



## Trygghet på nätet: Råd till vuxna ledare

Det som är bra med nätet är också det som blir problematiskt när någon är utsatt. Kränkningar kan sprida snabbt, enkelt och anonymt. Men utöver det så skiljer sig inte mobbing bland barn särskilt mycket åt om det sker i skolan, stallet eller telefonen.

Här är några tips för hur du som är vuxen ledare kan göra för att bidra till att även nätet är en säker plats för de barn och unga som du möter i ditt uppdrag.

### **Skaffa kunskap**

Skaffa kunskap genom att fråga barn och unga i din närhet om deras nätvardag eller prova att söka information om vilka sidor, appar och spel som är populära just nu. Om du själv har grundläggande kunskap om vad barn och unga gör på nätet, blir det enklare att prata om det på ett schysst sätt.

### **Var en förebild**

Tänk på att du är en förebild för barn och unga, även när du är online. Tänk gärna en gång extra innan du lägger upp, delar eller kommenterar något. Enligt Friends nätrapport\* har 80% av alla 16-åringar sett vuxna bete sig illa på nätet.

### **Var intresserad**

Ifrågasätt inte vad barn och unga gör på nätet, visa istället intresse och ställ öppna frågor. Om du visar intresse utan att vara dömande ökar chansen att de vänder sig till dig om de har något som de behöver berätta eller vill ha råd och stöd kring.

### **Erbjud ditt stöd!**

Det är viktigt att barn och unga vet att det finns någon vuxen i sin närhet att vända sig till om de skulle behöva råd och stöd eller om de blir utsatta för något på nätet.

### **Agera**

Agera om du får reda på att någon blir utsatt för en nätkränkning. Det kan till exempel innebära att utreda och prata med de berörda, anmäla inlägget så att det tas bort, prata med andra vuxna som du tänker bör veta om händelsen eller polisanmäla det som hänt.

Mer information om Svenska Ridsportförbundets trygghetsarbete:

[Trygg i ridsporten - Svenska Ridsportförbundet](#)

Mer information om Svenska Ridsportförbundets trygghetsarbete:  
[Trygg i ridsporten - Svenska Ridsportförbundet](#)