

ÅRSRAPPORT 2025

36

foredragsholdere
over hele landet

4661

medlemmer

65 250

brukere hver
måned på
barnevakten.no

51 244

barn, unge,
foreldre og
lærere deltok
på foredrag



Innholdsfortegnelse

1. Vårt formål	2
2. Tilbakeblikk	4
3. Statistikk	7
4. Organisering	14
5. Årsregnskap	17
6. Veien videre	18

1. Vårt formål

Barnevakten er en fri og selvstendig stiftelse som formidler fakta og råd om barn, unge og medier.

Visjon

Barn og unge skal bruke mediene på en trygg og bevisst måte.

Målgrupper

- Foreldre
- Barn og unge
- Lærere og andre voksne som jobber med og for barn og unge

Strategi

Bekjempe mobbing, overgrep og kriminalitet på nettet:

- *Utruste barn og foreldre
- *Rapportere skadelig og ulovlig innhold
- *Personlige råd

Tilpasse digitale arenaer til alder og modenhet:

- *Påvirke tech og myndigheter
- *Råd om innstillinger, alder og godt medieinnhold

Stimulere til digital dømmekraft:

- *Foredrag, artikler og læringsressurser

*Anmeldelser av filmer, spill og apper

Vår kontaktflate

- *Offentlige myndigheter
- *Private organisasjoner
- *Medieselskaper
- *Barnehager, barneskoler og ungdomsskoler
- *Utdanninginstitusjoner

Kontakten består i foredrag, erfaringsutveksling, møtevirksomhet, utvikling av undervisningsressurser, økonomisk støtte til prosjekter og lignende. NB: Vi blir ikke sponset av bigtech, men vi har møter med dem.

Barnevaktens verdier

- Barnevakten har samme verdigrunnlag som både grunnloven (§ 2)¹ og opplæringsloven (§ 1-3)² som er styrende for barnehager og skoler. Dette er grunnleggende verdier i kristen-humanistisk arv og tradisjon, som respekt for menneskeverdet og naturen, på åndsfrihet og nestekjærlighet, tilgivelse, likeverd og respekt. Arbeidet vårt er også forankret i FNs barnekonvensjon³
- Vi støtter oss til relevant forskning og har bred erfaringsbasert kunnskap gjennom vår daglige kontakt med barn, unge og voksne.⁴



¹ https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1814-05-17-nn/KAPITTEL_1#%C2%A72

² https://lovdata.no/dokument/LTI/lov/2023-06-09-30/KAPITTEL_1-1#%C2%A71

³ <https://www.barnevakten.no/barnekonvensjonen-og-medier/>

⁴ <https://www.barnevakten.no/kunnskapsgrunnlag/>

2. Tilbakeblikk

2025 var året da foreldrene våknet og allierte seg for å få smarttelefonen ut av hjemmet og klasserommet for barn i barneskolen. Australia innførte 16-års grense på sosiale medier. Politikerne i Norge tok hansken opp i Europa og gikk sammen om å foreslå en norsk lov om 16-års grense på sosiale medier. Danmark følger etter, og nå har også Sverige startet samtaler om en mulig aldersgrense på sosiale medier.

På det politiske plan var 2025 preget av stortingsvalget på høsten, og politikerne kappet om å kapre foreldre-velgere. Velgerne ble vunnet på tvers av den politiske aksene. Det var stort mobilisering for å støtte opp om en mer restriktiv skjermpolitikk. Barnevakten utropte noen partier til valg-vinnere i valgkampen.⁵ Alle disse partiene fikk økt oppslutning i stortingsvalget.

Barnevakten ble invitert inn i Helsedirektoratets arbeidsgruppe som skulle lansere nye nasjonale skjermråd. Vår faglige leder deltok i arbeidsmøter med direktoratet. Rådene ble lansert på slutten av året.⁶

Barnevaktens ekspanderte i 2025. Vi hadde flere foredrag enn året før og vi økte vår politiske påvirkning. Året startet med at vi var medarrangør av seminar på Stortinget om temaet alderskontroll og regulering av pornonettsider.⁷



Seminar på Stortinget om alderskontroll på porno og sosiale medier, Foto: Barnevakten

⁵ <https://www.barnevakten.no/partiprogrammene-2025-2029/>

⁶ <https://www.barnevakten.no/sjerm-helsedirektoratet-hoering/>

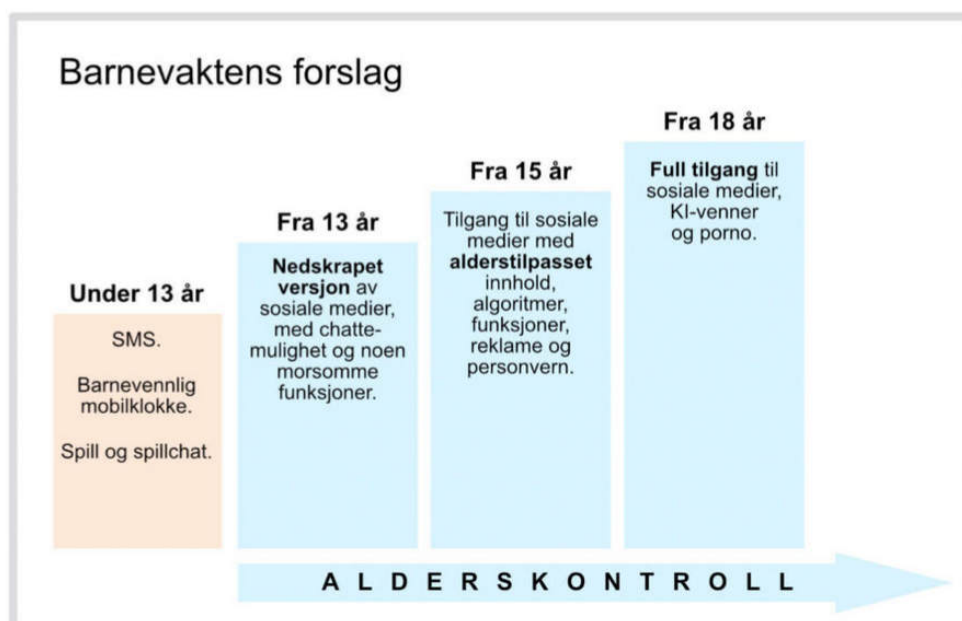
⁷ <https://www.barnevakten.no/la-frem-losning-for-alderskontroll-av-sosiale-medier/>

I EU-parlamentet satte vi utfordringer med KI-venner(AI companion) på sakskartet. Det gjorde vi sammen med våre partnere i Nordic Child Tech Policy Alliance, Nocta i april.



Direktør i Medietilsynet, Mari Velsand sammen med daglig leder i Barnevakten Leif Gunnar Vestbøstad Vik i EU-parlamentet. Foto: Barnevakten

Barnevakten jobber for en sunn balanse mellom å stille krav til teknologien og å ansvarliggjøre brukerne. Det er gjennom gode og målrettede reguleringer og veiledning til familiene, at vi kan oppnå vår visjon. Derfor utviklet vi en pedagogisk modell for ansvarlig bruk, kalt trappetrinnmodellen, for å synliggjøre hvordan en ideell tilnærming til barns bruk av sosiale medier kan se ut. Ved hjelp av ny alderskontroll-teknologi og bevisste brukere, ville vi vise hvordan barn kan bruke teknologien gjennom barndommen og få balansert sine rettigheter til ytringsfrihet, beskyttelse og personvern. Denne modellen ble et faglig utgangspunkt for våre råd til politikerne i arbeidet med reguleringer i Norge.



I 2025 ble vi kontaktet av Sparebanken1 i Nord-Norge som ønsket å bidra til at Nord-Norge fikk det samme tilbudet av foredrag på skoler som i resten av landet. Dermed startet vi et strategisk arbeid for å prøve å nå samtlige skoler i Nordland, Troms og Finnmark i løpet av tre år. Det bidro blant annet til en økning i foredragsaktiviteten vår totalt sett fra 2024 til 2025.



Foredragsholder Frode Rensel besøker skoler i Kirkenes i Finnmark

Vår erfaring fra 2025 var at norske familier ble mer konservative og skeptiske til barns bruk av digitale medier og skjerm. Vi gjennomførte flere dialogmøter med foreldregruppene Skjermfri barndom og Smarttelefonfri barndom for å forstå bedre de ulike strømningene og argumentene for å utsette skjermbruk og oppfordre til mer fysisk lek. Samtidig var vi i dialog med andre foreldregrupper som var mer liberale til skjermbruk.

Barnevakten jobber for at barn og unge selv skal få sette ord på sine opplevelser på nett. Det skjer blant annet på de mange hundre kveldsskolene vi holder over hele landet. Det skjedde også under debatten vi arrangerte på Arendalsuka Ung i august. Her fikk ungdomsskoleelever si sin mening om varslede aldersgrenser i sosiale medier.



Ungdomspolitikere fra Rødt, FrP, SU, KrFU, AUF og Høyre til debatt på Arendalsuka. Debattleder Frode Rensel til venstre.



Foto: Barnevakten

29. august feiret Barnevakten 25-års jubileum på Grand i Bergen. Her samlet vi et stort knippe samarbeidspartnere til rundebordskonferanse.⁸

På slutten av året opplevde vi en jevnt økende etterspørsel etter våre foredrag, og vi hadde rekord i bestillinger av foredrag på nyåret 2026.

Vi ser tilbake på året 2025 som året der vi kjempet kampen for at barns skjermbruk skulle være balansert, og at foreldre skulle få støtte til å tilpasse skjermbruken til barnas modenhet og alder.

3. Statistikk og strategi

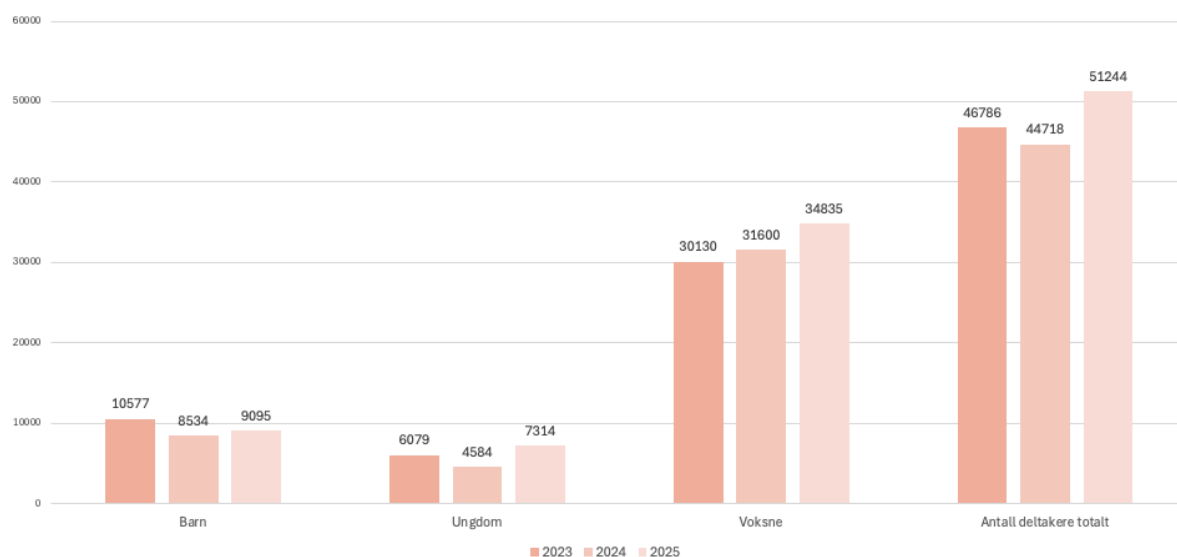
Møte med foreldre, lærere og barn

Barnevakten vil inspirere og støtte den enkelte familie i deres hverdag med barn, unge og digitale medier og dele oppdatert kunnskap. Det gjør vi i hovedsak gjennom å etablere lokale møteplasser og gjennomføre dialogbaserte foredrag.

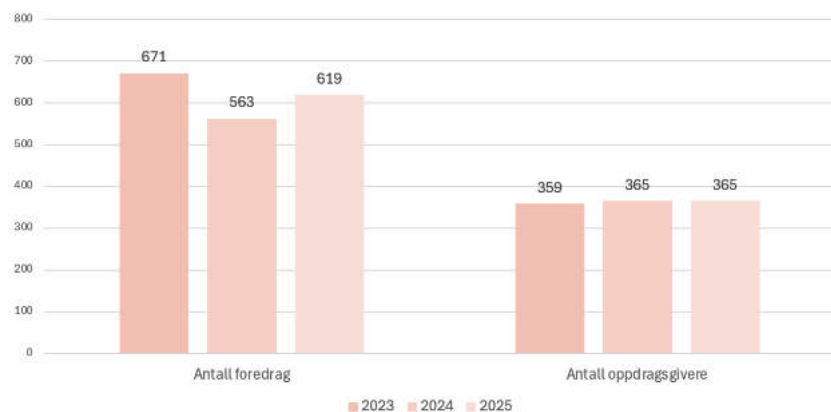
⁸ <https://www.barnevakten.no/barnevakten-rundebordskonferanse-2025/>

Foredrag

Totalt 51 244 personer deltok på ulike typer foredrag med Barnevakten i 2025. Det er en økning på 15 prosent fra 2024.



Antall oppdragsgivere som har bestilt og gjennomført med Barnevakten har vært stabilt de tre siste årene. Vi har hatt en økning i antall foredrag totalt fra 2024 til 2025



Læringsressurser til bruk i klasserommet

Barnevakten tilbyr lærere og andre ansatte i skolen et stort utvalg av kvalitetssikrede læringsressurser om nettvett til bruk i klasserommet.⁹ Katalogen består av over 107 læringsressurser fra Barnevakten og en rekke andre utgivere.

⁹ www.barnevakten.no/skole

I hele 2025 var det registrert 6293 brukere av portalen. Det var en nedgang fra 7 749 unike brukere i 2024.

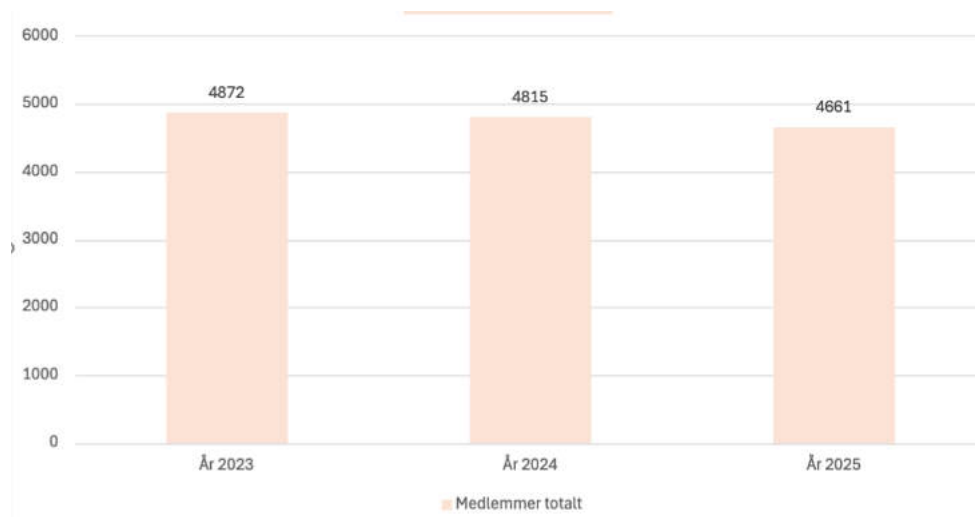
Her er oversikt over de mest nedlastede læringsressursene i 2025:

	Utgiver	Tema
1	Politiet	Kvar går grensa – om nettmobbing og nettvett
2	Barnevakten	Gøy på nett 1. – 4. trinn
3	Redd Barna	Diskusjonskort om språkbruk
4	Redd Barna	Gi oss spilleregler – guide til stygg språkbruk
5	Barnevakten	Gøy på nett 8.-10. trinn
6	Tenk	Samtalekort
7	Medietilsynet og JUNG Teachings	Ctrlz – digital adferd
8	Barnevakten	Hallo – kildekritikk og falske nyheter
9	Redd Barna	Diskusjonskort om nettvett
10	Politiet	Delbart

Oppfølging av foreldre og lærere

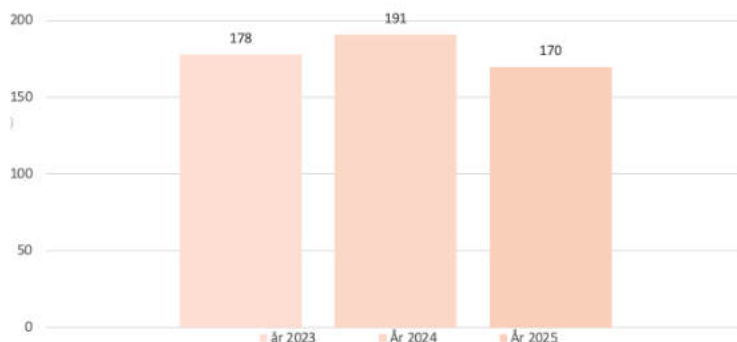
Medlemmer

Oppfølging av foreldre er avgjørende for å befeste gode vaner og holdninger. Gjennom medlemskapet får foreldre og lærere oppfølging gjennom ukentlige nyhetsbrev og tilbud om å delta på webinar. Medlemmer har også fri tilgang til personlig rådgiving på telefon og epost.



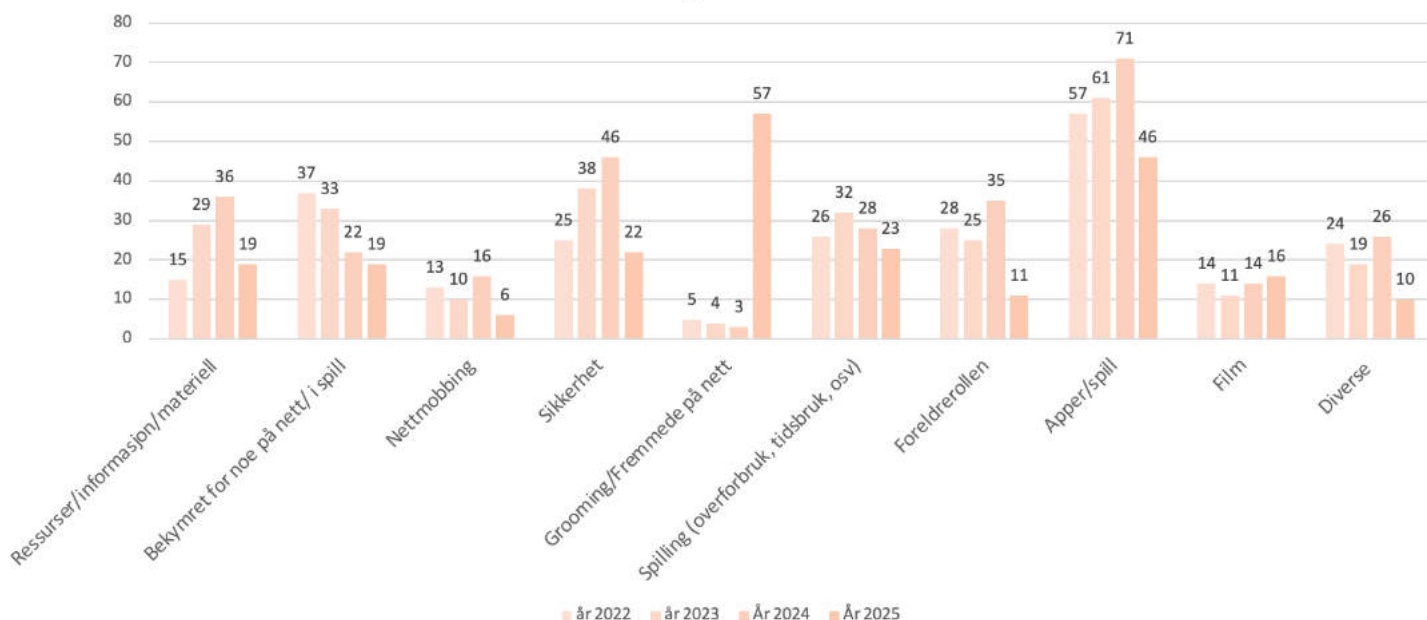
Rådgiving

Antall rådgivingsamtaler var 170 i 2025. Det er en nedgang fra året før som kan skyldes at foreldre søker råd via KI framfor å ringe.



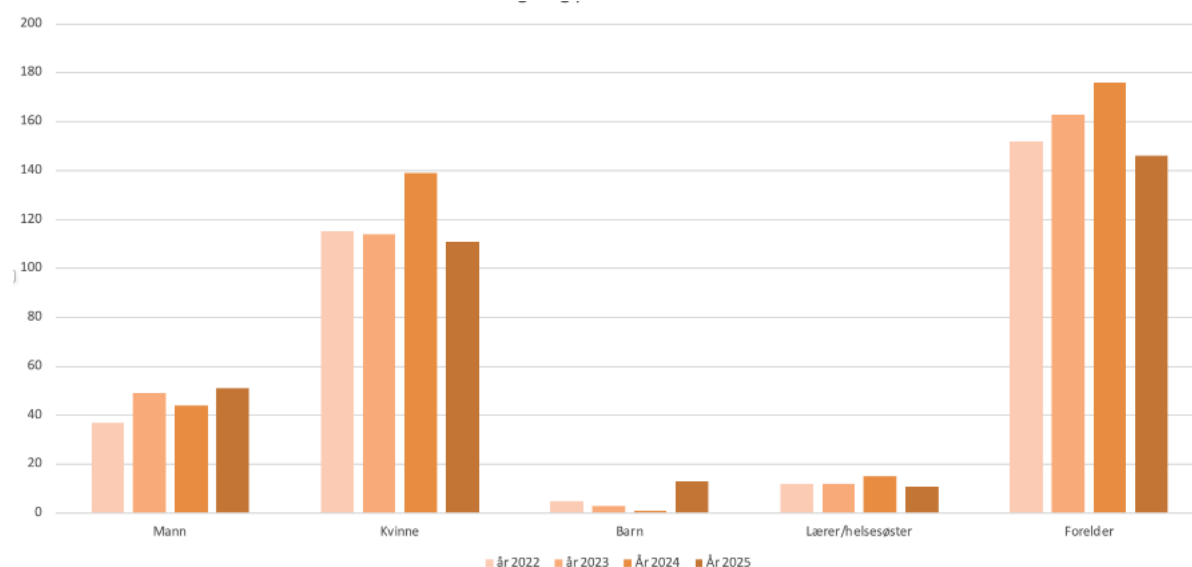
Tema i rådgivingsamtaler

Vi opplevde en økning i henvendelser i 2025 relatert til nettovergrep, grooming og seksualisert innhold på nett. Antall henvendelser fra foreldre som er bekymret for barn på nett og i spill har hatt en jevn nedadgående kurve gjennom flere år. Det er også en nedadgående kurve i henvendelser fra foreldre som søker råd om selve foreldrerollen og måten de utøver den på i møte med barnas mediebruk.



Fordeling på kjønn og rolle

Det er en overvekt av kvinner som tar kontakt for personlig veiledning. Vi ser en liten økning i henvendelser fra menn og barn/unge.



Foreldreveiledning til innvandrere

Innvandrerforeldre er en viktig målgruppe for Barnevakten. I 2025 utviklet vi et nytt foredragskonsept rettet mot denne målgruppen. Ressursen er fritt tilgjengelig og tilbys blant annet flyktningmottak, voksenopplæringer og andre som jobber med innvandrerforeldre.¹⁰



Nettsiden www.kidsandmedia.com hadde over 10 000 brukere i 2025. Siden tilbyr lettleste artikler om nettvett på en rekke fremmedspråk.

¹⁰ <https://www.barnevakten.no/foreldrekurs-i-nettvett-for-innvandrere/>

Påvirke myndigheter og næringsliv

Kontakt med myndighetene

I 2025 leverte Barnevakten inn totalt sju hørings svar til myndighetene i Norge

- Stortingsmelding, Trygg oppvekst i et digitalt samfunn, 15. desember
- Helsedirektoratet, Råd om skjermbruk, 27. oktober
- Justis og beredskapsdepartementet, forslag til endring i personopplysningsloven, 7. oktober
- Regjeringen, Forslag til lov om aldersgrenser for bruk av sosiale medier, 7. oktober
- Regjeringen, forslag til lov om digitale tjenester, 29. september
- Familie- og kulturkomiteen, Forslag om 16-års grense for sosiale medier og krav om innlogging med BankID, 27. mars
- Stortingsmelding, Skjermbrukutvalget, 13. februar
- Familie- og kulturkomiteen, Forbud mot lootboxer, 9. januar

Her kan du lese hørings svarene og utlysningene:

<https://www.barnevakten.no/barnevakten-forslag/>

Utfordre næringslivet

Barnevakten har i løpet av 2025 gjennomført dialogmøter med organisasjonen TEK Norge om hvordan teknologiselskap som opererer i Norge kan bidra til trygg mediebruk for barn. Vi hadde også dialogmøter med Age Verification Providers Association som organiserer private selskaper som tilbyr løsninger for alderskontroll.

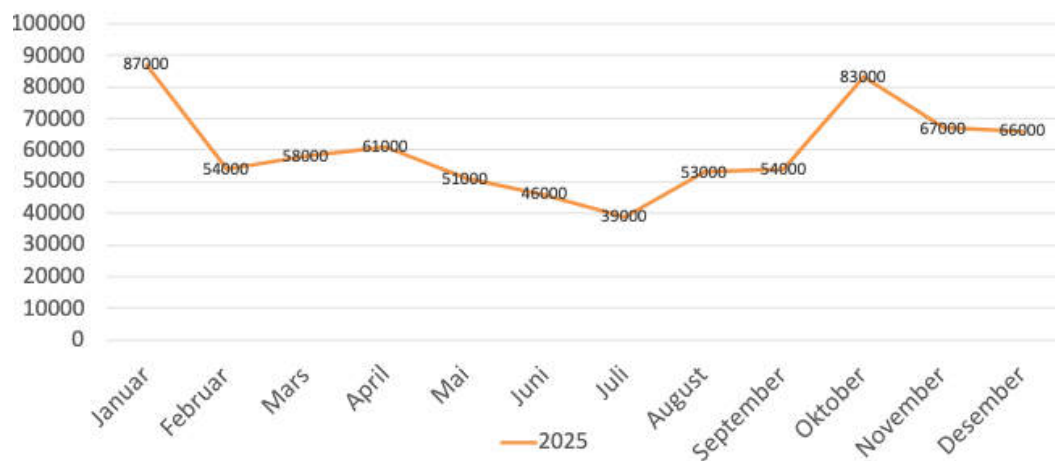
I 2025 startet vi også opp med å kontakte lokale bedrifter over hele Norge for å be om støtte til Barnevaktens arbeid.¹¹ Bedrifter får logoen sin på nettsiden barnevakten.no og i papirmagasinet Digital Barndom som sendes ut til utvalgte skoler.



¹¹ <https://www.barnevakten.no/om-oss/vare-stottespillere/>

Bygge organisasjon

Nettsiden barnevakten.no er den ledende portalen for foreldre og lærere i Norge med råd og informasjon om nettvett for barn og unge. Vi hadde i gjennomsnitt 65 250 brukere hver måned i 2025.



De mest besøkte temaene/sidene på barnevakten.no i 2025

1. Forsiden på barnevakten.no
2. familiefilmer-pa-netflix/
3. vare-beste-filmtips-9-12-ar/
4. vare-beste-filmtips-12-15-ar/
5. flotte-filmer-aa-se-julen/
6. apper-for-elever/
7. vare-beste-filmtips-0-6-ar/
8. app/roblox/
9. /endret-aldermerking-i-fortnite/
10. /app/zoomerang-music-video-editor/
11. /de-beste-familiefilmene-pa-disney/
12. hvordan-sette-opp-en-ipad-for-barn/
13. app/snapchat/
14. flotte-filmer-til-paskekosen/
15. var-beste-filmtips-6-9-ar/
16. snapchat-foreldreinnstillinger/
17. film/tordivelen-flyr-i-skumringen/
18. filmtips-til-halloween/
19. spill/fortnite/
20. foredrag/foredragstilbud/
21. gode-familiefilmer-pa-viaplay/
22. android-innstillinger-for-barn/
23. /gode-familiefilmer-pa-hbo-max/
24. /app/tik-tok-including-musical-ly/
25. /roblox-med-ny-foreldrekontroll/
26. /app/minecraft/

Spilluka



I uke 42 var 5. gang Barnevakten og samarbeidspartnere arrangerte Spilluka. Årets ambassadør var Christopher Robin Omdahl. Målet er å bidra til at voksne engasjerer seg i barn og unges spilling. Både for å fange opp det som er positivt, men også for å kunne være en støtte i det som kan være utfordrende med dataspill. Kampanjen nådde over 498 929 foreldre og barn med informasjon om Spilluka. Lærere, foreldre og ungdomsarbeidere møtte også opp på nyttige webinarer.

4. Organisering

Forankring

Barnevakten er en stiftelse

Styret i 2025

Ingrid Kvam Steinshamn (styreleder)
Marie Lunde (nestleder)
Eunice Hammond Mørklid
Ingvild Vikingsen Skogestad
Thorbjørn Langeland
Maria Abusdal Tveit, vara
Beate Lavik, vara

Staben i 2025

Leif Gunnar Vestbøstad Vik, daglig leder
Kjellaug Tonheim Tønnesen, faglig leder
Rune Rasmussen, driftsleder
Thomas Dubourcq, markedsleder
Sjur Jansen, redaktør
Else Samnøen, foredragskoordinator
Sissi Nilsen, kontormedarbeider
Ragnhild Jansen, foredragskonsulent
Kris Munthe, rådgiver på spill og apper
Frode Rensel, rådgiver
Anne Solsvik, filmanmelder

Foredragsholdere i 2025

Oslo og Viken

Torgeir Frøystein
Alexander Botn
Rune Engen Eberlin
Aleksander Schmidt
Jan Erik Kroglund
Eunice Østby Themte
Hege Kaspersen
Kathrine Borgmann Kalleberg
Frode Rensel
Julie Henriette Syversen
Håkon Smith
Thomas Dubourcq
Madelen Borgmann Kalleberg

Vestfold

Dan Ruben Aakre

Innlandet

Vegard Eide Haugen
Ludvig Samnøen

Agder

Karl Erik Christensen
Kjetil Andre Bjørnholm
Odd Fredrik Jølstad

Rogaland

Maria Lisette Steinskog
Anh Vu
Rima Kiblawi
Fartein Hovin Thorsen

Vestland

Kjellaug Tonheim Tønnesen
Tor Egon Mikkelsen
Gila Furnes
Åsmund Røed

Joakim Mikkelsen
Victoria Syversen
Petter Austevoll
Magnus Mikkelsen
Leif Gunnar Vestbøstad Vik

Møre og Romsdal

Stefan N. Halck

Trøndelag

Stein Arne Overvik

Nordland

Lene Wisth

Troms

Pål Jørgensen

36 foredragsholdere fordelt over hele landet.



Foredragsholdere på inspirasjonssamling i Oslo før vårsesongen startet. Foto: Barnevakten.

5. Årsregnskap

Driftsinntekter

	2025	2024	2023
Medlemskontingent	1 772 790*	1 301 801	1 336 467
Gaver	247 823	246 401	241 262
Offentlig tilskudd	6 053 548	5 471 005	6 007 773
Andre inntekter	3 042 150	1 807 963	1 983 521
Totalt	11 116 311	8 827 170	9 569 023

*Mrk. Kr. 689 436 av beløpet er justering på grunn av nye faktureringsrutiner.

Driftskostnader

	2025	2024	3032
Lønnskostnader	-6 293 696	-4 984 924	-4 886 703
Andre kostnader	-4 336 672	-4 060 396	-4 654 031
Totalt	-10 660 368	-9 045 320	-9 540 734

Driftsresultat

	2025	2024	2023
Totalt	455 943	-218 150	28 289

Egenkapital

	2025	2024	2023
Totalt	2 962 907	2 337 832	2 393 743

6. Veien videre

Et samlet storting vedtok stortingsmeldingen om barn og trygg mediebruk våren 2026. Den konkluderer blant annet med at «foreldre har hovedansvaret for barns trygghet på nett, men at de trenger økt digital kompetanse og støtte fra fellesskapet for å håndtere dette ansvaret i en kompleks digital hverdag»¹²



Barnevakten har vært delaktig i å gi råd til regjering og politikere underveis i forarbeidet til stortingsmeldingen og støtter helhjertet opp om konklusjonene og tiltakene.

Barnevaktens stab og styre vil i tiden framover jobbe målrettet med å bidra til at foreldre får den nødvendige digitale kompetansen de trenger til å regulere skjermbruken til barna på en god måte og hjelpe de unge til å selv sette gode rammer for egen skjermbruk. Det gjelder også kompetanse på ny KI-teknologi.

Vi vil stå fremst i kampen for trygg skjermbruk. Det gjør vi ved å utvikle nye rapporteringssystemer for ulovlig og skadelig innhold som for eksempel nettovergrep, hatprat, vold og mobbing. Barnevakten er trusted partners med de største digitale plattformene og vi vil utvikle relasjonene og kommunikasjonslinjene med tech-aktørene for å kunne forstå teknologien og bidra til å fjerne innhold som skader barn. Gjennom analyser og undersøkelser av tjenestene vil vi stille krav om at tjenestene skal ta barns beste på alvor. Om nødvendig vil vi kunne anmelde tjenester som ikke følger krav og lover. Det vil skje i tett dialog med politi og forbrukermyndighetene.

Vi vil også jobbe for å gjøre tjenestene mindre avhengighetsskapende og vil hjelpe barn og foreldre til å begrense egen skjermtid.

Gjennom vårt langsiktige foredragsarbeid vil utvikle organisasjonen for å kunne besøke enda flere barnehager og skoler med foredrag over hele landet. Kveldsskolen, med god tid til refleksjon, er et godt redskap til å samle foreldre på tvers og bidrar til at familier også tar ansvar for andres barn og det større «Vi».

¹² <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-32-20242025/id3108037/?ch=1>

Bergen, 26.03.2026

Ingrid Kvam Steinshamn

Styreleder

Marie Lunde

Nestleder

Eunice Hammod Mørklid

Styremedlem

Maria Abusdal Tveit

Styremedlem

Ingvild Vikingsen Skogestad

Styremedlem

Beate Lavik

Varamedlem

Maria Tveit

Varamedlem

Leif Gunnar Vestbøstad Vik

Daglig leder

Kreditering:

Forsidefoto: Jarle Aasland, Stavanger Aftenblad