



Pelastakaa Lapset - Rädda Barnen

En handbok för föräldrar

GE TRYGGHET OCH STÖD



INLEDNING

Den här guiden är avsedd för föräldrar och vuxna som har föräldraansvar för ungdomar i åldern 11-17 år. Guiden innehåller information om ungdomars sexualitet, sexuellt våld mot barn och ungdomar på nätet, om hur man kan hjälpa ungdomar att använda internet på ett säkert sätt och vad man kan göra, om den unga har utsatts för sexuellt våld på nätet. Du kan med fördel läsa guiden i korta avsnitt åt gången. Om du läser handboken då en ung person precis har berättat för dig om sexuellt våld som hen har upplevt och du behöver snabbt praktiska råd, så hittar du dem på sidan 16.

Det är viktigt att föräldrar försöker förstå ungdomars vardag. Till exempel surfande på nätet, sociala medier och spel är naturliga tidsfördriv för unga människor och det erbjuder dem mycket som är positivt. På nätet har de till exempel möjlighet att hålla kontakten med sina närmaste, få nya vänner och lära sig nya saker. Det finns dock risker med att använda digitala miljöer och det är viktigt att föräldrar är medvetna om farorna. Medvetenheten om sexuellt våld i digitala miljöer hjälper föräldrar att skydda sina ungdomar och vara en stödande och trygg vuxen för sina barn.

De frågor och ämnen som tas upp i guiden kan kännas utmanande och de kan väcka många olika känslor hos föräldrarna. Avsikten har varit att skriva en realistisk guide, men utan onödiga skrämseffekter. Om du är en förälder som behöver hjälp med att bearbeta de frågor som tas upp i guiden kan du hitta information om stödtjänster på den här länken: pelastakaalapset.fi/sv/nettivilhje/stodtjanster

Guiden innehåller citat från en undersökning som beställdes av Rädda Barnen, och utifrån undersökningen gjordes publikationen ”[Grooming lasten silmin -selvitys 11-17-vuotiaiden lasten ja nuorten kokemasta groomingista netissä](#)” (2021).

GE TRYGGHET OCH STÖD - EN HANDBOK FÖR FÖRÄLDRARE

Rädda Barnen 2022

Text: Eveliina Karhu, Janita Tasa, Maarit Mustonen, Pauliina Sillfors, Tanja Simola

Layout: Atte Nykänen

Bild: 358

TERMER

KOMMUNIKATION MED SEXUELL ANSPELNING I RELATIONER MELLAN UNGA MÄNNISKOR

Meddelanden med sexuell anspelning kan innehålla till exempel komplimanger för en persons utseende, frågor om förhållanden eller sex, insinuerande emojis (t.ex. 🍆 🍑), pornografiskt material, nakenbilder eller begäran om nakenbilder. Kommunikation av sexuell karaktär kan vara en del av en relation mellan unga människor. Kommunikation med samtycke som innehåller sexuella anspelningar och förekommer mellan unga i samma ålder kan även kallas "sextmeddelanden" (från engelskans "sexting"). Kommunikation med samtycke innebär att båda parterna är villiga att ta emot och skicka dessa meddelanden till varandra. Meddelanden eller bilder delas inte med utomstående i dessa situationer. Kommunikation med sexuell anspelning är tillåten endast då båda parter gett sitt samtycke. Obs! Om en vuxen skickar meddelanden med sexuell anspelning till en ungdom som är under 16-år gammal, så är det i princip alltid olagligt.

SEXUELLA ÖVERGREPP

Sexuellt våld är vilken som helst handling som skadar någon annans sexuella självbestämmanderätt, försök till detta, oönskade sexuella kommentarer eller närmanden som sker utan den andra personens samtycke, oavsett hurdant förhållandet mellan förövaren och offret för det sexuella övergreppet är. Sexuellt våld är en form av våld där man kränker en annan persons gränser till exempel genom beröring, trakasserier eller tvång. Sexuellt våld kan förekomma i vilken som helst miljö, såsom hemma, i det offentliga rummet eller på webben. Sexuellt våld kräver alltså inte fysisk kontakt. I den finska strafflagen används olika termer för sexuellt våld. Finlands lag innehåller också skyddsåldersgränserna 16 och 18 år. Läs mer om sexuellt våld på nätet på sidan 8 och om skyddsåldersgränserna på sidan 10.

GROMNING – LOCKANDE AV BARN ELLER UNGA I SEXUELLT SYFTE

Gromning kan förekomma både på och utanför webben. På internet kan en vuxen kontakta en ung person till exempel på sociala medier eller spelplattformar. Den vuxnas avsikt kan vara att få den unga att börja skicka meddelanden med sexuell anspelning och kanske stämma träff på webben eller utanför webben. Syftet är att utsätta den unga personen för sexuellt våld. Läs mer om gromning på sidan 8!

SEXUELLA TRAKASSERIER

Begreppet sexuella trakasserier används för att beskriva en situation där en person verbalt, icke-verbalt eller fysiskt kränker en annan persons psykiska eller fysiska integritet. Termen ingår i begreppet sexuellt våld. Sexuella trakasserier mot en ung person är således också en form av sexuellt våld. Ofta kallas till exempel kommentarer med sexuell anspelning, bilder eller språkliga antydningar för sexuella trakasserier. För unga personer kan det kännas lättare att tolka de obehagliga och vidriga meddelanden som de får som trakasserier i stället för våld. När sexuella trakasserier riktar sig mot ett barn eller en ung person kan handlingen mycket lätt uppfylla kännetecknen för ett brott.

TJÄNSTEN NETTIVIHJE

Rädda Barnen upprätthåller tjänsten Nettivihje, där en ung person eller någon i den ungas närkrets kan anmäla om de har upplevt sexuella trakasserier eller inviter i sexuella syften från en vuxen på nätet. Till Nettivihje kan man också anmäla om ett nakenfoto av den unga, ett annat barn eller en annan ungdom sprids, om ett barn eller en ung person har utsatts för människohandel med anknytning till sexuellt våld eller om man har sett material på nätet som är sexuellt kränkande för ett barn.

Den som gör anmälan behöver inte veta om ett brott har begåtts. Det räcker med att du misstänker en felaktig handling. Experterna på Nettivihje kontrollerar inkommande meddelanden och bedömer om handlingen innehåller olaglig verksamhet eller lagstridigt material. Alla handlingar och allt material som möjligtvis kan betraktas som olaglig verksamhet kommer att polisanmälas.

Här kan du bekanta dig med anmälningsformuläret: pelastakaalapset.fi/sv/nettivilhje/anmal

Blanketten finns på finska, svenska och engelska. Du kan också ringa experterna på Nettivihje och be om råd. Kontakttuppgifterna till experterna på Nettivihje finns här: pelastakaalapset.fi/sv/nettivilhje/

Se sidan 18 för mer information om hur du gör en anmälan till Nettivihje. På sidan 18 finns även tips på hur du kan prata om Nettivihje med en ung person.



UNGDOMARS SEXUALITET

Barndomen och ungdomsåren är, liksom resten av livet, en viktig del av sexualitetens tillväxt och utveckling. Människans sexuella utveckling börjar redan hos spädbarnet i och med den vård och ömhet barnet får. Utvecklingen fortgår genom tonåren till vuxen ålder - under hela livet. Varje ungs persons sexualitet utvecklas i sin egen takt och på sitt eget sätt. En trygg tidig anknytningsrelation till de vuxna som tar hand om barnet är också viktig för utvecklingen av sexualiteten.

Ungdomar behöver sexualundervisning, vilket är något alla ungdomar har rätt till. Syftet med sexualundervisningen är att förstärka ungdomars kunskaper och främja god sexuell hälsa och välbefinnande. Med små barn handlar sexualundervisning om att prata om känslor, kroppen, namnen på dess delar och hur man bäst tar hand om den. Sexualundervisning för unga människor omfattar också att ge och förstärka information bland annat om puberteten och kroppsförändringarna, sexuell hälsa, självbild, kön och könsidentiteter, sexuella identiteter och olika relationer med andra människor.

Sexualundervisning ges till exempel i hemmet och i skolan. Sexualundervisning i hemmet är oftast en naturlig del av vardagen och annan fostran. Det finns också teman som föräldrar medvetet kan ta upp med sina ungdomar. Det handlar bland annat om samtycke, sex och sexuellt våld. Om en ung person inte kan få den information hen behöver från hemmet, skolan eller andra säkra källor, är det troligt att hen letar på annat håll - till exempel på nätet eller hos vänner. Denna information är inte nödvändigtvis uppdaterad

eller baserad på forskning. Ungdomar kan också känna sig oroliga och ängsliga om de inte vågar prata om något som bekymrar dem.

I sexualundervisningen är det viktigt att utgå från de goda och positiva aspekterna av sexualiteten. Ungdomar bör också informeras om risker i samband med sexualitet, till exempel sexuellt våld på nätet, så att de har kunskap och färdigheter att hantera potentiella risker. I sexualundervisningen är det viktigt att komma ihåg att barns och ungdomars sexualitet skiljer sig från vuxnas. Det kan vara lättare för den vuxna att närma sig ämnet efter att ha reflekterat över sina egna attityder till sexualitet och därmed sammanhängande frågor. Övning 1 kan användas som stöd för dina reflektioner.

Källor och mer information om detta ämne:

Institutet för hälsa och välfärd 2010. Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa : Suuntaviivat poliittisille päättäjille, opetus- ja terveydenhoitoalan viranomaisille ja asiantuntijoille. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201205085324>

Bildjuschkina, Katriina (red) 2015. Seksuaalikasvatuksen tueksi. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-542-4>





ÖVNING 1

Reservera en lugn, lämplig stund för att utföra övningen. Ta fram papper och penna. Skriv ordet sexualitet mitt på pappret och rita en cirkel runt ordet. Skriv ner alla saker som du kommer att tänka på när du tänker på ordet sexualitet. Skriv sedan ner de ord som du kommer att tänka på utifrån det du redan har skrivit. Hur ser du på sexualitet som en sak eller egenskap? Gör sedan samma övning igen enligt instruktionerna ovan, men denna gång om barnets sexualitet. Vilka känslor väcker barndomen och sexualiteten hos dig? Hur skiljer sig barns sexualitet från vuxnas?

Källa: anpassad från Bildjuschkin och Ruuhilahti 2012.

Mitä ihmettä? Opas ammattilaisille. Seksuaalikasvatusta 3-9 -vuotiaille.

<http://www.nektaria.fi/site/wp-content/uploads/2019/11/Mit%C3%A4-ihmett%C3%A4.pdf>

KOM OCKSÅ IHÅG

Det är okej för unga människor som är i samma ålder att med ömsesidigt samtycke kommunicera med sexuella anspelningar och skicka bilder. Rädda Barnens guide för ungdomar **”Min kropp mina gränser - Information om delning av nakenbilder och meddelanden med sexuell anspelnin**” innehåller råd om hur man på ett säkrare sätt kan skicka intima bilder till en jämnårig i ett samförståndsförhållande.

Teknologi och internet som en del av en ung persons sexualitet kan verka skrämmande och främmande för en förälder. Det är dock viktigt att föräldern försöker förstå den unga personens synvinkel och varför

sexuell kommunikation kan vara spännande och rolig för den unga personen. Att absolut förneka eller blunda bidrar inte till den unga personens säkerhet. Den unga personen kanske ändå skickar meddelanden eller bilder. Men om föräldern har förbjudit det kan det bli svårare för den unga att berätta för föräldern om något obehagligt händer efter att hen redan har skickat meddelanden eller bilder. Det är viktigt att komma ihåg att unga människor har rätt att uttrycka sin sexualitet. Föräldrarna kan fundera på hur de kan hjälpa den unga personen att agera på ett säkert sätt om hen bestämmer sig för att skicka sexuellt explicita meddelanden eller bilder till någon jämnårig. Diskussionen kan stödas av en guide, till exempel guiden Min kropp, mina gränser, eller så kan ni läsa guiden tillsammans med den unga personen.

VAD ÄR SEXUELLT VÅLD MOT BARN PÅ NÄTET?

Sexuellt våld är varje handling, försök, oönskad sexuell kommentar eller närmande som kränker en annan persons sexualitet.

I strafflagen definieras sexuellt våld mot barn på ett annat sätt än i den här guiden. De situationer som beskrivs nedan kan dock utgöra brottsliga handlingar och därför är det viktigt att anmäla alla sådana fall till polisen eller Nettivihje (se sidan 18 för instruktioner om anmälan). Föräldern eller den unga personen behöver inte veta vilken brottsrubriceringen kan vara.

SEXUELLT VÅLD MOT BARN PÅ NÄTET OMFATTAR TILL EXEMPEL EN SITUATION DÄR:

- En vuxen skickar eller länkar till pornografiskt material till en ung person.
- En vuxen skickar en nakenbild på sig själv till en ung person.
- En vuxen ber en ung person om en nakenbild.
- En vuxen skickar meddelanden med sexuellt innehåll till en ung person.
- En vuxen har en direkt videolänk till en ung person, där den vuxna får den unga personen att agera sexuellt eller den vuxna själv utför sexuella handlingar inför den unga personen. Det är sexuellt våld även om den unga personen självmant gått in på en plattform där hen möter en främmande person via video och på plattformen lär känna en vuxen.
- En vuxen föreslår ett möte med en ung person och det framgår av förslaget att avsikten är att sexuellt utnyttja den unga personen.



På nätet är det lätt för en vuxen att uppträda med en falsk profil eller agera anonymt när hen närmar sig en ung person. En vuxen kan försöka närma sig en ung person i sexuellt syfte på sociala medier, en spelplattform, ett chattrum - vilken app eller webbplats som helst som unga människor gillar.

En situation där en vuxen närmar sig en ung person i syfte att locka hen i sexuella syften kallas grooming. Vid grooming är den vuxnes mål att sexuellt utnyttja den unga personen online eller offline. Grooming är olagligt i Finland. Utöver ovanstående exempel kan det därför vara olagligt att försöka locka en ung person in i de situationer som beskrivs ovan.

Vid grooming kan en vuxen eller en främling skicka några få meddelanden till den unga personen, som snabbt övergår till sexuellt betonat innehåll eller sexuella förslag. En vuxen kan skicka sådana meddelanden till flera ungdomar samtidigt. Eftersom dessa situationer kan ske snabbt kan det vara svårt för en förälder att ingripa innan brottet hunnit äga rum. Grooming kan också vara en långsammare process där den vuxne försöker vinna den unges förtroende och gradvis förvandlar samtalsämnena till sexuellt laddade ämnen. Det kan vara svårt för en ung person att känna igen en långsam grooming-situation, där en vuxen till en början kanske tar sig tid att lära känna den unga personen, frågar om deras dagliga rutiner och försöker vara en person som de anförtror sig åt. Dessa exempel understryker vikten av förebyggande arbete: det är viktigt att informera unga människor om grooming och sexuellt våld och att stärka deras förmåga att skydda sig själva och agera säkert på nätet.

KOM OCKSÅ IHÅG:

Ibland kan den unga personen ha tagit initiativet eller aktivt deltagit i en sexuellt laddad konversation med en vuxen. En vuxen får dock inte kommunicera med en ung person på ett sexuellt suggestivt sätt eller utföra sexuella handlingar på en ung person. Det är också värt att notera att vid grooming är den vuxnes mål att få den unga personen att agera på ett till synes frivilligt sätt. Sexuellt våld, grooming eller sexuella trakasserier av en vuxen mot en ung person är aldrig den unges fel.

Det är inte alltid klart vem eller i vilken ålder den personen är som har haft sexuellt betonat umgänge med en ung person på nätet. Det är viktigt att anmäla även dessa situationer till polisen eller Nettivihje. Det räcker med misstanke om lagstridiga handlingar.

En ungs sexuella integritet kan också kränkas på nätet av en annan ung person. Till exempel är det i princip olagligt att sprida en nakenbild av en minderårig eller att utpressa en minderårig genom att sprida en bild, oavsett åldern på den som sprider bilden eller utövar utpressning. Det är viktigt att anmäla dessa situationer till polisen eller Nettivihje. En annan ung person kan också skicka länkar till pornografiskt material (F18-material) eller olagligt material till en minderårig på nätet. I sådana fall är det viktigt att kontrollera de berörda ungdomarnas hälsotillstånd och utreda det eventuella brottet. Om en ung person sprider olagligt material måste polisen och barnskyddsmyndigheterna informeras. Även i situationer där inget brott misstänks kan barnskyddet alltid kontaktas om det finns oro för den unga personens välmående.

Det är viktigt att föräldrar diskuterar med sina ungdomar om vilka saker de inte bör göra på nätet och sociala medier och genom vilka handlingar den unga kan göra sig skyldig till brott. Genom förebyggande information skyddar föräldern den unga personen.

SKYDDSGRÄNSER

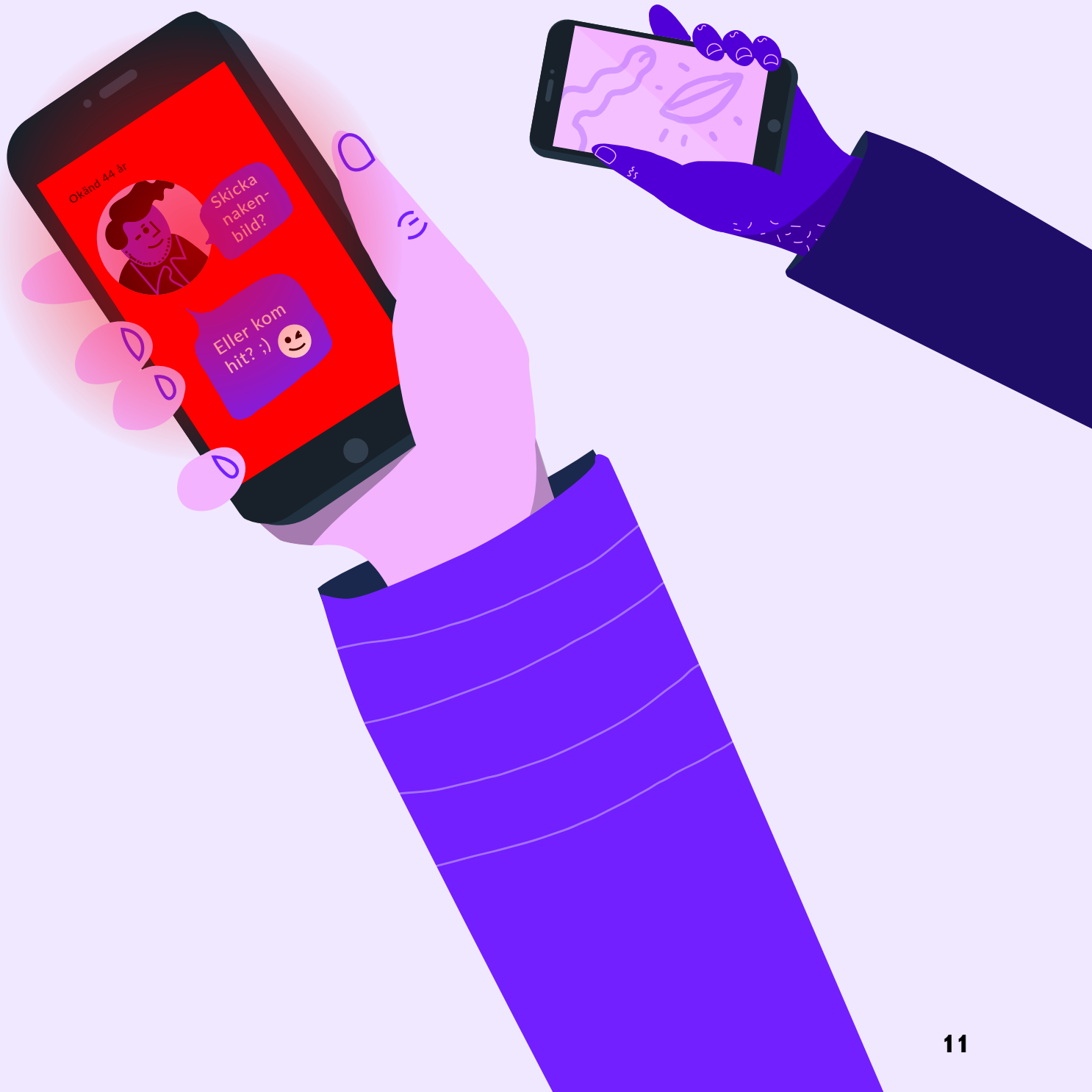
I Finlands strafflag finns två skyddsåldersgränser: 16 och 18 år. Skyddsåldersgränsernas syfte är att skydda och trygga barn och ungas tillväxt, utveckling och sexuella integritet. Avsikten är inte att begränsa förhållanden mellan unga.

Skyddsåldersgränsen 16 år innebär att en person som till sin ålder och sin mentala samt fysiska mognad är äldre än barnet eller den unga, inte får rikta sexuella handlingar mot ett barn eller en ung person som är under 16 år. Till exempel: En 17-åring får inte ägna sig åt sexuella aktiviteter med ett 11-årigt barn och en vuxen får inte skicka nakenbilder på sig själv till en person som är under 16 år gammal.

Skyddsåldersgränsen 18 år gäller då en vuxen person har ett nära förhållande till den unga personen, till exempel då den äldre personen är en egen förälder, en annan släkting, en tränare eller lärare. En vuxen i en sådan maktposition är därför också förbjuden att begå sexuella handlingar mot ett barn eller en ung person som är mellan 16 och 18 år gammal.

Kom även ihåg dessa felaktiga och straffbara handlingar som har en åldersgräns på 18 år:

- Delning och innehav av en nakenbild på en person under 18 år.
- Köp av sexuella tjänster av en person som är under 18 år.
- Att titta på en direktsändning med sexuellt våld mot ett barn.



HUR KAN EN FÖRÄLDER SKYDDA EN UNG PERSON PÅ NÄTET?

I denna del fokuserar vi på tre sätt som en förälder kan skydda en ung person på nätet: genom att vara närvarande, ge information och uppmuntra den unga att tala om sina iakttagelser. Dessa kan tillsammans kallas fostran för att stärka ett barns integritet, som handlar om att ge unga människor kunskap och färdighet att agera även i misstänksamma och skrämmande situationer.

1. Det är viktigt att en förälder är närvarande i den unga personens digitala liv. I praktiken innebär detta att föräldern är intresserad av vad den unga personen gör på nätet, vilka saker den unga gillar att dela och vem den unga personen pratar med. Föräldern ställer frågor om nätanvändning som en del av det vardagliga samtalet och lär sig förstå den ungas nätvanor. Som förälder kan du prata och fråga om nätanvändningen på samma sätt som du pratar om skolan eller om hobbyer. Ett sätt att visa intresse är att fråga den unga personen om den app som hen använder och låta den unga visa dig vad som är idén med appen.

2. Ungdomar måste få information om hur de kan använda internet på ett säkert sätt och vad som kan skada dem på nätet. Detta inkluderar information om sexuellt våld mot barn och ungdomar. Syftet är inte att skrämma unga människor utan att ge dem den information de behöver för att skydda sig själva.

När man diskuterar sexuellt våld kan man bland annat närma sig ämnet genom ett exempel ur medierna eller genom att tillsammans titta på olika material om ämnet som producerats för ungdomar. Bakom den här länken finns Räd- da Barnens guide för unga, pelastakaalapset.fi/sv/minkroppminagranser, och här finns affischerna för unga, pelastakaalapset.fi/nettivihjematerialit (Den svenska versionen finns nere på sidan). Båda kan användas för att inleda ett samtal.

Under diskussionen kan det vara bra att ge den unga personen exempel på hur sexuellt våld kan se ut på nätet, till exempel med hjälp av listan på sidan 8. Redan ordet "sexuellt våld" kan leda till tankar om våldsdåd som sker i fysisk kontakt. En ung person kanske inte vet att en vuxen som till exempel skickar en nakenbild eller ett meddelande med sexuell antydning till en ung person begått en våldshandling. Ungdomar kan uppfatta sådana handlingar som sexuella trakasserier och kan tycka att det inte är så allvarligt.

"Jag lärde mig först i år att det var olagligt att till exempel begära och distribuera nakenbilder."

KOM OCKSÅ IHÅG

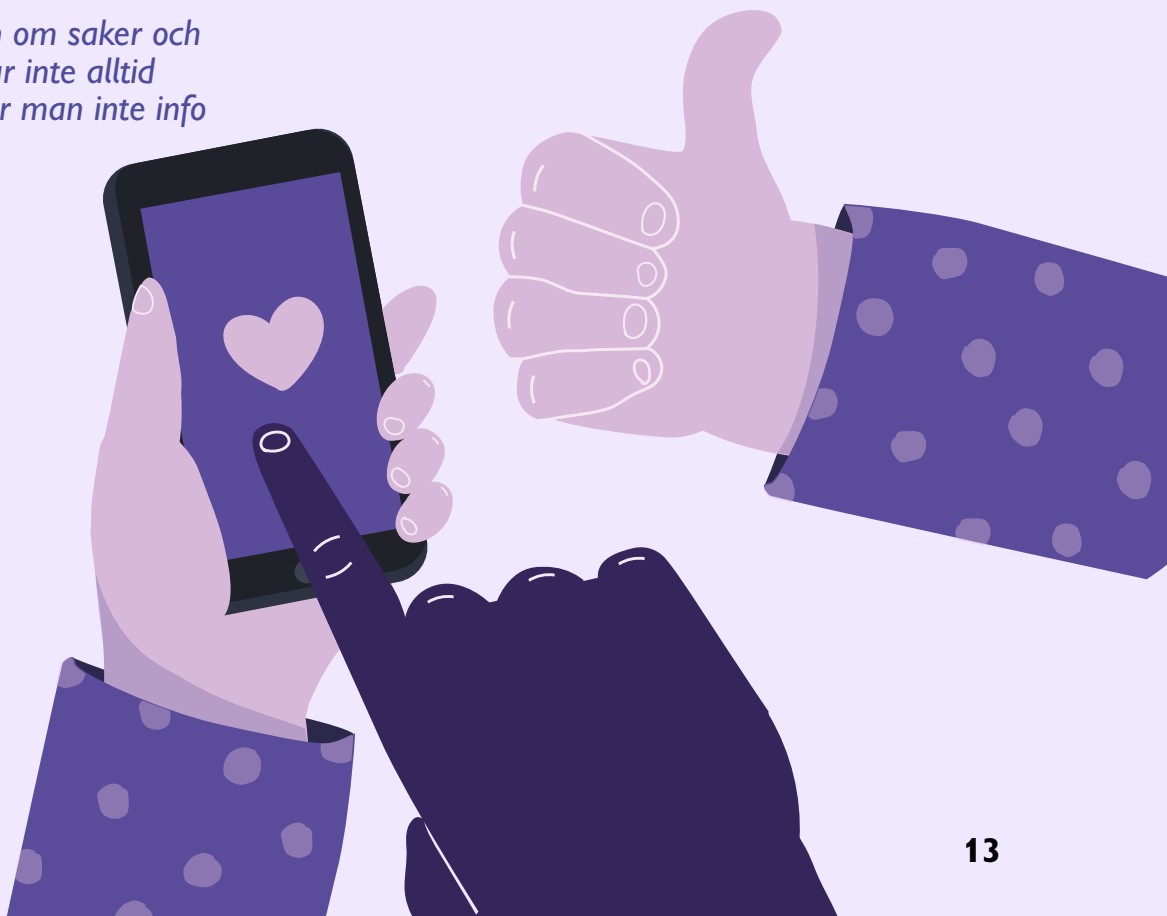
Som förälder är det viktigt att betona för den unga att hen alltid kan säga nej om hen känner sig obekvämt. Ingen ska tvingas göra något som man inte vill göra. Den unga kan och bör också säga nej till någon som den unga personen bryr sig om eller som vädjar till sin auktoritetsställning. Ibland kan det vara svårt att säga nej. Den unga kanske också är rädd för hur hen ska förklara sin vägran. Lär den unga personen att man, förutom att vägra, också kan dra sig ur en obekvämt situation utan att man behöver förklara varför man gör det.

3. När man diskuterar sexuellt våld med den unga bör man betona att det alltid är viktigt att berätta om sådana situationer för en trygg vuxen. Det är känt att få unga människor talar till en vuxen om sina erfarenheter av grooming eller sexuellt våld på nätet. En del ungdomar berättar inte för någon. Oftast berättar den unga personen om sina erfarenheter till en vän.

Ungdomar talar inte om sina erfarenheter eftersom de inte nödvändigtvis anser att det som hänt är allvarligt. Dessutom kan den unga personen tro att det inte skulle hjälpa att berätta, att ingen skulle vara intresserad eller att det skulle förvärra saker och ting. Den unga personen kanske inte vet vad hen ska göra i denna situation. Känslor av skam och skuld kan också leda till att ungdomar inte talar om det som hänt.

”Det är väldigt vanligt att man får slemmiga meddelanden och någon form av trakasserier på nätet. Vanligtvis blockerar jag dem bara och så är saken ur världen. På 7:an kunde de första trakasserande meddelandena kännas störande och hålla en vaken, men man har blivit avtrubbad och van vid dem. Man orkar inte längre bry sig om dem eller låta dem störa.”

”Ge mer information om saker och ting, för många vågar inte alltid fråga och alltid hittar man inte info någonstans ifrån.”



”Till mig har man alltid betonat hur viktigt det är att prata om allting och jag visste att jag inte hade gjort något fel.”

Föräldrar kan vidta åtgärder för att uppmuntra ungdomar att våga berätta om obehagliga eller skrämmande upplevelser - även om de situationer, där den unga känner att de själva har gjort något fel eller pinsamt. För en ung person är det lättare att närma sig en vuxen med en svår fråga om föräldern visat att hen är närvarande och intresserad och föräldern har tidigare diskuterat sexuellt våld på nätet. Att tala ut är som att ge tillåtelse. När en förälder vågar prata om sexualitet och sexuella risksituationer vet den unga personen att det är okej att diskutera dessa frågor med hen senare. Om du som förälder tycker att sexualitet eller sexuellt våld är en besvärande fråga att diskutera med en ung person, kan du föreställa dig hur hög tröskeln kan vara för en ung person, som är osäker eller har en skrämmande upplevelse bakom sig, att för första gången ta upp dessa frågor.

Föräldern kan också separat ta upp frågan om att prata om känsliga saker. Du kan till exempel säga: *”Du kan berätta om vad som helst för mig. Inget är för litet eller pinsamt. Om det har hänt något tråkigt, så löser vi det tillsammans.”*

Om den unga personen har agerat på nätet på ett sätt som föräldern inte tycker är rätt, bör man som förälder försöka diskutera saken lugnt och så att man lyssnar på den unga personen. Det är till exempel inte att rekommendera att hota med att ta bort de ungas digitala enheter eller tvinga dem att reglera sin användning av medierna. Om en ung person är rädd för att förlora en digital enhet som är viktig för hen, är det sannolikt att tröskeln höjs för att i fortsättningen tala om våld på nätet eller situationer där den unga upplever att hen själv har begått ett fel.

En förälder kan påminna den unga personen om att det finns många trygga vuxna i deras liv, för vilka de kan berätta om vad som händer på nätet. Ibland kan det till exempel kännas lättare för den unga att vända sig till skolpersonalen, en ungdomsarbetare eller att anmäla en händelse till Nettivihje. Påminn den unga personen om att det också är viktigt att berätta för en trygg vuxen om något händer en vän. Även om man lovat sin vän att inte berätta för någon så bör den unga personen alltid tala om det inträffade till en vuxen, så att vännen kan få den hjälp hen behöver

ÖVNING 2:

Tänk på eller skriv ner vilken typ av beröring, ord eller blickar som förmedlar trygghet och tillit för dig. När kände du dig trygg i din barndom eller ungdom? Vilka saker medför trygghet för dig nu? Vilka situationer skulle du uppfatta som obehagliga och osäkra?

Källa: bearbetad från Bildjuschkin och Ruuhilahti 2012. Mitä ihmettä? Opas ammattilaisille. Seksuaalikasvatusta 3-9 -vuotiaille.. <http://www.nektaria.fi/site/wp-content/uploads/2019/11/Mit%C3%A4-ihmett%C3%A4.pdf>

KOM OCKSÅ IHÅG

Om en förälder är orolig för den unga personen och hens välmående, är det viktigt att föräldern försöker hålla sig lugn. Om det är möjligt, är det bra att öppet berätta för den unga personen om sin oro. Som förälder kan man bli arg eller frustrerad, men det är en bra idé att först försöka hantera dessa känslor själv, eller att uttrycka dem för den unga personen på ett sätt som hjälper den unga att förstå att känslorna är en följd av oro. Detta för att säkerställa att den unga personen inte ska bli rädd eller försöka dölja vad som kan ha hänt. Samtidigt bör föräldrarna tänka på att ungdomens symtom kan bero på något annat än det som föräldern fruktar. Det är viktigt att låta den unga personen berätta vad som kan ha hänt och att lyssna utan att döma.

Om en förälder är rädd för den ungas säkerhet och känner ett behov av att veta vad som finns på den ungas telefon, bör även detta i första hand berättas för den unga personen. En förälder får inte kränka en ung persons rätt till privatliv, utom i situationer där det finns en genuin oro för den unga personens välmående och säkerhet. Föräldrarna bör vara medvetna om att en ung person i vissa situationer kan försöka radera information från sin telefon, till exempel om han eller hon själv anser sig ha begått ett pinsamt misstag eller fel.

En förälder som är rädd för att en ung person är i omedelbar fara ska ringa nödnumret 112.

ANVISNINGAR FÖR ÅTGÄRDER: NÄR EN UNG PERSON HAR UPPLEVT SEXUELLT VÅLD PÅ NÄTET

Om en ung person berättar för en förälder om sexuellt våld som hen har upplevt är det ett tecken på förtroende. Det är viktigt att föräldrarna visar att de tror på den unga personen. Ibland händer det att en förälder av misstag får reda på vad som har hänt.

Det är förståeligt att denna situation kan utlösa många känslor hos en förälder, såsom sorg, ilska och rädsla. När en förälder konfronterar en ung person bör hen emellertid försöka fokusera på den unga personens upplevelse: tillåt den ungas känslor och lyssna på vad personen har att säga. Det är viktigt att den vuxnes känslomässiga reaktion inte framstår som beskyllningar för den unga personen.

Om en förälder till exempel känner sig orolig eller arg är det viktigt att hen stannar upp en stund, tar ett djupt andetag och sedan närmar sig den unga med fokus på själva saken. Om den unga personen har varit aktiv i situationen, till exempel genom att skicka nakenbilder eller meddelanden med sexuell anspelning, kan den unga personen känna stor skam och skuld. En stark reaktion från föräldern och eventuella beskyllningar ökar den unga personens skamkänsla. En sådan reaktion från en förälder kan skada en ung person. Föräldrarna bör också vara medvetna om att en vuxen vid en gromningsprocess på många sätt kan försöka få den unga personen att lita på och fästa sig vid hen. Den unga personen kan alltså vara intresserad eller attraherad av den person som hen har kommunicerat med.

På den här webbplatsen finns information om vilka personer en förälder kan kontakta för att få hjälp med att bearbeta sina egna tankar: pelastakaalapset.fi/sv/nettivilhje/stodtjanster

Om den unga personen har fått sexuella inviter eller blivit utsatt för sexuellt våld på nätet, ska du göra så här:
Jos nuori on kohdannut houkuttelua seksuaalisiin tarkoituksiin tai seksuaaliväkivaltaa netissä, toimi näin:

- Först ska du se till att den unga personen mår bra. Lyssna på och trösta barnet. Låt hen i lugn och ro berätta vad som hände. Skyll inte på den unga personen.
- Tacka den unga personen för att hen litar på dig och berättar vad som hänt.
- Spara bevismaterialet. Den unga personen kan ha sparat samtal med förövaren och bilder eller videor som förövaren har skickat. Radera dem inte. Det är bra att ta skärmdump av diskussionerna och förövarens profil. Skärmdumpar kan tjäna som bevis. Behåll bevismaterialet tills ni kan överlämna dem till polisen.
- Anmäl händelsen till polisen eller till tjänsten Nettivilhje. Nettivilhje förmedlar information till polisen om händelsen bedöms som olaglig. Du kan också kontakta experterna på Nettivilhje per telefon. Du hittar kontaktuppgifter på följande adress pelastakaalapset.fi/sv/nettivilhje
- Se till att ni får den professionella hjälp ni behöver. En incident med sexuellt våld och eventuella straffrättsliga förfaranden kan vara en kris för hela familjen. Skolans elevvårdsteam, skolsköterskan och barnskyddsmyndigheterna finns till för att stöda den unga personen och familjen. Här finns information om andra stödinstitutioner: pelastakaalapset.fi/sv/nettivilhje/stodtjanster

KOM OCKSÅ IHÅG:

Ungdomar kanske inte upplever att de har blivit sexuellt utnyttjade på nätet. Alla suspekta fall där en vuxen eller en främling kommunicerar med en ung person på nätet ska anmälas. Inviter i sexuellt syfte kan börja med mycket oskyldiga meddelanden, som inte till en början innehåller sexuella element såsom bilder, frågor eller insinuationer.

Det kan också hända att föräldern upplever att den unga personen inte alls reagerar på det som har hänt och försöker gå vidare som om ingenting hade hänt. Det finns ingen anledning för en förälder att bli orolig för en sådan reaktion. Det är en förståelig reaktion och ett sätt att agera. Förälderns roll är emellertid att se till att den unga personen får den professionella hjälp och det stöd som hen behöver för att bearbeta det som har hänt.



ATT DISKUTERA NETTIVIHJE OCH ATT GÖRA EN ANMÄLAN

Det är viktigt att varje ung person har trygga vuxna i sitt liv som hen kan prata med om betungande problem eller en skrämmande upplevelse. Vi vet dock att unga människor inte alltid berättar för en vuxen om till exempel grooming eller sexuellt våld som de möter på nätet. Därför är det viktigt att den unga personen vet hur hen ska reagera också i de situationer då hen inte vill berätta till en vuxen och till vem hen ska anmäla sin upplevelse.

Diskutera detta med den unga personen. Tala om att hen alltid först och främst ska prata med en trygg vuxen om en vuxen eller en främmande person närmar sig hen med sexuella insinuationer eller inviter. Berätta också till den unga att hen bör agera på följande sätt, om hen väljer att inte tala om saken för dig:

- Sluta kommunicera med förövaren. Man behöver inte reagera på eventuella påtryckningar eller utpressningar från en vuxen eller svara på meddelanden.
- Ta skärmdumpar av meddelandena och profilerna. Lagra alla bilder som tas emot och skickas.
- Gör en anmälan till Nettivihje eller direkt till polisen
- Om du vill kan du kontakta olika instanser som ger stöd. De finns listade här: pelastakaalapset.fi/sv/nettivihje/stodtjanster

Även efter att den unga har anmält händelsen kan hen bestämma sig för att berätta för en trygg vuxen. Säg därför också till den unga, att det aldrig är för sent att berätta.

Det är bra att komma ihåg följande saker då man skickar ett meddelande till Nettivihje:

- Anmälan görs på adressen pelastakaalapset.fi/sv/nettivihje/anmal
- Till Nettivihje kan du anmäla, om:
 - » en vuxen eller en främling på nätet har skickat sexuella inviter till en person under 18 år.
 - » en vuxen eller främling sexuellt har trakasserat en person under 18 år på nätet.
 - » ett nakenfoto på en person under 18 år distribueras.
 - » du har sett material på nätet som innebär en sexuell kränkning av en minderårig eller sexuellt våld mot barn.
 - » människohandel med sexuellt våld har begåtts mot en person som är under 18 år.
- En misstanke räcker! Visselblåsaren behöver inte vara säker på att något olagligt har hänt.
- Det är viktigt att så exakt som möjligt anteckna vad som har hänt på blanketten, vem som har drabbats (inklusive eventuella namn) och vilken webbadress som eventuellt hänger samman med händelsen.
- Eventuella skärmdumpar eller bilder av händelsen ska bifogas till formuläret.
- Det är viktigt att du anger dina egna kontaktuppgifter på formuläret för att möjliggöra vidare undersökningar.

HJÄLP OCH STÖD

Polis: Alla kontaktuppgifter finns på följande adress: poliisi.fi/sv/kontaktuppgifter

Kommunal socialvård och krisjour: brådskande ärenden dygnet runt, 7 dagar i veckan.

Du kan också få hjälp och stöd från den kommunala hälsovårdscentralen, mödra- och barnhälsovården, familjerådgivningen, socialbyrån, ungdomsbyrån, skolbyrån, elevhälsan, den barn- och ungdomspsykiatriska polikliniken, ungdomspolikliniken eller församlingen.

För närmare upplysningar om lokala stödtjänster kan du kontakta din lokala social- och hälsovårdsmyndighet.

I en nödsituation ska du ringa det offentliga nödnumret **112!**

På den här sidan hittar du andra instanser som hjälper: pelastakaalapset.fi/sv/nettivihje/stodtjanster

TACK FÖR ATT DU KOMMENTERAT GUIDEN

Julia Alajärvi, Nationella audiovisuella institutet

Katriina Bildjuschkin, Institutet för hälsa och välfärd

Centralkriminalpolisen

Paula Aalto, Mannerheims barnskyddsförbund

Tommi P Pesonen, Loisto setlementti ry

Rädda Barnens kollegor

Ett stort tack även till de föräldrar som kommenterade guiden!



Medfinansieras av
Europeiska unionen

*Innehållet i denna publikation är Rädda Barnens eget ansvar,
och återspeglar inte nödvändigtvis Europeiska unionens åsikter.*



Pelastakaa Lapset - Rädda Barnen

raddabarnen.fi