

### Tips och råd till föräldrar om barn och internet och mobiltelefon

Tala med ditt barn om internet och visa intresse för vad ditt barn gör på nätet och i telefonen. Tänk på att också en mobiltelefon är en dator.

Uppmuntra till en bra samtalston även på internet och i mobilen. Anonymiteten gör det lätt att testa gränser och skriva saker som man aldrig skulle säga öga mot öga. Det kan leda till konflikter och sårade känslor. Betona vikten av att inte skriva vad som helst. En bra regel är att bemöta andra som man själv vill bli bemött. Uppmana ditt barn att alltid tänka efter före.

Uppmana ditt barn att vara återhållsam med personlig information och låt inte ditt barn ensam träffa okända som de fått kontakt med på nätet

Lär ditt barn att information på internet inte alltid är sann eller objektiv då barn ska göra skoluppgifter, för att lära mer och för att hitta fakta om sina intressen.

Rapportera information och händelser som du bedömer vara olagliga. Var uppmärksam på om barnet utsätts för mobbning, hot och trakasserier. Uppmuntra barnet att aldrig acceptera hot eller elakheter och att alltid kontakta en vuxen om det sker. Det är också viktigt att uppmärksamma skolan på denna mobbning. Spara alla bevis som SMS, MMS. I allvarliga fall – gör en polisanmälan.

Var inte för kritisk mot ditt barns nyfikenhet men sätt upp regler och kom överens om hur internet ska användas och vilka bilder/filmer som är OK att ta emot, ladda ner och skicka. När ska mobiltelefonen vara på eller av – på natten, under skoltid, på bio osv. Lär barnet att vissa handlingar är olagliga som att hota eller trakassera, att sprida lögnen om någon eller att sprida bilder utan att den personen som finns på bilderna gett sitt medgivande.