Anvisning, Rätt att veta, Digitala relationer och trygghet på nätet
2026-11-06

Film 5 - Digitala relationer och trygghet på nätet

Vad handlar filmen om

Filmen tar upp integritet online, digitala risker och strategier för att skydda sig själv: blockera, anmäla, säga nej.

Syftet

- Stärka ungas digitala motståndskraft.
- Ge konkreta verktyg för att hantera press, manipulation eller rykten
- Avstigmatisera erfarenheter av svåra situationer på nätet.
- Visa att digitala relationer kan vara meningsfulla, stödjande och viktiga, när de sker i trygga sammanhang.

Vad kan filmen väcka

- Minnen av nätkränkningar, manipulation eller utsatthet.
- Oro över spridda bilder eller rykten.
- Skam eller skuld.
- Behov av att prata privat efteråt.
- Reflektion över positiva digitala erfarenheter, att kunna vara sig själv på ett sätt som ibland känns lättare online.

Dialogfrågor

- Hur brukar du tänka kring gränser online?
- Har du blivit kontaktad på ett sätt som kändes jobbigt någon gång?
- Vad skulle kunna göra nätet tryggare för dig?
- Finns det digitala relationer eller sammanhang som får dig att må bra? Vad gör dem trygga?

Särskilt viktigt att följa upp

I filmen nämns ungdomsmottagningen, informera om hur kontakt med ungdomsmottagning fungerar på det aktuella hemmet och vilka kontaktvägar som är möjliga.