

Ta Snacket!



Så pratar du med barn
om sexuella övergrepp på
nätet i din vardag



Vad gör ECPAT?

ECPAT Sverige är en barnrättsorganisation som arbetar mot sexuell exploatering av barn – det gör vi på flera olika sätt:

- **ECPAT Hotline** – en webbaserad anmälningssida dit allmänheten anonymt kan tipsa om alla former av sexuella övergrepp och sexuell exploatering av barn, på och utanför nätet.
- **ECPAT Föräldrahjälpen** – en stödlinje för föräldrar där viktiga vuxna i barns närhet kan få stöd och råd i frågor som rör sexuella övergrepp på barn – på och utanför nätet.
- **Ditt ECPAT** – en stödlinje för barn och unga upp till 18 år där de kan få hjälp, stöd och kunskap om bilder, sexuella kränkningar, hot och övergrepp på nätet eller IRL.
- **Sprider kunskap** om brottsligheten och förebygger så att barn och unga inte utsätts.
- **Arbetar med opinionsbildning** och påverkansarbete mot makthavare.
- **Samarbetar** med myndigheter, företag och andra organisationer.

Barnets rättigheter

Ett barn är enligt svensk lag och FN:s konvention om barnets rättigheter (barnkonventionen) en person som inte har fyllt 18 år. I dag har alla världens länder utom USA antagit barnkonventionen. Det innebär att länderna lovar att se till så att varje enskilt barn som bor eller befinner sig i landet har tillgång till rättigheterna enligt konventionen. I artikel 34 och 35 sägs att det är landets ansvar att skydda barn från att utsättas för sexuella övergrepp, sexuellt utnyttjande eller att barn köps eller säljs. Barnkonventionen blev svensk lag den 1 januari 2020. Det är viktigt att alla vuxna har kunskap om barnkonventionen och vilka rättigheter barn har.

Du kan läsa mer om barnkonventionen på www.barnkonventionen.se

Du som vuxen är viktigare än du tror!

Du håller i en folder som vi önskar inte skulle behövas, men tyvärr sker sexuella övergrepp, hot och kränkningar alldeles för ofta i barns vardag, både på och utanför nätet. Så även om detta kan kännas både som nedslående och skrämmande läsning hoppas vi att du tar med dig kunskapen i din vardag, ditt yrke och framför allt i dina samtal med barn.

Vi har samlat information, tips och råd om hur du som vuxen bäst pratar med barn om risker på nätet, så att du ska kunna "ta snacket" utan att oroa dig för om du säger för mycket, för lite, rätt eller fel. Det viktigaste är att få igång ett samtal och visa intresse för barnets liv på nätet – inte att komma med färdiga regler och förmaningar. Håll ett öppet sinne för vad just barnet du möter berättar (eller inte berättar), och kom ihåg – snacka ofta, inte bara en gång!

**Snacka
ofta, inte
bara en
gång!**



Vad är sexuell exploatering och övergrepp på nätet?

Sexuella övergrepp på nätet kan handla om att ett barn:

- ✓ genom hot, utpressning, smicker eller ersättning förmås att skicka nakenbilder på sig själv
- ✓ genom hot, utpressning eller ersättning förmås att utföra sexuella handlingar på sig själv framför en webbkamera
- ✓ får sina lättklädda eller sexuella bilder spridda utan samtycke
- ✓ får oönskade nakenbilder skickade till sig

Längre bak i foldern finns en förklaring av respektive brott men det viktigaste för dig som vuxen att känna till är att alla former av sexualbrott mot barn är allvarliga och att ansvaret alltid är förövarens.

Studier visar att övergrepp på nätet där barnet inte fysiskt har träffat förövaren kan få lika allvarliga konsekvenser som övergrepp utanför nätet. Om övergreppet dessutom har dokumenterats på bild eller film blir konsekvenserna för barnet ännu allvarligare. Genom dokumentation och spridning av bilder och filmer får det övergrepp som barnet utsatts för aldrig ett slut. Detta påverkar inte bara barnet utan kan även påverka hela familjen och omgivningen under en lång tid framöver.

Vilka är förövarna och var på nätet finns de?

ECPAT får ofta frågan om vem den typiske förövaren är och vilka platser man ska akta sig för eller vilka appar man ska undvika. Svaret är att det kan vara vem som helst och att förövare finns där barn finns. Vid sidan av vuxna ser vi också att barn begår brott mot andra barn.

Vilka barn drabbas?

Det är vanligt att tro att små barn är skyddade för att de bara spelar spel anpassade för barn. Men förövare finns där barn finns och det gäller såväl på som utanför nätet. Alla barn som är på nätet, oavsett om de spelar spel eller använder sociala medier riskerar att utsättas för övergrepp och kränkningar. Men precis som med risker utanför nätet finns det olika faktorer som gör vissa barn mer sårbara än andra – såsom brist på trygga vuxna, psykisk ohälsa och utanförskap.

Hur går det till?

Förövare kan agera på olika sätt för att komma i kontakt med barn och unga på nätet. Sätten som förövare använder för att komma i kontakt med barn kan grovt delas in i två kategorier; det som vi kallar för grooming sker ofta över en längre tid, medan det vi här kallar för sexuell utpressning sker under en kort tidsperiod. Det senare blir allt vanligare.

På nätet är det lätt att vara anonym eller låtsas vara en annan person, till exempel ett barn. Förövaren kan också låtsas vara flera olika personer för att få barnet att tro att detta är något normalt som "alla gör".

Kontakten kan till en början vara rolig och spännande för barnet. Förövare kan lägga mycket tid på att bygga en relation och skapa ett förtroende hos barnet. Det gör det lättare att senare få barnet att göra saker, som att skicka avklädda bilder på sig själv eller begå sexuella handlingar framför en webbkamera. På så sätt kan barnet också känna skuld för det som hänt, vilket gör det svårare att berätta om övergreppen.



Smicker, hot och tjat

Även om grooming förekommer blir det allt vanligare att förövare agerar mycket snabbt för att få ett barn att skicka nakenbilder eller begå sexuella handlingar på sig själv framför en webbkamera.

En vanlig metod är att en förövare tar kontakt med ett barn och inleder en konversation, för att sedan snabbt – med hjälp av smicker, instruktioner, mutor eller tjat – få barnet att agera efter förövarens instruktioner. Förövaren kan också använda hot. Hotet kan handla om att skada barnets syskon, husdjur, en förälder eller barnet självt. Ett annat vanligt hot är att förövaren säger sig kunna sprida rykten eller sexuella bilder på barnet. När en bild väl är skickad kan bilden användas för att utpressa barnet att skicka fler bilder eller att fortsätta att göra som förövaren säger. I och med att det kan gå mycket snabbt är det viktigt att barn och unga får kunskap om dessa risker och vad de kan göra om de blir hotade eller pressas till att skicka en bild.

Barn och ungas liv på nätet

Varför skickar barn nakenbilder?

Barns digitala liv har förändrats och expanderats. De flesta barn drar inte en tydlig gräns mellan livet på och utanför nätet, livet på nätet är en del av vardagen helt enkelt. Det uppkopplade livet inrymmer, liksom livet offline, många delar varav en av dem är sexuellt utforskande beteenden. Flörtande, förälskelse och sex är en naturlig del av barns och ungas tillvaro på nätet. Ibland kan det innebära riskfyllda beteenden som att skicka nakenbilder till varandra. Men det är viktigt att komma ihåg att risk inte nödvändigtvis är samma sak som skada. Barn beskriver skickandet av bilder som en naturlig del i utforskandet av sin sexualitet. Många beskriver det också som njutningsfullt och pirrigt, och att det kan öka ens självkänsla.

” Vi är tonåringar, vi är kåta, det är spännande att skicka nudes till varandra.” Flicka, 15 år.

Medan vissa barn skickar och tar emot bilder frivilligt finns det barn som blir hotade, utpressade eller lurade till det. Men oavsett om en bild är tagen frivilligt eller inte finns det alltid en risk att den sprids på ett sätt som barnet inte vill. Det är viktigt att vi vuxna tidigt pratar med barn om sexualitet, samtycke, gråzoner och relationer på nätet, precis som utanför nätet.

Barns egna strategier

Barn och unga förhåller sig till risker i livet på olika sätt. Precis som vid risker i relationer till människor utanför nätet har barn och unga utarbetat strategier vid risker i relationer på nätet. Det kan exempelvis handla om en vän som sviker, en vuxen som utsätter barnet för brott eller en partner som utnyttjar. Strategierna handlar ofta om att barnet försöker kontrollera hur en annan person agerar. Strategierna används som ett sätt att kunna ta del av det roliga och spännande på nätet utan att bli utsatt för brott av andra barn eller vuxna.

Även om barn har egna utarbetade strategier är de olika effektiva, den enda som egentligen kan påverka barn att inte utsättas för brott är den som faktiskt utsätter barnet för brott. Det är därför viktigt att vi som vuxna stöttar barnet när så behövs.

”

**Lägg inte någon skuld på barnet.
Såklart vill man inte berätta
någonting om ens förälder kommer
reagera starkt och börja prata om vad
du borde eller inte borde gjort.”**

Flicka, 17 år

1 BLI INTE ARG

Illska leder inte till något bra. Tvärtom skapar den distans mellan dig och ditt barn. Var lugn och stötta barnet istället.

Barns 10 budord



3 BARA FINNS DÄR

Överreagera inte. Lyssna på barnet och försök förstå. Var på barnets sida.



4 HJÄLP TILL SÅ MYCKET DU KAN

Exempelvis med att polisanmäla, blocka eller något annat som barnet uttrycker.

2 SKULDBELÄGG OCH DÖM INTE

Barnet mår redan dåligt, trots att det inte är hens fel.

5 STRAFFA INTE

Att ta mobilen eller radera appar hjälper inte barnet.

Det leder bara till att barnet inte vänder sig till dig igen.

8 VISA KÄRLEK

Få barnet att förstå din drivkraft.

Kärlek oavsett vad som händer.



7 SNOKA INTE

Alla har rätt till privatliv och det måste respekteras. Fråga istället för att spionera.



6 PRATA

Diskutera med barnet om hur hen kan undvika liknande situationer.



9 BLI INTE ARG



10

BLI INTE ARG

Denna punkt tål att upprepas.



Vad behöver du som viktig vuxen göra?

FÖREBYGGANDE TIPS & RÅD:

Det viktigaste du som förälder eller viktig vuxen kan göra är att ha en öppen dialog med ditt barn i vardagen – att du visar ett intresse och engagemang, att du finns till hands och lyssnar, på barnets villkor. Genom att så tidigt som i förskoleåldern prata om kroppen och gränser kan du träna och guida ditt barn till en trygghet i sin egen kropp och att bygga en känsla för vad som är okej och inte – både i förhållande till sig själv men också till andra. Det fungerar också stärkande för barnet och underlättar att berätta om något har hänt.

Tips på vad som behöver finnas i vardagspratet:

Integritet och kroppens privata områden

Hjälp barnet att sätta ord på kroppens privata delar: snopp, snippa, rumpa och mun. Ett bra tillfälle att göra det kan vara när barnet exempelvis duschar, klär på sig, torkar sig och så vidare – låt barnet vara med och bestämma över sin kropp. På så sätt lär du ditt barn om kroppslig integritet, att barnet har rätt att sätta gränser för sin egen kropp.

Att säga nej är okej

När ett barn är i 4–5 årsåldern kan man berätta att det tyvärr finns personer som gör saker mot barn som de inte får göra. Som att ta på barnets privata delar. Det kan också handla om att de vill få bilder skickade till sig från barnet, i exempelvis ett spel på nätet eller via en app. Berätta att vuxna inte får göra så, oavsett om det känns spännande, pirrigt, fel eller otäckt. Barnet har alltid rätt att säga nej. Låt barnet veta att hen kan prata med dig om något sådant skulle hända, även om det är en person som barnet känner och tycker om.

Att respektera sina egna gränser – och andras

Var en god förebild, tvinga inte barn att sitta i knä, kramas eller pussas om hen inte vill. Fråga istället vad barnet känner och vill – och respektera barnets vilja. För att barnet ska lära sig att respektera sina egna gränser måste vi vuxna först visa att vi respekterar dem.

När ditt barn är lite äldre och börjar vara på nätet – spelar spel, kollar videos eller använder sociala medier

Många barn upplever att föräldrar inte förstår vad de gör på nätet. Än fler är rädda för hur föräldrar ska agera om något dåligt händer. Att de ska bli arga och förbjuda spel och appar. Den rädslan hos barnet kan man motverka genom att ta samtalen tidigt, så att barnet vet att du vet vad som kan hända på nätet. Det gör det lättare för barnet att berätta när något har hänt.

Engagera dig i livet på nätet

Engagera dig i barnets liv på nätet och i sociala medier. Testa att spela hens favoritspel, fråga hur saker funkar och vilka hen följer och gillar på till exempel YouTube. Det är både roligt och en bra ingång till att prata om risker tillsammans. Kunskap kan också minska din egen oro och gör dig bättre förberedd om något dåligt händer.



Prata om det som är mindre roligt

Förövare finns där barn finns. Barn behöver veta att det finns de som ljuger på nätet – precis som i livet utanför. Berätta att både vuxna och andra barn kan använda hot, smicker och mutor för att få barnet att skicka bilder och filmer. Förklara att det aldrig är barnets fel om det händer.



Börja prata tidigt

Prata om risker även med yngre barn. Det är extra viktigt om hen har spel och appar med chattfunktioner. Oroa dig inte för att barnet är för ungt utan anpassa samtalet efter ålder – precis som när du pratar om till exempel säkerhet i trafiken eller på stranden.

Förbud är inte lösningen

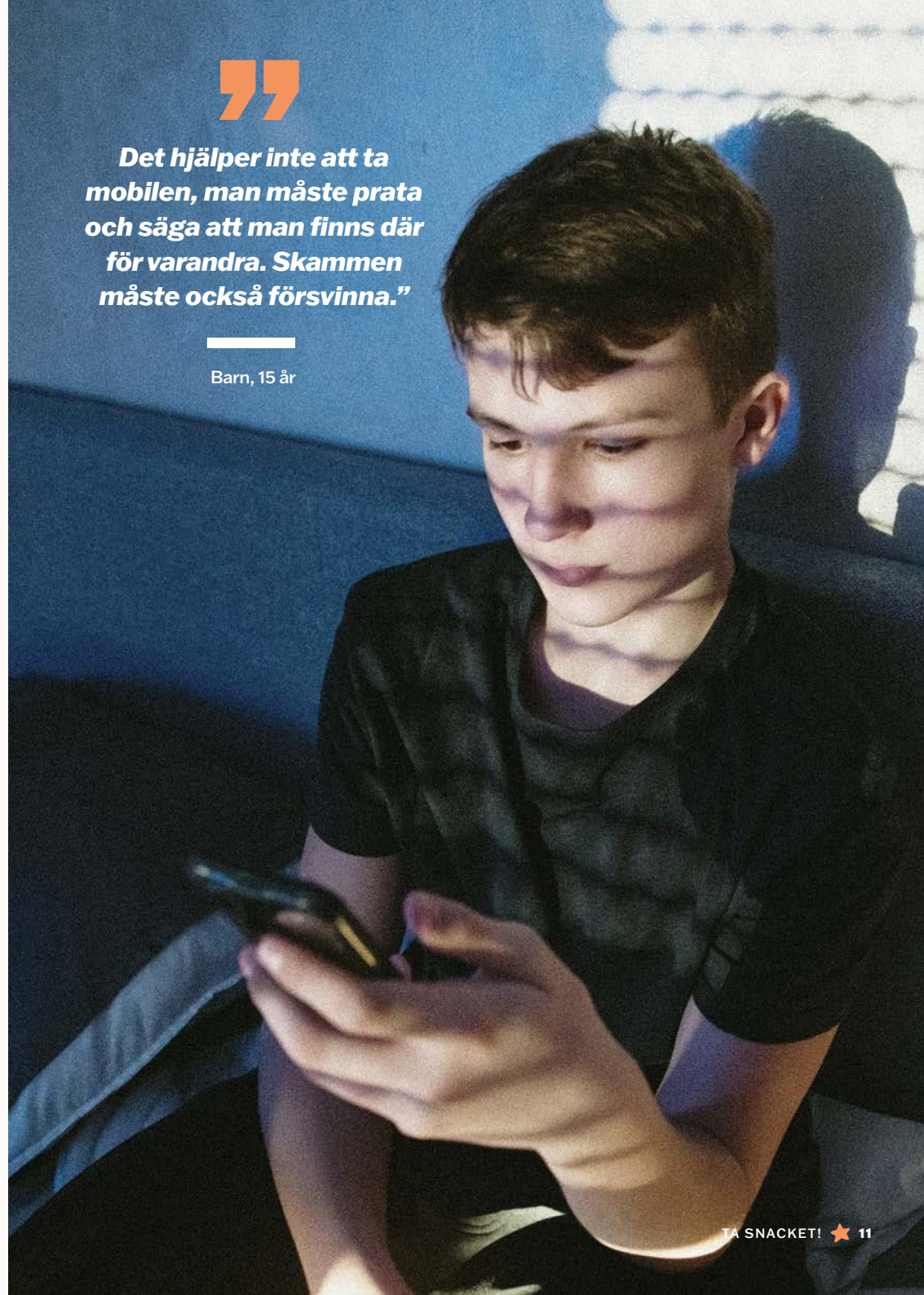
Förbud och begränsningar fungerar sällan. Tvärtom så riskerar till exempel hot om mobilförbud att barnet inte kommer att berätta om något dåligt händer. Hjälpt istället barnet att hantera nätet säkert och prata om vad hen kan göra i olika situationer. Försäkra barnet om att hen kan berätta för dig vad som än händer.

Det viktigaste rådet du kan ge ett barn som upplever – eller riskerar att uppleva – utpressning, hot, tjat eller kränkningar på nätet är: **Stäng av eller logga ut när det händer och prata med en vuxen direkt!**

”

Det hjälper inte att ta mobilen, man måste prata och säga att man finns där för varandra. Skammen måste också försvinna.”

Barn, 15 år



När något har hänt: tips och råd



Var lugn och lyssna

Lägg dina egna känslor och värderingar åt sidan när du pratar med barnet. Låt barnet tala till punkt och avbryt inte. Var lugn, ge dig själv tid att tänka så att du kan ställa följdfrågor och be om förtydliganden.

Avlasta från skam och skuldbelägg inte

Barn känner ofta stor skam och skuld och klandrar sig själva när något har hänt. Ofta är de rädda för att föräldrar ska bli arga. Stötta ditt barn genom att vara lugn och närvarande. Bekräfta barnets känsla men döm inte. Avlasta barnet från skammen och skulden och placera den där den hör hemma – hos förövaren. Det är aldrig barnets fel.

Anmäl olämpligt innehåll

På de flesta sidor, spel och plattformar finns sätt att anmäla och rapportera olämpligt innehåll och sexuellt kränkande kommentarer. Om en bild har spridits på olika sidor är det bra att hjälpa barnet att anmäla innehållet så att materialet kan tas ned. Ni kan också tillsammans kontakta Ditt ECPAT eller ECPAT Föräldrahjälpen för hjälp med detta.

Polisanmäl vid misstanke om brott

En polisanmälan kan både leda till att kränkningen utreds och till att andra barn som utsätts upptäcks och får hjälp. En förövare kan utsätta flera barn samtidigt. Samla bevis genom att ta skärmdumpar, spara sms, e-post och chattar.



Om du misstänker att något har hänt men barnet inte berättar:

Det är inte alltid barn berättar om något obehagligt har hänt på nätet. Det kan bero på att de är rädda för din reaktion som förälder, att du kommer bli arg och ta telefonen. Men de kan också ha blivit hotade till att inte berätta.

Våga fråga – och fråga igen

Misstänker du att något har hänt – våga fråga. Var lugn och skapa trygghet för barnet att berätta för dig och visa att du finns till hands som stöd. Och våga fråga igen.

Var lyhörd efter ”testprat”

Många barn testpratar ofta för att se om vuxna är beredda på att ta emot det de har att berätta. Barn kan testa oss på olika sätt, till exempel genom att berätta för dig om något som hänt en kompis – fast det i själva verket gällde barnet självt.

Skapa trygghet

Om barnet inte vill prata – berätta att du är beredd att lyssna när helst barnet vill berätta. Trygga barnet i att kunna komma till dig vad som än hänt och berätta att du kommer att hjälpa barnet.

SUMMERING

- ✓ Börja prata tidigt med barn om kroppsliga gränser och samtycke, att man får säga nej
- ✓ Engagera dig i barns liv på nätet
- ✓ Prata med barnet om sexualitet, samtycke och risker på nätet
- ✓ Stötta barn när så behövs
- ✓ Var lugn och lyssna utan att avbryta, bli inte arg
- ✓ Avlasta från skam och skuldbelägg inte
- ✓ Om barnet behöver – hjälp till med anmälan
- ✓ Våga fråga, var lyhörd och skapa trygghet för barnet att komma till dig





Ingen fråga är för liten eller för stor. ECPAT Föräldrahjälpen är en stödlinje där vuxna kan få råd och stöd i frågor som handlar om sexuella övergrepp, hot och kränkningar av barn, på och utanför nätet. Här kan du också ta del av barns egna tankar om hur de önskar att vuxna skulle vara. Vi utgår alltid från barnets perspektiv när vi tar fram verktyg för hur vuxna kan prata om det som känns svårt och ge stöd när behovet finns.

Det är barnet som är experten på sitt liv och som har rätt att bli lyssnad på. Det är vårt ansvar som vuxna att ge barn och unga kunskap, vägledning och stöd. Men som vuxen kan man också behöva stöd för att kunna stötta sitt barn på ett bra sätt. Det kan man få i ECPAT Föräldrahjälpen.

ecpat.se/foralldrahjalpen/



Hjälp och råd för barn och unga under 18 år

På dittecpat.se kan barn och unga få hjälp, stöd och kunskap om bilder, sexuella kränkningar, hot och övergrepp. Barn kan nå oss via telefon, mejl och chatt.

Rådgivningen är gratis, samtalet syns inte på telefonräkningen och barnet kan välja att vara anonym. Via Ditt ECPAT kan vi även hjälpa den som är under 18 år att ta ner bilder och filmer som har spridits på nätet.

dittcpat.se



Till ECPAT Hotline kan du anonymt tipsa om alla former av sexuella övergrepp och sexuell exploatering av barn, både på och utanför nätet.

Agera alltid om du misstänker att ett barn blir utsatt för ett sexualbrott. **Anmäl till polisen på telefon 114 14** eller **tipsa ECPAT Hotline**. I ett akut läge bör du alltid kontakta 112. Kom ihåg – ditt tips kan vara avgörande för ett barn som befinner sig i en utsatt situation!

Tipsen som skickas till ECPAT Hotline granskas av utredare hos oss och hanteras sedan så att de så snabbt som möjligt når rätt person. Det kan vara polis i rätt land, Interpol, eller den som kan ta ner övergreppsmaterialet från nätet.

ecpathotline.se



Försök att se det från ditt barns perspektiv istället för att bli arg det första du gör.”

Flicka, 13 år



Koll på begreppen



ECPAT arbetar mot sexuell exploatering av barn men vad betyder det egentligen? Enligt lagen kan sexuella övergrepp innefatta flera olika brott och därför har vi förklarat de olika brottstyperna här. Viktigt att veta är också att många barn inte alltid vet att de har blivit utsatta för ett brott, som när de exempelvis har fått en oönskad nakenbild. Därför behöver du som vuxen känna till vad som är brottsligt och vad barn aldrig ska behöva acceptera.

SEXUELL POSERING

När någon utnyttjar ett barn att posera sexuellt genom till exempel övertalning, smicker eller hot.

VÅLDTÄKT MOT BARN

När någon har samlag eller utför sexuella handlingar som är jämförbara med samlag, med ett barn under 15 år. Ett barn under 15 år kan aldrig samtycka till sexuella handlingar. Är barnet mellan 15–18 år och står under förövarens fostran eller har ett liknande förhållande till förövaren så ska sådana handlingar också ses som våldtäkt mot barn. Även handlingar som en person får ett barn att utföra på sig själv, till exempel framför en webbkamera kan vara våldtäkt.

SEXUELLT ÖVERGREPP MOT BARN

Sexuella handlingar mot ett barn under 15 år som inte är samlag eller jämförbara med samlag. Det kan till exempel vara att någon tar ett barn på könsorgan, bröst eller rumpa. Även handlingar som en person får ett barn att utföra på sig själv, till exempel framför en webbkamera kan vara ett sexuellt övergrepp.

UTNYTTJANDE AV BARN GENOM KÖP AV SEXUELL HANDLING

När någon betalar eller på annat sätt ger en ersättning för att utnyttja ett barn sexuellt.

KONTAKT MED BARN I SEXUELLT SYFTE

Så kallad grooming, kontakten kan ske på olika sätt och syftar till att senare utnyttja barnet sexuellt.

SEXUELLT OFREDANDE

När en person tar på ett barn under 15 år på ett sexuellt sätt, eller får barnet att medverka i någon form av sexuell handling, som inte är sexuellt övergrepp eller våldtäkt.

BARNPORNOGRAFIKROTT

Att skapa, sprida, köpa eller titta på bilder eller filmer som dokumenterar ett sexuellt övergrepp mot ett barn.

MÄNNISKOHANDEL MED BARN FÖR SEXUELLA ÄNDAMÅL

När någon rekryterar, transporterar eller har ett barn boende hos sig och tar kontroll över barnet i syfte att utnyttja barnet sexuellt.

OLAGA INTEGRITETSRÅN

När någon sprider integritetskänsliga bilder eller uppgifter om en person, i syfte att skada personen. Ett exempel på ett olaga integritetsintrång är spridning av en persons nakenbilder på nätet.

OLAGA IDENTITETSANVÄNDNING

När en person använder en annan persons identitetsuppgifter och utger sig för att vara hen och detta orsakar skada eller besvär för brottsoffret.

Bilderna i denna rapport är genrebilder och personerna på bild har ingen koppling till innehållet eller citaten i foldern.



Ta Snacket

Du håller i en folder som vi önskar inte skulle behövas, men tyvärr sker sexuella övergrepp, hot och kränkningar alldeles för ofta i barns vardag – både på och utanför nätet.

Här har vi samlat information, tips och råd om hur du som vuxen bäst pratar med barn om risker på nätet, så att du ska kunna "ta snacket" utan att oroa dig för om du säger för mycket, för lite, rätt eller fel.

Vi hoppas att du tar med dig denna kunskap i din vardag, ditt yrke och framför allt i dina samtal med barn – och att du håller ett öppet sinne för vad barnet du möter berättar (eller inte berättar), och kom ihåg:

Snacka ofta

inte bara en gång!

@ECPATSverige

Sankt Göransgatan 66 SE
112 33 Stockholm

+46(0) 8 598 920 00
info@ecpat.se

www.ecpat.se

www.ecpathotline.se

