

# »Vuxna – ge er ut på nätet!«

97 procent av alla svenska ungdomar använder Internet varje dag. Det är där man umgås och diskuterar, tävlar, grälar, flirtar, stöttar eller mobbar varandra. Samtidigt som Internet blir en allt större del av ungdomars liv varnar medierna för trakasserier, droger och bedrägerier. Men är Internet verkligen så farligt och vad kan vuxna i så fall göra för att skydda ungdomarna?

**Maria Soares Lindberg, ansvarig för Fryshusprojektet Nätvandrarna svarar här på de viktigaste frågorna om ungdomar och Internet.**

### Hur farligt är Internet?

– Det händer en del negativa saker men inte i högre grad än ute i det vanliga livet. Det är inte Internet i sig som är problemet utan bristen på vuxna på Internet. När ungdomar lämnas ensamma utan vuxna blir det alltid destruktivt.

### Vad är lösningen?

– Vuxna måste ge sig ut på nätet! Det som hjälper mot destruktivitet på Internet är detsamma som överallt annars; att finnas till hands där ungdomar finns. Många vuxna vill ge sig ut på nätet men är rädda

för att inte behärska tekniken, kulturen och »språket« i ungdomarnas cybervärld. Rädslan är onödig. Man behöver inte kunna allt, det viktiga är att bry sig. Testa själv, det är inte farligt. Var inte rädd för att verka töntig eller gammal. Ungdomar vill ändå inte att vi ska vara en av dem. De vill att vi ska vara – vuxna.

### Vad är positivt med Internet?

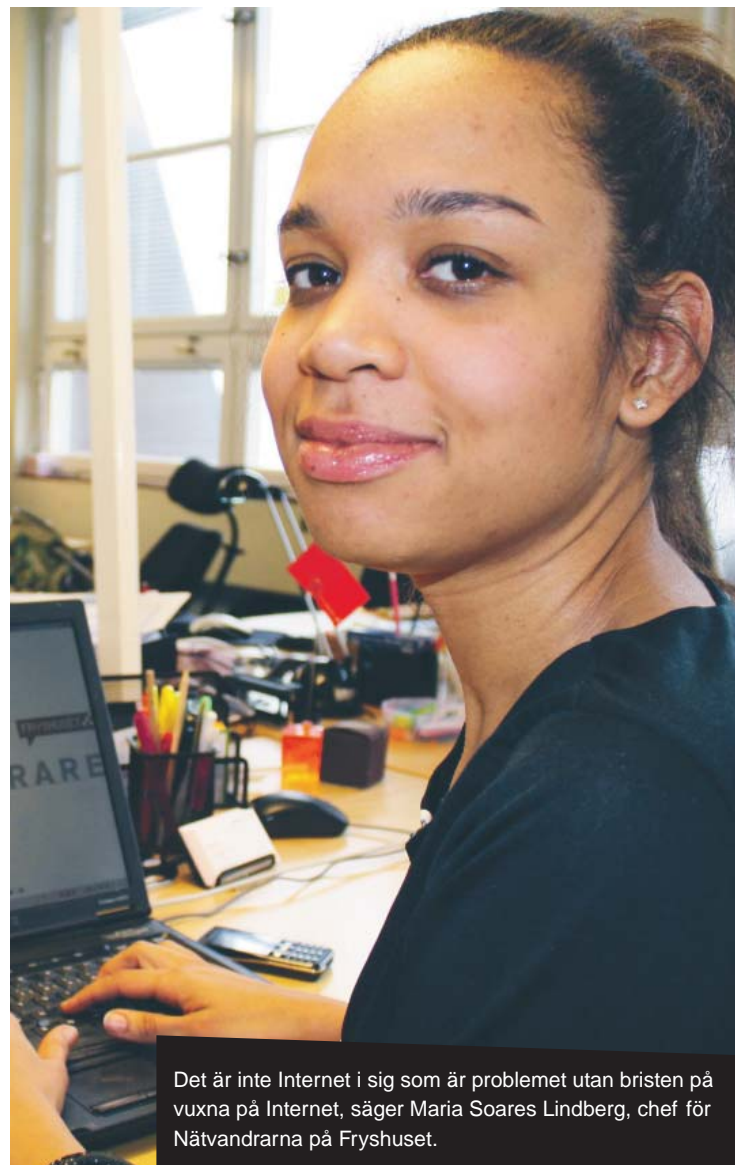
– Det är mångfacetterat och öppet för alla. Där kan man skaffa kunskap, träffa nya människor och diskutera allt från världspolitik till

kakbak. Alla kan hitta sin nisch, sin gemenskap och sina intressen. Internet är som en jättestor fritidsgård med plats för alla. Även blyga och tysta ungdomar kan hävda sig och ta plats. Internet är här för att stanna så det gäller att göra det bästa av det, säger Maria.

KATJA WÄHLSTRÖM

Nätvandrarna är en del av Fryshuset och stöds av Allmänna Arvsfonden och World Childhood Foundation.

Hör gärna av dig till [city@fryshuset.se](mailto:city@fryshuset.se) om det vi skriver eller annat som du tycker, känner, vet eller tror. Fryshusets inslag i City finns också på [www.fryshuset.se](http://www.fryshuset.se)



Det är inte Internet i sig som är problemet utan bristen på vuxna på Internet, säger Maria Soares Lindberg, chef för Nätvandrarna på Fryshuset.

FOTO: KATJA WÄHLSTRÖM

# Tips till vuxna som vill ut på nätet!

Gå in och kolla alla sajter, spel och bloggar som ungdomar pratar om, t.ex;

[www.facebook.se](http://www.facebook.se)

[www.bilddagboken.se](http://www.bilddagboken.se)

[www.blondinbella.se](http://www.blondinbella.se)

[www.whoa.nu](http://www.whoa.nu)

[www.snyggast.se](http://www.snyggast.se)

[www.flashback.se](http://www.flashback.se)

[www.wow-europe.com](http://www.wow-europe.com)

(World of warcraft – ett krigsspel som inte är så farligt som det låter)

[www.playahead.se](http://www.playahead.se)

[www.helgon.net](http://www.helgon.net)

[www.blipville.se](http://www.blipville.se)

[www.ungdomar.se](http://www.ungdomar.se)

[www.habbo.se](http://www.habbo.se)

Kanske upptäcker du en helt ny värld, får nya intressen och nya vänner!

Alla vuxna som jobbar med ungdomar bör skaffa snabb-meddelande funktioner som MSN eller Skype. Då blir man lättare att nå för unga som aldrig skulle våga ringa upp på telefon.

Prata med både ungdomar och vuxna om vad som händer på nätet. Att fråga och tipsa varandra ger alltid resultat.

KATJA WÄHLSTRÖM



97% av alla ungdomar använder Internet varje dag för att umgås och uppleva saker.

# Fryshusets Nätvandrare

**F**LER AV FRYSHUSETS verksamheter finns online på [www.fryshuset.se](http://www.fryshuset.se) och på andra vanliga ungdomssajter:

## UNITED SISTERS

Ungdomscoachen Helena Meyer finns bl.a. på [www.kamratposten.se](http://www.kamratposten.se), [www.kpwebben.se](http://www.kpwebben.se) och [www.ungdomar.se](http://www.ungdomar.se) (en community där folk skriver om allt mellan himmel och jord och där det finns psykologer, kuratorer och läkare). Helena kan även nås via MSN, på [helena.meyer@fryshuset.se](mailto:helena.meyer@fryshuset.se)

## ELEKTRA

Michelle Stewart finns på [www.fryshuset.se/Elektra](http://www.fryshuset.se/Elektra) och på

[www.ungdomar.se](http://www.ungdomar.se) för tjejer och killar som inte törs ringa eller ta kontakt på annat sätt. Michelle kan ge stöd och råd om hedersförtryck eller bara lyssna.

## EXIT

kommer att driva sakliga och sansade debatter på [www.fryshuset.se/Exit](http://www.fryshuset.se/Exit) och finns till hands för personer som är med i extremistiska rörelser men kanske funderar på eller vill ha hjälp att hoppa av.

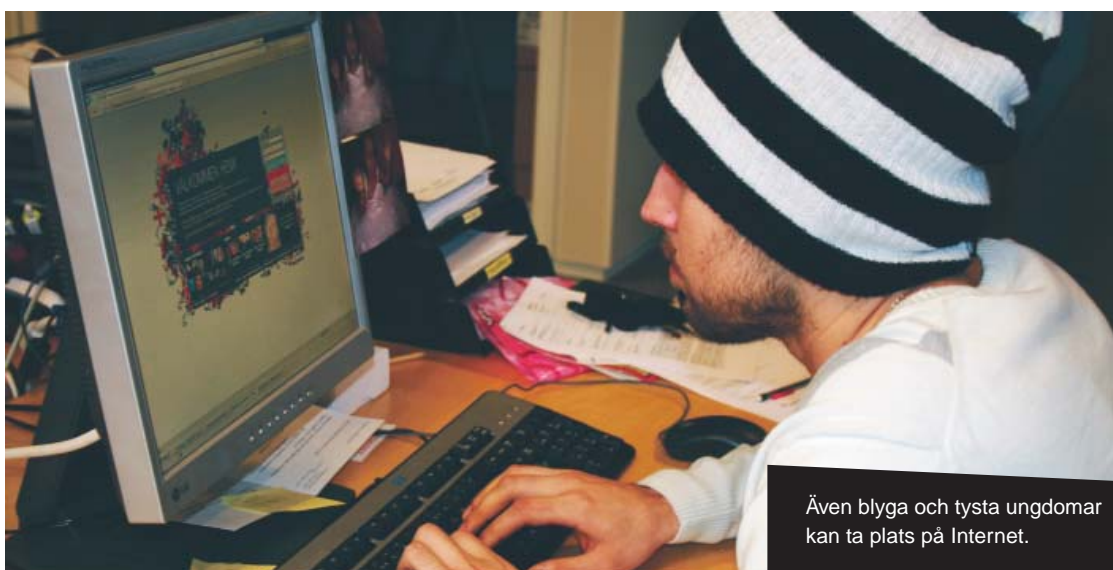
## FRYSKYRKAN

är en del av Nätvandrarna och finns på nätet för att stötta ungdomar i livsfrågor och kriser.

KATJA WÄHLSTRÖM



Internet är lika verkligt som den fysiska världen för ungdomar.



Även blyga och tysta ungdomar kan ta plats på Internet.

## Vad gör jag om mitt barn råkar illa ut på nätet?

**P**RATA OCH LYSSNA till ditt barn. Vänta inte till skadan är skedd. Förtroendefull kommunikation är avgörande både i vardagen och när något hemskt händer. Om ditt barn råkar illa ut

eller gör något dumt på Internet ska du givetvis ingripa. Beroende på vad som hänt kan åtgärderna vara allt från att polisanmäla till att ge en kram. Men börja med att prata och lyssna.

HELENA MEYER

## SNAPSHOT



FRYSHUSET STHLM  
SKATE PARK 14:22

### MARTE LINDERUD

Ålder: 21 år  
Bor: Trondheim i Norge  
**Känner du någon som har blivit hotat eller trakasserad på Internet?**  
– Ikke vad jag vet.  
**Vad ska man göra för att folk inte ska trakassera varandra på Internet?**  
– Se problemen i större perspektiv, de finns inte bara på Internet. Tolerans och respekt behövs det mer av överallt.

## Kort om ungdomarnas Internetvärld

**F**ÖRESTÄLL DIG en enorm ungdomsgård eller ett bibliotek med ändlösa möjligheter till kunskap, kommunikation och underhållning. En värld där man kan träffa människor med samma intressen, skapa sin egen profil och diskutera allt man vill. Nätet är fullt av mötesplatser, bloggar och spel. Så kallade öppna communities, t.ex. Lunarstorm och

Playahead, är inte lika stora som tidigare. Idag växer istället bloggar och spel där man också kan umgås.

Internet är lika verkligt som den fysiska världen för ungdomar. Precis som vuxna inte tycker att telefonsamtal eller email är »overkliga« eller »inte på riktigt«.

HELENA MEYER



Internet – en värld även för vuxna.



UTANFÖR FRYSHUSET 14:55

### JOHNNY HÖGLIN

Ålder: 32 år  
Bor: Eskilstuna  
**Känner du någon som har blivit hotat eller trakasserad på Internet?**  
– Ja, jag själv.  
**Vad ska man göra för att folk inte ska trakassera varandra på Internet?**  
– Vi borde bli bättre på att jaga folk som hotar och förföljer andra, istället för att jaga folk för fridsam fildelning. Och så måste man alltid polisanmäla hot och trakasserier.



## MIN KÄRLEK

En himmel utan alla stjärnor, en ocean utan liv, en ros utan dess doft, en dag utan dig må gud hjälpa mig. Varför vill jag ha något jag inte kan komma åt, varför kan jag inte komma åt det jag vill ha, jag känner mig svag, jag ser mitt hela liv gå i spillror med ett andetag, varför har hon så många krav, när jag bara kan vara jag, varför, därför, för där, för vad, jag ska försöka uppfylla dina krav, och sedan kan du kanske ge mig ett svar, som jag har väntat på i ett flertal dar, jag vill se dig bar, jag vill se, röra, smeka, och älska dig för den du är, det är mitt hjärta du bär, jag hatar mig själv jag svär, trodde aldrig att jag kunde bli så kär, ansträngning är inte ansträngning förrän det börjar göra ont, tomt är bara förnamnet på hur jag känner, kan inte vända mig till någon inte ens mina vänner, det enda jag har är mina händer, som låter mig släppa ut mina känslor för dig, säg mig, gud varför är hon så vacker, älskar dig igår, idag, imorn, för alltid. Appreciate your woman to the fullest extent and then beyond cause you never really know what you've got until it's gone!

Tillägnad till inte bara fryshusets utan världens vackraste kvinna, du vet vem du är...

SIDAR

Fryshusets huvudsponsorer är If, Vattenfall, Telia Sonera och tidningen City.

FRYSHUSET



är inte bara en mötesplats för många olika människor, det är också en idé som utgår från verksamheter inom Utbildning, Sociala projekt och Passionerade intressen. Fryshuset agerar där det finns behov. Vi är inte rädda för det som är nytt och okänt. Vi mobiliserar krafter där andra bara ser problem. Delar av våra verksamheter finns även i Göteborg, Malmö, Linköping och Uppsala.

Läs mer på [www.fryshuset.se](http://www.fryshuset.se)

VILL DU STÖDJA FRYSHUSET? GÅ IN PÅ [WWW.FRYSHUSET.SE/STODFRYSHUSET](http://WWW.FRYSHUSET.SE/STODFRYSHUSET)