

Barne- og familiedepartementet
Digitaliserings- og forvaltningsdepartementet

Grimstad 7. oktober 2025.

Høringssvar fra Stine Sofies Stiftelse – forslag til lov om aldergrense for bruk av sosial medier

Stine Sofies Stiftelse takker for muligheten til å gi høringssvar.

Stine Sofies Stiftelse jobber for å sikre alle barn en trygg barndom uten vold og seksuelle overgrep. Stine Sofie Senteret er et nasjonalt kurs- og mestringssenter for barn som har vært utsatt for vold i nære relasjoner, omsorgssvikt og seksuelle overgrep. Til sammen har det vært rundt 3 900 barn og unge på Stine Sofie Senteret. Et annet viktig tiltak er Trippel S – studien, som gjennomføres i samarbeid med Folkehelseinstituttet. Det er en longitudinell studie som følger barn og ungdom som har opplevd vold og overgrep. En nylig publisert studie viste at nettbaserte seksuelle overgrep var den typen overgrep færrest ungdommer fortalte om.

FNs barnekonvensjon art. 19 gir barn et særskilt rett til beskyttelse mot vold. Retten til beskyttelse gjelder også i den digitale verden. Stine Sofies Stiftelse har den siste tiden satt særskilt fokus på viktigheten av å styrke innsatsen mot digitale seksuelle overgrep og har pekt på en rekke forhold som vi mener må endres. Stine Sofies Stiftelse er derfor svært takknemlige og vil berømme myndighetene for å fremme tiltak for å verne barn mot skadelig innhold og kontakt på digitale arenaer. Vi er likevel svært usikre på virkningen av en absolutt grense på 15 år for å kunne delta på sosiale medier.

Vi savner et bedre kunnskapsgrunnlag om hva det gjør med en 13 åring vs. en 15 åring å være på sosiale medier uavhengig av innhold. Det er også viktig å få frem at en aldersgrensesetting i seg selv ikke er nok – det må parallelt jobbes med en "onboarding" der barn og unge gjøres kompetente til å bruke de ulike plattformene på en ikke-skadelig måte. En heving av aldergrensen gjør ikke ungdommene automatiske mer kompetente til å navigere på sosiale medier. Derimot frykter vi at det kan bli en hvilepute som gjør at enda mer skade går under radaren.

Selv om mange kanskje kunne ønske seg tilbake til en tid uten internett og tilgang til sosiale medier, spesielt for barn, så er det en del av dagens virkelighet. Alt peker for at den digitale verden vil bli enda mer sentral del av livene våre fremover og at den fysiske og digitale verden blir enda mer sammenvevd og integrert. I opplæringsloven står det så fint at formålet med opplæringa er å «opne dører mot verda og fremtida». Det betyr at vi også må sikre at barn har nok kompetanse til å kunne delta på en best mulig måte i den digitale verden. De må kunne manøvrere i den digitale verden, ha kompetanse til selv å kunne beskytte seg, vite hvor de kan få hjelp og støtte, og ikke minst utvikle evnen til å tenke kritisk.

Vi frykter derfor at en slik aldersgrense som foreslått både kan fremstå som mer effektiv enn det vil være i realiteten og at det kan redusere fokuset og behovet for andre nødvendige tiltak.

Et viktig aspekt er å ikke miste fokus på viktigheten av å se betydningen og sammenhengen mellom det som skjer utenfor og på «nett». Forskning bekrefter den klare sammenhengen det er mellom barn og unges sårbarheter utenfor nett og risiko for digitale krenkelser. Blant annet påpeker NKVTS i sin forskningsrapport nr. 2023 Digitale seksuelle overgrep mot barn og unge – gjerningspersoner og fornærmede, at unge som har opplevd at seksuelle bilder av dem blir delt uten der samtykke, har lignende kjennetegn som unge som utsettes for tradisjonelle seksuelle overgrep. Her peker forskningen på risikofaktorer som lav grad av foreldreinvolvering, mindre nær relasjon til foreldrene, voldserfaringer både hjemme og i vennemiljøet, erfaringer med mobbing, omfattende bruk av sosiale medier og problematisk rusbruk (lenke til rapport:

<https://www.nkvts.no/content/uploads/2024/01/NKVTS-Rapport-3-2023-Digitale-seksuelle-overgrep-mot-barn-og-unge.pdf>).

Forenklet kan man si at barn og unge tar med seg sine sårbarheter når de deltar i den digitale verden. Derfor er det utrolig viktig å jobbe med å styrke barns trygge relasjoner, utvikle god selvfølelse og opplevelse av egenverdi. Voksne må involvere og bry seg – også om hvordan barna har det på nett. Å anerkjenne sammenhengen mellom barns liv og robusthet i den fysiske og den digitale verden, må bidra til bedre tiltak og investeringer på alle arenaer barn er, både hjemme, i barnehagen, på skolen og på fritiden. Den innsats man legger i en god barndom vil være viktig også for barnas trygghet og robusthet digitalt. Trygge relasjoner er også viktig for å få barn og unge til å fortelle om negative hendelser på nett og at de unge opplever å få hjelp og støtte.

Enda viktigere enn høyere aldersgrenser mener vi det er å stille større krav til de ulike techselskapene og digitale plattformene. Det må sikres mer åpenhet, klare begrensninger for bruk av algoritmer, reklameforbud, og andre tiltak mot såkalt ondsinnet design. I tillegg må det stilles enda større krav til aktiv forebygging, avdekking og fjerning av skadelig og kriminelt innhold. Innføring av DSA-direktivet i norsk rett er en viktig start. Men det gjenstår fortsatt å få på plass enda bedre reguleringer av tech-industrien for å sikre barn og voksnes digitale trygghet.

Det er utfordrende for oss å skille ut hvilke medier/tjenester som i lovforslaget vil defineres som sosiale medier og frykter at det kan bli enda mer utfordrende fremover, der tjenestene endrer karakter og funksjon.

Vi tillater oss også å stille et lite spørsmål ved at det settes et skille ved spill. Her bør det kanskje ses på om et slikt forbud vil ramme jenter og gutter ulikt, der vår antagelse er at langt flere gutter spiller og at jentene er mer aktive på sosiale medier.

Videre bør det stilles større krav og forbud mot voksne som kommuniserer anonymt med barn på nett. Mange barn og unge blir lurt og manipulert til å dele innhold med noen de tror er andre barn og unge, men som viser seg å være en voksen med mål om å utnytte barn. Det må stilles strengere krav som både forebygger og forhindrer at voksne kan kommunisere anonymt med barn på nett.

Ikke minst må det på plass bedre opplæring av barn og unge før de beveger seg inn i den digitale verden. Vårt eget ekspertpanel av nå eldre ungdom gir klart uttrykk for at sosiale medier på mange måter har stått i veien for et godt liv. Når de seg tilbake i sitt unge liv, så tenker de at de var lykkeligere før de ble introdusert for sosiale medier. Det kan vi forstå som at de unge har vært for dårlig utrustet til å takle de utfordringer som sosiale medier har gitt. Som påpekt er den digitale verden allerede en stor del av barn og voksne liv i dag, og vil med all sannsynlighet være en viktig del av alles fremtidige liv. Derfor må de forberedes og ha kompetanse til å navigere også på sosiale medier. Dette i liket med at vi gir barn og unge alt fra svømmeopplæring, seksualundervisning, til trafikkopplæring.

Vi anerkjenner behovet for aldersgrenser, men heller for at denne må tilpasses mer til ulike aldersgruppene basert på innhold. Et alternativ er f.eks. å ha en nedre aldersgrense på 13 år og så fleksible grenser på 15 og 18 år avhengig av innhold. Så blir noe av det viktigste å få på plass tekniske løsninger som sikrer en reell aldersverifisering.

Sosiale medier gir også unge mulighet til informasjon, vennskap, ytringsmulighet og lek. Kanskje kan økt mulighet til å begrense tid på nett, krav til opplæring av barn og unge før de gis tilgang til digitale enheter («digital-lappen»), bedre default innstillinger og informasjon til foreldre og skole, og ikke minst større krav til innhold fra techselskapene, være vel så effektive tiltak som en absolutt aldersgrense.

Til slutt så vil vi oppfordre myndighetene til å lytte særskilt til de høringsinnspillene som kommer fra barn og unge selv. De unge har her en særskilt kompetanse som vi mener må veie tungt i vurderingen.

Oppsummert er våre hovedpunkter:

- **Støtter intensjonen – beskytte barn mot skadelig innhold og kontakt**

Stine Sofies Stiftelse støtter formålet med forslaget og berømmer myndighetene for å løfte barns digitale trygghet som et viktig tema.

- **Skepsis til en absolutt aldersgrense på 15 år**

Det finnes ikke tilstrekkelig kunnskap om hva som faktisk skiller en 13-åring fra en 15-åring i bruk av sosiale medier. En absolutt aldersgrense kan gi en falsk trygghet og bli en «hvilepute» som reduserer fokus på mer virksomme tiltak.

- **Kompetanse og opplæring er viktigere enn forbud**

Barn må få opplæring og verktøy til å bruke sosiale medier på en trygg og bevisst måte – en slags «digital-lapp». Aldersgrenser alene gjør ikke barn mer kompetente.

- **Techselskapene må ta større ansvar**

Det må stilles strengere krav til plattformene:

- Mer åpenhet om algoritmer
- Begrensning av reklame og manipulerende design
- Aktiv forebygging og fjerning av skadelig/ulovlig innhold
- Reell aldersverifisering

- **Behov for tydeligere definisjon av hva som regnes som sosiale medier**

Det er uklart hvilke tjenester som omfattes, og dette vil bli mer utfordrende etter hvert som digitale tjenester utvikler seg og glir over i hverandre.

- **Forskjeller mellom kjønn og plattformer bør vurderes**

En strengere regulering av sosiale medier kan ramme jenter og gutter ulikt, ettersom gutter oftere spiller og jenter oftere bruker sosiale medier aktivt.

- **Forbud mot anonym kommunikasjon mellom voksne og barn på nett**

Det bør innføres klare forbud og tekniske tiltak som hindrer voksne i å kommunisere anonymt med barn.

- **Barn og unge må høres i prosessen**

Barn og unge har unik innsikt i hvordan sosiale medier påvirker dem, og deres erfaringer må vektlegges tungt i det videre arbeidet.

- **Alternativ løsning foreslås**

Stiftelsen foreslår en differensiert modell for aldersgrenser (f.eks. 13, 15 og 18 år basert på innhold), kombinert med opplæring og bedre foreldreveiledning og strengere krav til tech-selskapene – fremfor én absolutt grense.

Med vennlig hilsen

Ada Sofie Austegard

Generalsekretær

Stine Sofies Stiftelse

Line Duesund Svendsen

Juridisk rådgiver

Stine Sofies Stiftelse