givetvis är det ibland skillnad på vad barn och vuxna gör på nätet, och att du måste få vara vuxen och göra det som är bäst för dig.

Men glöm då inte bort att förklara varför du får chatta med dina kompisar på MSN efter 22:00 när inte din tonåring får det.

Bild 22.

BRIS rapport om unga och IT visar att det inte är ovanligt att unga idag är oroliga för vad deras föräldrar gör på Internet.

Nätdejting är en sak som blivit mer och mer vanlig, och om barnen hela tiden blir varnade för hur farligt det är att träffa folk som man lärt känna på Internet, så kan det naturligtvis bli delade känslor om en förälder ska träffa någon på riktigt som de lärt känna via nätet.

Våga säga ifrån om du ser kränkande beteende på nätet. Tänk inte att någon annan gör det. För ofta gör inte någon annan det som inte du heller gör.

Ta gärna upp frågor om barn, unga och Internet när ni har klassträffar eller liknande i skolan.

Förmodligen är det fler än du som har tankar och funderingar kring detta. Kanske kan ni tillsammans lösa några av de problem som ni står inför.

Bild 23.

Men det viktigaste av allt: Var där för ditt barn.

Oavsett om det händer något tråkigt på eller via internet eller inte, så är det viktigt för barn att kunna ha vuxna i sin närhet som de kan lita på. Som det kan prata med om händelser de råkar ut för i sin vardag – i verkliga livet som på nätet.

Bild 24

Nu är vi snart klara för idag. Är det någon som har några frågor?

Eller någon som känner att de vill dela med sig något, kanske utifrån de här frågeställningarna?

Bild 25.

Här är några tips på sidor och undersökningar som du kan läsa om du vill lära dig mer.

Alla länkarna finns samlade på surfalugnt.se

Bild 26.

Då skulle jag vilja tacka så mycket för att ni tog av er tid och kom hit och lyssnade på mig.

Hoppas ni tycker att dagens föreläsning har gett lite nu information, eller kanske ett frö till hur ni kan prata mer om Internet hemma.

Tack.

Läs fakta om Bloggar: <http://sv.wikipedia.org/wiki/Blogg>