
Befolkningsundersøkelse om digital kompetanse 2025/2026

Gjennomført på oppdrag for Digitaliseringsdirektoratet

C441006110 TKA

30. april 2026



Forord

Verian har på oppdrag fra Digitaliseringsdirektoratet gjennomført denne kartleggingen av befolkningens digitale kompetanse. Kartleggingen har omfattet tre deler. En kvalitativ forundersøkelse med fokusgrupper og dybdeintervjuer med digitalt sårbare personer, samt to kvantitative undersøkelser, en ved bruk av telefonintervjuer og en med webintervjuer. Denne rapporten er sluttresultatet av dette arbeidet. Oppdraget er gjennomført i perioden september 2025 til april 2026.

Hos Verian har Thomas Karterud hatt det overordnede prosjektansvaret, mens Kristin Pran har hatt ansvaret for kvalitetssikring. Mathilde Horvei har ledet datainnsamlingen, og Ella Hegna Eggen har bidratt som prosjektmedarbeider. Den kvalitative forstudien ble utført av Geir Tommy Hoset fra Innsikteriet i samarbeid med Verian.

Vi takker alle informanter som har bidratt med verdifull informasjon og innsikt i løpet av prosjektet. Vi vil også rette en takk til Digitaliseringsdirektoratet for innspill, gode diskusjoner og et godt samarbeid underveis.

Oslo, 30. april 2026

Thomas Karterud

Prosjektleder

Innhold

Forord	2
1 Innledning	6
2 Sammendrag	8
2.1 Stabil utvikling – under skjerpede kompetansekrav	8
2.2 Erfaring og kunnskap: tydelig sammenheng, men ikke fullstendig samsvar.....	9
2.3 Barrierer: fra manglende mestring til manglende kapasitet	9
2.4 Behov og veier til kompetansebygging: strukturert ulikhet	10
2.5 Et samlet bilde: fra nivå til sammenheng	11
3 Anbefalinger	12
1. Digital kompetansepolitikk må flyttes fra «tilgang» til «kritisk mestring»	12
2. Høy digital erfaring gir ikke nødvendigvis høy digital trygghet	12
3. Arbeidslivet er den viktigste – men også mest ekskluderende – læringsarenaen	13
4. Manglende kompetanse ledsages ofte av lavt opplevd behov	13
5. Opplæringsmodellene må tilpasses ulike målgrupper	13
Del I – Bakgrunn, formål og analytisk ramme	14
4 Undersøkelsens oppbygning – hva er målt og hvordan henger delene sammen	14
4.1 Overordnet design og analytisk logikk	14
4.2 To datagrunnlag – to analytiske formål.....	15
4.3 Analytiske avgrensninger.....	17
4.4 Valg av bakgrunnsvariabler i analysene	18
5 Revisjon av erfaringsmålene – faglig grunnlag	20
5.1 Hvorfor måler vi selvrappertert erfaring?	20
5.2 Hvorfor er erfaringsmålene revidert	21
5.3 Samlet erfaringscore – kontinuitet i metode, skjerping i innhold.....	22
Del II – Utvikling i digital kompetanse (telefon 2020–2025)	25
6 Bruk av internett og digitale verktøy	25
6.1 Utvikling i bruk.....	25
6.2 Utvikling i bruksfrekvens og digital arbeidserfaring.....	27
7 Utvikling i digital kompetanse i befolkningen	30
7.1 Utvikling på totalnivå	30
7.2 Utvikling etter demografiske kjennetegn.....	33
7.3 Oppsummering	38

Del III – Digital kompetanse i internettbefolkningen (web) *	40
8 Digital kompetanse i internettbefolkningen	40
8.1 Samlet erfaringsnivå i internettbefolkningen – status og kalibrering	41
8.2 Detaljert erfaringsnivå – hvor varierer kompetansen mest?	47
8.3 Videre analyser: prinsipper for hva vi tar med videre	56
8.4 Forskjeller etter kjønn og alder (samlet)	59
8.5 Forskjeller etter utdanning	62
8.6 Digitale arbeidstakere som analytisk hoveddimensjon	66
8.7 Sideblikk: 13–15 år	68
8.8 Oppsummering	74
9 Kunnskapstest: Digitale sikkerhets- og kildefallgruver	76
9.1 Hvorfor å måle kunnskap er et nødvendig supplement til erfaringsmålene	76
9.2 Utforming av kunnskapstesten	77
9.3 Samlet kunnskapsnivå i befolkningen	78
9.4 Detaljert kunnskapsnivå – 13 spørsmål	90
9.5 Validering av erfaringsmålingen: samsvar mellom rapportert erfaring og faktisk kunnskap	100
Del IV – Barrierer, behov og kompetansebygging (web)	102
10 Digitale holdninger, mestring og støtte i hverdagen	102
10.1 Digital adopsjon: holdning til nye digitale løsninger	102
10.2 Opplevd behov for å styrke digitale ferdigheter	110
10.3 Opplevd strev, avbrudd og unngåelse i digitale oppgaver	113
10.4 Å få og gi digital hjelp – uformelle støttenettverk	117
11 Barrierer for å bli bedre digitalt	124
11.1 Opplevde hindringer for å styrke digitale ferdigheter	124
11.2 Barrierer sett i lys av erfaring og kunnskap	127
12 Behov, tiltak og veier til kompetansebygging	134
12.1 Tilgang til tilbud om kompetanseutvikling	134
12.2 Foretrukne måter å lære på	136
12.3 Vilje til egenbetaling	141
12.4 Hvor bør opplæring tilbys?	143
Del V – Metodedokumentasjon	151
13 Datainsamling og feltarbeid	151
13.1 Telefonutvalg	151
13.2 Webutvalg	151

14	Frafall og responsrate	153
14.1	Frafall telefonutvalg	153
14.2	Frafall webutvalg	154
15	Skjevheter, korreksjoner og endelig representativitet	157
15.1	Rake-vekting av telefonutvalg	157
15.2	Utdanningskalibrering og måleusikkerhet	158
15.3	Rake-vekting av webutvalg	158
15.4	Endelig representativitet	159
16	Revisjon av erfaringsmålene – videreført, endret og nytt innhold	162
16.1	Hva består (kontinuitet)	162
16.2	Hva er nytt eller endret (nye kompetansekrav og justerte formuleringer)	164
16.3	Hva er tatt ut (foreldet / erstattet med nytt)	165
16.4	Tematisk struktur i spørreskjemaets erfaringsmål	166
17	Kvalitativ forstudie – rolle, metode og hovedinnsikter	167
17.1	Formål, metode og gjennomføring	167
17.2	Overordnede innsikter fra forstudien	168
17.3	Sammenheng med hovedundersøkelsen	168
	Referanser	169
	Vedlegg: Spørreskjemaer	170
	Telefon	170
	Web	183

1 Innledning

Digitaliseringen av samfunnet har de siste årene tiltatt i omfang, kompleksitet og betydning. Digitale løsninger er i dag en forutsetning for hvordan innbyggere, næringsliv og offentlig sektor samhandler, utfører oppgaver og får tilgang til tjenester. Samtidig stilles det stadig høyere krav til sikkerhet, personvern, tilgjengelighet og brukervennlighet, og til at digitaliseringen kommer hele befolkningen til gode. Dette er tydelig forankret i regjeringens Nasjonale digitaliseringsstrategi for perioden 2024–2030, der det slås fast at digitalisering ikke er et mål i seg selv, men et virkemiddel for å bygge et trygt, inkluderende og tillitsbasert samfunn med små forskjeller og store muligheter.

I strategien pekes det særlig på behovet for å sikre en fremtidsrettet digital kompetanse i befolkningen, både som grunnleggende ferdigheter og som forutsetning for deltakelse i arbeidsliv, utdanning og samfunnsliv. Digital kompetanse løftes frem som en av de sentrale forutsetningene for å lykkes med digitaliseringen av samfunnet, på linje med sikker digital infrastruktur, ivaretatt personvern og høy tillit til digitale løsninger. Samtidig understrekes det at den teknologiske utviklingen går raskt, blant annet drevet av økt bruk av kunstig intelligens, nye selvbetjeningsløsninger og mer komplekse digitale økosystemer. Dette stiller nye krav både til hva innbyggerne må kunne, og til hvordan digital kompetanse bør forstås og måles.

På denne bakgrunnen har Digitaliseringsdirektoratet (Digdir) behov for oppdatert, systematisk og sammenliknbar kunnskap om befolkningens digitale kompetanse. Kunnskapen skal gi et solid faktagrunnlag for faglig arbeid, politikkutvikling og videre oppfølging av målene i digitaliseringsstrategien. Befolkningsundersøkelsen om digital kompetanse 2025/2026 er gjennomført for å møte dette behovet, og bygger videre på tidligere tilsvarende undersøkelser, særlig kartleggingen som ble gjennomført i 2020.

Samtidig er det en grunnleggende forutsetning for denne studien at digital kompetanse ikke er et statisk fenomen. Hva som oppfattes som relevante ferdigheter, erfaringer og kunnskapsområder endrer seg over tid, i takt med teknologiutviklingen og endrede brukerkrav. En ren videreføring av tidligere måleinstrumenter ville derfor gi et utilstrekkelig bilde av dagens situasjon. Det er derfor lagt vekt på både kontinuitet og fornyelse i undersøkelsen: kontinuitet for å kunne måle utvikling over tid, og fornyelse for å sikre at målingen reflekterer dagens digitale virkelighet.

Undersøkelsen bygger på tre sentrale hovedgrep. (1) For det første er det gjennomført analyser av utvikling i digital kompetanse over tid, basert på telefonintervjuer som er metodisk sammenliknbare med tidligere målinger. Dette gir et robust grunnlag for å vurdere endringer i befolkningen uten at metodeendringer

påvirker resultatene. (2) For det andre er det gjennomført en mer omfattende webbasert undersøkelse av internettbefolkningen, som gir rom for fordypning, flere temaområder og mer detaljerte analyser. Denne delen av undersøkelsen er også et ledd i å forberede en mulig videre overgang til web som hovedmetode, i tråd med utviklingen i bruken av digitale kanaler. (3) For det tredje er selve målingen av digital kompetanse styrket gjennom revisjon av erfaringsbaserte spørsmål og innføring av kunnskapstester, som gir et bedre grunnlag for å validere selvrapporterte erfaringer.

Rapporten er strukturert i flere hoveddeler. Først presenteres bakgrunn, mål og den analytiske rammen for undersøkelsen, inkludert hvordan digital kompetanse er forstått og operasjonalisert i denne studien. Deretter følger en egen del som dokumenterer utvikling i digital kompetanse over tid, basert på telefonintervjuene. I den påfølgende delen presenteres funn fra webundersøkelsen, med hovedvekt på dagens kompetansenivå, sammenhengen mellom erfaring og kunnskap, samt sentrale forskjeller mellom grupper i befolkningen. Videre belyses barrierer for digital mestring, behov for kompetanseutvikling og relevante temaområder som inngår i spørreskjemaet.

2 Sammendrag

Denne rapporten gir et oppdatert og helhetlig bilde av digital kompetanse i den norske befolkningen i 2025/2026. Analysene bygger på en kombinasjon av metodisk sammenliknbare telefonintervjuer (utvikling over tid) og en omfattende webundersøkelse av internettbefolkningen (nivå, detaljer, barrierer og behov). Målingen er styrket gjennom revisjon av erfaringsmålene og innføring av en egen kunnskapstest om digitale sikkerhets- og kildefallgruver.

Et overordnet utgangspunkt for rapporten er at digital deltakelse i Norge i praksis er universell. Nesten hele den voksne befolkningen bruker internett og digitale verktøy i hverdagen. Når både tilgang og grunnleggende bruk er allmenn, handler digitale forskjeller i økende grad ikke om om man deltar, men om hvordan man mestrer – og særlig om hvem som behersker de nye, komplekse og vurderingskrevende sidene ved et stadig mer digitalisert samfunn.

2.1 Stabil utvikling – under skjerpede kompetansekrav

Utviklingsanalysene basert på telefonintervjuene viser at befolkningens samlede digitale kompetanse har vært stabil fra 2020 til 2025, til tross for at målingen i 2025/2026 stiller strengere krav til hva som regnes som digital kompetanse. Når nivået holder seg stabilt samtidig som normene skjerpes, indikerer dette at befolkningen samlet sett har fulgt med i den digitale utviklingen.

Denne stabiliteten dekker imidlertid over vedvarende og strukturelle forskjeller mellom grupper. Disse forskjellene har stor betydning for hvordan kompetansen faktisk er fordelt, og for hvem som møter digitale løsninger som krevende i praksis.

Alder er den klart mest grunnleggende skillelinjen. På tvers av både erfaringsmål og kunnskapsmål følger digital kompetanse tydelige generasjonsmønstre. Yngre og middelaldrende kohorter har gjennomgående høyere digital erfaring og høyere kunnskap enn eldre kohorter. Dette bør forstås som kohortforskjeller i ervervet kompetanse, ikke som en generell svekkelse av ferdigheter med økende alder. Eldre kohorter har i mindre grad hatt systematisk eksponering for digitale sikkerhetskrav, selvbetjening, kildevurdering og kompleks digital samhandling tidligere i livsløpet.

Utdanning og arbeid bidrar også til å forklare variasjon i digital kompetanse, men mer selektivt. Personer med høyere utdanning har gjennomgående høyere digital erfaring og høyere kunnskap enn personer med øvrige utdanningsnivåer, særlig på ferdigheter som krever abstrakt forståelse og vurdering. Digital arbeidserfaring framstår samtidig som en særlig viktig arena for opparbeiding og vedlikehold av digital kompetanse. Arbeid der digitale verktøy inngår som en vesentlig del av oppgaveløsningen, fungerer som en kontinuerlig lærings- og erfaringsarena.

Samtidig viser analysene at verken utdanning eller arbeid fullt ut opphever de underliggende generasjonsforskjellene.

2.2 Erfaring og kunnskap: tydelig sammenheng, men ikke fullstendig samsvar

Kunnskapstesten om digitale sikkerhets- og kildefallgruver viser at internettbefolkningen samlet har et moderat kunnskapsnivå: flertallet befinner seg på et middels nivå, omtrent en tredjedel på et høyt nivå, og en mindre andel på lavt nivå. Det er en tydelig sammenheng mellom rapportert erfaring og faktisk kunnskap: personer med høyere erfaringsnivå har i gjennomsnitt høyere kunnskapsscore.

Samtidig er samsvaret ufullstendig. En betydelig andel av de mest erfarne brukerne befinner seg fortsatt på middels kunnskapsnivå, og en liten, men analytisk viktig gruppe har lav kunnskap til tross for høy rapportert erfaring. Dette innebærer at høy bruk og omfattende erfaring ikke automatisk gir høy kompetanse på kritiske sikkerhets- og vurderingsområder. Risiko knyttet til digital sikkerhet og feilvurderinger er dermed ikke bare konsentrert i grupper med lav digital erfaring, men kan også forekomme blant aktive og tilsynelatende sterke brukere.

Når kunnskapen brytes ned på enkeltområder, framtrer et tydelig mønster: Befolkningen mestrer i stor grad etablerte og hverdagsnære digitale oppgaver, som e-post, informasjonssøk og enkelte sikkerhetsrutiner. Derimot er kunnskapen svakere og mer ujevnt fordelt på nyere og mer krevende ferdigheter, særlig knyttet til digital sikkerhet, KI-relatert innholdsautentisitet, avsenderkontroll, sikker netthandel og avanserte vurderingssignaler. Dette gir et sammensatt bilde av digital sårbarhet, der utfordringene i økende grad handler om kompetanseprofil, ikke bare nivå.

2.3 Barrierer: fra manglende mestring til manglende kapasitet

Kapittel 9 og 10 viser hvordan forskjeller i erfaring og kunnskap slår ut i praksis, gjennom opplevd behov, strev, unngåelse og barrierer for å bli bedre digitalt.

Et flertall av befolkningen opplever behov for å styrke sine digitale ferdigheter, både i dagliglivet og i arbeidslivet. Samtidig er behovsopplevelsen ikke proporsjonal med dokumentert kompetansenivå. Grupper med høy digital eksponering og høye krav, særlig digitale arbeidstakere, opplever oftere behov for å styrke ferdighetene sine. Grupper med lavere erfaring og kunnskap oppgir oftere at de i liten grad opplever behov, til tross for at de i praksis oftere rapporterer strev og unngåelse.

Barrierene for å bli bedre digitalt varierer systematisk med erfaring og kunnskap. Blant personer med lav erfaring og lav kunnskap dominerer mestrings- og trygghetsbarrierer: for lite kunnskap, for vanskelig eller teknisk språk, avhengighet av hjelp fra familie og bekjente, og usikkerhet i møte med digitale løsninger. Blant personer med høy erfaring og høy kunnskap forskyves barrierebildet tydelig mot kapasitetsbarrierer, særlig mangel på tid.

Dette viser at digitale barrierer ikke først og fremst er ett fenomen, men ulike barrieremønstre for ulike grupper. Samtidig dokumenterer analysene at opplevd strev og unngåelse øker kraftig med alder og er klart høyere blant personer uten digitalt krevende arbeid. For mange fungerer uformelle støttenettverk som en viktig kompensasjonsmekanisme. Dette bidrar til å forklare hvorfor lavere kompetanse ikke alltid gir høyere uttrykt behov for opplæring: hjelp fra andre gjør det mulig å «komme seg gjennom» digitale oppgaver, men uten nødvendigvis å bygge selvstendig kompetanse.

2.4 Behov og veier til kompetansebygging: strukturert ulikhet

Kapittel 11 viser at både tilgang til tilbud, læringspreferanser, betalingsvillighet og ønskede opplæringsarenaer er skjevt fordelt i befolkningen.

Et flertall av befolkningen oppgir at de ikke har tilgang til et konkret tilbud om å utvikle digitale ferdigheter. Paradoksalt nok er tilgangen størst blant grupper som allerede har høy digital erfaring, høy utdanning og digitalt krevende arbeid. Grupper med svakere kompetanse og større praktiske utfordringer står oftere uten tilbud, eller er usikre på om tilbud finnes og er relevante.

Befolkningens foretrukne måter å lære på er i hovedsak fleksible og praksisnære, som egenutprøving, nettbaserte kurs og opplæring gjennom arbeidsgiver. Samtidig viser analysene tydelige forskjeller: Personer med lav erfaring foretrekker i langt større grad veiledning fra andre, særlig familie og bekjente, og har høyere usikkerhet knyttet til hvordan de lærer best. Digitale arbeidstakere er klart orientert mot arbeidsplassbasert og nettbasert opplæring.

Viljen til egenbetaling er generelt lav. Rundt én av fem er villige til å betale selv for opplæring, også blant grupper med høy kompetanse. Betalingsvilligheten er størst for kurs tilbudt av frivillige organisasjoner og det offentlige, noe som peker mot betydningen av tillit, legitim avsender og lav terskel.

Når det gjelder hvor opplæring bør tilbys, foretrekkes nettbasert opplæring og arbeidsplassen samlet sett. Samtidig er det tydelige forskjeller: svake brukere og grupper uten digital arbeidskontekst etterspør i langt større grad fysiske, lavterskelarenaer som bibliotek, frivillige organisasjoner, Nav og voksenopplæring. Dette understreker at én universell opplæringsmodell ikke vil treffe hele befolkningen.

2.5 Et samlet bilde: fra nivå til sammenheng

På tvers av kapitlene tegner rapporten et konsistent bilde: den digitale kompetansen i Norge er gjennomgående høy og stabil på totalnivå, men ulikt fordelt i dybde, innhold og konsekvens. Forskjeller handler i økende grad om hvilke deler av kompetansen som er utviklet hos ulike grupper, og om hvordan disse ferdighetene kobles til hverdagsliv, arbeid og samfunnsdeltakelse.

Barrierer og behov kan ikke forstås isolert, men må ses i sammenheng med utvikling, nåsituasjon og tilgjengelige læringsarenaer. Dersom målet er å styrke digital mestring i hele befolkningen, peker funnene tydelig på at tiltak må være differensierte, målgruppetilpassede og kontekstsensitive. Utfordringen er ikke mangel på én løsning, men mangel på sammenheng mellom kompetanseprofil, barrierer, tilbud og arena.

Dette gir et solid empirisk grunnlag for videre prioriteringer og strategisk arbeid med digital kompetanse, i tråd med målsettingene i Digitaliseringsdirektoratets videre oppfølging av Nasjonal digitaliseringsstrategi.

3 Anbefalinger

Funnene i denne rapporten gir ikke grunnlag for enkle eller entydige anbefalinger, men de peker like fullt mot noen robuste mønstre som er særlig relevante for videre prioriteringer. Implikasjonene nedenfor er derfor ikke ment som operative tiltak i seg selv, men som strategiske føringer som følger av sammenhengen mellom utvikling, nå-situasjon, barrierer og behov slik de kommer til uttrykk i materialet. Samlet viser analysene at digital kompetanse i økende grad er et spørsmål om hvilke ferdigheter som utvikles, for hvem og i hvilke kontekster, snarere enn et spørsmål om tilgang eller generell bruk.

1. Digital kompetansepolitikk må flyttes fra «tilgang» til «kritisk mestring»

Undersøkelsen viser at digital deltakelse i Norge i praksis er universell. De viktigste forskjellene ligger ikke i om folk bruker digitale løsninger, men i hvilke deler av den digitale kompetansen som er utviklet, særlig knyttet til sikkerhet, vurdering, personvern og nye teknologier som kunstig intelligens.

Implikasjon: Offentlige strategier bør i mindre grad rette seg mot generell digital inkludering, og i større grad mot kritisk og vurderingskrevende kompetanse, der konsekvensene av feil er størst – også blant erfarne brukere.

2. Høy digital erfaring gir ikke nødvendigvis høy digital trygghet

Selv blant sterke og aktive brukere er det betydelige kunnskapsmangler innen sentrale områder som avsenderkontroll, sikker netthandel og KI-relatert innholdsautentisitet. Risiko knyttet til digital sårbarhet er derfor ikke begrenset til grupper med lav erfaring.

Implikasjon: Forebygging og kompetanseutvikling bør ikke kun rettes mot «svake brukere», men også mot grupper som fremstår som digitalt sterke, særlig der høy bruk kombineres med bare middels kunnskap.

3. Arbeidslivet er den viktigste – men også mest ekskluderende – læringsarenaen

Digitalt krevende arbeid gir et tydelig kompetanseløft, både når det gjelder erfaring, kunnskap og trygg mestring. Samtidig har store deler av befolkningen begrenset tilgang til denne læringsarenaen, særlig eldre, personer utenfor arbeidslivet og grupper med lavere utdanning.

Implikasjon: Når kompetanseutvikling i hovedsak kanaliseres gjennom arbeid, forsterkes strukturelle forskjeller. Offentlig politikk må derfor legge større vekt på arenaer utenfor arbeidslivet for å motvirke varige kompetansegap.

4. Manglende kompetanse ledsages ofte av lavt opplevd behov

Gruppene med lavest digital kompetanse rapporterer ikke nødvendigvis høyest opplevd behov for opplæring. Mange kompenserer gjennom uformell hjelp fra familie og bekjente, eller unngår digitale løsninger. Dette kan gi funksjonell mestring på kort sikt, men hemmer selvstendig kompetanseutvikling over tid.

Implikasjon: Etterspørselsstyrte tiltak alene vil treffe skjevt. Det er nødvendig å kombinere tilbud med aktiv formidling, lav terskel og tydelig relevans, særlig rettet mot grupper som ikke selv etterspør opplæring.

5. Opplæringsmodellene må tilpasses ulike målgrupper

Foretrukne læringsformer, betalingsvillighet og ønskede opplæringsarenaer varierer systematisk med erfaring, alder og arbeidstilknytning. Nettbaserte tilbud og arbeidsplassbasert opplæring fungerer godt for mange, men treffer svake brukere og grupper uten digital arbeidskontekst dårligere.

Implikasjon: Effektiv kompetansepolitikk forutsetter differensierte virkemidler. Nettbaserte løsninger og arbeidsgiverkanaler må suppleres med fysiske og relasjonsbaserte arenaer som bibliotek, frivillige organisasjoner, Nav og voksenopplæring.

Del I – Bakgrunn, formål og analytisk ramme

4 Undersøkelsens oppbygning – hva er målt og hvordan henger delene sammen

4.1 Overordnet design og analytisk logikk

Formålet med undersøkelsesdesignet er å gi Digdir et kunnskapsgrunnlag som både gjør det mulig å følge utviklingen i digital kompetanse over tid, og samtidig gir et oppdatert og nyansert bilde av dagens situasjon. Et sentralt premiss for designet har derfor vært å sikre et valid og konsistent sammenlikningsgrunnlag med tidligere undersøkelser, samtidig som studien gir rom for faglig videreutvikling og fornyelse.

Som et innledende ledd i prosjektet ble det i forkant av hovedundersøkelsen gjennomført en kvalitativ forstudie. Forstudien fungerte som et metodisk utgangspunkt for det videre arbeidet, og bidro til å informere begrepsbruk, tematiske prioriteringer og operasjonalisering av sentrale dimensjoner i spørreskjemaet. Den kvalitative forstudien inngår ikke som datagrunnlag i analysene som presenteres i hovedrapporten, men har hatt en støttende rolle i utviklingen av undersøkelsesdesignet og i avgrensningen av problemstillinger. For en nærmere beskrivelse av forstudien vises det til kapittel 17.

På bakgrunn av dette metodiske utgangspunktet er telefonintervjuer valgt som en grunnleggende del av undersøkelsesdesignet. Telefon var også datainnsamlingsmetoden i den forrige undersøkelsen, og videreføring av denne metoden er dermed en nødvendig forutsetning for å sikre sammenliknbarhet og mulighet for å analysere utvikling i digital kompetanse over tid på en konsistent og etterprøvable måte. Telefonundersøkelsen er derfor primært innrettet mot tidsserieføring, med et spørsmålsomfang og en struktur som er tilpasset sammenlikning med historiske data.

Samtidig gir telefonintervjuer begrensede muligheter for lengre spørsmålsbatterier, mer komplekse oppgaver og tematisk fordykning. For å dekke disse behovene er telefonundersøkelsen supplert med en omfattende webbasert undersøkelse av

internettbefolkningen. Webundersøkelsen er selvadministrert, noe som innebærer fravær av potensielle intervjuereffekter og dermed gir gode forutsetninger for høy målevaliditet, særlig i spørsmål som berører egen mestring, opplevde barrierer og kunnskap. Web åpner også for større bredde og dybde i spørsmålene, og er en forutsetning for å inkludere nye temaområder og mer detaljerte målinger, herunder kunnskapstester og mer komplekse oppgaver som ikke egner seg for intervjuadministrerte metoder.

Videre representerer webundersøkelsen en metodisk plattform som det er naturlig å bygge videre på i fremtidige målinger. Andelen av befolkningen som kan nås digitalt er høy, og web gir fleksibilitet både i utforming, oppdatering og videreutvikling av spørreskjemaet. Dette gjør web særlig egnet som en sentral del av fremtidige undersøkelser, der formålet er å fange opp endringer i digitale ferdigheter, kompetansebehov og mer sammensatte sammenhenger over tid.

Telefon- og webundersøkelsen utgjør ikke to parallelle studier, men integrerte deler av én samlet analytisk helhet, med klart avgrensede roller: telefonintervjuer som grunnlag for analyser av utvikling over tid, og webundersøkelsen som arena for faglig fordykning og fornyet måling. Samlet legger dette designet til rette for både metodisk stringens og faglig relevans, og gir Digdir et kunnskapsgrunnlag som er sammenliknbart, oppdatert og egnet for videre faglig og politisk arbeid.

4.2 To datagrunnlag – to analytiske formål

Undersøkelsen bygger på to datagrunnlag – telefonintervjuer og webundersøkelse – som er etablert for ulike, men utfyllende analytiske formål. En tydelig avklaring av hvordan disse datagrunnlagene brukes, er avgjørende for korrekt tolkning av resultatene som presenteres videre i rapporten.

Telefondataene brukes utelukkende til analyser av utvikling over tid.

Datainnsamlingen er metodisk videreført fra tidligere kartlegginger, og gir dermed et sammenliknbart grunnlag for å beskrive endringer i digital kompetanse i perioden 2020–2025/2026. Når rapporten omtaler utvikling på totalnivå eller i undergrupper, er dette alltid basert på telefondata.

Webdataene brukes til å analysere dagens situasjon i internettbefolkningen. Dette datagrunnlaget gir rom for mer omfattende målinger, inkludert reviderte erfaringsmål, nye temaområder og kunnskapstester, og brukes til å belyse variasjon i digital kompetanse og sammenhenger mellom erfaring, kunnskap, barrierer og behov.

Det vil være nærliggende å se resultater fra telefon- og webundersøkelsen i sammenheng. Eventuelle nivåforskjeller må da forstås i lys av forskjeller i innsamlingsmetode og intervjusituasjon, der telefon innebærer assistert svarsetting, mens webundersøkelsen er selvutfyllt. Slike metodiske forskjeller kan påvirke hvordan egen kompetanse rapporteres, og kan gi systematiske nivåforskjeller uten at dette nødvendigvis reflekterer reelle forskjeller i kompetansenivå.

Av denne grunn analyseres og presenteres resultatene innenfor rammene av hvert datagrunnlag, samtidig som funnene anvendes samlet på et overordnet analytisk nivå i rapportens videre tolkning.

4.3 Analytiske avgrensninger

For å sikre konsistente analyser og forutsigbar tolkning av resultatene er det gjort noen klare analytiske avgrensninger i undersøkelsen. Disse legger føringer for hvordan data brytes ned, og hvordan figurer og tabeller skal leses videre i rapporten.

Analysene er konsekvent gjennomført med nedbrytning etter alder og utdanning, som over tid har vist seg å ha stor forklaringskraft når det gjelder variasjon i digital kompetanse. Andre bakgrunnsvariabler brukes der det er analytisk relevant, men alder og utdanning utgjør de gjennomgående hoveddimensjonene i presentasjonen av resultatene.

En særlig viktig avgrensning gjelder ungdom i alderen 13–15 år, som inngår i webundersøkelsen. Denne gruppen er inkludert på bakgrunn av eksplisitt foresattes samtykke og er rekruttert via foreldrene, noe som skiller dem metodisk fra respondenter fra 16 år og oppover, som deltar på egne vegne.

Ungdom 13–15 år inkluderes i analyser der alder er en sentral analytisk dimensjon, og der det er faglig relevant å belyse status og mønstre blant de yngste. Samtidig inngår de aldri i beregninger av totaler. Totalnivåer i rapporten er alltid basert på respondenter fra 16 år og oppover.

Valget av gjennomgående bakgrunnsvariabler er basert på supplerende analyser av kunnskapsmålene, og redegjøres nærmere i delkapittelet under.

4.4 Valg av bakgrunnsvariabler i analysene

Forut for hovedanalysene er det gjennomført innledende analyser for å vurdere hvilke bakgrunnsvariabler som mest konsistent henger sammen med digital kompetanse. Disse analysene er gjennomført på kunnskapsmålene i undersøkelsen, som måler kunnskap om digital sikkerhet og kildefallgruver. Kunnskapsmålene kan vurderes som et mer direkte og robust mål på digital kompetanse enn erfaringsspørsmålene, som i større grad fungerer som indirekte indikatorer.

Analysene viser at alder er den tydeligste og mest gjennomgående strukturerende variabelen. Forskjeller i kunnskapsnivå følger i stor grad alderslinjer, uavhengig av hvordan kunnskapen spesifiseres. Innenfor aldersgruppene framstår utdanning som den nest viktigste differensierende faktoren, ved at den systematisk deler gruppene videre i nivåer med ulikt kunnskapsnivå. I tillegg har digital arbeidserfaring stor betydning. Dette hovedmønsteret er stabilt på tvers av ulike spesifikasjoner av både alder og kunnskapsmål.

Dette hierarkiet i forklaringskraft samsvarer med funnene fra den forrige befolkningsundersøkelsen om digital kompetanse. I regresjonsanalysen som ble gjennomført i 2021 (Kompetanse Norge, 2021) framkom det tilsvarende at alder og utdanning var de klart viktigste forklaringsvariablene for variasjon i digital kompetanse, mens variabler som sentralitet og bosted hadde begrenset forklaringskraft når sentrale demografiske forhold ble kontrollert for. Forskjeller mellom sentrale og mindre sentrale områder kunne i stor grad forklares av befolknings sammensetning, særlig knyttet til alder og utdanning. Samlet sett peker analysene i både 2021 og 2025/2026 på de samme underliggende strukturene for ulikhet i digital kompetanse.

Kjønn bidrar til ytterligere differensiering i flere analyser. Dette nyanserer hovedmønstrene, men framstår som mindre grunnleggende enn alder og utdanning. Andre bakgrunnsvariabler, som sentralitet og sysselsettingsstatus, har mer sporadisk betydning og er mindre gjennomgående i den samlede analysen. Disse variablene viser i enkelte bivariate nedbrytninger sammenheng med både erfarings- og kunnskapsnivå, men mister mye av sin forklaringskraft når de analyseres i sammenheng med alder, utdanning og digital arbeidserfaring.

På denne bakgrunnen er det valgt å bygge rapportens gjennomgående analyser rundt kombinasjonen alder, utdanning og digital arbeidserfaring, med kjønn som en supplerende dimensjon. Øvrige bakgrunnsvariabler inngår mer selektivt. Dette innebærer ikke at forskjeller etter sentralitet, sysselsettingsstatus eller lignende forhold er irrelevante, men at de må tolkes som uttrykk for underliggende forskjeller i befolknings sammensetning og livssituasjon, snarere enn som selvstendige forklaringsfaktorer.

I rapporten vil det derfor også bli vist nedbrytninger etter sekundære bakgrunnsvariabler, som sysselsetting og sentralitet, der dette er relevant. Disse resultatene må imidlertid leses i lys av det overordnede forklaringshierarkiet. Det vil for eksempel være misvisende å tolke lavere kompetansenivå i mindre sentrale områder

eller blant ikke-sysselsatte grupper som et uttrykk for at dette i seg selv *forklarer* lavere kompetanse, uten samtidig å ta hensyn til forskjeller i alder, utdanning og digital eksponering gjennom arbeid.

5 Revisjon av erfaringsmålene – faglig grunnlag

5.1 Hvorfor måler vi selvrapportert erfaring?

I Befolkningsundersøkelsen om digital kompetanse benyttes selvrapportert erfaring med konkrete digitale oppgaver som et sentralt mål på digital kompetanse. Denne tilnærmingen ble etablert i den forrige befolkningsundersøkelsen (Kompetanse Norge, 2021) og videreføres i den foreliggende studien. Begrunnelsen for valget bygger på både faglige vurderinger og empirisk støtte, og tar utgangspunkt i kjente utfordringer knyttet til måling av digitale ferdigheter i store befolkningsundersøkelser.

En sentral utfordring ved direkte måling av digital kompetanse gjennom spørreundersøkelser er at egenvurderinger av ferdighetsnivå ofte gir subjektive og lite sammenliknbare svar. Slike vurderinger påvirkes blant annet av respondentens referanseramme, sammenligningsgrunnlag og grad av selvillit, og kan variere systematisk mellom grupper i befolkningen. Dette gjør det krevende å bruke direkte spørsmål om hvor «god» man er digitalt som et robust mål, særlig når formålet er å analysere forskjeller mellom grupper og følge utvikling over tid.

For å redusere denne typen måleproblemer ble det i 2020 valgt ikke å spørre om ferdighetsnivå, men om erfaring med å utføre konkrete digitale oppgaver (Kompetanse Norge, 2021). Denne operasjonaliseringen bygger på en veletablert faglig antakelse: at bredde og omfang av erfaring med digitale oppgaver har sterk sammenheng med underliggende digitale ferdigheter, og at erfaring derfor kan fungere som en hensiktsmessig proxy for digital kompetanse på befolkningsnivå (Daus mfl., 2019).

I denne undersøkelsen er erfaring målt som omfang av erfaring (ingen, lite, noe, mye) på tvers av et bredt sett av digitale oppgaver. Dette innebærer at målet ikke bare fanger om en aktivitet har vært utført, men også hvor mye erfaring respondentene har med ulike typer digitale handlinger. Metoden ligger dermed nær det som i europeisk sammenheng omtales som aktivitetsbaserte indikatorer for digitale ferdigheter, der faktisk utførte handlinger brukes som proxy for kompetanse, fremfor direkte egenvurdering av ferdighetsnivå.

Valget av en slik aktivitets- og erfaringsbasert proxy for digital kompetanse er også i tråd med anbefalinger fra NIFU som i sin metodiske gjennomgang av måling av digital kompetanse i den voksne befolkningen peker på erfaringsbaserte mål som mer stabile og mindre normative enn direkte egenvurderinger i store befolkningsundersøkelser (Daus mfl., 2019). Tilsvarende tilnærming er benyttet i

nordiske kartlegginger av digital kompetanse, blant annet i Danmark (Teknologisk Institut, 2007), og i norske analyser av kompetansebehov i et digitalisert samfunn (Berge mfl., 2018).

Denne kompetanseforståelsen harmonerer også godt med DigComp – The Digital Competence Framework for Citizens, der digital kompetanse defineres gjennom individers evne til å anvende digitale teknologier på en trygg, kritisk og hensiktsmessig måte i praksis, snarere enn som abstrakte ferdigheter løsrevet fra konkrete brukssettinger (European Commission, Joint Research Centre, 2021). DigComp-rammeverket legger dermed eksplisitt vekt på anvendelse og handlingskompetanse, noe som støtter bruken av erfaringsbaserte mål i befolkningsundersøkelser.

Samtidig er det viktig å understreke at erfaringsmål fortsatt er en proxy, og ikke en direkte observasjon eller testing av prestasjon. Dette reflekterer en bevisst avveining mellom validitet, ressursbruk og gjennomførbarhet. Tester kan i prinsippet gi høyere validitet, men er langt mer ressurskrevende og vanskeligere å gjennomføre i store befolkningsundersøkelser. På denne bakgrunnen kombineres erfaringsmålene i denne undersøkelsen med en kunnskapstest (i webversjonen for 2026), som gir et mer direkte mål på utvalgte deler av digital kompetanse og bidrar til å validere de erfaringsbaserte indikatorene.

Dette er det faglige grunnlaget for at erfaringsmålene videreføres i denne undersøkelsen, samtidig som selve innholdet i målene er revidert for å reflektere endrede digitale kompetansekrav i 2025/2026.

5.2 Hvorfor er erfaringsmålene revidert

Erfaringsmålene som ble brukt i 2020-undersøkelsen ga et godt bilde av befolkningens digitale kompetanse på det aktuelle tidspunktet. Samtidig bygger denne undersøkelsen på en grunnleggende erkjennelse: digital kompetanse endrer seg over tid. Digitale ferdigheter som var relevante for få år siden, er ikke nødvendigvis tilstrekkelige i dag.

Hvis erfaringsmålene hadde blitt videreført uendret, ville undersøkelsen i økende grad målt tidligere praksis, snarere enn kompetanse som er nødvendig i 2025/2026. En slik videreføring uten revisjon ville derfor gitt et misvisende bilde av faktisk digital kompetanse i befolkningen.

Behovet for revisjon må ses i lys av den digitale utviklingen de siste årene. Stadig flere tjenester er blitt heldigitale, ofte med høy grad av selvbetjening og færre alternative løsninger. Samtidig har kravene til brukernes evne til å håndtere digital sikkerhet, personvern og kritisk vurdering av informasjon blitt tydeligere, blant annet som følge av økt digital kriminalitet og mer utbredt feil- og desinformasjon. I tillegg har nye teknologier, som mer avansert automatisering og bruk av kunstig intelligens, endret både hvilke digitale oppgaver som utføres, og hva det innebærer å mestre dem i praksis.

Revisjonen av erfaringsmålene er derfor ikke uttrykk for en endring i hvordan digital kompetanse forstås eller måles i prinsippet. Den er et uttrykk for en nødvendig oppdatering av innholdet i målingen, slik at den fortsatt fanger opp relevante digitale ferdigheter. Målet har vært å bevare kontinuitet der dette er metodisk forsvarlig, samtidig som erfaringsmålene er tilpasset dagens digitale virkelighet. Se kapittel 16 for en detaljert oversikt over hva som består, hva som er nytt eller endret, og til slutt hva som er tatt ut.

5.3 Samlet erfaringscore – kontinuitet i metode, skjerping i innhold

For å gi et samlet mål på digital erfaring kombineres alle erfaringsspørsmålene til én samlet erfaringscore. Både prinsippet for beregning og tersklene for klassifisering er videreført fra tidligere undersøkelser, slik at metodisk kontinuitet ivaretas. Samtidig er innholdet i erfaringsmålene oppdatert, noe som har betydning for hvordan resultatene skal tolkes.

5.3.1 Fra svar til skår: hvordan erfaring kvantifiseres

Hvert erfaringsspørsmål besvares på en femdelt skala med følgende svaralternativer:

- Mye erfaring
- Noe erfaring
- Lite erfaring
- Ingen erfaring
- Vet ikke

Disse svarene omkodes til en numerisk erfaringskala som uttrykker grad av erfaring på et intervall fra 0 til 100, der høyere verdi tilsvarer mer erfaring. Omkodingen følger dette prinsippet:

- Mye erfaring → 100
- Noe erfaring → 66,7
- Lite erfaring → 33,3
- Ingen erfaring → 0

Vet ikke → behandles som manglende verdi og inngår ikke som erfaring

Denne omkodingen gjør at hvert enkelt spørsmål bidrar på samme skala og i samme retning til den samlede erfaringscoren.

5.3.2 Samlet erfaringscore

Den samlede erfaringscoren beregnes deretter som et rent gjennomsnitt av alle omkodede erfaringsvariabler. Hvert erfaringselement vektet likt, og scoren uttrykker dermed respondentens gjennomsnittlige nivå av digital erfaring på tvers av alle aktuelle digitale oppgaver, uttrykt på en skala fra 0 til 100.

Beregningsmåten er identisk med tidligere målinger. Dette innebærer at endringer i den samlede erfaringsscoren over tid kan tolkes som reelle endringer i digital erfaring, gitt samme underliggende metode.

5.3.3 Fra erfaringsscore til ferdighetsnivå

For å gjøre resultatene mer tilgjengelige og analytisk anvendbare klassifiseres den kontinuerlige erfaringsscoren videre i fire ferdighetsnivåer som beskriver nivået på grunnleggende digitale ferdigheter i befolkningen.

Respondenter som ikke bruker digitale verktøy eller internett klassifiseres først som ikke-brukere, uavhengig av erfaringsscore. Øvrige respondenter klassifiseres basert på følgende intervaller i den samlede erfaringsscoren:

- Nivå 0 – Ikke brukere: bruker ingen digitale enheter eller internett
- Nivå 1 – Svake brukere: samlet erfaringsscore fra 0 til under 40
- Nivå 2 – Middels brukere: samlet erfaringsscore fra 40 til og med 70
- Nivå 3 – Sterke brukere: samlet erfaringsscore over 70

Disse tersklene er videreført fra tidligere undersøkelser og gir et konsistent rammeverk for å beskrive fordelingen av digital kompetanse i befolkningen.

5.3.4 Bruk av erfaringsindekser – utvikling og nivå

Kontinuiteten i beregningsmetode gjør det mulig å analysere utvikling i digital erfaring over tid, særlig når analysene bygger på erfaringselementer som er videreført uendret fra tidligere målinger. Samtidig er innholdet i erfaringsmålene skjerpet gjennom inkludering av nye og mer avanserte erfaringselementer. Dette har konsekvenser for hvordan resultatene skal tolkes.

For å håndtere dette er det, i tillegg til den samlede erfaringsscoren, beregnet separate erfaringsindekser basert på ulike delmengder av erfaringselementene. Én indeks er basert på erfaringselementer som er videreført fra 2020, og som dermed gir grunnlag for analyser av utvikling over tid. En annen indeks er basert på erfaringselementer som er nye eller vesentlig endret i 2025/2026, og gir et bilde av befolkningens erfaring med nye og skjerpede digitale ferdigheter.

Begge indeksene er beregnet etter samme prinsipp som den samlede erfaringsscoren, men brukes til ulike analytiske formål. Ved å analysere dem separat kan utviklingen i digital erfaring studeres med kontroll for at målingen er utvidet med nye kompetansekrav, samtidig som den samlede erfaringsscoren gir et helhetlig bilde av digital kompetanse slik den er definert i 2025/2026.

Dette innebærer at:

- endringer i indekser basert på videreførte elementer kan tolkes som reell utvikling over tid, mens
- nivåforskjeller i den samlede erfaringsscoren må forstås i lys av at målingen i dag stiller høyere krav til hva som regnes som digital erfaring.

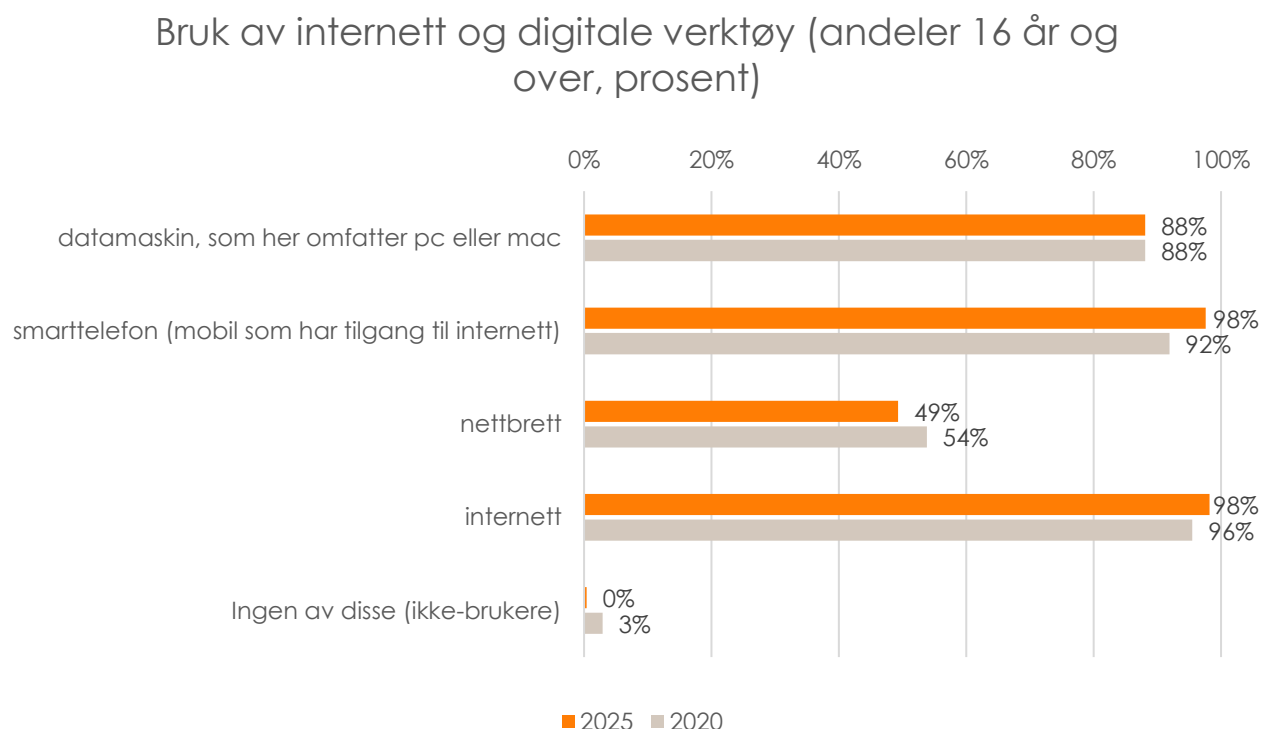
Denne distinksjonen er sentral for korrekt tolkning av resultatene som presenteres i de følgende kapitlene.

Del II – Utvikling i digital kompetanse (telefon 2020–2025)

6 Bruk av internett og digitale verktøy

6.1 Utvikling i bruk

Undersøkelsen viser at bruk av internett og digitale verktøy nå er så godt som universelt i den voksne befolkningen. Blant personer 16 år og eldre har nesten alle tilgang til internett og benytter én eller flere digitale enheter i hverdagen. Ikke-bruk av internett fremstår i 2025 som et marginalet fenomen. Dette overordnede bildet er illustrert i Figur 1, som viser utviklingen i bruk av internett og digitale verktøy fra målingen i 2020 til 2025.



Figur 1. Bruk av internett og digitale verktøy blant personer 16 år og eldre, telefon 2020 og 2025 (prosent). Figuren viser andelen av befolkningen som oppgir at de bruker ulike digitale enheter og

internett. Kategorien «datamaskin» omfatter PC eller Mac, «smarttelefon» omfatter mobiltelefon med tilgang til internett, og «nettbrett» viser bruk av nettbrett. Kategorien «ingen av disse» viser andelen som ikke bruker internett eller noen av de oppgitte digitale enhetene.

Figuren viser at 98 prosent av befolkningen i 2025 oppgir at de bruker internett, en økning fra 96 prosent i 2020. Tilsvarende oppgir 98 prosent at de bruker smarttelefon med tilgang til internett, opp fra 92 prosent i 2020. Smarttelefonen har dermed befestet sin posisjon som den mest utbredte digitale enheten i befolkningen, og framstår i økende grad som inngangsporten til digitale tjenester og nettbasert samhandling.

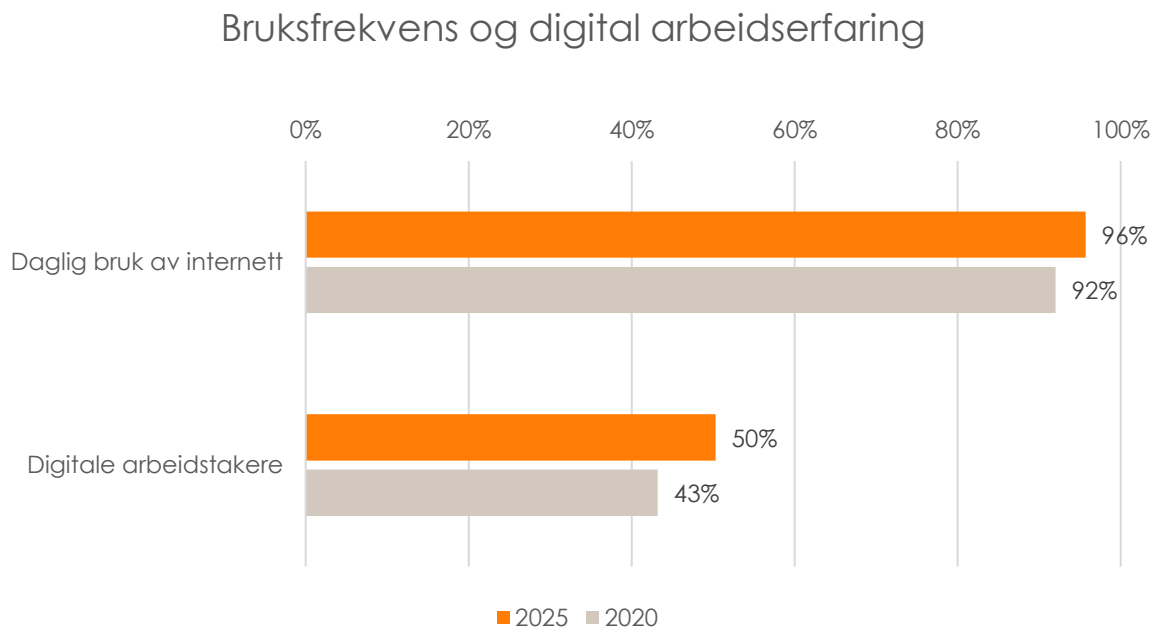
Bruken av datamaskin (PC eller Mac) ligger stabilt på 88 prosent i begge måleår. Dette indikerer at datamaskinen fortsatt spiller en sentral rolle i mange digitale aktiviteter, særlig i arbeid, utdanning og mer komplekse oppgaver, men uten ytterligere vekst i perioden. Bruken av nettbrett viser derimot en svak nedgang, fra 54 prosent i 2020 til 49 prosent i 2025. Dette kan tyde på at nettbrett i økende grad erstattes av smarttelefoner og bærbare datamaskiner, og i mindre grad fungerer som en primær digital enhet.

Det mest sentrale funnet i figuren er utviklingen i kategorien «ingen av disse», som representerer personer som verken bruker internett eller noen av de oppgitte digitale verktøyene. I 2020 utgjorde denne gruppen 3 prosent av befolkningen. I 2025 er andelen redusert til omtrent null. Dette innebærer at manglende bruk av internett og digitale enheter nå berører et svært lite mindretall av den voksne befolkningen.

Samlet dokumenterer figuren at tilgang til og bruk av internett og digitale verktøy i praksis er allmenn i Norge. Det digitale utenforskapet, forstått som full manglende tilgang eller bruk, fremstår i 2025 som et marginalt problem. Dette gir et viktig bakteppe for resten av rapporten: Når nesten hele befolkningen har tilgang til internett og digitale verktøy, blir det avgjørende spørsmålet ikke lenger om man er digital deltaker, men hvordan den digitale kompetansen er fordelt, hvilke ferdigheter som mestres godt, og hvilke som fortsatt oppleves som krevende. Disse spørsmålene belyses i de påfølgende kapitlene om digital kompetanse og erfaring.

6.2 Utvikling i bruksfrekvens og digital arbeidserfaring

Undersøkelsen viser at internettbruk i Norge ikke bare er utbredt, men inngår som en daglig del av hverdagen for nesten hele befolkningen. I 2025 oppgir 96 prosent av personer 16 år og eldre at de bruker internett daglig. Dette er en økning fra 92 prosent i 2020, og bekrefter at internett i praksis er en kontinuerlig tilstedeværende del av folks hverdag, på tvers av livssituasjon og alder (se Figur 2 under).



Figur 2. Bruksfrekvens av internett og digital arbeidserfaring blant personer 16 år og eldre, telefon 2020 og 2025 (prosent). Figuren viser andelen av befolkningen som bruker internett daglig, samt andelen som oppgir at deres arbeidsoppgaver i stor grad krever bruk av digitale verktøy og internett. Kategorien digitale arbeidstakere omfatter personer som i dag er ansatt eller selvstendig, eller som har vært ansatt eller selvstendig tidligere, inkludert studenter og arbeidsledige med arbeidserfaring det siste året. Tallene er vist som andel av hele befolkningen.

Samtidig viser undersøkelsen at arbeidslivet har fått en stadig viktigere rolle som arena for digital erfaring og læring. I 2025 oppgir 50 prosent av hele befolkningen at arbeidsoppgavene deres i stor grad krever bruk av digitale verktøy og internett. I 2020 var tilsvarende andel 43 prosent. Dette innebærer en tydelig økning i gruppen vi her omtaler som digitale arbeidstakere.

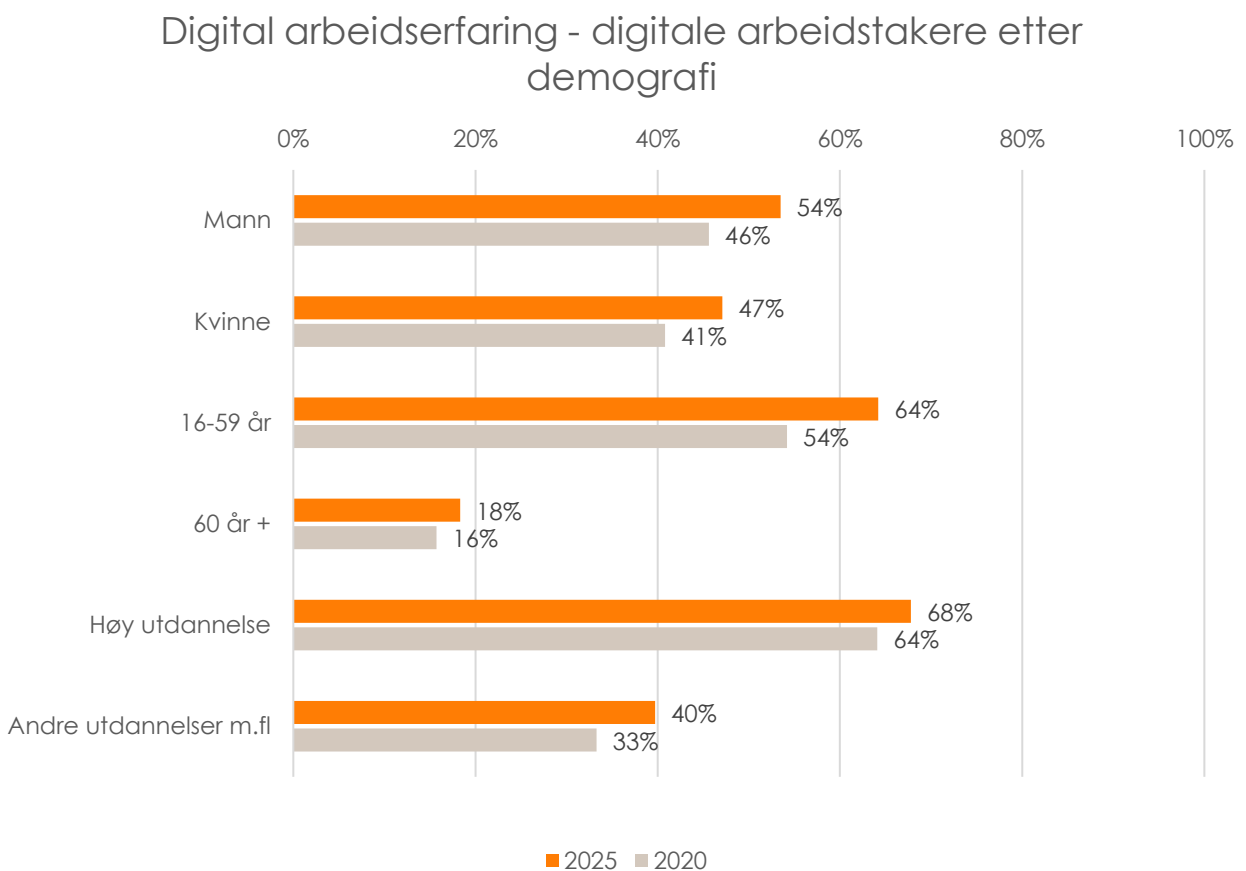
Denne utviklingen er analytisk viktig av flere grunner. For det første viser den at digital kompetanse i økende grad er tett integrert i arbeidshverdagen for store deler av befolkningen. Arbeid fungerer dermed ikke bare som en kontekst der digitale ferdigheter tas i bruk, men også som en sentral opplærings- og erfaringsarena, der ferdigheter utvikles gjennom praktisk bruk, gjentakelse og konkrete krav knyttet til oppgaveløsning.

For det andre bidrar dette til å forklare hvorfor digital kompetanse kan være relativt høy og stabil i befolkningen samlet sett, samtidig som nivåene varierer mellom grupper. Daglig internettbruk gir bred eksponering, men det er særlig i arbeidssammenheng at mer avansert og systematisk digital erfaring bygges opp.

Økningen i andelen digitale arbeidstakere indikerer dermed at stadig flere får slike erfaringer som en del av sitt daglige virke.

Sett i sammenheng med funnene i de påfølgende kapitlene understreker figuren at skillet mellom tilgang og kompetanse blir stadig viktigere. Når nesten alle bruker internett daglig, er det ikke lenger bruksfrekvensen i seg selv som skiller befolkningen, men hvorvidt bruken er koblet til arbeidsoppgaver som stiller reelle og varierte digitale krav.

Figur 3 under viser at digital arbeidserfaring er blitt stadig mer utbredt i befolkningen, men at omfanget varierer tydelig mellom demografiske grupper. Samlet sett understøtter dette bildet av arbeidslivet som en sentral arena for utvikling av digital kompetanse.



Figur 3. Digital arbeidserfaring – andel digitale arbeidstakere etter demografi, personer 16 år og eldre, telefon 2020 og 2025 (prosent). Figuren viser andelen av en totale befolkningen som er eller nettopp har vært i arbeid (siste år) oppgir at arbeidsoppgavene deres i stor grad krever bruk av digitale verktøy og internett. Kategorien digitale arbeidstakere omfatter personer som i dag er ansatt eller selvstendig, eller som har vært ansatt eller selvstendig tidligere, inkludert studenter, arbeidsledige og andre som har hatt arbeidserfaring det siste året. Tallene er vist som andel av hele befolkningen.

For kjønn ser vi at andelen digitale arbeidstakere har økt både blant menn og kvinner siden 2020. I 2025 oppgir 54 prosent av menn og 47 prosent av kvinner at arbeidsoppgavene deres i stor grad krever bruk av digitale verktøy, opp fra henholdsvis 46 og 41 prosent i 2020. Økningen er relativt parallell, og forskjellene

mellom kjønn er moderate. Dette tyder på at digitaliseringen av arbeidsoppgaver i stor grad treffer bredt, uavhengig av kjønn.

Når vi ser på alder, framtrer et tydeligere skille. Blant personer i alderen 16–59 år oppgir hele 64 prosent at de er digitale arbeidstakere i 2025, en tydelig økning fra 54 prosent i 2020. I gruppen 60 år og eldre er nivået betydelig lavere, med 18 prosent i 2025, opp fra 16 prosent i 2020. Selv om økningen her er beskjeden, viser figuren at også digitale krav i arbeid i noe større grad berører eldre arbeidstakere enn tidligere.

For utdanning er mønsteret særlig tydelig. Blant personer med høyere utdanning er andelen digitale arbeidstakere høy, og øker videre fra 64 prosent i 2020 til 68 prosent i 2025. Blant personer med andre utdanninger m.fl. er nivået lavere, men også her ser vi en økning, fra 33 prosent til 40 prosent. Dette bekrefter at utdanningsnivå fortsatt strukturerer tilgangen til arbeidsoppgaver med høye digitale krav, samtidig som digitaliseringen av arbeidslivet ser ut til å omfatte stadig flere også uten høyere utdanning.

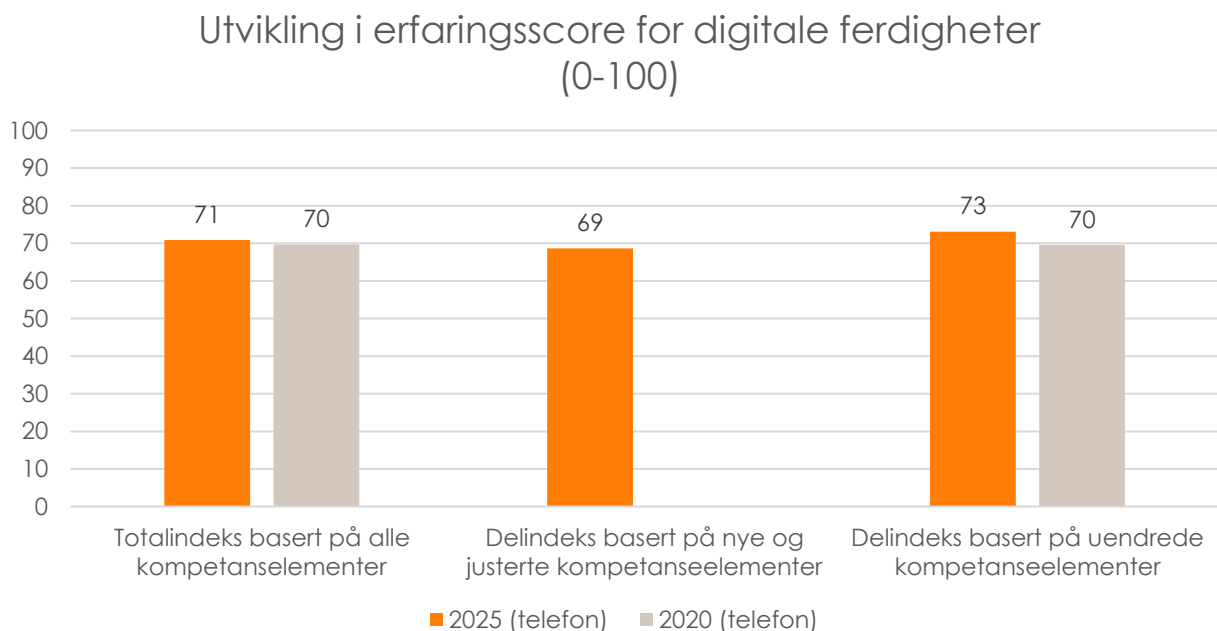
Samlet sett viser figuren at arbeid er en helt sentral arena for opparbeiding av digital kompetanse, og at økningen i andelen digitale arbeidstakere bidrar til å forklare hvorfor mange utvikler og opprettholder digitale ferdigheter over tid. Samtidig synliggjør figuren at muligheten til å få slik erfaring gjennom arbeid er ulikt fordelt i befolkningen, særlig etter alder og utdanning.

7 Utvikling i digital kompetanse i befolkningen

7.1 Utvikling på totalnivå

Den samlede indeksen for digitale ferdigheter, basert på egenrapportert erfaring, er oppdatert i 2025 ved at innholdet i målingen er skjerpet og det normative kompetansekravet er hevet (se kapittel 5 for en redegjørelse for hvorfor dette er gjort). Det er denne totalindeksen som utgjør det offisielle resultatet for befolkningens digitale ferdigheter (se Figur 4).

Til tross for at målingen nå stiller høyere krav til hva som regnes som digital kompetanse, ligger befolkningens samlede indeks på omtrent samme nivå som i 2020. I 2025 er totalindeksen 71 poeng, sammenliknet med 70 poeng i 2020. En forskjell på rundt ett poeng vurderes ikke som vesentlig. Totalt sett viser resultatet derfor at befolkningens gjennomsnittlige nivå av digitale ferdigheter er stabilt, selv om kravene til kompetanse er skjerpet.



Figur 4. Erfaringscore for digitale ferdigheter (0–100) blant personer 16 år og eldre, telefon 2025 og telefon 2020. Figuren viser gjennomsnittlig erfaringsbasert indeks beregnet på en skala fra 0 til 100. Totalindeksen er basert på alle erfarings- og kompetanseelementene som inngår i målingen. I tillegg vises to delindekser: én basert på kompetanseelementene som er videreført fra 2020, og én basert på nye og justerte kompetanseelementer. Alle indekser er beregnet etter samme metode.

Sett i lys av endringene i måleinnholdet innebærer dette at befolkningen i praksis har fulgt med i utviklingen. Når kompetansekravene er hevet uten at totalnivået faller, indikerer det at den faktiske digitale kompetansen i befolkningen er styrket.

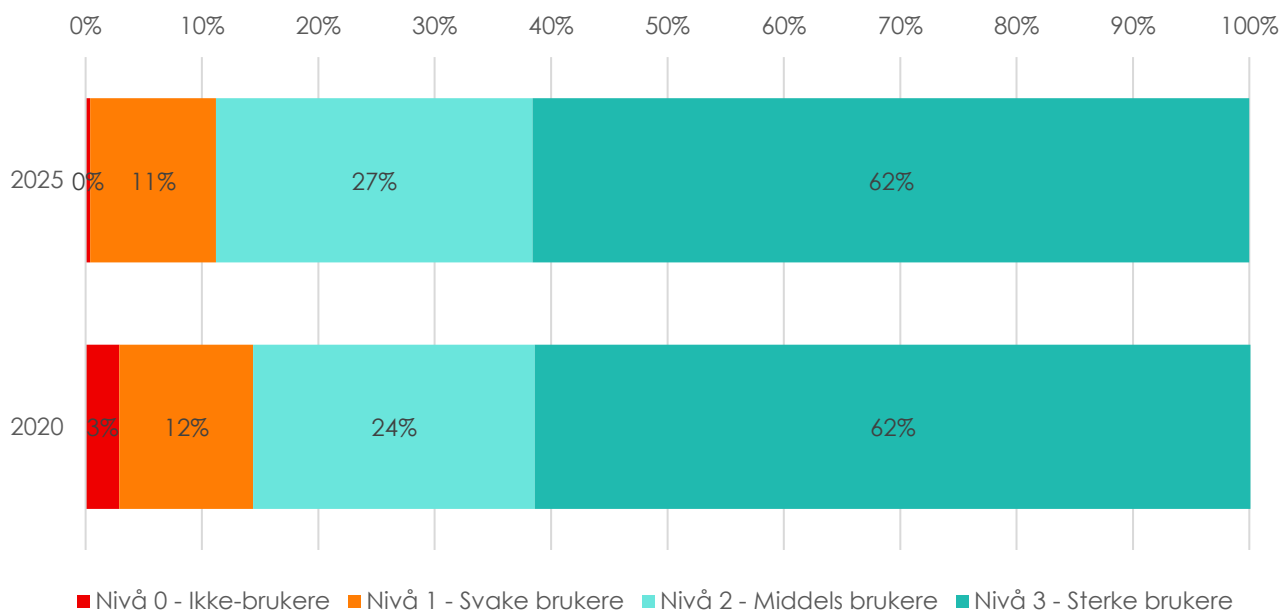
Dette bildet understøttes når vi ser på delindeksene. Delindeksen basert på uendrede kompetanseelementer, som gir best grunnlag for direkte sammenlikning over tid, ligger noe høyere i 2025 (73 poeng) enn i 2020 (70 poeng). Denne økningen er moderat og forventet, og kan tolkes som et uttrykk for at erfaring akkumuleres over tid på ferdighetsområder som har vært del av folks digitale hverdag over lengre tid.

Samtidig scorer befolkningen tilnærmet like høyt på nye og justerte kompetanseelementer. Delindeksen for disse elementene er 69 poeng i 2025, altså bare noe lavere enn nivået for de uendrede ferdighetsområdene. Forskjellen vurderes ikke som vesentlig, men illustrerer at nyere og mer krevende digitale ferdigheter ennå ikke er like godt etablerte hos alle. Samtidig understreker det at befolkningen i stor grad mestrer også de ferdighetene som reflekterer den videre digitale utviklingen.

Figur 5 på neste side under viser hvordan dette det den digitale kompetansen fordeler seg i befolkningen, ved å plassere respondentene i fire ferdighetsnivåer, som i tidligere målinger. Fordelingen bekrefter bildet av et stabilt og gjennomgående høyt kompetansenivå i befolkningen. I både 2020 og 2025 befinner et klart flertall seg på nivå 3 – sterke brukere, som utgjør 62 prosent i begge måleår. Dette innebærer at majoriteten av befolkningen scorer høyt på den samlede erfaringsindeksen som ble analysert i over.

Samtidig ser vi mindre forskyvninger innenfor de lavere nivåene. Andelen med middels digitale ferdigheter (nivå 2) øker noe fra 24 prosent i 2020 til 27 prosent i 2025, mens andelen svake brukere (nivå 1) reduseres svakt, fra 12 til 11 prosent. Andelen ikke-brukere (nivå 0) er allerede lav i 2020 og er ytterligere redusert i 2025.

Utvikling i nivå på grunnleggende digitale ferdigheter 2020-2025



Figur 5. Fordeling av befolkningen (16 år og eldre) på nivåer av grunnleggende digitale ferdigheter, telefon 2020 og telefon 2025. Figuren viser hvordan befolkningen fordeler seg på fire ferdighetsnivåer (nivå 0–3) basert på den samlede erfaringsscore som er presentert i Figur 4. Klassifiseringen følger faste terskler i indeksskåren (0–100) og samme inndelingslogikk som tidligere målinger. Figuren gir et fordelingsbilde av det samlede nivået av digitale ferdigheter i befolkningen.

Dette støtter tolkningen om at befolkningen samlet sett har fulgt med i den digitale utviklingen. Når den samlede totalindeksen ligger stabilt samtidig som kravene er skjerpet, innebærer det at mange har beveget seg innenfor eller opprettholdt sin plass i de høyere ferdighetsnivåene. Figur 5 synliggjør dermed at stabiliteten i totalindeksen ikke skyldes stagnasjon, men at befolkningen i stor grad opprettholder et høyt ferdighetsnivå også under strengere kompetansekrav.

7.2 Utvikling etter demografiske kjennetegn¹

I dette kapittelet analyseres utviklingen i digital kompetanse etter demografiske kjennetegn basert på den overordnede erfaringsscoren (Figur 6). Dette målet gir et mer robust grunnlag for å vurdere endringer over tid enn nivåinndelingen alene, særlig gitt utvalgsstørrelsen i telefondelen. Mindre forskjeller i indeksskår, på én til to poeng, vurderes innenfor rammen av stabile resultater, og tolkes ikke som reelle endringer. Der det foreligger tydelige forskjeller av større omfang, kommenteres disse særskilt. Nivåfordelingen (Figur 7) brukes som et supplement for å vise hvordan utviklingstrekkene slår ut i befolkningen.

7.2.1 Utvikling etter kjønn

Utviklingen i erfaringsscoren (Figur 6) etter kjønn viser stabile og svært like nivåer i 2020 og 2025. For menn ligger indeksen på 71 poeng i 2020 og 72 poeng i 2025, og for kvinner på 69 og 70 poeng i de to måleårene. Disse forskjellene er små og vurderes ikke som reelle endringer gitt utvalgsstørrelsene.

Også nivåfordelingen i Figur 7 understøtter bildet av stabilitet. Andelen sterke brukere ligger rundt 60 prosent for både menn og kvinner i begge år, og det er heller ingen tydelige bevegelser mellom de øvrige nivåene. Samlet sett indikerer dette at kjønn i liten grad har betydning for utviklingen i digital kompetanse i perioden.

¹ I analysene av utvikling i digitale ferdigheter basert på telefonundersøkelsen benyttes følgende bakgrunnsvariabler:

- Kjønn
- Alder (todelt)
- Utdanning (todelt)

Disse variablene er valgt fordi de representerer sentrale og velkjente strukturelle forskjeller i befolkningen, og fordi de i tidligere undersøkelser har hatt tydelig sammenheng med nivået på digitale ferdigheter.

For å sikre tilstrekkelig stabile estimater og lave feilmarginer er variablene gruppert i relativt grove kategorier. Telefongrunnlaget er primært utformet for å belyse utvikling på overordnet nivå, og har begrenset egnethet for detaljerte analyser av endring innen små undergrupper over tid. En grovere inndeling gjør det mulig å analysere utvikling mellom hovedgrupper i befolkningen uten å overtolke tilfeldige utslag som følge av små baser.

Analysene som følger, tar derfor utgangspunkt i utvikling i samlet erfaringsscore og ferdighetsnivå innen brede grupper, heller enn detaljerte alders- eller utdanningskategorier. Dette er et bevisst metodisk valg som er i tråd med formålet med telefondelen: å gi et robust bilde av hvordan ulike hovedgrupper i befolkningen samlet sett har fulgt med i utviklingen, gitt at det normative kompetansekravet er skjerpet.

En mer detaljert og finmasket analyse av forskjeller mellom grupper gjennomføres i de påfølgende kapitlene basert på webundersøkelsen, som gir et større datagrunnlag og bedre forutsetninger for dybdeanalyser.

7.2.2 Utvikling etter alder – tydelig generasjonseffekt

Utviklingen etter alder skiller seg markant fra mønsteret for kjønn. Blant personer i alderen 16–59 år ligger erfaringsindeksen på et gjennomgående høyt nivå i begge måleår (79 poeng i 2020 og 77 poeng i 2025). Forskjellen er marginal og tolkes som stabilitet på et høyt nivå, særlig sett i lys av at kompetansekravene er skjerpet i perioden.

I aldersgruppen 60 år og eldre ser vi derimot en tydelig og vesentlig økning i erfaringsindeksen, fra 47 poeng i 2020 til 57 poeng i 2025. Dette er den klart største endringen i materialet og framstår som et robust utviklingstrekk.

Figur 7 viser hvordan denne endringen materialiserer seg i nivåfordelingen. Blant personer 60 år og eldre har andelen ikke-brukere falt betydelig, samtidig som andelen sterke brukere har økt markant. Endringen kommer altså både fra bunnen og toppen av fordelingen, og bidrar samlet til en tydelig høyere gjennomsnittsskår.

Denne utviklingen kan i stor grad forstås som uttrykk for en generasjonseffekt. I løpet av femårsperioden har aldersgruppen 60+ fått tilført flere kohorter som i forrige måling befant seg under 60 år, og som i utgangspunktet hadde høyere digital kompetanse. Samtidig er det rimelig å anta at en del personer med svært lav digital kompetanse i 2020 ikke lenger inngår i befolkningen i 2025. Utviklingen i den eldste aldersgruppen reflekterer dermed i hovedsak endret alderssammensetning, snarere enn en bred individuell kompetanseheving innen samme kohorter.

7.2.3 Utvikling etter utdanning

For utdanning viser erfaringsindeksen i hovedsak stabile nivåer i perioden. Blant personer med høyere utdanning ligger indeksen på 79 poeng i 2020 og 78 poeng i 2025, en forskjell som vurderes som ubetydelig. Dette indikerer et stabilt og gjennomgående høyt kompetansenivå også i møte med skjerpede krav.

Blant personer med lavere utdanning ligger indeksen på 65 poeng i 2020 og 66 poeng i 2025. Også her er forskjellen marginal og tolkes som stabilitet. Samtidig viser nivåfordelingen i Figur 7 enkelte bevegelser innen gruppen, med noe færre på de laveste nivåene og flere på middels og høyt nivå i 2025. Disse endringene bidrar til å forklare utviklingen i totalindeksen, men endrer ikke hovedbildet av at utdanningsnivå fortsatt er en sentral strukturende faktor for digital kompetanse.

7.2.4 Utvikling etter digital arbeidserfaring – digitale arbeidstakere

I tillegg til kjønn, alder og utdanning gir skillet mellom digitale arbeidstakere og øvrige i befolkningen et viktig perspektiv på utviklingen i digital kompetanse. Digitale arbeidstakere er her definert som personer som oppgir at arbeidsoppgavene deres i stor grad krever bruk av digitale verktøy og internett. Målet omfatter både personer som i dag er i arbeid og personer med nylig arbeidserfaring, og gir dermed et bredt bilde av tilgang til digital erfaring gjennom arbeid.

Utviklingen i erfaringsscoren (Figur 6) viser at digitale arbeidstakere har et gjennomgående høyt nivå av digital kompetanse i begge måleår. I 2020 ligger erfaringsscoren på 82 poeng, og i 2025 på 81 poeng. Forskjellen vurderes som marginal og tolkes som stabilitet på et høyt nivå. Dette indikerer at personer som arbeider i jobber med høy grad av digitale krav, også over tid opprettholder et høyt og relativt jevnt kompetansenivå.

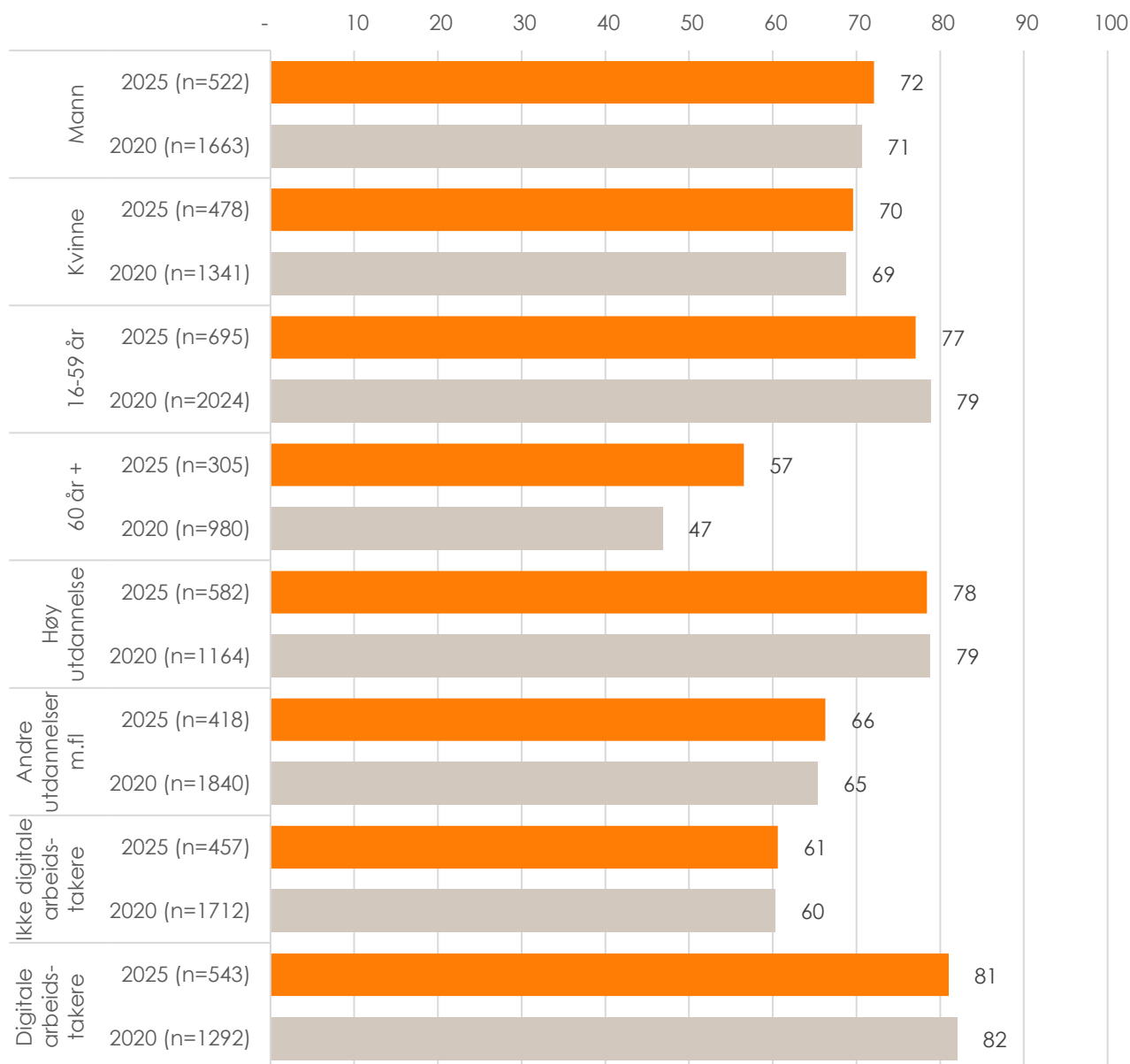
Blant personer som ikke klassifiseres som digitale arbeidstakere, ligger erfaringsscoren lavere, på 60 poeng i 2020 og 61 poeng i 2025. Også her er endringen liten og vurderes som stabil gitt utvalgsstørrelsen. Forskjellen mellom gruppene er imidlertid betydelig og vedvarende, og understreker betydningen av arbeid som arena for utvikling og vedlikehold av digital kompetanse.

Nivåfordelingen i Figur 7 tydeliggjør hvordan disse forskjellene materialiserer seg. Blant digitale arbeidstakere befinner et klart flertall seg på nivå 3 – sterke brukere i begge måleår (82 prosent i 2020 og 81 prosent i 2025), og andelen på de laveste nivåene er marginal. Dette står i kontrast til gruppen som ikke er digitale arbeidstakere, der andelen sterke brukere er lavere (46 prosent i 2020 og 42 prosent i 2025), og en større andel befinner seg på nivå 1 og 2.

Samlet sett viser analysene at digital arbeidserfaring er sterkt forbundet med høyt nivå av digital kompetanse, men uten tydelige endringer over tid innen hver gruppe. Arbeid fungerer dermed først og fremst som en stabil differensierende arena, snarere enn som en drivkraft for raske endringer i kompetansenivå på befolkningsnivå. Dette bidrar til å forklare hvorfor forskjeller i digital kompetanse vedvarer mellom grupper, også i en periode der tilgangen til internett og digitale verktøy er nær universell.

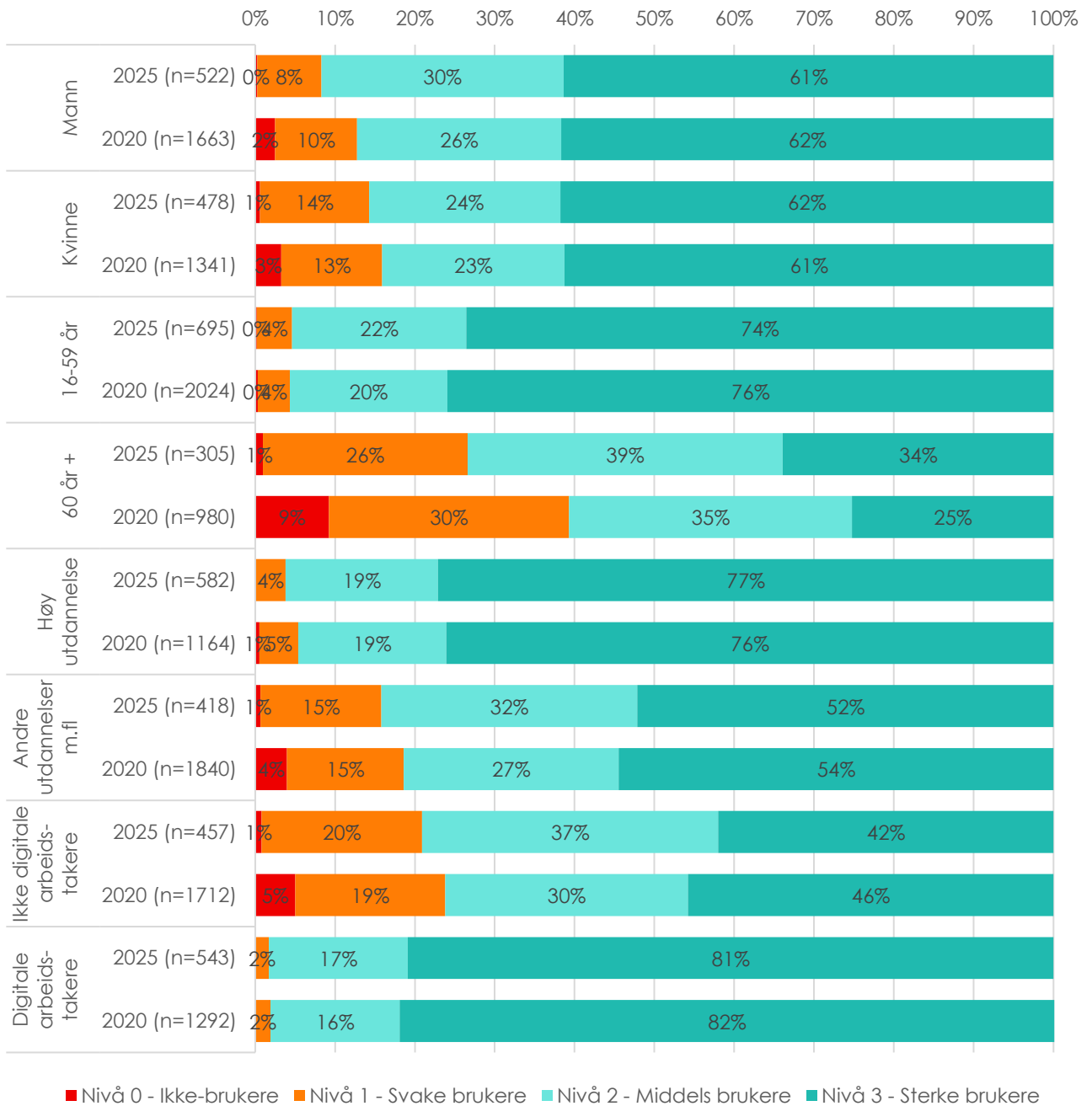
Dette perspektivet er viktig for tolkningen av de videre analysene: Når nesten alle bruker internett daglig, blir det avgjørende skillet i økende grad knyttet til hvilke sammenhenger bruken inngår i – og særlig om arbeidshverdagen stiller systematiske og reelle digitale krav.

Utvikling i erfaringscore for grunnleggende digitale ferdigheter 2020-2025 etter demografi



Figur 6. Utvikling erfaringscore for digitale ferdigheter etter kjønn, alder, utdanning, og digitale arbeidstakere, personer 16 år og eldre, telefon 2020 og 2025. Figuren viser hvor eventuelle endringer på totalnivå materialiserer seg i befolkningen. Aldersinndelingen er todelt (16–59 år og 60 år og eldre), og utdanning todelt (høyere utdanning og øvrig utdanningsnivå), for å sikre tilstrekkelig stabile estimater i telefongrunnet.

Utvikling i nivå på grunnleggende digitale ferdigheter 2020-2025 etter demografi



Figur 7. Utvikling i fordeling på nivåer av grunnleggende digitale ferdigheter etter kjønn, alder, utdanning, og digitale arbeidstakere, personer 16 år og eldre, telefon 2020 og 2025.. Figuren viser hvordan befolkningen fordeler seg på ferdighetsnivåene 0-3 (ikke-brukere til sterke brukere) innen utvalgte demografier. Fordelingen er basert på den samlede erfaringsscoren, og viser hvor eventuelle endringer på totalnivå materialiserer seg i befolkningen. Aldersinndelingen er todelt (16-59 år og 60 år og eldre), og utdanning todelt (høyere utdanning og øvrig utdanningsnivå), for å sikre tilstrekkelig stabile estimater i telefongrunnet.

7.3 Oppsummering

Dette kapittelet har belyst utviklingen i digital kompetanse i befolkningen over tid, basert på det metodisk sammenliknbare telefongrunnlaget. Analysene har tatt utgangspunkt i den oppdaterte erfaringsscoren (0–100), som gir et robust mål for utvikling i en periode der det normative kompetansekravet er skjerpet. Utviklingen er analysert på totalnivå, etter overordnede kompetanseområder og etter sentrale demografiske kjennetegn, inkludert digital arbeidserfaring.

På totalnivå viser analysene et stabilt resultat fra 2020 til 2025. Forskjellen i samlet erfaringsscore mellom måleårene vurderes ikke som vesentlig gitt utvalgsstørrelsen i telefondelen. Denne stabiliteten må samtidig forstås i lys av at målingen nå stiller høyere krav til hva som regnes som digital kompetanse, og indikerer dermed at befolkningen samlet sett har opprettholdt sitt kompetansenivå under strengere normer.

Analysene etter demografiske kjennetegn viser i hovedsak stabile nivåer etter kjønn og utdanning. Mindre forskjeller i erfaringsscore vurderes som uttrykk for stabilitet snarere enn reell endring. Utdanningsnivå fremstår fortsatt som en tydelig strukturerende faktor for digital kompetanse, men uten klare tegn til at forskjellene har økt eller blitt redusert i perioden.

Det mest markante og robuste utviklingstrekket i materialet finnes etter alder. Blant personer 60 år og eldre ser vi en tydelig økning i erfaringsscoren fra 2020 til 2025. Denne utviklingen kommer også klart til uttrykk i nivåfordelingen, ved at andelen ikke-brukere har falt betydelig samtidig som andelen sterke brukere har økt. Endringen vurderes i stor grad å reflektere kohorteffekter og endret alderssammensetning over tid, snarere enn bred individuell kompetanseheving innen de samme kohortene. For personer i alderen 16–59 år er kompetansenivået gjennomgående høyt og stabilt i begge måleår.

Et viktig tillegg i dette kapittelet er analysen av digitale arbeidstakere, definert som personer som oppgir at arbeidsoppgavene deres i stor grad krever bruk av digitale verktøy og internett. Denne gruppen har et gjennomgående svært høyt nivå av digital kompetanse i begge måleår. Erfaringsscoren blant digitale arbeidstakere er stabil på et høyt nivå fra 2020 til 2025, mens nivået blant øvrige i befolkningen er lavere og tilsvarende stabilt. Forskjellene mellom gruppene er betydelige og vedvarende, og understreker arbeidslivets rolle som en sentral arena for utvikling og vedlikehold av digital kompetanse. Samtidig viser analysene at arbeid primært fungerer som en differensierende arena, snarere enn som en drivkraft for raske endringer i kompetansenivå på befolkningsnivå.

Samlet sett viser telefondelen at utviklingen i digital kompetanse i befolkningen kjennetegnes av stabilitet på totalnivå, kombinert med tydelige, men avgrensede utviklingstrekk innen enkelte kompetanseområder, en klar generasjonseffekt blant de eldste og vedvarende forskjeller knyttet til arbeidserfaring og utdanning. Telefongrunnlaget gir dermed et solid overblikk over overordnede utviklingstrekk,

men har begrensninger når det gjelder å forklare hva som ligger bak nivåene og hvordan kompetansen fordeler seg mer finmasket innen befolkningen.

I de følgende kapitlene går rapporten derfor videre med analyser basert på webundersøkelsen, som gir bedre forutsetninger for detaljerte beskrivelser av erfaringsnivå, konkrete ferdigheter og variasjon innen internettbefolkningen.

Del III – Digital kompetanse i internettbefolkningen (web) *

* Begrepet «internettbefolkningen» brukes i denne rapporten som en videreføring av terminologi fra tidligere undersøkelser, der det tjente som en praktisk betegnelse på utvalg fra nettbaserte datainnsamlinger i en periode da internetttilgang ikke var universell. I dag har praktisk talt hele befolkningen tilgang til internett, og begrepet er derfor ikke lenger presist i en allmenn forstand. I denne rapporten benyttes «internettbefolkningen» utelukkende for å skille analyser basert på selvadministrert webundersøkelse fra analyser basert på telefonintervjuer. Det mest presise ville vært å omtale befolkningens erfaringer og holdninger slik de kommer til uttrykk gjennom selvutfylling av webskjema, men av hensyn til konsistens og lesbarhet beholdes begrepet her.

8 Digital kompetanse i internettbefolkningen

I de foregående kapitlene er utviklingen i digital kompetanse i befolkningen analysert over tid, basert på metodisk sammenliknbare telefonintervjuer. Disse analysene gir et robust bilde av hvordan den samlede digitale kompetansen har utviklet seg under et skjerpet normativt kompetansekrav, og hvilke hovedforskjeller som består mellom sentrale grupper i befolkningen. Samtidig viser resultatene at tilgangen til internett og digitale verktøy i dag er nær universell, og at ikke-bruk fremstår som et marginalt fenomen.

Når det store flertallet av befolkningen deltar digitalt i hverdagen, er det neste analytiske spørsmålet ikke lenger om folk bruker digitale løsninger, men hvordan den digitale kompetansen faktisk er fordelt, hvilke ferdigheter som mestrer godt, og hvilke som oppleves som mer krevende i dagens digitale omgivelser. Dette forutsetter et datagrunnlag som gir rom for større tematisk bredde, mer detaljerte erfaringsmål og direkte måling av kunnskap.

Dette kapitlet bygger derfor på webundersøkelsen, som er gjennomført blant internettbefolkningen. Webundersøkelsen gir et langt mer omfattende datagrunnlag enn telefondelen, både i antall respondenter og i muligheten til å inkludere reviderte

erfaringsmål, nye kompetanseområder og kunnskapstester. Formålet med analysene i dette kapitlet er å gi et oppdatert og nyansert bilde av digital kompetanse slik den er definert i 2025/2026, og å identifisere hvilke ferdigheter som er godt etablert i befolkningen, og hvor det fortsatt finnes tydelige utfordringer.

Resultatene i dette kapitlet beskriver nivåer og forskjeller i internettbefolkningen, og skal ikke tolkes som direkte sammenliknbare med nivåene i telefondelen. Eventuelle nivåforskjeller mellom telefon- og webundersøkelsen må forstås i lys av ulike innsamlingsmetode, svarsetting og spørsmålsformat. Utvikling over tid analyseres fortsatt utelukkende på grunnlag av telefondata, mens webundersøkelsen brukes til fordypning, forklaring og detaljert innsikt i dagens situasjon.

Analysene tar utgangspunkt i den samlede erfaringscoren og ferdighetsnivåene slik de er definert tidligere i rapporten, og brytes videre ned etter sentrale bakgrunnsvariabler som alder, utdanning, kjønn, sysselsettingsstatus og digital arbeidserfaring. Slik gir kapittel 7 et nødvendig supplement til utviklingsanalysene, og danner et empirisk grunnlag for de påfølgende kapitlene om sammenhengen mellom erfaring og kunnskap, barrierer for digital mestring og behov for kompetansebygging.

8.1 Samlet erfaringsnivå i internettbefolkningen – status og kalibrering

Internettbefolkningen har samlet sett et relativt høyt nivå av digital erfaring, målt gjennom den samlede erfaringscoren. Gjennomsnittlig nivå ligger rundt 69 poeng, men bak dette gjennomsnittet finnes det betydelige forskjeller mellom grupper i befolkningen. Nivået er gjennomgående høyest blant yngre og middelaldrende grupper, personer med høyere utdanning og blant digitale arbeidstakere, og lavere blant eldre grupper og blant personer utenfor arbeidslivet. Forskjellene mellom kvinner og menn er mindre, mens alder, utdanning og digital arbeidserfaring fremstår som tydelige strukturerende kjennetegn i nivåbildet.

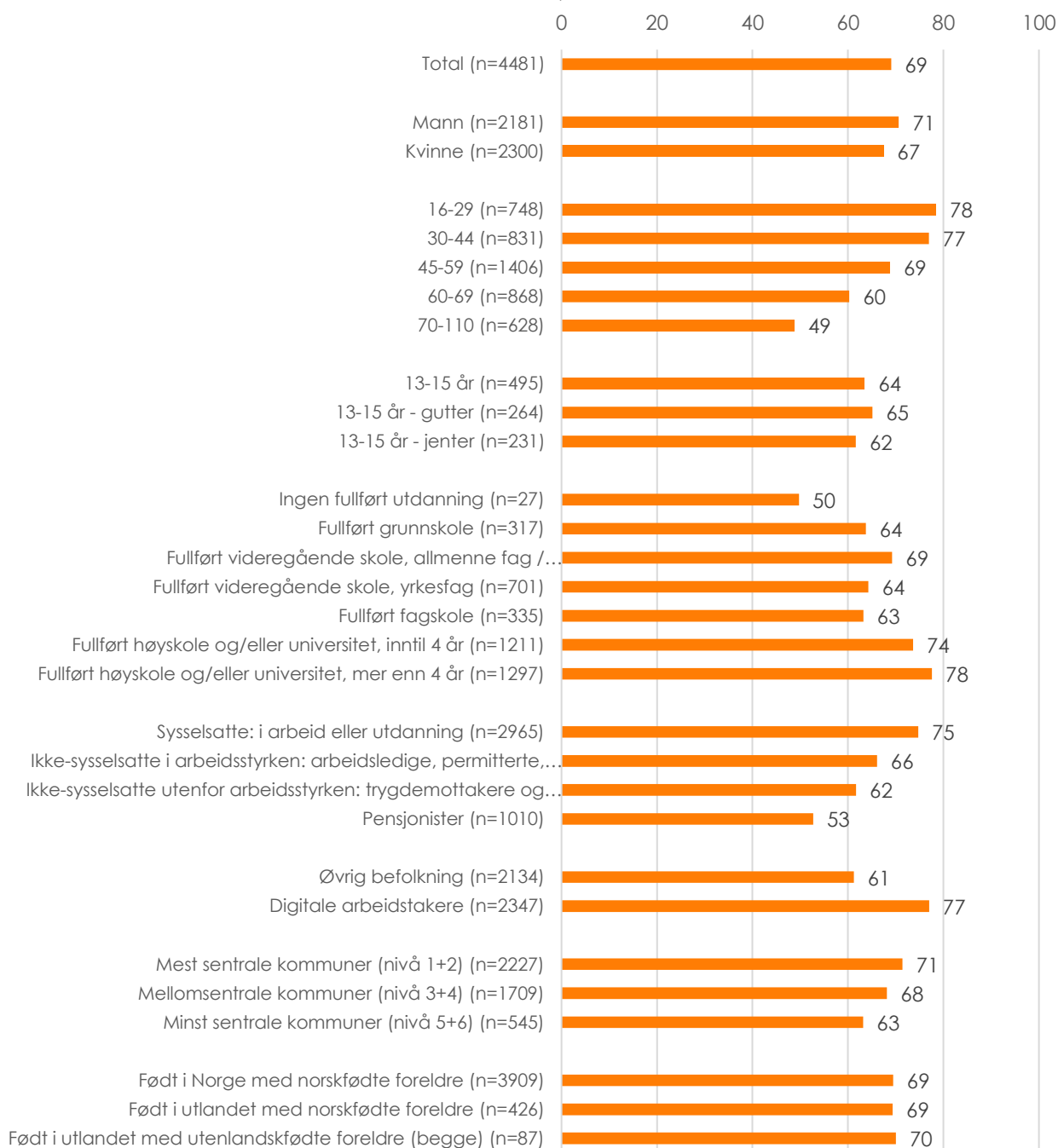
Samtidig viser nedbrytningene også forskjeller etter enkelte sekundære bakgrunnsvariabler, som sysselsettingsstatus og bostedets sentralitet. Disse forskjellene må imidlertid tolkes med varsomhet. Både i denne undersøkelsen og i tidligere analyser har det vist seg at slike bivariate forskjeller i stor grad reflekterer underliggende forskjeller i alderssammensetning, utdanningsnivå og digital eksponering gjennom arbeid, snarere enn at sysselsetting eller geografi i seg selv er årsak til høyere eller lavere digital erfaring. Resultatene i dette kapitlet bør derfor leses i lys av dette forklaringshierarkiet, som presenteres i et vedlegg til rapporten.

Når nivået brytes ned i ferdighetsnivåer, bekreftes bildet av at flertallet i internettbefolkningen befinner seg i den øvre delen av kompetansespekteret. Over halvparten klassifiseres som sterke brukere, mens om lag fire av ti befinner seg på et middels nivå. Andelen svake brukere er relativt begrenset samlet sett, men øker tydelig med alder og er høyere blant personer uten digital arbeidserfaring. Ungdom i

alderen 13–15 år befinner seg i hovedsak på middels og høyt ferdighetsnivå, med en relativt lav andel svake brukere.

Samlet gir dette et kalibrert bilde av hvem som ligger hvor i internettbefolkningen, før analysene i de neste delkapitlene går videre til å undersøke hvilke deler av den digitale kompetansen som varierer mest, og hvordan disse forskjellene kommer til uttrykk innen ulike kompetanseområder.. Resultatene som beskrives her, er vist i Figur 8 og Figur 9 på de følgende sidene.

Nivå på grunnleggende digitale ferdigheter basert på webundersøkelsen



Figur 8. Erfaringscore for grunnleggende digitale ferdigheter basert på webundersøkelsen (0–100). Figuren viser gjennomsnittlig erfaringscore for grunnleggende digitale ferdigheter, beregnet på en skala fra 0 til 100, basert på webundersøkelsen. Resultatene er vist samlet for internettbefolkningen, samt fordelt på utvalgte bakgrunnsvariabler. Høyere verdi indikerer mer omfattende erfaring med digitale ferdigheter slik disse er operasjonalisert i undersøkelsen. Tallene representerer gjennomsnittlig score innen hver gruppe.

Figur 8 viser at internettbefolkningen samlet har et relativt høyt nivå av digital erfaring, med en gjennomsnittlig erfaringscore på om lag 69 poeng. Dette gir et tydelig utgangspunkt for de videre analysene i kapittel 7.

Når resultatene brytes ned etter alder, fremtrer et klart og gjennomgående mønster der erfaringscoren er høy blant yngre og middelaldrende grupper, med nivåer rundt 77–78 poeng blant personer i alderen 16–44 år. Deretter synker gjennomsnittlig score gradvis med økende alder, til rundt 49 poeng blant personer 70 år og eldre. Ungdom i alderen 13–15 år har en gjennomsnittlig erfaringscore på rundt 64 poeng. Innen denne gruppen er forskjellene mellom gutter og jenter små, men med noe høyere score blant gutter enn jenter.

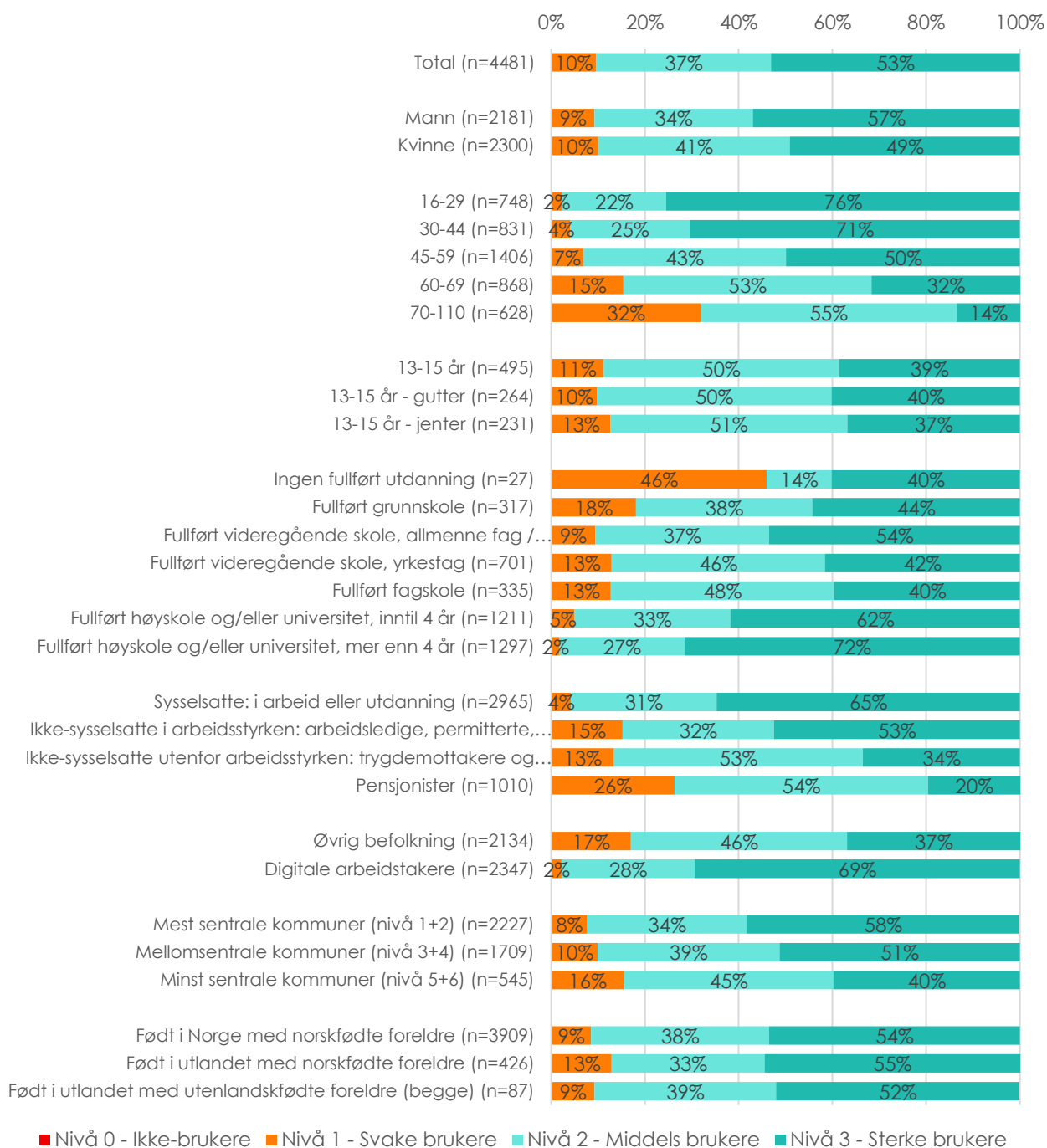
Utdanningsnivå er også tydelig reflektert i erfaringsnivåene. Personer med fullført høyere utdanning, særlig universitets- og høyskoleutdanning på mer enn fire år, har gjennomgående høyere erfaringscore (rundt 76–78 poeng) enn personer med lavere eller yrkesfaglig utdanning, som ligger i området 63–65 poeng. Dette understreker at utdanning systematisk henger sammen med nivået av digital erfaring, også når denne måles bredt.

Et tydelig skille fremkommer videre mellom digitale arbeidstakere og øvrige grupper. Digitale arbeidstakere har en gjennomsnittlig erfaringscore på nær 77 poeng, mens arbeidstakere med lavere digitale krav i jobben ligger rundt 61 poeng. Pensjonister ligger gjennomgående lavere enn øvrige grupper, med en gjennomsnittlig score på rundt 53 poeng.

Figuren viser også variasjon etter sysselsettingsstatus og bostedets sentralitet. Blant sysselsatte – særlig i arbeid eller utdanning – ligger erfaringsnivået høyere enn blant personer utenfor arbeidsstyrken, og erfaringscoren er noe høyere i de mest sentrale kommunene enn i de minst sentrale. Disse forskjellene må imidlertid tolkes i lys av det overordnede forklaringshierarkiet som ligger til grunn for rapportens analyser. Både sysselsetting og sentralitet henger nært sammen med underliggende forskjeller i alderssammensetning, utdanningsnivå og digital eksponering gjennom arbeid, og bør derfor ikke forstås som selvstendige årsaker til høyere eller lavere digital erfaring. Dette samsvarer med både analysene i denne rapporten og funn fra tidligere undersøkelser.

Forskjeller etter kjønn og landbakgrunn er gjennomgående mindre, og ligger nært det samlede gjennomsnittet.

Erfaringscore for grunnleggende digitale ferdigheter basert på webundersøkelsen



Figur 9. Fordeling på nivåer av grunnleggende digitale ferdigheter i internettbefolkningen (prosent). Figuren viser fordelingen av internettbefolkningen på ferdighetsnivåer for grunnleggende digitale ferdigheter, basert på webundersøkelsen. Klassifiseringen bygger på den samlede erfaringscoren (0-100) og deler respondentene i tre ferdighetsnivåer: nivå 1 (svake brukere), nivå 2 (middels brukere) og nivå 3 (sterke brukere). Andeler er vist i prosent innen hver gruppe.

Figur 9 viser at fordelingen på ferdighetsnivåer bekrefter bildet av et gjennomgående høyt nivå av digitale ferdigheter i internettbefolkningen. Samlet sett befinner om lag 53 prosent seg på nivå 3, definert som sterke brukere, mens rundt 37

prosent klassifiseres som middels brukere. Andelen svake brukere utgjør samlet i underkant av 10 prosent. Dette understøtter inntrykket av at flertallet i internettbefolkningen har et relativt solid grunnlag av digitale ferdigheter.

Når fordelingen brytes ned etter alder, fremtrer et tydelig og konsistent generasjonsmønster. Blant personer under 45 år er rundt 70–75 prosent sterke brukere, og andelen svake brukere er svært lav. I aldersgruppen 45–59 år er fordelingen jevnere, med om lag halvparten sterke brukere og en betydelig andel på middels nivå. Blant personer 60 år og eldre øker andelen middels og svake brukere markant, og blant de eldste befinner flertallet seg på middels nivå, med en betydelig andel svake brukere. Aldersmønsteret utgjør dermed den mest gjennomgående strukturen i nivåfordelingen.

Ungdom i alderen 13–15 år plasserer seg i hovedsak på middels og høyt ferdighetsnivå. Rundt fire av ti klassifiseres som sterke brukere, mens om lag halvparten befinner seg på middels nivå. Andelen svake brukere er relativt begrenset også i denne gruppen.

Utdanningsnivå gir tydelige og systematiske utslag i nivåfordelingen. Blant personer med høyere utdanning, særlig med lengre universitets- eller høyskoleutdanning, utgjør sterke brukere et klart flertall. Blant personer med lavere utdanning er andelen sterke brukere lavere, og en større andel befinner seg på middels nivå. Dette viser at utdanning bidrar til å differensiere ferdighetsnivå også innenfor samme aldersgrupper.

Forskjellene er særlig markerte når det gjelder digital arbeidserfaring. Blant digitale arbeidstakere klassifiseres nær 70 prosent som sterke brukere, mens andelen sterke brukere er betydelig lavere blant arbeidstakere med lavere digitale krav i jobben. Tilsvarende er andelen svake brukere høyere blant pensjonister og personer utenfor arbeidsstyrken enn blant sysselsatte.

Figuren viser også variasjon etter sysselsettingsstatus og bostedets sentralitet, blant annet ved at andelen sterke brukere er noe høyere blant sysselsatte og i de mest sentrale kommunene, og lavere blant personer utenfor arbeidsstyrken og i mindre sentrale områder. Som for erfaringscoren i Figur 8, må disse forskjellene imidlertid tolkes i lys av det overordnede forklaringshierarkiet. Både sysselsetting og sentralitet er tett sammenvevd med underliggende forskjeller i alderssammensetning, utdanningsnivå og digital eksponering gjennom arbeid, og bør derfor ikke forstås som selvstendige årsaker til ulikt ferdighetsnivå. Mønstrene samsvarer med både analysene i denne rapporten og funn fra tidligere undersøkelser, som viser at det først og fremst er demografiske og kompetanserelaterte forhold som strukturerer variasjonen i digitale ferdigheter.

8.2 Detaljert erfaringsnivå – hvor varierer kompetansen mest?

I forrige delkapittel ble nivået på digitale ferdigheter i internettbefolkningen etablert på et overordnet nivå, både gjennom samlet erfaringscore og fordeling på ferdighetsnivåer. Dette gir et klart bilde av hvem som samlet sett ligger høyt, middels og lavt, men sier i mindre grad noe om hva slags deler av den digitale kompetansen som er jevnt fordelt, og hvor det faktisk er store forskjeller i erfaringsnivå.

Formålet med dette delkapittelet er å gå ett skritt dypere i innholdet i den digitale kompetansen, ved å analysere erfaring med konkrete digitale ferdigheter på detaljnivå. Analysen er organisert tematisk i samme rekkefølge som spørsmålsbatteriet, og omfatter følgende hovedområder: bruk av mobiltelefon, informasjon på internett, e-post og meldingsløsninger, sikkerhet på internett, sosiale medier, programmer og apper samt tekstbehandling.

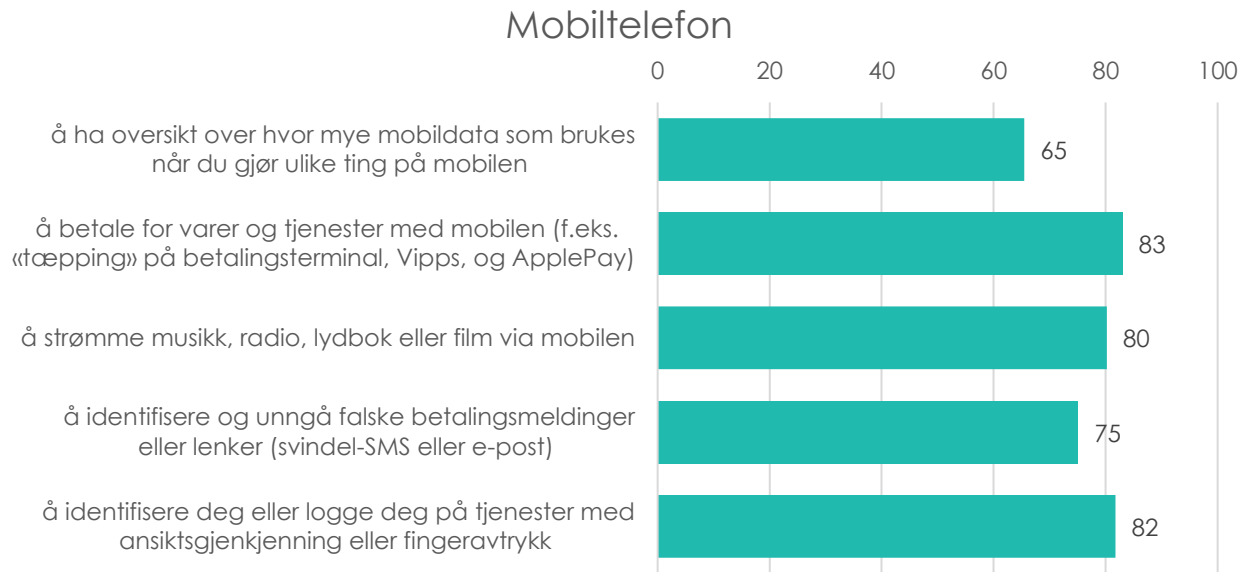
For hvert tema vises erfaring med de enkelte ferdighetene ved hjelp av erfaringscore på en skala fra 0 til 100, som gir et konsistent mål på samlet rapportert erfaringsnivå per ferdighet. Dette er et bevisst presentasjonsvalg. Scoren gjør det mulig å sammenlikne erfaring på tvers av mange elementer uten at leseren må forholde seg til omfattende frekvensfordelinger. Disse ligger til grunn for beregningene, men er ikke nødvendig for å følge hovedmønstrene som beskrives her.

Hovedformålet med delkapittelet er dermed ikke å forklare forskjeller, men å identifisere hvor kompetansen er etablert, og hvor den er mer ujevnt utviklet i internettbefolkningen. Ved å synliggjøre hvilke ferdigheter som scorer gjennomgående høyt, og hvilke som ligger klart lavere, fungerer dette delkapittelet som et seleksjonsledd i analysen. Det legger grunnlaget for de påfølgende delkapitlene, der vi går videre og analyserer hvordan disse mønstrene varierer etter alder, kjønn, utdanning, digital arbeidserfaring og blant de yngste respondentene.

8.2.1 Tema 1: Mobiltelefon

Mobilområdet viser et høyt samlet nivå, men også et tydelig spenn mellom de mest etablerte og de mer krevende elementene. De høyeste skårene finner vi på mobilbetaling (83 poeng) og biometrisk innlogging (82 poeng), samt strømming via mobil (80 poeng). Dette peker på at sentrale "hverdagsfunksjoner" på mobil er sterkt innarbeidet i internettbefolkningen.

Samtidig ligger ferdigheter som krever mer aktiv oppfølging eller vurdering lavere. Oversikt over mobildataforbruk ligger på 65 poeng, som er klart lavere enn de øvrige mobilferdighetene. Å identifisere og unngå falske betalingsmeldinger eller lenker ligger på 75 poeng: relativt høyt, men tydelig under de mest etablerte mobilhandlingene. Samlet viser mobiltemaet dermed et klart mønster: høy erfaring med transaksjon og bruk, og noe lavere erfaring på ferdigheter som krever mer kontinuerlig kontroll og sikkerhetsoppmerksomhet.

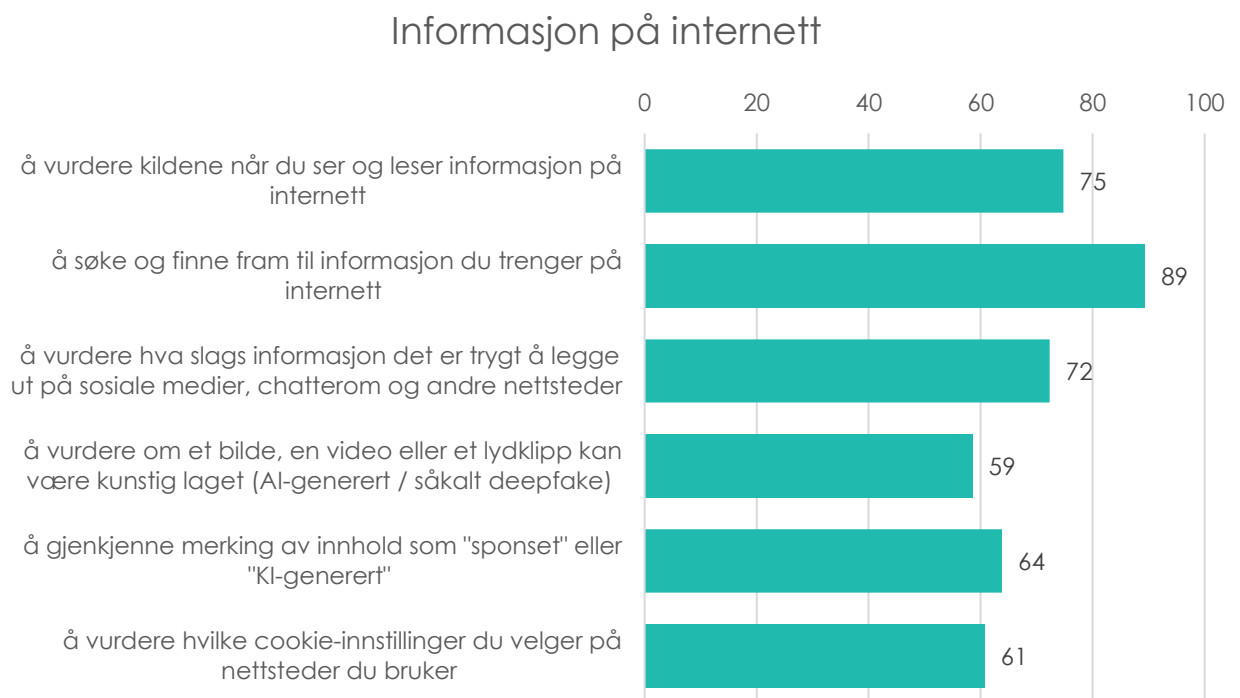


Figur 10. Mobiltelefon – erferingscore (0–100) per erferingselement, internettbefolkningen 16+. Figuren viser gjennomsnittlig erferingscore for ferdigheter knyttet til bruk av mobiltelefon. Høyere score indikerer mer rapportert erfering.

8.2.2 Tema 2: Informasjon på internett

Her finner vi den tydeligste kontrasten i hele materialet: internettbefolkningen scorer svært høyt på klassisk informasjonssøk (89 poeng), mens nyere vurderingsferdigheter ligger betydelig lavere. Det betyr at "å finne informasjon" fremstår som en moden ferdighet i internettbefolkningen, mens det er større ujevnheter i ferdigheter som handler om å vurdere, tolke og håndtere mer komplekse informasjonsmiljøer.

Kilde- og publiseringsvurderinger ligger relativt høyt, men lavere enn søk: å vurdere kilder ligger på 75 poeng, og å vurdere hva som er trygt å legge ut ligger på 72 poeng. Derimot faller nivået markant på KI- og plattformnære vurderinger: å vurdere om innhold kan være KI-generert (deepfake) ligger på 59 poeng, å gjenkjenne merking av sponset/KI-generert innhold på 64 poeng, og å vurdere cookie-innstillinger på 61 poeng. Mønsteret reflekterer at internettbefolkningen har svært høy erfaring med å orientere seg på nett, men lavere og mer ujevnt etablert erfaring med nyere vurderingskrav knyttet til KI, merking og personvernvalg.

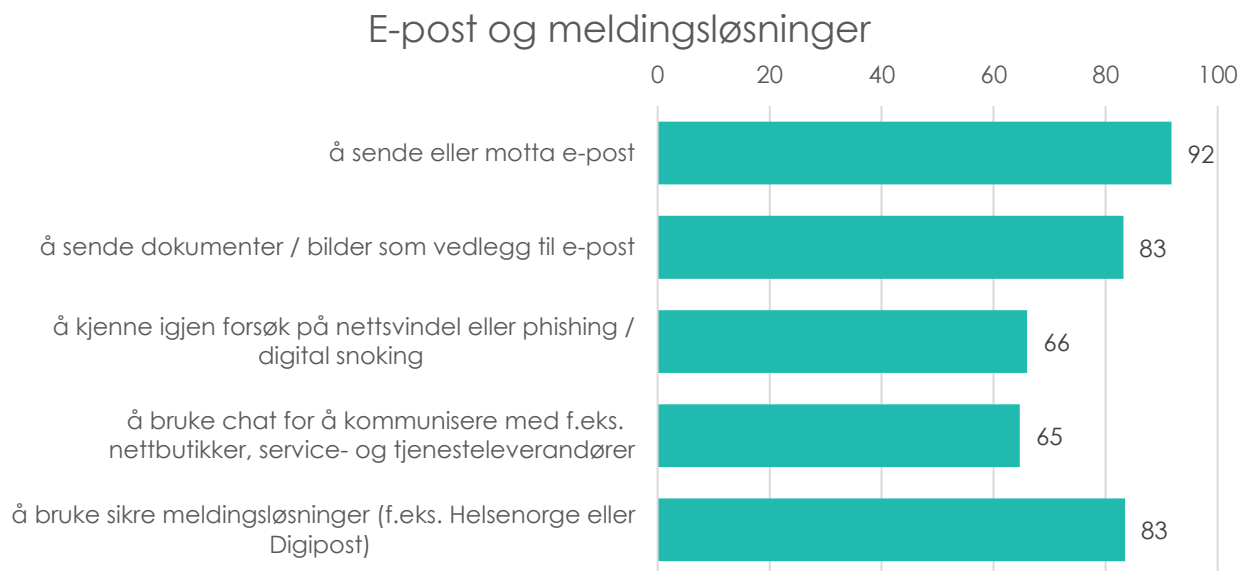


Figur 11. Informasjon på internett – erfaringsscore (0–100) per erfaringselement, internettbefolkningen 16+. Figuren viser gjennomsnittlig erfaringsscore for ferdigheter knyttet til informasjonssøk, kildevurdering og digitale vurderingsvalg på internett.

8.2.3 Tema 3: E-post og meldingsløsninger

E-post er et av de mest etablerte ferdighetsområdene i materialet. Å sende eller motta e-post ligger helt i toppsjiktet (92 poeng), og å sende vedlegg ligger også svært høyt (83 poeng). Dette bekrefter at grunnleggende e-postferdigheter er godt innarbeidet i internettbefolkningen.

Samtidig ligger enkelte ferdigheter i dette temaet lavere: å kjenne igjen phishing/svindel ligger på 66 poeng, og å bruke chat for å kommunisere med nettbutikker og tjenesteleverandører ligger på 65 poeng. I kontrast til dette ligger bruk av sikre meldingsløsninger (for eksempel Helsenorge eller Digipost) høyt (83 poeng). Mønsteret er dermed todelt: svært høy erfaring med klassiske kommunikasjonsformer (e-post og vedlegg), høy erfaring med sikre offentlige meldingskanaler, og lavere erfaringsnivå på ferdigheter der sikkerhetsvurdering eller "nyere kontaktformer" står mer sentralt.

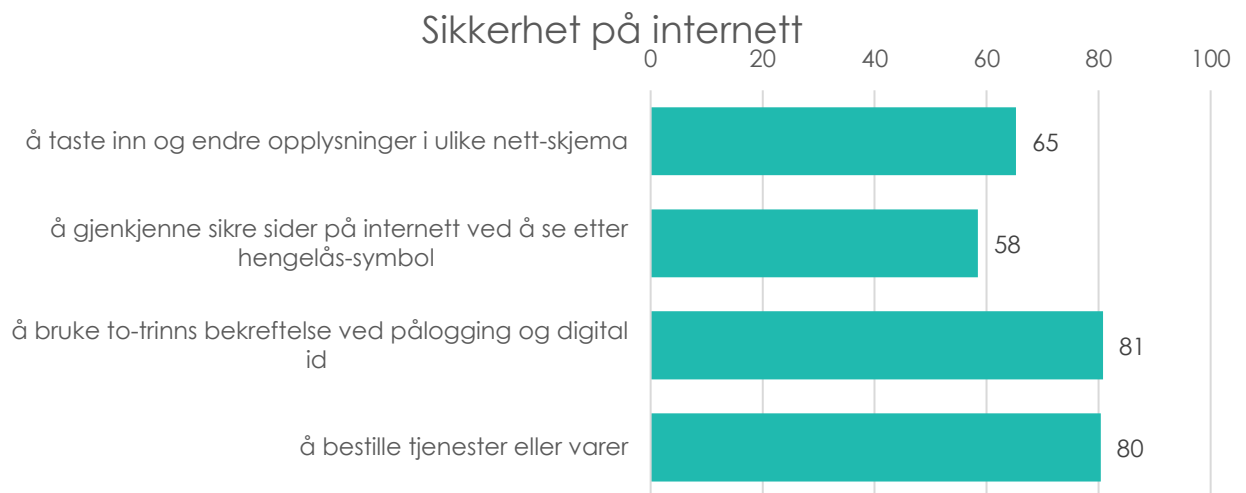


Figur 12. E-post og meldingsløsninger – erfaringscore (0–100) per erfaringselement, internettbefolkningen 16+. Figuren viser gjennomsnittlig erfaringscore for bruk av e-post, vedlegg, chat med tjenesteleverandører, sikker melding og svindelgjenkjenning.

8.2.4 Tema 4: Sikkerhet på internett

Sikkerhetstemaet viser et tydelig skille mellom rutinebaserte sikkerhetstiltak og mer vurderingsbaserte sikkerhetsferdigheter. Bruk av to-trinns bekreftelse ligger høyt (81 poeng), og netthandel/bestilling av varer og tjenester ligger også høyt (80 poeng). Dette tyder på at flere sentrale aktiviteter som er sentrale for å lære sikkerhetsrutiner er godt etablert i internettbefolkningen.

Samtidig scorer ferdigheter knyttet til å kjenne igjen sikkerhetssignaler lavere. Å gjenkjenne sikre sider ved å se etter hengelås-symbol ligger på 58 poeng, som plasserer dette elementet i den nedre delen av hele materialet. Å taste inn og endre opplysninger i nett-skjema ligger på 65 poeng, altså et moderat nivå. Mønsteret reflekterer at rutiner for innlogging og bruk er relativt etablerte, mens enkelte vurderingsferdigheter knyttet til hva som faktisk er "sikkert" på nett gir lavere erfaringsnivå.

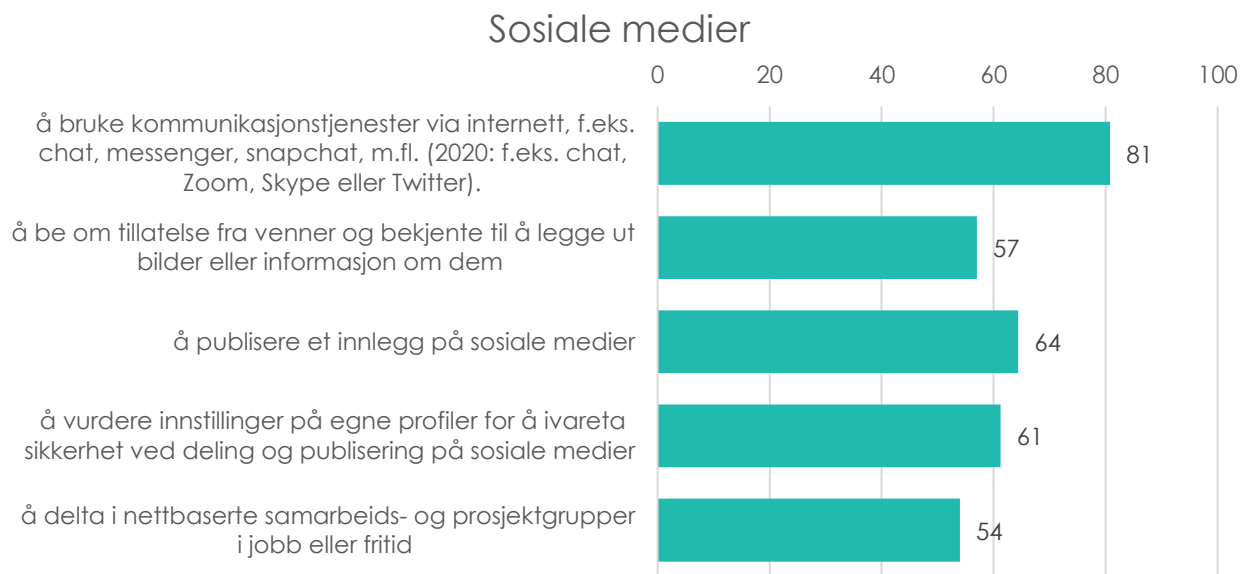


Figur 13. Sikkerhet på internett – erfaringscore (0–100) per erfaringselement, internettbefolkningen 16+. Figuren viser gjennomsnittlig erfaringscore for utvalgte ferdigheter knyttet til sikkerhet, innlogging og trygg bruk av digitale tjenester.

8.2.5 Tema 5: Sosiale medier

Sosiale medier-temaet viser en skarp intern kontrast: kommunikasjonstjenester via internett ligger høyt (81 poeng), mens elementer knyttet til samtykke, innstillinger og samarbeid ligger betydelig lavere. Publisering av innlegg ligger på (64 poeng), og vurdering av egne profilinnstillinger ligger på (61 poeng). Å be om tillatelse før man legger ut informasjon om andre ligger lavt (57 poeng), og deltakelse i nettbaserte samarbeids- og prosjektgrupper ligger lavest i dette temaet (54 poeng).

Mønsteret reflekterer at sosial digital kommunikasjon er bredt etablert, mens ferdigheter som handler om ansvarlig publisering, innstillingsvalg og mer strukturerte samarbeidsformer i digitale flater er mer ujevnt innarbeidet.

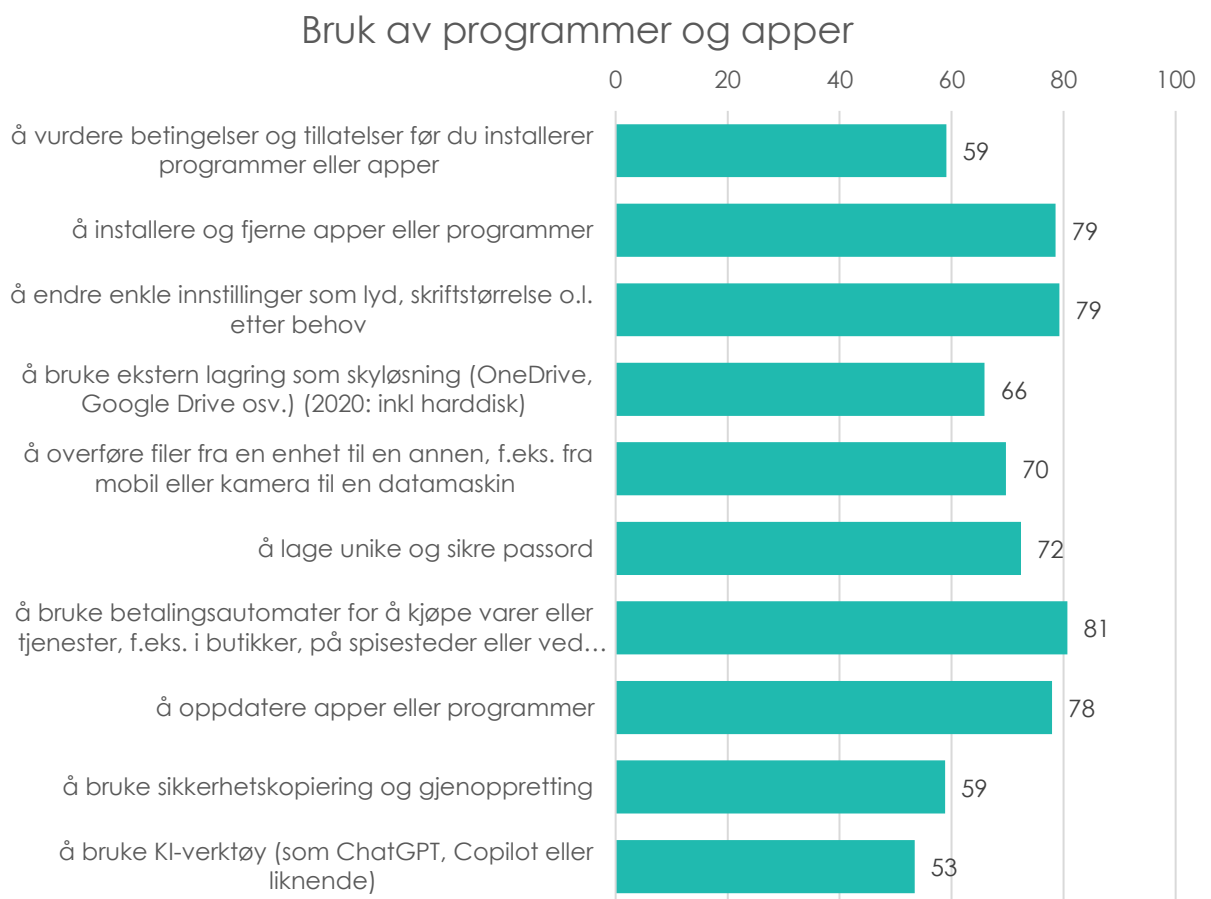


Figur 14. Sosiale medier – erfaringscore (0–100) per erfarelement, internettbefolkningen 16+. Figuren viser gjennomsnittlig erfaringscore for kommunikasjon, publisering, samtykke, innstillinger og digital samhandling i sosiale medier og nettbaserte grupper.

8.2.6 Tema 6: Programmer og apper

Dette temaområdet viser et tydelig skille mellom etablerte "basisferdigheter" i app- og enhetsbruk og ferdigheter som krever mer systemforståelse eller aktiv sikkerhetsforvaltning. Flere elementer ligger høyt: installere og fjerne apper (79 poeng), endre enkle innstillinger (79 poeng), oppdatere apper/programmer (78 poeng) og bruke betalingsautomater (81 poeng). Dette peker på at praktisk håndtering av apper og enheter er godt etablert i internettbefolkningen.

Derimot ligger flere sikkerhets- og vurderingsnære elementer lavere: å vurdere betingelser og tillatelser før installasjon (59 poeng) og å bruke sikkerhetskopiering og gjenoppretting (59 poeng). Bruk av KI-verktøy (som ChatGPT/Copilot) ligger på (53 poeng), og er blant de laveste elementene i hele materialet. Mønsteret reflekterer at "å få ting til å fungere" i apper er bredt etablert, mens ferdigheter knyttet til sikkerhetsvalg, gjenoppretting og nyere KI-bruk gir betydelig lavere erfaringsnivå.

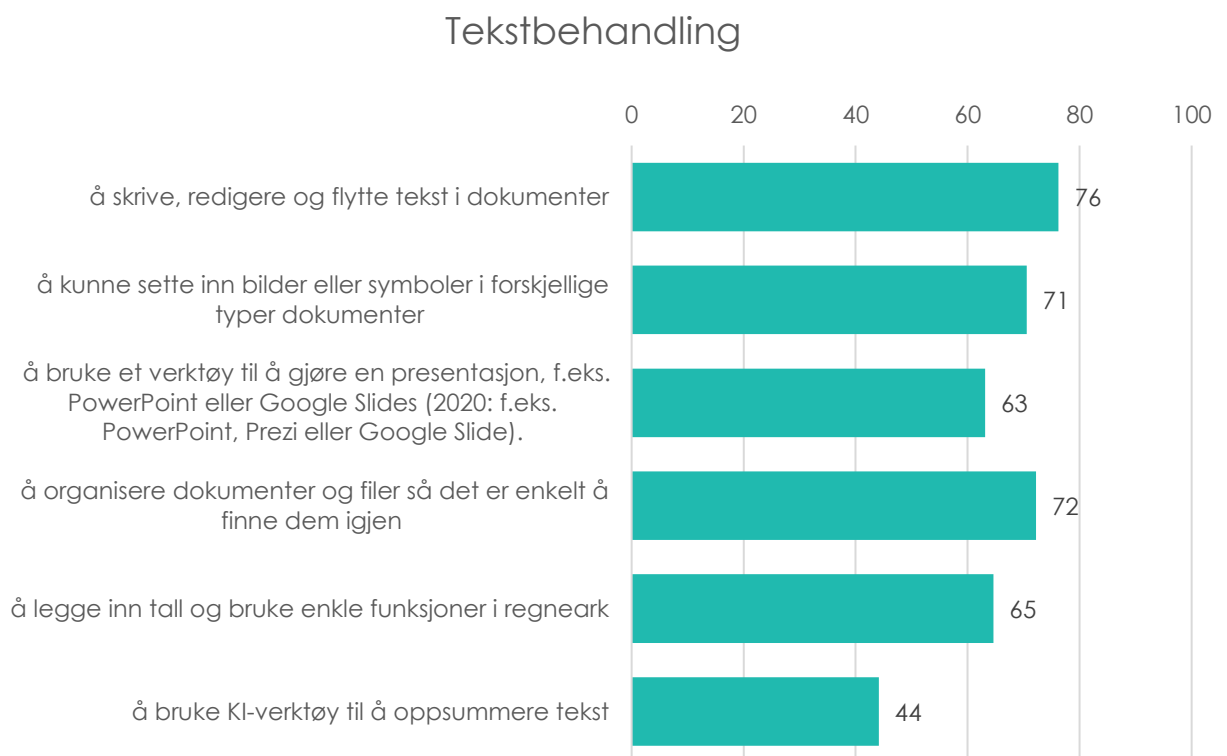


Figur 15. Programmer og apper – erfaringscore (0–100) per erferingselement, internettbefolkningen 16+. Figuren viser gjennomsnittlig erferingscore for ferdigheter knyttet til installasjon, innstillinger, lagring, filflyt, vedlikehold, passordpraksis, sikkerhet.

8.2.7 Tema 7: Tekstbehandling

Tekstbehandling viser moderat til høyt erfaringsnivå på klassiske kontorferdigheter, men et klart lavpunkt på KI-støttet tekstbearbeiding. Å skrive og redigere tekst i dokumenter ligger høyt (76 poeng), og å sette inn bilder/symboler ligger også relativt høyt (71 poeng). Å organisere dokumenter og filer ligger på 72 poeng, mens presentasjonsverktøy (63 poeng) og regneark (65 poeng) ligger lavere, men fortsatt i et moderat område.

Det tydeligste bruddet kommer på KI-oppsummering av tekst, som ligger på 44 poeng – det laveste elementet i hele materialet. Mønsteret reflekterer at tradisjonelle dokumentferdigheter er relativt godt etablert, mens KI-støttet tekstbearbeiding fortsatt har et lavt og ujevnt erfaringsnivå i internettbefolkningen.



Figur 16. Tekstbehandling – erfaringscore (0–100) per erfaringselement, internettbefolkningen 16+. Figuren viser gjennomsnittlig erfaringscore for ferdigheter knyttet til tekst, dokumenter, presentasjoner, filorganisering, regneark og KI-støttet tekstbearbeiding.

8.2.8 Oppsummering

Sett under ett viser dette delkapittelet et konsistent mønster: Internettbefolkningen scorer svært høyt på etablerte, hverdagsnære ferdigheter som e-post (92 poeng) og informasjonssøk (89 poeng), og høyt på flere praktiske rutiner knyttet til mobil, netthandel og innlogging. Derimot ligger erfaringsnivået lavere på nyere og mer avanserte ferdigheter, særlig knyttet til KI-relatert vurdering og bruk (44–59 poeng), sikkerhetskopiering/gjenoppretting (59 poeng) og enkelte vurderingsferdigheter på internett (58–64 poeng). Dette gir et tydelig grunnlag for videre analyser i 8.3 - 8.7, der vi undersøker hvordan disse mønstrene varierer mellom grupper.

8.3 Videre analyser: prinsipper for hva vi tar med videre

I delkapittel 8.1 etablerte vi et detaljert nivåbilde av digital kompetanse i internettbefolkningen. I 8.2 gikk vi ett steg dypere og kartla erfaringscore for hvert enkelt erfaringselement. Dette ga et tydelig mønster: Internettbefolkningen scorer svært høyt på etablerte og hverdagsnære ferdigheter som e-post (92 poeng) og informasjonssøk (89 poeng), mens erfaringsnivået er lavere på nyere og mer avanserte ferdigheter – særlig knyttet til KI-relatert vurdering og bruk (44–59 poeng), sikkerhetskopiering/gjenoppretting (59 poeng) og enkelte vurderingsferdigheter på internett (58–64 poeng).

Når vi nå går videre til nedbrytninger etter alder, kjønn, utdanning, digital arbeidserfaring og sideblikk på 13–15-åringene, må vi gjøre et bevisst valg av hvilke ferdigheter vi analyserer mer i detalj. Dersom vi forsøker å bryte ned alt, blir presentasjonen tung å lese og det blir vanskelig å holde fast ved de viktigste mønstrene. Samtidig er det metodisk viktig å ikke velge bort ferdigheter som kan være relevante for enkelte grupper selv om de ikke skiller seg mye ut på totalnivå.

Vi legger derfor følgende prinsipper til grunn:

- Vi tar ikke med ferdigheter som nesten alle allerede mestrer godt. Disse har svært høy erfaringscore på totalnivå og gir begrenset merverdi i detaljerte nedbrytninger.
- Vi prioriterer ferdigheter med lav eller moderat erfaringscore på totalnivå, fordi disse representerer områder der erfaringen er mer ujevnt etablert i internettbefolkningen og derfor har størst sannsynlighet for meningsfulle forskjeller mellom grupper.
- Vi inkluderer et lite antall "kritiske" ferdigheter som er særlig relevante for trygg digital deltakelse, også når totalscoren ligger noe høyere enn bunnsjiktet, fordi konsekvensen av svakhet kan være betydelig.

Dette delkapittelet fungerer dermed som en styrt overgang fra "hva befolkningen totalt sett er sterkest og svakest på" til "hvem som ligger lavt på de områdene som er mest sårbare eller mest ujevnt etablert".

8.3.1 Ferdigheter vi tar med videre

Nedenfor er en avgrenset liste over elementer som tas med videre i de detaljerte analysene. For hvert element angis erfaringscore i parentes, samt hvorfor elementet er prioritert.

KI og KI-relatert kompetanse (nytt og tydelig lavt nivå):

- å bruke KI-verktøy til å oppsummere tekst (44 poeng) – laveste erfaringscore i materialet; indikerer et klart "nytt" ferdighetsområde med potensielt stor variasjon mellom grupper.
- å bruke KI-verktøy (som ChatGPT, Copilot eller liknende) (53 poeng) – lavt og ujevnt etablert på totalnivå; prioriteres som grunnindikator på KI-relatert ferdighetsbruk i befolkningen.

- å vurdere om et bilde, en video eller et lydklipp kan være kunstig laget (AI-generert / såkalt deepfake) (59 poeng) – lavere erfaringsnivå innen kritisk vurdering av innhold, og sentralt for forståelse av dagens informasjonsrisiko.
- å gjenkjenne merking av innhold som “sponset” eller “KI-generert” (64 poeng) – moderat erfaringsnivå og tydelig knyttet til nye krav i informasjonsmiljøet; tas videre for å se om dette varierer systematisk mellom grupper.

Sikkerhet og trygg digital deltakelse (lav/moderat nivå + høy relevans)

- å gjenkjenne sikre sider på internett ved å se etter hengelås-symbol (58 poeng) – lav erfaringscore på et grunnleggende sikkerhetstegn; tas videre som indikator på trygghetsrelaterte vurderingsferdigheter.
- å bruke sikkerhetskopiering og gjenoppretting (59 poeng) – lav/moderat score på en ferdighet som ofte er avgjørende når noe går galt; prioriteres for å kartlegge hvem som mangler denne typen “beredskapskompetanse”.
- å vurdere betingelser og tillatelser før du installerer programmer eller apper (59 poeng) – lav/moderat score på et sentralt sikkerhets- og personvernvalg; tas videre for å se om dette følger alder/utdanning/arbeid.
- å kjenne igjen forsøk på nettsvindel eller phishing / digital snoking (66 poeng) – noe høyere score enn bunnsjiktet, men inkluderes som “kritisk ferdighet” fordi den er sentral for trygg digital deltakelse og ofte har stor praktisk betydning.

Personvernvalg og digital dømmekraft (moderat nivå, tydelig ujevnheter):

- å vurdere hvilke cookie-innstillinger du velger på nettsted du bruker (61 poeng) – moderat score på et ferdighetsområde som kombinerer forståelse og valg; tas videre fordi det er tett knyttet til personvern og nyere praksis i digitale flater.
- å vurdere innstillinger på egne profiler for å ivareta sikkerhet ved deling og publisering på sosiale medier (61 poeng) – moderat score på en ferdighet som handler om bevisste valg i sosiale flater; tas videre fordi dette ofte varierer etter alder og digital erfaring.
- å be om tillatelse fra venner og bekjente til å legge ut bilder eller informasjon om dem (57 poeng) – lavere score på en norm- og praksisnær ferdighet; tas videre for å belyse forskjeller i digital dømmekraft og delingspraksis.

Digital samhandling og praktisk bruk (lav/moderat nivå, relevant for arbeid/rolle):

- å delta i nettbaserte samarbeids- og prosjektgrupper i jobb eller fritid (54 poeng) – lav/moderat score som sannsynligvis varierer med arbeidserfaring og rolle; tas videre som indikator på digital samhandling utover grunnleggende kommunikasjon.
- å bruke chat for å kommunisere med f.eks. nettbutikker, service- og tjenesteleverandører (65 poeng) – moderat score på en ferdighet som reflekterer moderne kontaktformer; tas videre fordi den kan skille mellom grupper selv ved høy generell internettbruk.

I de neste delkapitlene analyseres disse utvalgte elementene etter alder og kjønn (samlet), utdanning, digitale arbeidstakere, samt et sideblikk på 13–15-åringene. Målet er å se hvilke grupper som i størst grad bidrar til de tydeligste avvikene på totalnivå – og dermed hvor de mest relevante ulikhetene i digital kompetanse ligger i internettbefolkningen.

8.4 Forskjeller etter kjønn og alder (samlet)

I delkapittel 7.2 identifiserte vi hvilke deler av den digitale kompetansen som varierer mest i internettbefolkningen. Analysene viste at variasjonen i særlig grad knytter seg til nyere og mer krevende ferdigheter, blant annet innen KI-relatert vurdering og bruk, digital sikkerhet, personvernvalg og mer avansert digital samhandling.

Formålet med dette delkapittelet er å undersøke om og hvordan disse variasjonene følger grunnleggende demografiske mønstre, med særlig vekt på alder og kjønn. Alder og kjønn er valgt som analytiske hoveddimensjoner fordi de representerer sentrale og velkjente strukturer i tidligere analyser av digital kompetanse, og fordi de gir et nødvendig utgangspunkt for å forstå hvordan erfaring fordeler seg i befolkningen før mer strukturelle forklaringsfaktorer som utdanning og arbeid bringes inn. Resultatene er illustrert i Figur 17 og Figur 18 under.

8.4.1 Innledende funn

Samlet sett viser undersøkelsen at forskjellene i erfaringsnivå i langt større grad følger alder enn kjønn. Kjønnforskjellene er gjennomgående små og konsistente på tvers av ferdigheter, mens aldersforskjellene er både tydelige og systematiske, særlig innen nyere og mer krevende ferdigheter.

Innen alle fire prioriterte ferdighetsområder framstår yngre og middelaldrende grupper (særlig 16–44 år) som gjennomgående sterkest, mens erfaringsnivået faller markant i de eldste aldersgruppene. Dette gjelder særlig for KI-relaterte ferdigheter og for ferdigheter som krever aktiv vurdering, oppdatering og selvstendig digital dømmekraft.

8.4.2 KI og KI-relatert kompetanse: tydelig generasjonsskille

KI-relaterte ferdigheter er det området der aldersforskjellene er aller størst. Bruk av KI-verktøy – og særlig bruk til mer avanserte formål som å oppsummere tekst – viser et bratt fall med økende alder. Mens de yngste aldersgruppene rapporterer relativt høy erfaring, er nivået klart lavere blant personer over 60 år, og svært lavt blant de eldste.

Det indikerer at KI-kompetanse i stor grad er alders- og erfaringsavhengig, og i mindre grad noe som jevner seg ut gjennom generell digital bruk. KI framstår dermed som et nytt ferdighetsområde som foreløpig ikke har blitt en integrert del av digital praksis i hele befolkningen.

Kjønnforskjellene på dette området er relativt små sammenliknet med aldersforskjellene, og ser i hovedsak ut til å følge de samme alderslinjene.

8.4.3 Sikkerhet og trygg digital deltakelse: moderat nivå, men tydelig fall med alder

Innen ferdigheter knyttet til digital sikkerhet – som å kjenne igjen svindel, vurdere sikkerhetstegn og bruke sikkerhetskopiering – ligger erfaringsnivået samlet sett moderat til relativt høyt i de yngre og midtre aldersgruppene. Samtidig ser vi et tydelig og konsistent fall blant eldre grupper.

Dette er analytisk viktig: selv om mange eldre har høy bruk av digitale tjenester, er erfaringen med mer aktive sikkerhetstiltak og beredskapsrelaterte ferdigheter mer ujevnt etablert. Her peker funnene klart på et potensielt sårbarhetsområde, der lavere erfaring kan få større konsekvenser ved feil, angrep eller bortfall av data.

8.4.4 Personvernvalg og digital dømmekraft: jevnere kjønnsforskjeller, tydelige aldersforskjeller

Ferdigheter knyttet til personvernvalg og digital dømmekraft – som valg av cookie-innstillinger, vurdering av profilinnstillinger og samtykke ved deling – viser et lignende aldersmønster. Yngre og middelaldrende grupper rapporterer høyere erfaring enn eldre, mens nivået blant de eldste er markant lavere.

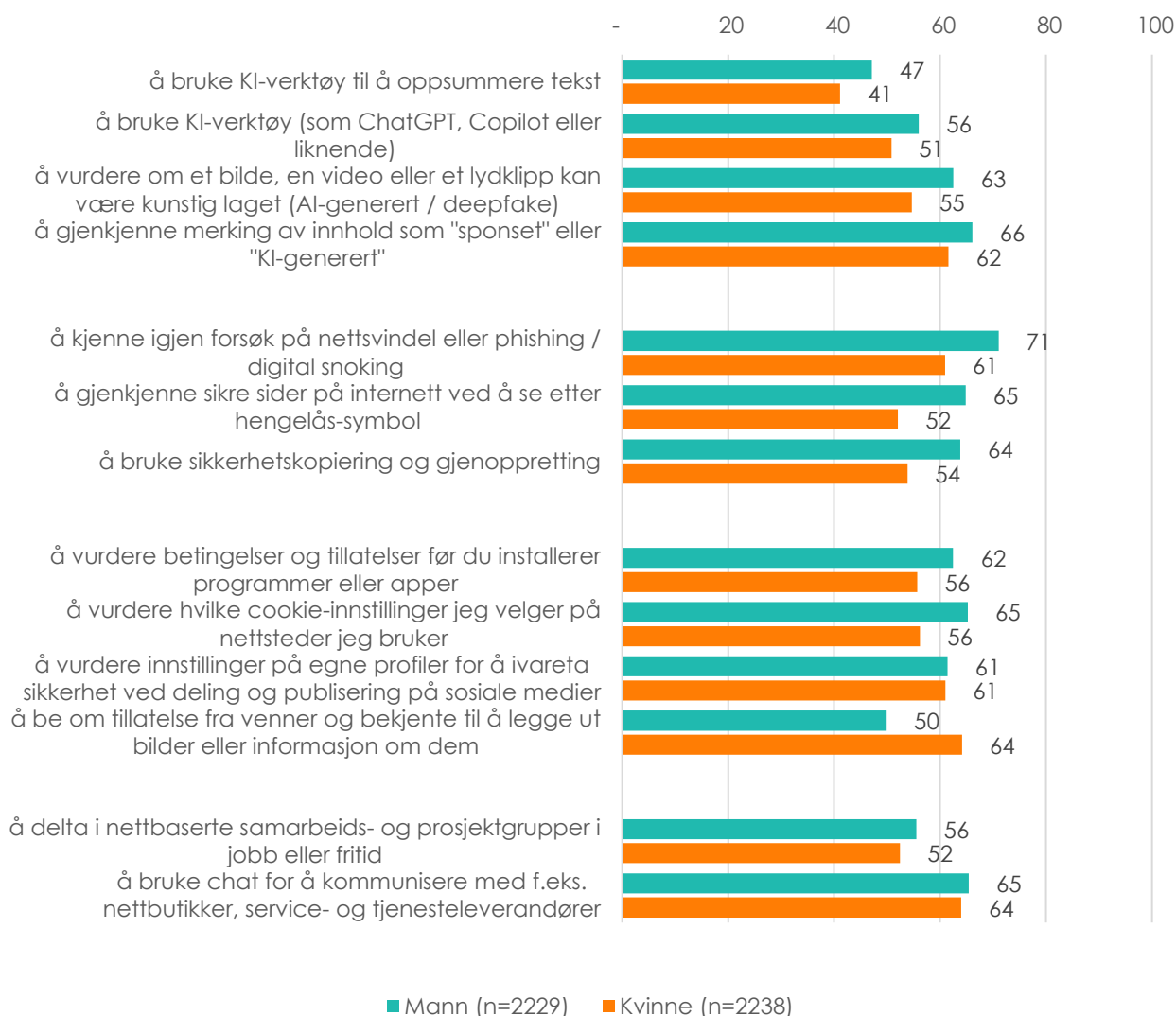
Kjønnsforskjellene er her noe mer varierende enn i de øvrige områdene, men framstår fortsatt som sekundære sammenliknet med aldersdimensjonen. Der forskjeller etter kjønn forekommer, er de små og ikke konsistente på tvers av ferdigheter.

8.4.5 Digital samhandling og praktisk bruk: relativt høyt nivå, men ikke jevnt fordelt

Innen digital samhandling og praktisk bruk – som bruk av chat med tjenesteleverandører og deltakelse i nettbaserte samarbeidsformer – ligger erfaringsnivået relativt høyt i store deler av befolkningen. Også her ser vi imidlertid et tydelig fall med økende alder, særlig for mer strukturerte og rolleavhengige samhandlingsformer.

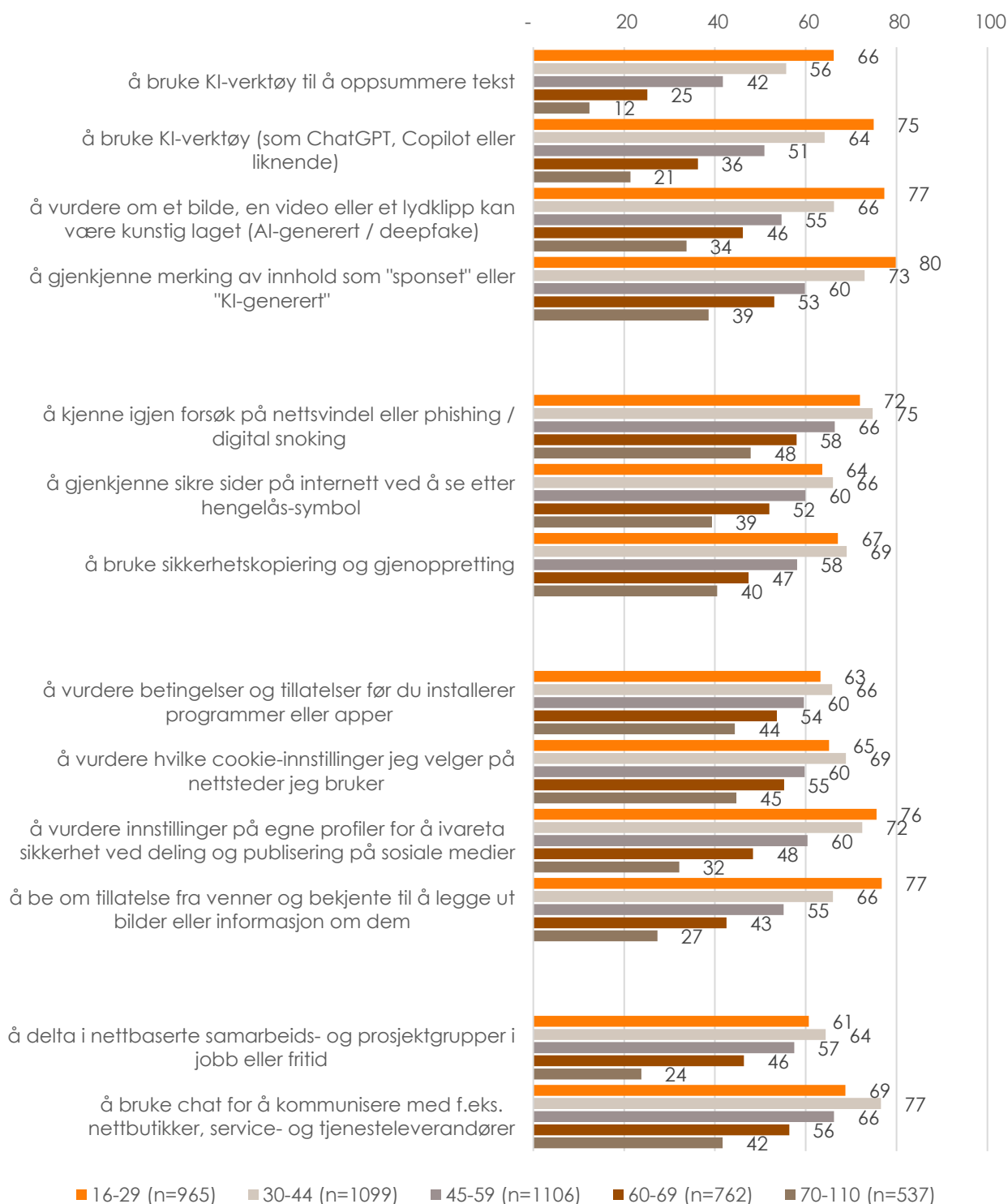
Dette indikerer at selv ferdigheter som framstår som "hverdagslige", i praksis stiller krav til sosial, teknisk og organisatorisk kontekst som ikke er likt til stede i alle aldersgrupper.

Kritiske ferdigheter etter: Kjønn



Figur 17. Kritiske digitale ferdigheter etter kjønn. Figuren viser gjennomsnittlig erfaringscore (0–100) for utvalgte ferdigheter innen fire prioriterte områder av digital kompetanse: KI-relatert kompetanse, sikkerhet og trygg digital deltakelse, personvernvalg og digital dømmekraft, samt digital samhandling og praktisk bruk. Resultatene er vist separat for menn og kvinner i internettbefolkningen (16+), basert på webundersøkelsen. Høyere verdi indikerer høyere rapportert erfaring.

Kritiske ferdigheter etter: Alder



Figur 18. Kritiske digitale ferdigheter etter alder. Figuren viser gjennomsnittlig erfaringscore (0–100) for de samme utvalgte ferdighetene, fordelt på aldersgrupper i internettbefolkningen (16+). Resultatene illustrerer hvordan erfaringsnivået varierer systematisk med alder innen KI-relatert kompetanse, sikkerhet, personvern og digital samhandling. Høyere verdi indikerer høyere rapportert erfaring.

8.5 Forskjeller etter utdanning

I forrige delkapittel ble forskjeller i digital kompetanse analysert etter kjønn og alder, og analysene viste at variasjonen i stor grad følger tydelige alderslinjer, mens kjønnsforskjellene samlet sett er mer begrensede. I dette delkapittelet rettes oppmerksomheten mot utdanning, som i tidligere undersøkelser har fremstått som en av de mest stabile strukturerende faktorene for forskjeller i digital kompetanse.

Formålet med kapittelet er å undersøke i hvilken grad utdanning fortsatt skiller i internettbefolkningen, særlig når det gjelder de ferdighetene som i 7.2 ble identifisert som mest krevende og ujevnt etablerte. Analysene skal dermed ikke dokumentere at personer med høyere utdanning generelt har høyere digital erfaring, dette bildet er velkjent, men belyse hvor utdanning fortsatt gir systematiske utslag, og hvor forskjellene i praksis er små eller fraværende. Resultatene er illustrert i Figur 19 under.

8.5.1 Overordnet vurdering: utdanning som selektiv skillelinje

Analysene bekrefter at utdanning fortsatt er en strukturerende faktor for digital kompetanse i internettbefolkningen, men på en annen måte enn alder. Der alder skiller langs en bred generasjonseffekt, virker utdanning mer målrettet – særlig innen ferdigheter som krever abstrakt forståelse, refleksjon og selvstendige vurderinger.

Dette betyr at utdanning ikke i like stor grad påvirker om folk bruker digitale løsninger, men i større grad hvordan de håndterer og vurderer mer komplekse digitale situasjoner.

8.5.2 KI og KI-relatert kompetanse: tydelige, men ikke ekstreme forskjeller

Innen KI-relaterte ferdigheter ligger personer med høyere utdanning gjennomgående høyere enn personer med øvrige utdanningsnivåer. Forskjellene gjelder både bruk av KI-verktøy generelt og mer avanserte former for bruk, som å anvende KI til analyserende eller produktive formål.

Samtidig er det viktig å merke seg at utdanning ikke eliminerer det generelt lave erfaringsnivået på KI-ferdigheter. Også blant personer med høyere utdanning er dette et område der erfaringen framstår som ujevnt etablert. Utdanning fungerer her som en fordel, men ikke som en garanti for høy kompetanse.

Dette skiller KI-området fra mer etablerte ferdigheter, og understreker at KI fortsatt er et nytt kompetansefelt der erfaring i stor grad bygges opp gradvis og kontekstavhengig, også blant høyt utdannede grupper.

8.5.3 Sikkerhet og trygg digital deltakelse: moderat utdanningseffekt

Innen ferdigheter knyttet til digital sikkerhet og trygg deltakelse er utdanningsforskjellene tydelige, men mer moderate enn for KI-relaterte ferdigheter. Personer med høyere utdanning rapporterer generelt høyere erfaring med sikkerhetsvurderinger og beredskapsrelaterte ferdigheter, men forskjellene mellom utdanningsgruppene er mindre konsekvente enn forskjellene vi så etter alder.

Dette tyder på at sikkerhet i større grad læres gjennom praksis og eksponering over tid, snarere enn gjennom utdanning alene. Samtidig gir høyere utdanning en viss fordel, særlig når det gjelder å tolke og vurdere sikkerhetssignaler og -valg.

8.5.4 Personvernvalg og digital dømmekraft: utdanning som tydelig faktor

Ferdigheter knyttet til personvernvalg og digital dømmekraft er blant de områdene der utdanning skiller klartest. Personer med høyere utdanning rapporterer gjennomgående høyere erfaring med å ta bevisste valg knyttet til personvern, deling og innstillinger i digitale flater.

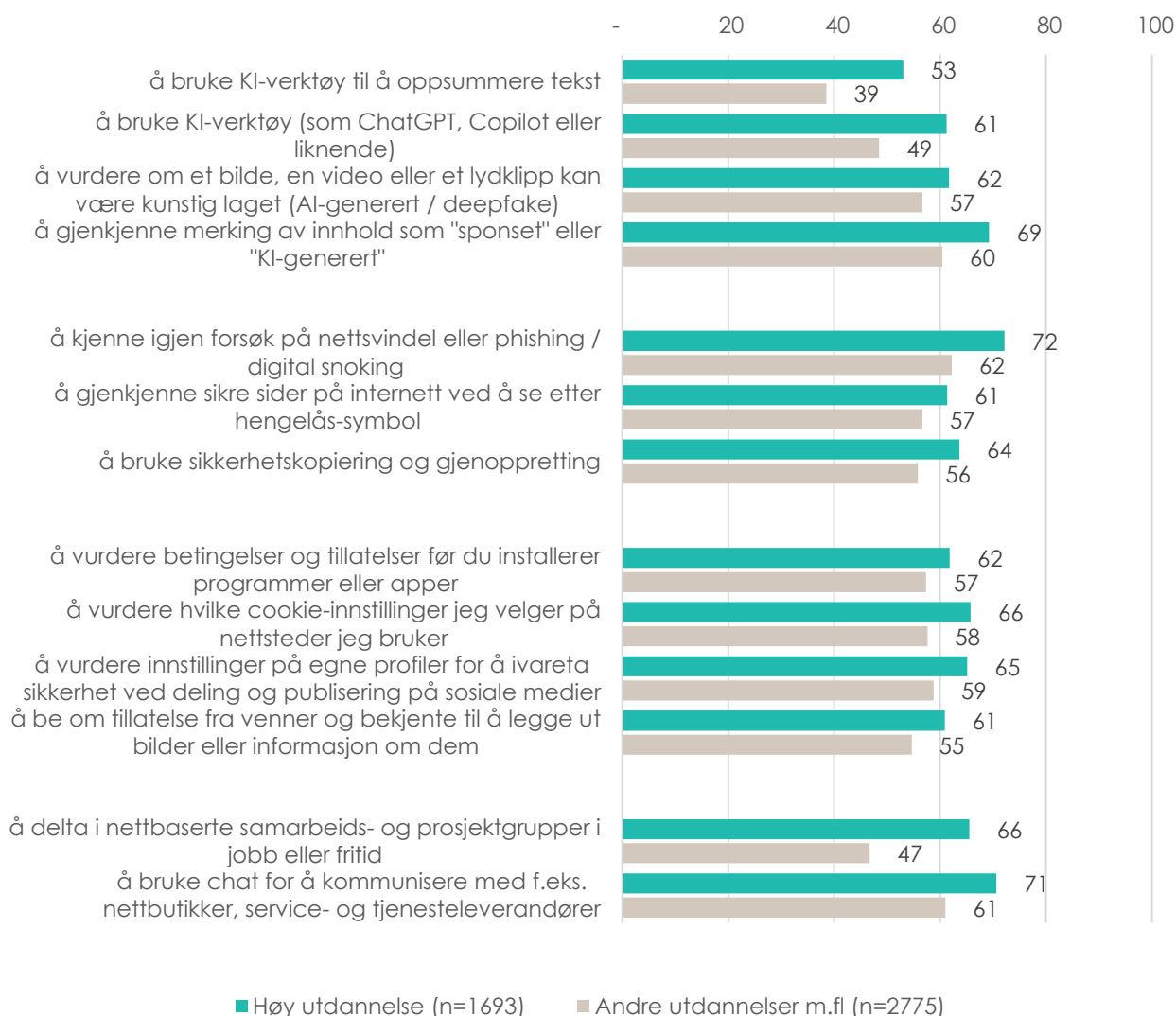
Dette indikerer at disse ferdighetene i større grad henger sammen med forståelse, refleksjon og tolkningskompetanse, som ofte utvikles gjennom utdanning. Samtidig er det viktig å understreke at også her varierer erfaringsnivået betydelig innen hver gruppe, noe som tilsier at utdanning er en viktig, men ikke tilstrekkelig forklaringsfaktor.

8.5.5 Digital samhandling og praktisk bruk: små forskjeller

Innen digital samhandling og mer praktisk bruk av digitale tjenester er forskjellene etter utdanning relativt små. Ferdigheter som å bruke chat med tjenesteleverandører eller delta i digitale samarbeidsformer framstår i stor grad som hverdagsnære og kontekstavhengige, og mindre direkte knyttet til formelt utdanningsnivå.

Dette bekrefter et sentralt funn i rapporten: utdanning skiller tydeligst der ferdighetene krever vurdering og forståelse, og mindre der de primært handler om bruk og gjentakelse.

Kritiske ferdigheter etter: Utdanning



Figur 19. Kritiske digitale ferdigheter etter utdanning. Figuren viser gjennomsnittlig erfaringscore (0–100) for utvalgte ferdigheter innen fire prioriterte områder av digital kompetanse: KI-relatert kompetanse, sikkerhet og trygg digital deltakelse, personvernvalg og digital dømmekraft, samt digital samhandling og praktisk bruk. Resultatene er vist etter utdanningsnivå (høyere utdanning vs. øvrige utdanningsnivåer), basert på webundersøkelsen blant internettbefolkningen (16+). Høyere verdi indikerer høyere rapportert erfaring.

8.6 Digitale arbeidstakere som analytisk hoveddimensjon

Arbeid har gjennom rapporten fremstått som en sentral arena for opparbeiding og vedlikehold av digital kompetanse. Både utviklingsanalysene basert på telefonintervjuene og nivåanalysene i internettbefolkningen viser at personer som møter systematiske digitale krav i arbeidshverdagen, gjennomgående har et høyere erfaringsnivå enn øvrige grupper.

Formålet med dette delkapittelet er å undersøke hvordan arbeid som kontekst og praksis faktisk slår ut i detaljert digital kompetanse. Digitale arbeidstakere behandles her ikke primært som en bakgrunnsvariabel, men som en analytisk hoveddimensjon som representerer en sentral mekanisme for erfaringsoppbygging.

Et sentralt spørsmål er hvilke ferdigheter som i særlig grad ser ut til å styrkes gjennom arbeid, og hvilke kompetanseområder der arbeid i mindre grad ser ut til å kompensere for høy kompleksitet eller nye krav. Resultatene er illustrert i Figur 20 under.

8.6.1 Overordnet vurdering: arbeid som mekanisme, ikke bare kjennetegn

Analysene bekrefter at digital arbeidserfaring er en sterk og gjennomgående strukturerende faktor for digital kompetanse i internettbefolkningen. I motsetning til kjønn, og mer selektivt enn utdanning, framstår arbeid som en faktor som påvirker et bredt spekter av ferdigheter samtidig.

Dette indikerer at arbeid ikke bare fungerer som en bakgrunnsvariabel, men som en aktiv lærings- og erfaringsarena, der digitale ferdigheter utvikles gjennom jevnlig bruk, krav om problemløsning og eksponering for mer komplekse digitale verktøy og situasjoner.

8.6.2 KI og KI-relatert kompetanse: tydelig gevinst, men ikke full kompensasjon

Innen KI-relaterte ferdigheter ligger digitale arbeidstakere klart høyere enn øvrige. Dette gjelder både generell bruk av KI-verktøy og mer avansert bruk, som å anvende KI til å bearbeide eller oppsummere informasjon.

Samtidig er det viktig å merke seg at nivået også blant digitale arbeidstakere er moderat, sett opp mot mer etablerte digitale ferdigheter. Arbeid bidrar altså til høyere erfaring med KI, men ser ikke ut til å eliminere den generelle ujevnheten i dette ferdighetsområdet. KI framstår dermed også her som et nytt og fortsatt umodent kompetansefelt, der erfaring i stor grad er under oppbygging – selv blant grupper med høy digital eksponering i arbeidshverdagen.

8.6.3 Sikkerhet og trygg digital deltakelse: arbeid gir tydelig styrking

Forskjellene mellom digitale arbeidstakere og øvrige er særlig tydelige innen ferdigheter knyttet til digital sikkerhet og trygg bruk, som gjenkjenning av svindel, vurdering av sikkerhetstegn og bruk av sikkerhetskopiering og gjenoppretting.

Dette tyder på at mange sikkerhetsferdigheter i stor grad utvikles gjennom konkret praksis og ansvar, heller enn gjennom generell digital bruk alene. Arbeidslivet ser her ut til å fungere som en viktig arena for å gjøre sikkerhet operativt relevant, blant annet fordi feil kan få direkte konsekvenser for arbeid og virksomhet.

8.6.4 Personvernvalg og digital dømmekraft: moderat, men konsistent forskjell

Innen personvernvalg og digital dømmekraft – som vurdering av innstillinger, cookie-valg og delingspraksis – ligger digitale arbeidstakere også gjennomgående høyere enn øvrige. Forskjellene er mindre enn for sikkerhet, men likevel konsistente.

Dette indikerer at arbeid i seg selv ikke nødvendigvis gir full kompetanse på personvern, men at økt digital modenhet og kontekstuell forståelse bidrar til mer bevisste valg. Samtidig viser mønsteret at også arbeidstakere kan ha betydelig variasjon i denne typen ferdigheter, noe som bekrefter at personvern fortsatt er et område med ujevnt etablert praksis i befolkningen.

8.6.5 Digital samhandling og praktisk bruk: størst utslag av arbeid

Det ferdighetsområdet der forskjellene etter arbeid er aller tydeligst, er digital samhandling og praktisk bruk i mer strukturerte sammenhenger. Digitale arbeidstakere rapporterer klart høyere erfaring med samarbeid, prosjektarbeid og direkte digital kontakt med tjenesteleverandører.

Dette er forventet, men analytisk viktig: det viser at arbeid gir tilgang til typer digital praksis som mange ellers ikke møter, og som ikke nødvendigvis utvikles gjennom privat bruk alene. Samhandling framstår her som et tydelig eksempel på ferdigheter som er sterkt rolle- og kontekstavhengige.

Kritiske ferdigheter etter: **Digitale arbeidstakere vs. øvrige**



Figur 20. Kritiske digitale ferdigheter etter digital arbeidserfaring. Figuren viser gjennomsnittlig erfaringscore (0–100) for utvalgte ferdigheter innen fire prioriterte områder av digital kompetanse: KI-relatert kompetanse, sikkerhet og trygg digital deltakelse, personvernvalg og digital dømmekraft, samt digital samhandling og praktisk bruk. Resultatene er vist separat for digitale arbeidstakere og øvrige i internettbefolkningen (16+), basert på webundersøkelsen. Høyere verdi indikerer høyere rapportert erfaring.

8.7 Sideblikk: 13–15 år

Ungdom i alderen 13–15 år inngår ikke i hovedmålgruppen for rapportens analyser av internettbefolkningen, men er inkludert som et eget sideblikk for å gi et fremoverrettet perspektiv på digital kompetanse. I dette delkapittelet behandler vi ungdommene som en egen gruppe, både fordi de rekrutteres på en annen måte enn voksne, og fordi deres digitale praksis foregår i en annen livs- og rolle-kontekst enn for voksne.

Formålet med delkapittelet er todelt. Først sammenlikner vi 13–15-åringene med øvrig befolkning som referansepunkt, for å tydeliggjøre hvor ungdom skiller seg positivt og negativt på de samme kritiske ferdighetene som vi har prioritert videre i kapittel 7. Deretter ser vi på kjønnsforskjeller innen 13–15-gruppen, for å vurdere om interne mønstre i ungdomsgruppen ligner eller avviker fra mønstrene vi ser i voksenbefolkningen. Resultatene er illustrert i Figur 21 og Figur 22.

8.7.1 Overordnet vurdering: høy bruk, men ujevn erfaring

Sideblikket på 13–15-åringene gir et sammensatt bilde. På den ene siden har ungdom høy og tidlig eksponering for digitale verktøy, og rapporterer relativt høy erfaring med ferdigheter knyttet til kommunikasjon, samhandling og praktisk bruk. Dette bekrefter at ungdom i stor grad deltar aktivt i digitale omgivelser.

På den andre siden viser figurene at høy bruk ikke nødvendigvis innebærer jevnt etablert kompetanse på tvers av områder. Flere av ferdighetene som krever bevisst vurdering, refleksjon eller forståelse av underliggende mekanismer, ligger på et klart lavere nivå.

8.7.2 KI og KI-relatert kompetanse: ungdom ligger klart høyere enn øvrig befolkning

På KI-relaterte ferdigheter ligger 13–15-åringene gjennomgående høyere enn øvrig befolkning. Ungdom rapporterer høyere erfaring både med å bruke KI-verktøy generelt (73 poeng mot 53 poeng) og med å bruke KI-verktøy til å oppsummere tekst (63 poeng mot 44 poeng). De ligger også klart høyere på vurderingsnære KI-ferdigheter, som å vurdere om et bilde, en video eller et lydklipp kan være KI-generert/deepfake (78 poeng mot 59 poeng), og å gjenkjenne merking av «sponset» eller «KI-generert» innhold (73 poeng mot 64 poeng).

8.7.3 Sikkerhet og trygg digital deltakelse: ungdom ligger lavere på sikkerhetspraksis og beredskap

Når vi ser på sikkerhet og trygg digital deltakelse, går bildet i motsatt retning. Ungdom ligger lavere enn øvrig befolkning på å kjenne igjen svindelforsøk/phishing (57 poeng mot 66 poeng) og på å gjenkjenne sikre sider ved å se etter hengelås-symbol (50 poeng mot 58 poeng). De ligger også lavere på en beredskapsnær ferdighet som sikkerhetskopiering og gjenoppretting (52 poeng mot 59 poeng). Samtidig er det én ferdighet i dette området der ungdom ikke skiller seg negativt ut: å vurdere betingelser og tillatelser før installasjon av apper ligger omtrent

likt for ungdom og øvrig befolkning (begge rundt 59 poeng). Samlet peker mønsteret mot at ungdom i mindre grad har etablert erfaring med sikkerhetsrutiner og “beredskap”, selv om de har høy digital tilstedeværelse.

8.7.4 Personvernvalg og digital dømmekraft: ungdom er sterke på delingsnormer, svakere på cookie-valg

På personvern og digital dømmekraft er bildet mer sammensatt. Ungdom ligger lavere enn øvrig befolkning på vurdering av cookie-innstillinger (53 poeng mot 61 poeng). Samtidig ligger de høyere på ferdigheter knyttet til delingsnormer: å be om tillatelse før man legger ut bilder eller informasjon om andre ligger høyere blant 13–15-åringene (70 poeng) enn i øvrig befolkning (57 poeng). Vurdering av profilinnstillinger ligger også noe høyere blant ungdom (64 poeng mot 61 poeng). Dette antyder et viktig skille: ungdom har sterkere erfaring med sosialt og normativt forankrede “delingsvalg”, men svakere erfaring med mer tekniske og plattformnære personvernvalg.

8.7.5 Digital samhandling og praktisk bruk: ungdom ligger lavere på rolle- og institusjonsnær digital praksis

På digital samhandling og praktisk bruk ser vi at ungdom ligger lavere enn øvrig befolkning på ferdigheter som er tydeligere knyttet til rolle, arbeid og kontakt med tjenester. Deltakelse i nettbaserte samarbeids- og prosjektgrupper ligger noe lavere blant ungdom (49 poeng mot 54 poeng). Det største avviket finner vi på chat med nettbutikker og tjenesteleverandører: ungdom ligger betydelig lavere (46 poeng) enn øvrig befolkning (65 poeng). Dette er metodisk og analytisk viktig: selv ferdigheter som kan fremstå “hverdagslige” i voksenbefolkningen, kan i praksis forutsette en sosial, teknisk og organisatorisk kontekst (for eksempel rollen som kunde eller tjenestebruker) som i mindre grad er etablert hos de yngste.

8.7.6 Kjønnforskjeller innen 13–15 år: to tydelige mønstre

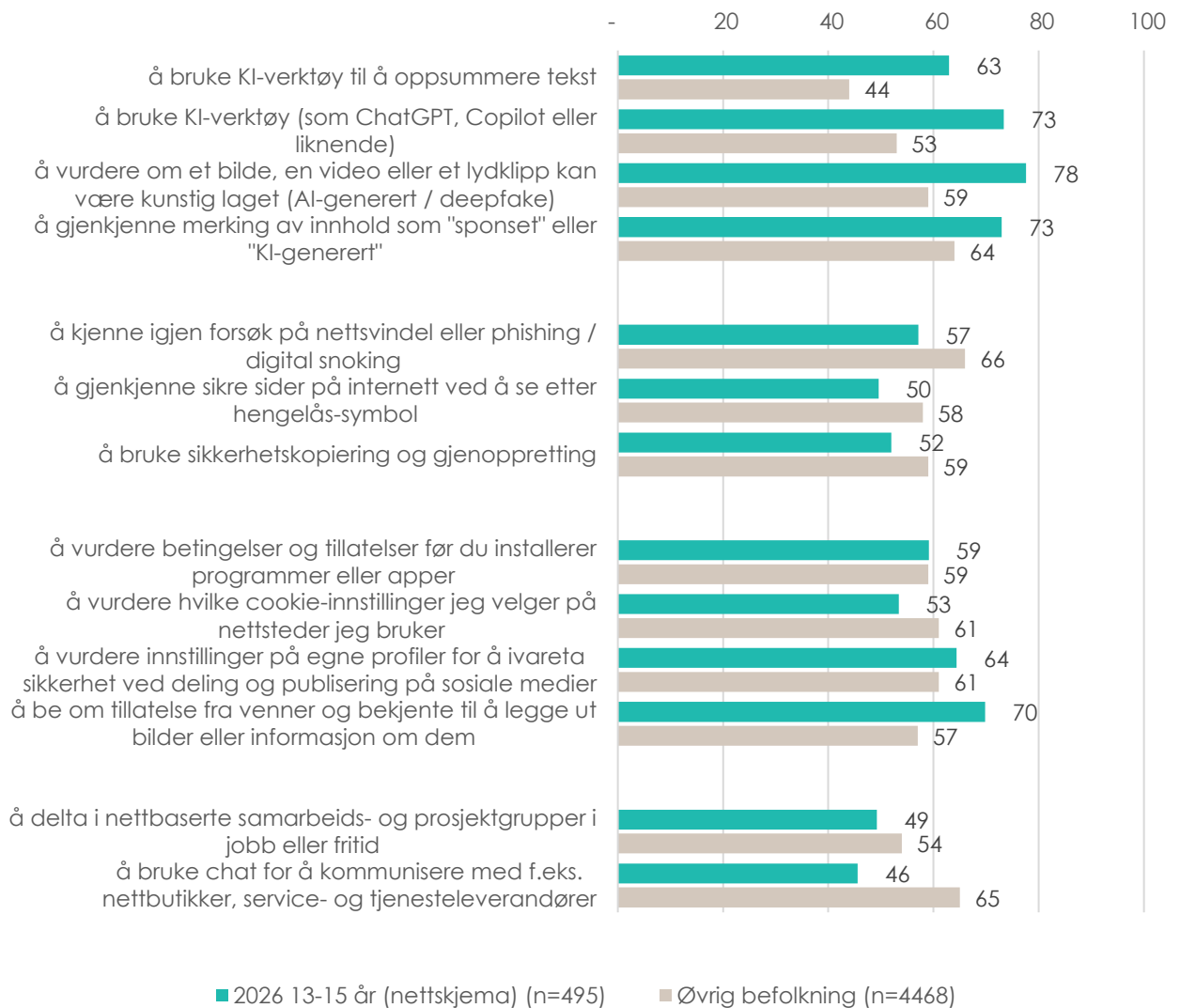
Når vi ser på kjønnforskjeller blant 13–15-åringene (Figur 23), framtrer to mønstre. For det første rapporterer gutter høyere erfaringscore på flere teknologinære ferdigheter: bruk av KI-verktøy (76 poeng mot 71 poeng), KI-oppsummering (66 poeng mot 60 poeng), deepfake-vurdering (81 poeng mot 74 poeng), samt flere sikkerhetsrelaterte ferdigheter som phishing (60 poeng mot 54 poeng) og gjenkjenning av sikre sider (54 poeng mot 44 poeng). For det andre rapporterer jenter høyere erfaringscore på noen normative og relasjonelle ferdigheter: særlig å be om tillatelse før man deler bilder/informasjon om andre (78 poeng mot 63 poeng), og noe høyere erfaring med å vurdere profilinnstillinger for sikker deling (67 poeng mot 62 poeng). Dette betyr at kjønnforskjeller finnes, men de ser i hovedsak ut til å følge en kjent akse: teknologinære vurderings- og sikkerhetsferdigheter på den ene siden, og norm- og delingsnære ferdigheter på den andre.

8.7.7 Samlet tolkning

Oppsummert viser sideblikket på 13–15-åringene et mønster som er viktig for prioriteringer videre: ungdom ligger sterkere enn øvrig befolkning på KI-relaterte ferdigheter og vurdering av digitalt innhold, men svakere på sikkerhetspraksis, beredskap og rolle- og institusjonsnær digital kompetanse (særlig kontakt med tjenesteleverandører).

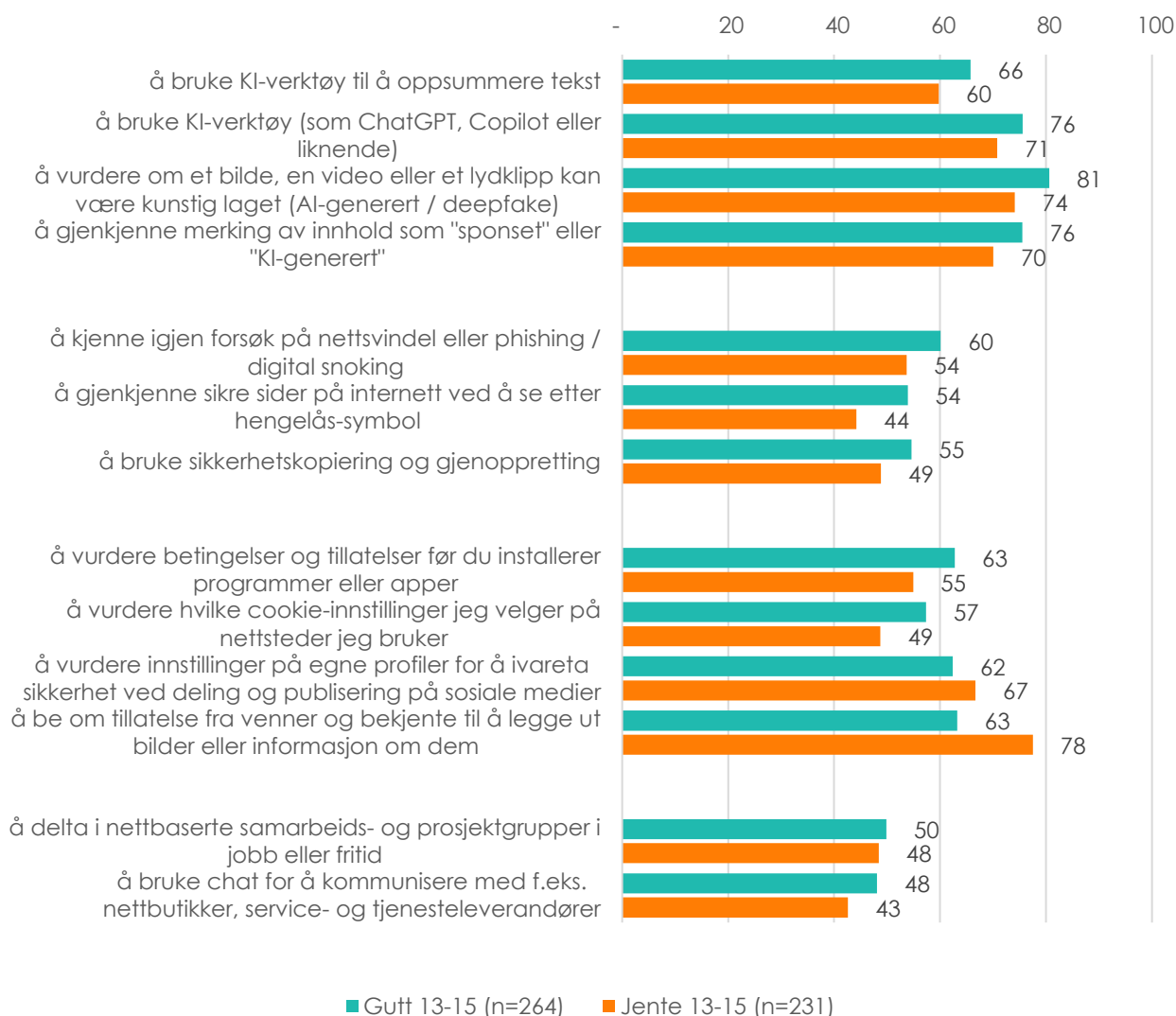
Dette understreker at digital kompetanse ikke bare handler om hvor mye man bruker digitale flater, men hvilke typer digitale situasjoner man faktisk møter – og hvilke ferdigheter disse situasjonene trener opp. Kapitlet gir dermed et relevant bakteppe for de neste kapitlene, der vi går fra erfaring til mer direkte mål på kunnskap om digital sikkerhet, og videre til barrierer og behov som kan danne grunnlag for prioriteringer og politikkutforming.

Kritiske ferdigheter etter: 13-15 åringer



Figur 21. Kritiske digitale ferdigheter: 13–15-åringene sammenliknet med øvrig befolkning. Figuren viser gjennomsnittlig erfaringsscore (0–100) for utvalgte kritiske digitale ferdigheter, for ungdom 13–15 år og for øvrig befolkning (16+). Ferdighetene er valgt ut fra avviks- og prioriteringslogikken i kapittel 7, og dekker fire prioriterte områder: KI-relatert kompetanse, sikkerhet og trygg digital deltakelse, personvernvalg og digital dømmekraft, samt digital samhandling og praktisk bruk. Høyere verdi indikerer mer rapportert erfaring.

Kritiske ferdigheter etter: 13-15 åringer delt etter kjønn



Figur 22. Kritiske digitale ferdigheter blant 13–15-åringer etter kjønn. Figuren viser gjennomsnittlig erfaringscore (0–100) for de samme ferdighetene, fordelt etter kjønn blant ungdom i alderen 13–15 år. Figuren illustrerer i hvilken grad det finnes interne forskjeller innen aldersgruppen, og om eventuelle kjønnsforskjeller følger de samme mønstrene som i den voksne internettbefolkningen.

8.8 Oppsummering

Kapittel 8 har gitt et samlet og nyansert bilde av hvordan digital kompetanse fordeler seg i internettbefolkningen, når analysene flyttes fra utvikling over tid til forskjeller her og nå. Kapittelet bygger direkte videre på telefondelens hovedfunn om et relativt høyt og stabilt samlet nivå, og tilfører nødvendig innsikt i hvilke deler av den digitale kompetansen som i praksis varierer mest – og mellom hvilke grupper.

Et overordnet funn er at digital kompetanse i Norge i dag i liten grad er et spørsmål om tilgang og grunnleggende bruk, men i økende grad handler om forskjeller i erfaring med nye, komplekse og vurderingskrevende ferdigheter. Variasjonen samler seg særlig om KI-relaterte ferdigheter, digital sikkerhet, personvernvalg og mer strukturert digital samhandling. Mer etablerte og rutinepregede ferdigheter framstår derimot som langt mer jevnt fordelt i befolkningen.

Analysene viser videre at alder er den klart mest gjennomgående og strukturerende forklaringsfaktoren for forskjeller i digital kompetanse. Aldersforskjellene er tydelige på tvers av nesten alle ferdighetsområder, og særlig markante innen KI-relatert kompetanse og vurderingsnære ferdigheter. Kjønnforskjellene er gjennomgående mindre enn aldersforskjellene, men samtidig konsistente. De framstår derfor ikke som tilfeldige, men som sekundære mønstre som i hovedsak følger etablerte linjer mellom mer teknologinære ferdigheter og mer norm- og relasjonsnære ferdigheter.

Utdanning bidrar også til å forklare forskjeller i digital kompetanse, men mer selektivt enn alder. Forskjellene etter utdanning er tydeligst innen ferdigheter som krever abstrakt forståelse, refleksjon og informerte valg, som personvern og digital dømmekraft, samt enkelte KI-relaterte ferdigheter. For mer praktiske og brukspregede ferdigheter er utdanningsforskjellene langt mindre. Dette indikerer at utdanning fortsatt har betydning, men ikke på tvers av hele kompetansespekteret.

Analysene av digitale arbeidstakere viser at arbeid er en særlig viktig arena for utvikling av digital kompetanse, og framstår som en aktiv mekanisme snarere enn bare et bakgrunnskjennetegn. Digitale arbeidstakere ligger gjennomgående høyere enn øvrige grupper på et bredt spekter av ferdigheter, spesielt innen digital sikkerhet og samhandling i mer komplekse og rolleavhengige kontekster. Samtidig viser også disse analysene at arbeid ikke fullt ut kompensere for nye og krevende kompetanseområder, særlig innen KI. Arbeid bidrar til bred styrking av kompetanse, men gir ikke i seg selv jevn mestring på alle områder.

Sideblikket på ungdom i alderen 13–15 år tilfører et viktig og korrigerende perspektiv. Når ungdom sammenliknes eksplisitt med øvrig befolkning, framstår de som sterke på KI-relaterte ferdigheter og vurdering av digitalt innhold, og svakere på ferdigheter knyttet til sikkerhetspraksis, beredskap og institusjonell digital samhandling. Dette viser at høy digital bruk og tidlig eksponering kan gi reell styrke på enkelte nye ferdighetsområder, samtidig som erfaring med mer ansvarskrevende og kontekstbundne digitale praksiser i mindre grad er etablert.

Samlet sett dokumenterer kapittel 7 at forskjeller i digital kompetanse i dagens Norge først og fremst handler om hvilke typer digitale ferdigheter som er utviklet hos ulike

grupper. Funnene peker mot tydelige prioriterings spørsmål: hvilke ferdigheter som er mest kritiske for trygg og lik digital deltakelse, hvilke grupper som i dag har svakest erfaring på disse områdene, og hvor eksisterende arenaer som utdanning og arbeid faktisk bidrar til å redusere – eller forsterke – ulikheter.

9 Kunnskapstest: Digitale sikkerhets- og kildefallgruver

9.1 Hvorfor å måle kunnskap er et nødvendig supplement til erfaringsmålene

Kapittel 8 viste tydelige og systematiske forskjeller i digital kompetanse i internettbefolkningen. Variasjonen var særlig knyttet til ferdigheter som er nye, komplekse og vurderingskrevende, og som har stor betydning for trygg digital deltakelse. Dette gjelder ikke minst ferdigheter innen digital sikkerhet, der feil vurdering kan få direkte og alvorlige konsekvenser.

Samtidig bygger analysene i kapittel 8 på selvrapporterte erfaringsmål. Slike mål gir verdifull innsikt i hvordan personer oppfatter og bruker digitale ferdigheter i praksis, men de har også kjente begrensninger. Erfaring er et indirekte mål på faktisk ferdighetsnivå, og kan påvirkes av subjektive vurderinger, ulik terskel for å svare "har erfaring", samt systematiske forskjeller i selvrapportering mellom grupper.

For å styrke analysene og gi et mer presist bilde av digital kompetanse, er det derfor inkludert en egen kunnskapstest i undersøkelsen. Kunnskapstesten er ment som et supplement til erfaringsmålene, ikke som en erstatning. Der erfaringsmålene viser hva folk opplever å kunne og gjøre, gir kunnskapstesten innsikt i hvor godt respondentene faktisk behersker konkrete problemstillinger – uavhengig av egenvurdering.

Kunnskapstesten er avgrenset til digital sikkerhet. Dette er et bevisst valg. Analysene i kapittel 8 viste at sikkerhetsrelaterte ferdigheter er blant dem som varierer mest i befolkningen, og samtidig er blant de mest kritiske for trygg bruk av digitale tjenester. Å gå dypere inn i dette området gir derfor særlig høy analytisk og praktisk nytte.

Ved å kombinere selvrapportert erfaring og faktisk kunnskap kan rapporten både:

- vurdere i hvilken grad erfaringsmålene gjenspeiler reell kompetanse, og
- gi et mer nyansert bilde av hvilke grupper som har sårbarheter innen digital sikkerhet, også når disse ikke nødvendigvis fanges opp av egenvurdert erfaring.

Dette legger et viktig grunnlag for de videre analysene, som grunnlag for å vurdere behov for prioriteringer og målrettede tiltak.

9.2 Utforming av kunnskapstesten

Kunnskapstesten består av 13 spørsmål knyttet til sentrale problemstillinger innen digital sikkerhet. Spørsmålene er utformet som konkrete kunnskapsoppgaver, der respondentene må ta stilling til riktige og uriktige påstander eller velge korrekt handlingsalternativ i typiske digitale situasjoner. Hvert spørsmål har ett entydig korrekt svar, basert på gjeldende anbefalinger og etablert praksis for digital sikkerhet.

For hvert spørsmål er respondentens svar kodet som enten korrekt eller ukorrekt. Disse kodene danner grunnlaget for individuelle scorevariabler, som deretter summeres til et samlet mål på kunnskapsnivå. Summen av riktige svar kan dermed variere fra 0 til 13.

For å gjøre kunnskapsnivået sammenliknbart med erfaringsmålingene i kapittel 7, er det også konstruert en samlet kunnskapsindeks, skalert fra 0 til 100. Denne indeksen danner grunnlag for å dele respondentene inn i kunnskapsnivåer etter samme prinsipp og analytiske logikk som for erfaringsnivåene. Inndelingen muliggjør både direkte sammenlikning av nivåfordeling og analyser av sammenhengen mellom erfaring og kunnskap.

I tillegg til samlet kunnskapsnivå gir testen mulighet til å analysere:

- fordelingen av antall riktige svar i befolkningen,
- hvilke typer spørsmål som oftest besvares feil, og
- om det finnes systematiske mønstre i hvilke sikkerhetsutfordringer som er vanskeligst for ulike grupper.

Denne tilnærmingen gjør det mulig å kombinere et overordnet nivåbilde med innsikt i konkrete kunnskapshull. Sammen med erfaringsmålene gir dette et mer helhetlig og robust bilde av digital sikkerhetskompetanse i befolkningen, og legger grunnlaget for analysene av sammenheng, avvik og potensielle sårbarheter i de påfølgende kapitlene.

Utformingen av kunnskapstesten er delvis inspirert av eksisterende offentlige kartleggingsverktøy for digital kompetanse, herunder Digitaltesten utviklet av Direktoratet for høyere utdanning og kompetanse (HK-dir).² Spørsmålene i denne undersøkelsen er imidlertid tilpasset formålet med studien og avgrenset til problemstillinger knyttet til digital sikkerhet. Kunnskapstesten er utviklet særskilt for denne undersøkelsen og inngår som et supplement til de selvrapporterte erfaringsmålene. Se vedlagte spørreskjema for mer informasjon.

² Direktoratet for høyere utdanning og kompetanse (HK-dir) (u.å.). Digitaltesten – kartlegging av grunnleggende digital kompetanse. Hentet fra

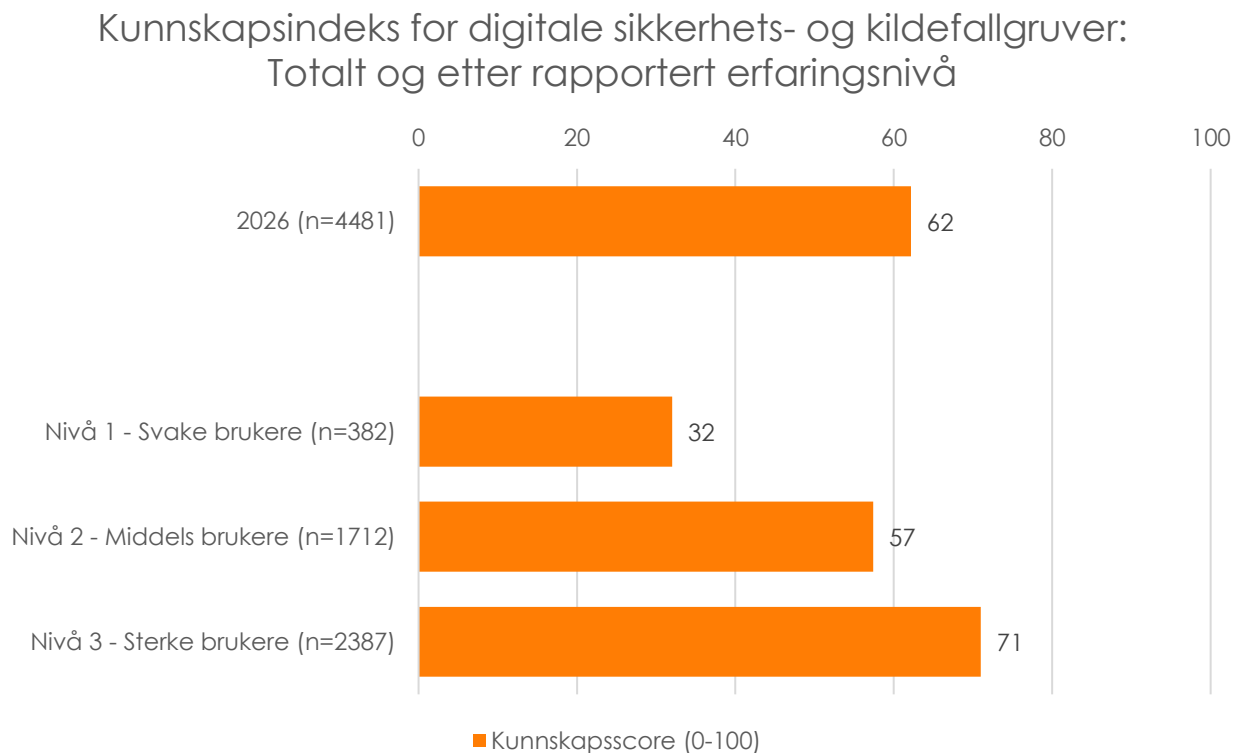
<https://hkdir.no/ressurser/digitaltesten>

9.3 Samlet kunnskapsnivå i befolkningen

9.3.1 Kunnskap totalt og etter erfaringsnivå

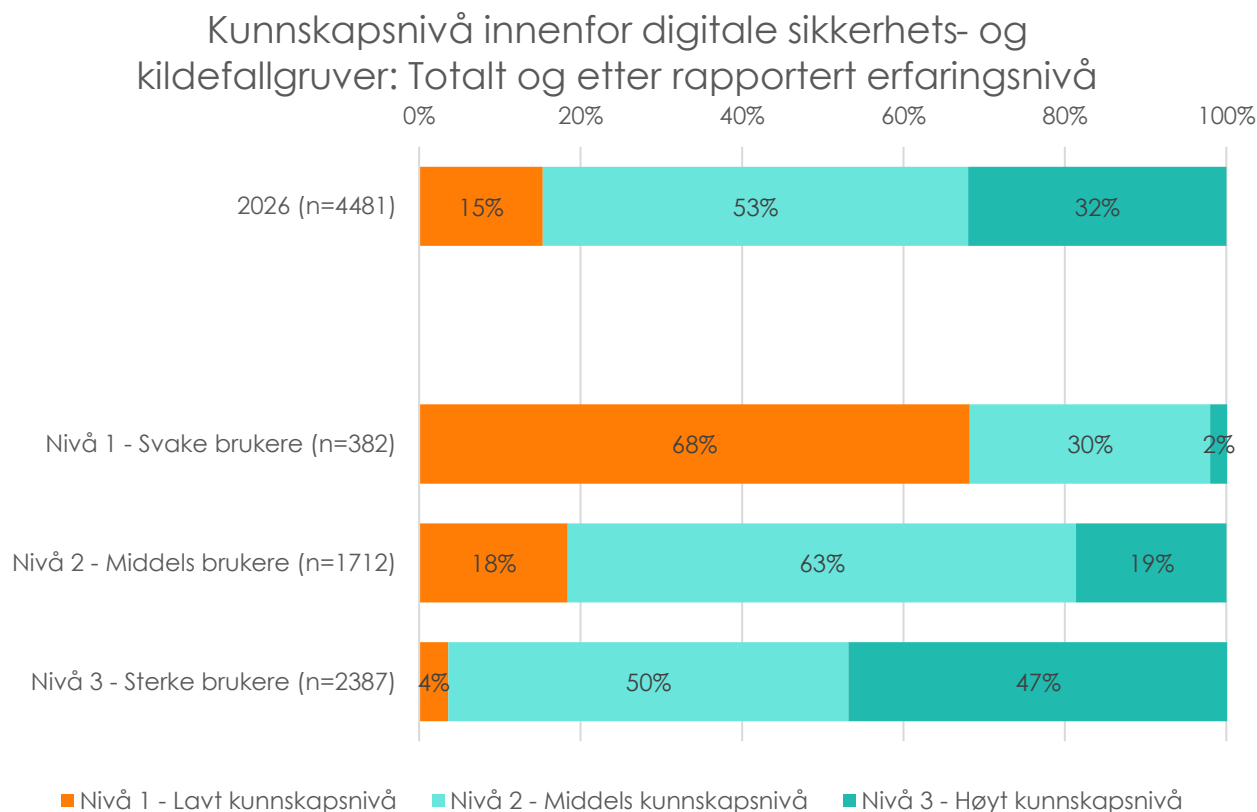
For å etablere et overordnet bilde av kunnskap om digitale sikkerhets- og kildefallgruver presenteres først samlet kunnskapsnivå i internettbefolkningen, samt hvordan kunnskapsnivået varierer med respondentens rapporterte digitale erfaring. Formålet er å kalibrere kunnskapsmålingen mot erfaringsnivåene som er analysert tidligere i rapporten, og vise hvordan faktisk kunnskap fordeler seg på tvers av disse gruppene.

Figurene under viser både gjennomsnittlig kunnskapsscore og fordeling på kunnskapsnivåer, totalt og fordelt etter erfaringsnivå (svake, middels og sterke brukere). Samlet gir dette et første, deskriptivt nivåbilde av sammenhengen mellom rapportert erfaring og kunnskap, før analysen går videre til mer detaljerte nedbrytninger etter demografiske og strukturelle kjennetegn.



Figur 23. Kunnskapsindeks for digitale sikkerhets- og kildefallgruver – totalt og etter rapportert erfaringsnivå (0–100). Figuren viser gjennomsnittlig kunnskapsscore på en indeks skalert fra 0 til 100, der høyere verdi indikerer høyere kunnskap om digitale sikkerhets- og kildefallgruver. Resultatene er vist for hele utvalget i webundersøkelsen (2026), samt fordelt på erfaringsnivå (nivå 1–3) basert på den samlede erfaringscoren i kapittel 7.

Figur 23 viser at internettbefolkningen samlet har en gjennomsnittlig kunnskapsscore på 62 på indeksen for digitale sikkerhets- og kildefallgruver. Når resultatene brytes ned etter rapportert erfaringsnivå, framtrer et tydelig gradientmønster: Gruppen med lavt erfaringsnivå (nivå 1) har en gjennomsnittlig kunnskapsscore på 32, gruppen med middels erfaringsnivå (nivå 2) ligger på 57, mens gruppen med høyt erfaringsnivå (nivå 3) ligger høyest med 71. Figuren illustrerer dermed at kunnskapsnivået øker systematisk med erfaringsnivå.



Figur 24. Fordeling av kunnskapsnivå – totalt og etter rapportert erfaringsnivå (prosent). Figuren viser fordelingen av respondentene på tre kunnskapsnivåer (lavt, middels og høyt) i webundersøkelsen (2026), både totalt og etter erfaringsnivå (nivå 1–3). Andeler er oppgitt i prosent innen hver gruppe.

Figur 24 viser samme mønster, men som fordeling på kunnskapsnivåer. I hele utvalget er 15 % klassifisert med lavt kunnskapsnivå, 53 % med middels kunnskapsnivå, og 32 % med høyt kunnskapsnivå. Dette innebærer at flertallet befinner seg på et middels nivå, mens om lag en tredjedel har høyt kunnskapsnivå, og en mindre andel ligger på lavt nivå.

Når fordelingen brytes ned etter rapportert erfaringsnivå, blir forskjellene tydelige:

- Blant nivå 1 – svake brukere (lavt erfaringsnivå) ligger 68 % på lavt kunnskapsnivå, 30 % på middels, og kun 2 % på høyt kunnskapsnivå. Dette er den klart mest konsentrerte gruppen i nedre del av kunnskapsfordelingen.
- Blant nivå 2 – middels brukere (middels erfaringsnivå) ligger fordelingen hovedsakelig på middels kunnskapsnivå: 63 % er på middels, 18 % på lavt og

19 % på høyt. Denne gruppen fremstår dermed som en "midtgruppe" også i kunnskap, med en tydelig, men ikke dominerende andel på høyt nivå.

- Blant nivå 3 – sterke brukere (høyt erfaringsnivå) er mønsteret snudd: 47 % ligger på høyt kunnskapsnivå, 50 % på middels, og kun 4 % på lavt. Det betyr at selv blant sterke brukere er det et stort innslag av middels kunnskapsnivå, samtidig som andelen med høyt kunnskapsnivå er betydelig større enn i de øvrige erfaringsgruppene.

Samlet sett viser de to figurene at erfaringsnivå og kunnskapsnivå henger tydelig sammen på gruppenivå: høyere erfaringsnivå er forbundet med både høyere gjennomsnittlig kunnskapsindeks og en klart større andel på høyt kunnskapsnivå. Samtidig viser fordelingene at det også innenfor erfaringsgrupper finnes betydelig variasjon, særlig ved at en stor andel av de sterke brukerne fortsatt ligger på middels kunnskapsnivå.

Figur 24 synliggjør samtidig et viktig og analytisk relevant poeng som ikke fanges opp av gjennomsnittstall alene. Selv blant respondentene som klassifiseres som sterke brukere basert på rapportert digital erfaring, er det en liten, men ikke ubetydelig andel (4 %) som scorer lavt på kunnskap om digitale sikkerhets- og kildefallgruver. I tillegg befinner halvparten av de sterke brukerne seg bare på middels kunnskapsnivå (50%).

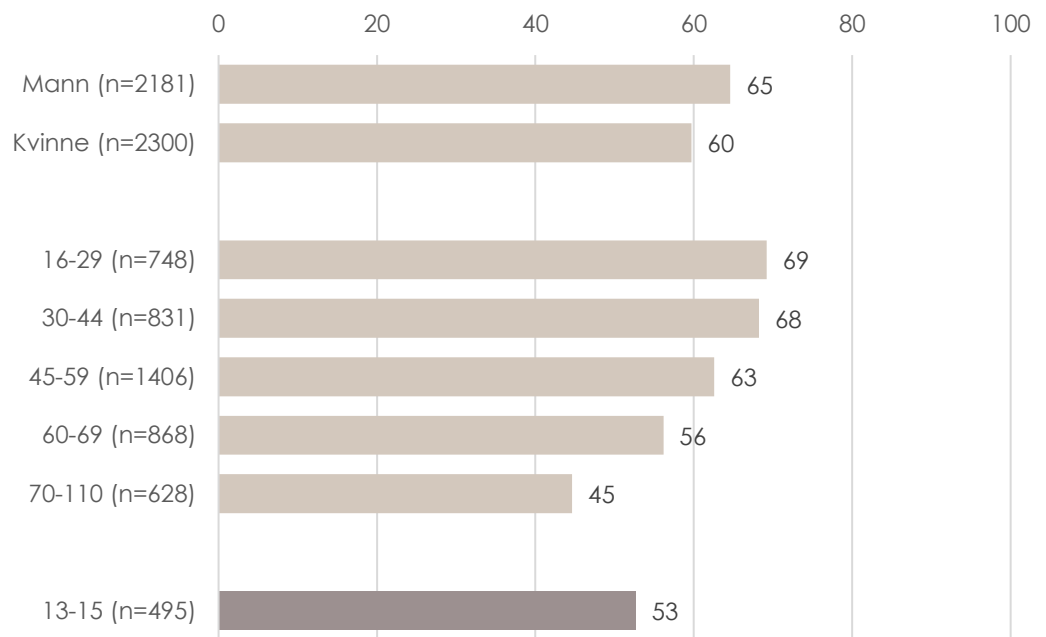
Dette innebærer at høy og omfattende digital erfaring ikke nødvendigvis er ensbetydende med tilsvarende høy kunnskap på kritiske sikkerhets- og vurderingsområder. Figuren peker dermed på en potensiell sårbarhet i befolkningen, der personer som fremstår som kompetente og trygge brukere av digitale løsninger, likevel kan mangle sentral kunnskap som er avgjørende for trygg digital deltakelse.

Dette mønsteret er analytisk viktig, fordi det indikerer at risiko knyttet til digital sikkerhet ikke bare er konsentrert i grupper med lav erfaring, men også kan forekomme blant erfarne brukere. I de påfølgende delkapitlene i dette kapitlet går analysen derfor videre med å undersøke dette nærmere, blant annet ved å se på sammenhengen mellom erfaring og kunnskap på detaljnivå, og ved å identifisere grupper som kombinerer høy erfaring med lav eller middels kunnskap.

9.3.2 Kunnskap etter kjønn og alder

For å utdype nivåbildet av kunnskap om digitale sikkerhets- og kildefallgruver, vises her hvordan kunnskapsindeksen varierer etter kjønn og alder. Disse nedbrytningene gir et første bilde av om det finnes systematiske forskjeller mellom sentrale demografiske grupper, før analysen senere går videre med utdanning, arbeid og samspill mellom flere bakgrunnsvariabler.

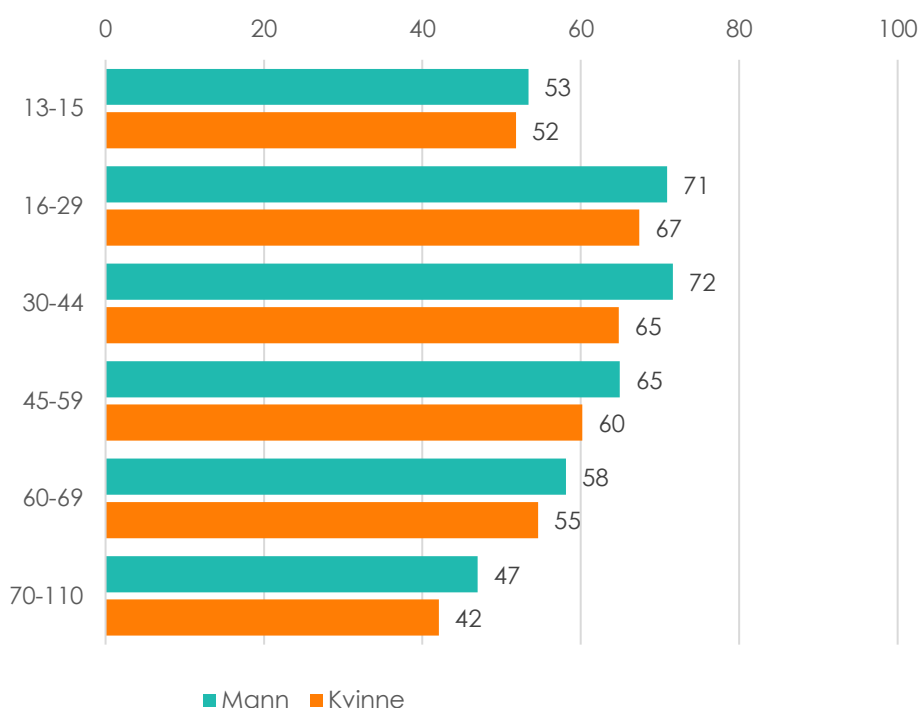
Kunnskapsindeks for digitale sikkerhets- og kildefallgruver: - etter kjønn og alder



Figur 25. Kunnskapsindeks for digitale sikkerhets- og kildefallgruver – etter kjønn og alder (0–100). Figuren viser gjennomsnittlig kunnskapsscore på en indeks skalert fra 0 til 100, der høyere verdi indikerer høyere kunnskap om digitale sikkerhets- og kildefallgruver. Resultatene er basert på webundersøkelsen (2026) og er vist samlet etter kjønn og etter aldersgrupper, samt for ungdom 13–15 år.

Figur 25 viser først et overordnet bilde der menn i gjennomsnitt scorer noe høyere enn kvinner på kunnskapsindeksen (65 mot 60 poeng). Forskjellen er moderat, men konsistent på tvers av materialet. Når resultatene brytes ned etter alder, framtrer et tydelig og systematisk aldersmønster. De høyeste kunnskapsscorene finner vi blant personer i alderen 16–29 år (69) og 30–44 år (68). Deretter faller gjennomsnittlig kunnskapsscore gradvis med økende alder, til 63 blant 45–59-åringene, 56 blant 60–69-åringene, og videre ned til 45 blant personer 70 år og eldre. Ungdom i alderen 13–15 år ligger samlet på 53, altså lavere enn unge voksne, men høyere enn de eldste aldersgruppene.

Kunnskapsindeks for digitale sikkerhets- og kildefallgruver: - etter kjønn innen aldersgrupper



Figur 26. Kunnskapsindeks for digitale sikkerhets- og kildefallgruver – etter kjønn innen aldersgrupper (0–100). Figuren viser gjennomsnittlig kunnskapsscore på samme indeks som i Figur 25, men bryter aldersgruppene videre ned etter kjønn. Resultatene illustrerer hvordan eventuelle kjønnsforskjeller varierer med alder.

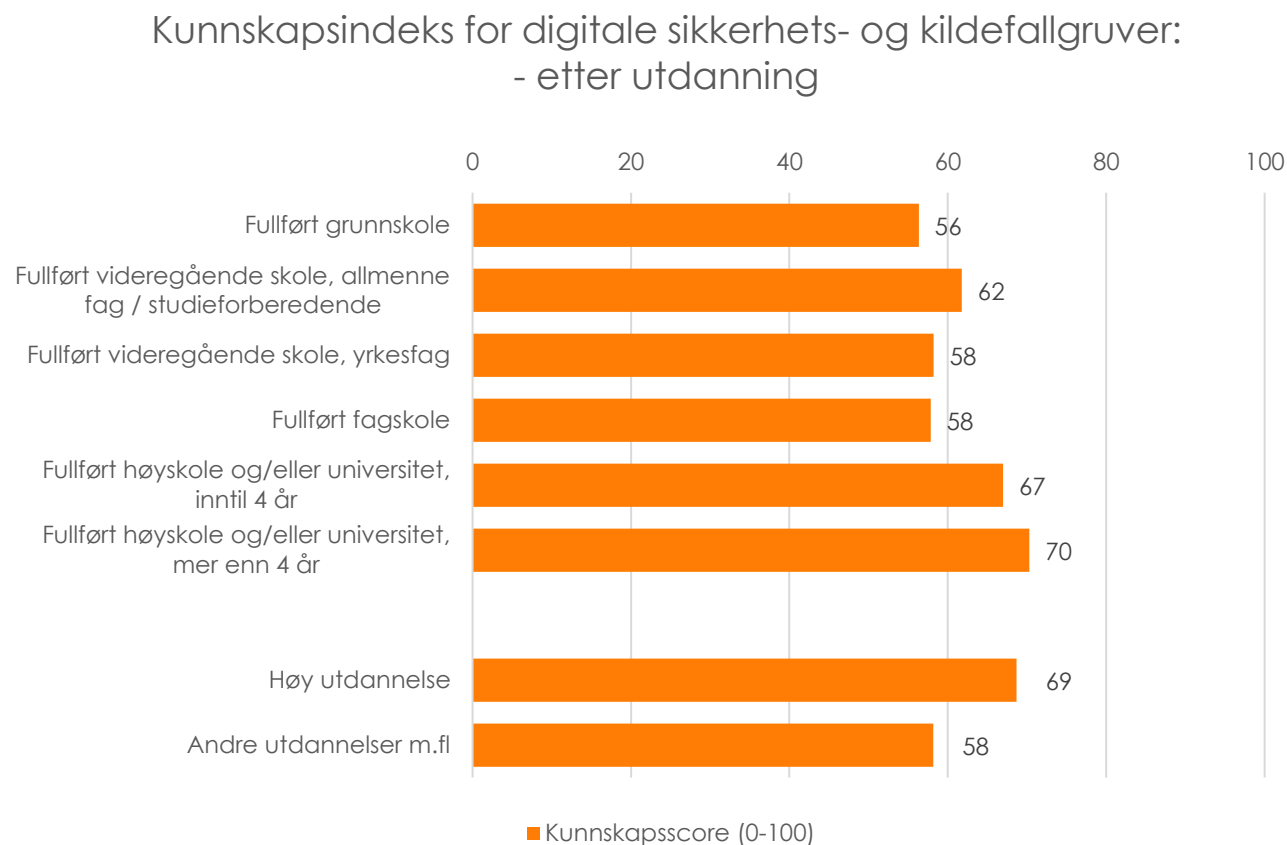
Figur 26 viser hvordan dette aldersmønsteret arter seg innen hvert kjønn. I samtlige aldersgrupper scorer menn noe høyere enn kvinner, men forskjellene er gjennomgående mindre enn forskjellene mellom aldersgruppene. Aldersgradienten er dermed den klart dominerende strukturen i materialet.

Blant unge voksne og middelaldrende (16–44 år) ligger kunnskapsscoren relativt høyt for begge kjønn, og kjønnsforskjellene er små i absolutte tall. I aldersgruppen 45–59 år fortsetter både menn og kvinner å falle noe i gjennomsnittlig kunnskapsscore, men mønsteret mellom kjønnene er fortsatt parallelt. I de eldste aldersgruppene (60 år og eldre) ser vi både et tydelig fall i kunnskapsnivå og fortsatt moderate forskjeller mellom menn og kvinner, med lavest nivå blant kvinner 70 år og eldre (42) og høyest blant menn i samme aldersgruppe (47).

Samlet viser figurene at alder er den klart mest strukturerende faktoren for kunnskap om digitale sikkerhets- og kildefallgruver, mens kjønnsforskjeller framstår som sekundære og relativt stabile på tvers av alder. Dette nivåbildet gir et viktig bakteppe for de videre analysene, der vi undersøker hvordan kunnskap varierer i samspill med utdanning, digital arbeidserfaring og andre mer strukturelle forhold – og hvordan disse forskjellene henger sammen med rapportert erfaring og konkret sårbarhet.

9.3.3 Kunnskap etter utdanning

I dette delavsnittet vises hvordan kunnskap om digitale sikkerhets- og kildefallgruver varierer etter utdanningsnivå. Nedbrytningene gir et første bilde av i hvilken grad utdanning henger sammen med kunnskapsnivå på dette området, både samlet og når utdanning ses i sammenheng med alder.



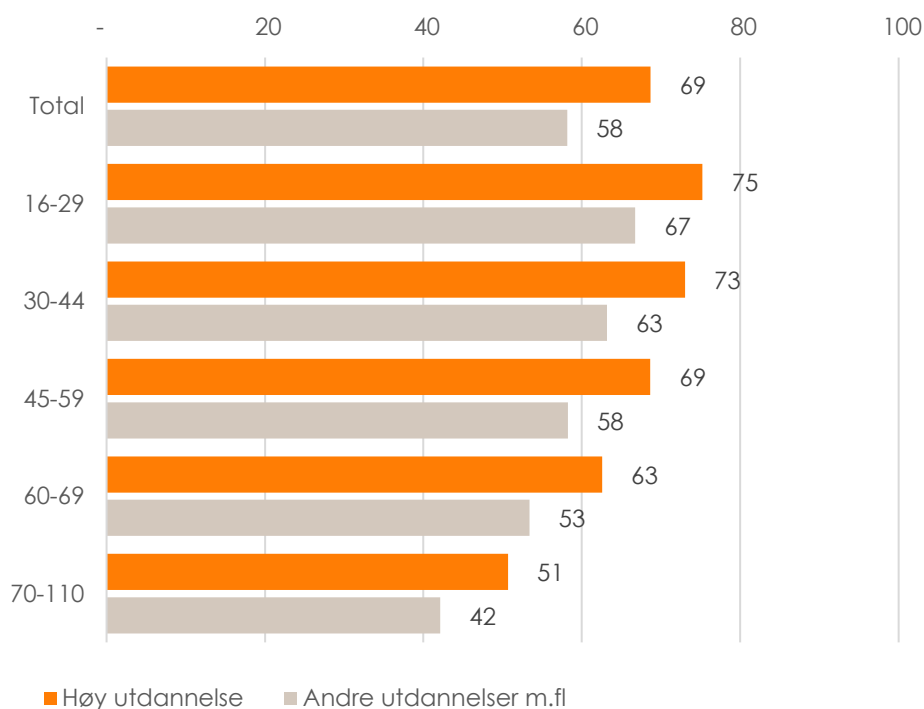
Figur 27. Kunnskapsindeks for digitale sikkerhets- og kildefallgruver – etter utdanning (0–100). Figuren viser gjennomsnittlig kunnskapsscore på en indeks skalert fra 0 til 100, der høyere verdi indikerer høyere kunnskap om digitale sikkerhets- og kildefallgruver. Resultatene er basert på webundersøkelsen (2026) og er vist etter høyeste fullførte utdanning, samt aggregerte hovedgrupper (høy utdanning vs. øvrige utdanningsnivåer).

Figur 27 viser at kunnskap om digitale sikkerhets- og kildefallgruver varierer systematisk med utdanningsnivå. Personer med høyere utdanning har gjennomgående høyere kunnskapsscore enn personer med øvrige utdanningsnivåer. Samlet ligger gruppen med høy utdanning på 69, mens gruppen med andre utdanninger m.fl. ligger på 58.

Når utdanning brytes mer detaljert ned, framtrer et tydelig, men ikke lineært mønster. Respondenter med fullført høyskole eller universitet, særlig med utdanning over fire år, har de høyeste kunnskapsscorene (rundt 70). Personer med kortere høyere utdanning ligger noe lavere (omkring 67). Blant respondentene med videregående utdanning og fagskole ligger kunnskapsscorene samlet i intervallet 56–62, mens gruppen med kun grunnskole har lavest gjennomsnittlig kunnskapsscore (56). Dette

viser at utdanning henger sammen med kunnskap på området, men at forskjellene mellom enkelte mellomgrupper er moderate.

Kunnskapsindeks for digitale sikkerhets- og kildefallgruver: - etter utdanning (todelt) og innen aldersgrupper



Figur 28. Kunnskapsindeks for digitale sikkerhets- og kildefallgruver – etter utdanning (todelt) innen aldersgrupper (0–100). Figuren viser gjennomsnittlig kunnskapsscore på samme indeks, der utdanning er gruppert i to hovedkategorier (høy utdanning og andre utdannelser m.fl.) og videre brutt ned innen aldersgrupper. Figuren illustrerer hvordan sammenhengen mellom utdanning og kunnskap varierer med alder.

Figur 28 utdyper dette bildet ved å vise utdanningsforskjeller innen aldersgrupper. På tvers av samtlige aldersgrupper scorer personer med høy utdanning høyere enn personer med andre utdannelser, men avstanden mellom gruppene varierer med alder.

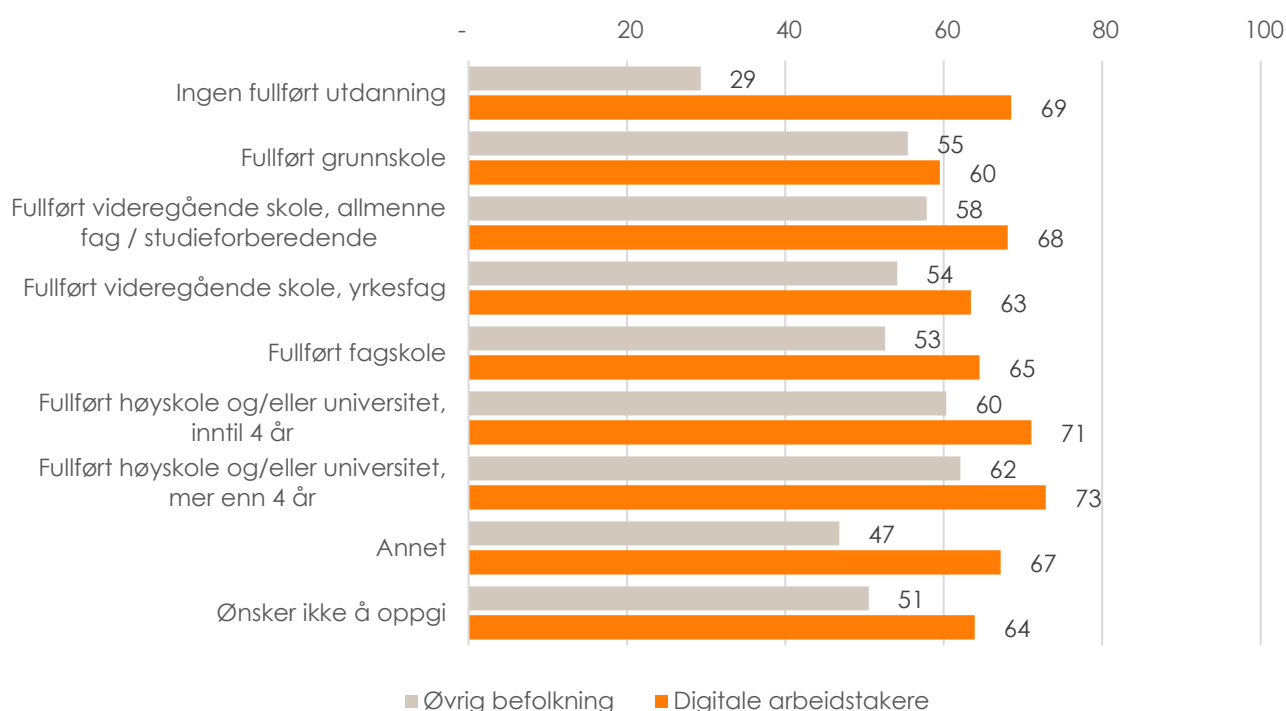
Blant unge voksne (16–29 år) ligger kunnskapsscoren relativt høyt for begge utdanningsgrupper, med en forskjell på rundt 8 poeng (75 mot 67). I aldersgruppen 30–44 år er forskjellen noe større (73 mot 63). For 45–59-åringene videreføres dette mønsteret, med høyere kunnskap blant dem med høy utdanning (69 mot 58). Også i de eldre aldersgruppene (60–69 år og 70 år og eldre) består utdanningsforskjellen, men på et generelt lavere nivå for begge grupper.

Samlet viser figurene at utdanning bidrar til å forklare variasjon i kunnskap om digitale sikkerhets- og kildefallgruver, også når det tas hensyn til alder. Samtidig er utdanningseffekten gjennomgående mindre enn aldersforskjellene som ble vist i forrige delavsnitt. Dette indikerer at utdanning fungerer som en sekundær, men konsistent differensieringsfaktor: personer med høyere utdanning har i gjennomsnitt bedre kunnskap på området, men utdanning eliminerer ikke de underliggende aldersforskjellene i kunnskapsnivå.

9.3.4 Kunnskap etter digital arbeidserfaring

Avslutningsvis vises hvordan digital arbeidserfaring henger sammen med kunnskap om digitale sikkerhets- og kildefallgruver innen utdanningsgrupper. Figuren gjør det mulig å vurdere i hvilken grad arbeidserfaring med høye digitale krav bidrar til høyere kunnskap, og om dette bidraget varierer med utdanningsnivå.

Kunnskapsindeks for digitale sikkerhets- og kildefallgruver:
- etter utdanning (todelt) og digital arbeidserfaring



Figur 29. Kunnskapsindeks for digitale sikkerhets- og kildefallgruver – etter utdanning og digital arbeidserfaring (0–100). Figuren viser gjennomsnittlig kunnskapsscore på en indeks skalert fra 0 til 100, der høyere verdi indikerer høyere kunnskap om digitale sikkerhets- og kildefallgruver. Resultatene er basert på webundersøkelsen (2026) og er vist etter høyeste fullførte utdanning, fordelt på digitale arbeidstakere og øvrig befolkning.

Figuren viser at digitale arbeidstakere gjennomgående har høyere kunnskapsscore enn øvrige innen alle utdanningsnivåer. Forskjellen er konsistent på tvers av utdanningsgrupper og indikerer at arbeidserfaring med høye digitale krav er forbundet med høyere kunnskap om digitale sikkerhets- og kildefallgruver, uavhengig av formelt utdanningsnivå.

Blant personer med kun grunnskole ligger kunnskapsscoren på 55 blant den øvrige befolkningen, mot 60 blant digitale arbeidstakere. Tilsvarende mønster finner vi blant personer med videregående utdanning, både studieforbereidende og yrkesfag: digitale arbeidstakere ligger om lag 9–10 poeng høyere enn den øvrige befolkningen. For eksempel scorer digitale arbeidstakere med studieforbereidende videregående 68, mot 58 blant øvrige i samme utdanningsgruppe.

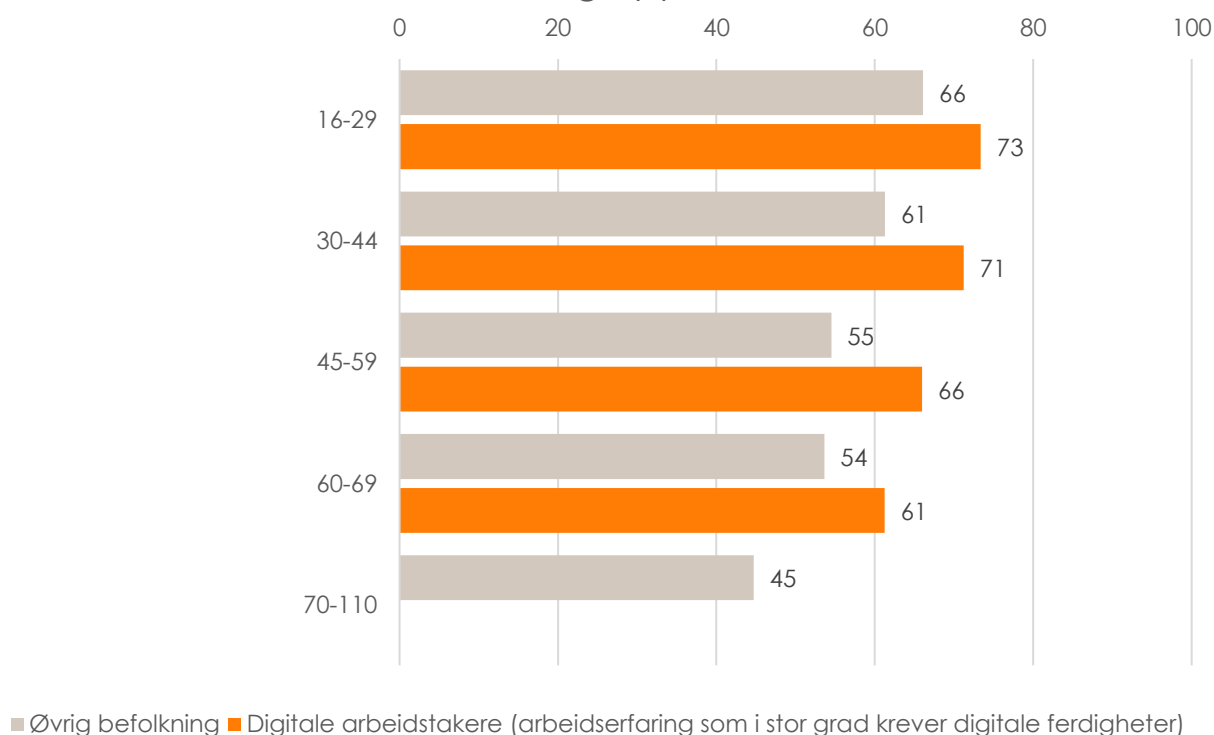
Også innen fagskoleutdanning er forskjellen tydelig, med 65 blant digitale arbeidstakere og 53 blant øvrige. Blant personer med høyere utdanning videreføres mønsteret: For kortere høyere utdanning (inntil fire år) ligger kunnskapsscoren på 71 blant digitale arbeidstakere og 60 blant øvrige, mens tilsvarende tall for lang høyere utdanning er 73 og 62.

Samlet sett viser figuren at digital arbeidserfaring gir et tydelig kunnskapsløft innen alle utdanningsnivåer, men også at arbeid ikke opphever forskjeller knyttet til utdanning. Digitale arbeidstakere med lavere utdanning scorer gjennomgående høyere enn den øvrige befolkningen med samme utdanning, men når fortsatt ikke nivået til digitale arbeidstakere med høyere utdanning.

Dette understreker to sentrale poenger i nivåbildet: For det første fungerer arbeid som en viktig lærings- og erfaringsarena også for kunnskap om digital sikkerhet. For det andre virker arbeid og utdanning sammen, snarere enn som alternative forklaringer – der høyere utdanning gir et gjennomgående høyere kunnskapsnivå, samtidig som digital arbeidserfaring gir et tydelig tillegg innen hvert utdanningsnivå.

For å utdype hvordan digital arbeidserfaring henger sammen med kunnskap om digitale sikkerhets- og kildefallgruver har vi også sett nærmere på kunnskapsindeksen etter digital arbeidserfaring innen alderskohorter. Dette gjør det mulig å vurdere i hvilken grad arbeidserfaring med høye digitale krav bidrar til høyere kunnskapsnivå i ulike deler av befolkningen, og om denne effekten varierer mellom yngre og eldre kohorter.

Kunnskapsindeks for digitale sikkerhets- og kildefallgruver: - etter digital arbeidserfaring (todelt) og innen aldersgrupper



Figur 30. Kunnskapsindeks for digitale sikkerhets- og kildefallgruver – etter digital arbeidserfaring innen alderskohorter (0–100). Figuren viser gjennomsnittlig kunnskapsscore på en indeks skalert fra 0 til 100, der høyere verdi indikerer høyere kunnskap om digitale sikkerhets- og kildefallgruver. Resultatene er vist for digitale arbeidstakere og den øvrige befolkningen, fordelt innen alderskohortene 16–29 år, 30–44 år, 45–59 år og 60–69 år. Tallene er basert på webundersøkelsen (2026).

Figuren viser et konsistent mønster der digitale arbeidstakere har høyere kunnskapsnivå enn den øvrige befolkningen innen alle alderskohorter. Forskjellen er tydelig i samtlige grupper, men varierer noe i styrke mellom kohortene.

Blant yngre voksne (16–29 år) ligger kunnskapsindeksen på 73 blant digitale arbeidstakere, mot 66 blant den øvrige befolkningen. Det samme mønsteret gjenfinnes i kohorten 30–44 år, der digitale arbeidstakere scorer 71, sammenliknet med 61 blant øvrige. I begge disse kohortene bidrar digital arbeidserfaring med et tydelig løft i kunnskapsnivå, men på et nivå der kunnskapen allerede er relativt høy.

I de eldre alderskohortene framstår bidraget fra digital arbeidserfaring som minst like viktig. I aldersgruppen 45–59 år scorer digitale arbeidstakere 66, mot 55 blant den øvrige befolkningen – en forskjell på 11 poeng. Tilsvarende finner vi i kohorten 60–69 år, der digitale arbeidstakere ligger på 61, mot 54 blant øvrige. Selv om det absolutte nivået er lavere i disse kohortene enn blant yngre voksne, viser figuren at arbeidserfaring med høye digitale krav bidrar til et klart høyere kunnskapsnivå også her.

Samlet sett indikerer figuren at digital arbeidserfaring har en selvstendig og robust sammenheng med kunnskap om digitale sikkerhets- og kildefallgruver på tvers av alderskohorter. Samtidig eliminerer ikke arbeidserfaring de grunnleggende forskjellene mellom kohorter: Digitale arbeidstakere i eldre kohorter ligger fortsatt lavere i kunnskapsnivå enn digitale arbeidstakere i yngre kohorter.

Dette understreker to sentrale innsikter. For det første fungerer arbeid med høye digitale krav som en viktig arena for tilegnelse og vedlikehold av kunnskap om digital sikkerhet i alle aldre. For det andre reflekterer nivåforskjellene fortsatt tydelige kohortforskjeller i ervervet kunnskap, knyttet til når i livsløpet og under hvilke rammebetingelser denne typen kompetanse har blitt bygget opp. Digital arbeidserfaring kan dermed bidra til å redusere, men ikke fullt ut utjevne, forskjeller mellom yngre og eldre alderskohorter.

9.3.5 Oppsummering

Analysene i kapittel 9.3 etablerer et samlet og nyansert bilde av kunnskap om digitale sikkerhets- og kildefallgruver i internettbefolkningen, og viser hvordan kunnskapsnivået varierer systematisk med erfaring, alderskohort, utdanning og digital arbeidserfaring.

Et grunnleggende funn er at det finnes en tydelig sammenheng mellom rapportert digital erfaring og kunnskapsnivå på gruppenivå. Respondenter med høyere erfaringsnivå har i gjennomsnitt høyere kunnskapsscore og en større andel på høyt kunnskapsnivå. Samtidig viser fordelingene at samsvaret mellom erfaring og kunnskap er ufullstendig. En betydelig andel av de mest erfarne brukerne befinner seg fortsatt på middels kunnskapsnivå, og en mindre, men analytisk viktig andel har lav kunnskap til tross for omfattende digital erfaring. Dette peker på en sårbarhet i befolkningen der høy brukserfaring ikke nødvendigvis innebærer tilstrekkelig kunnskap på sentrale sikkerhets- og vurderingsområder.

Videre viser analysene at forskjeller i kunnskapsnivå i stor grad følger alderskohorter. Yngre og middelaldrende kohorter har gjennomgående høyere kunnskapsscore enn eldre kohorter. Disse forskjellene bør forstås som uttrykk for kohortforskjeller i ervervet kunnskap, knyttet til når i livsløpet digitale sikkerhets- og vurderings spørsmål har vært en integrert del av skole, arbeid og offentlig digital samhandling. Mønstrene reflekterer dermed forskjeller i lærings- og erfaringskontekster mellom generasjoner, ikke en generell svekkelse av kunnskap med økende alder.

Kjønnforskjellene i kunnskap framstår som gjennomgående moderate og stabile, og klart mindre enn forskjellene mellom alderskohorter. Kjønn bidrar dermed til en viss nyansering av nivåbildet, men endrer ikke hovedstrukturen i hvordan kunnskap er fordelt i befolkningen.

Analysene etter utdanning viser videre at utdanning har betydning for kunnskapsnivå, både samlet og innen alderskohorter. Personer med høyere utdanning scorer gjennomgående høyere enn personer med øvrige utdanningsnivåer. Samtidig er utdanningseffekten mer moderat enn kohortforskjellene, og utdanning eliminerer ikke de grunnleggende forskjellene mellom yngre og eldre kohorter. Utdanning fungerer dermed som en konsistent, men underordnet differensieringsfaktor i nivåbildet.

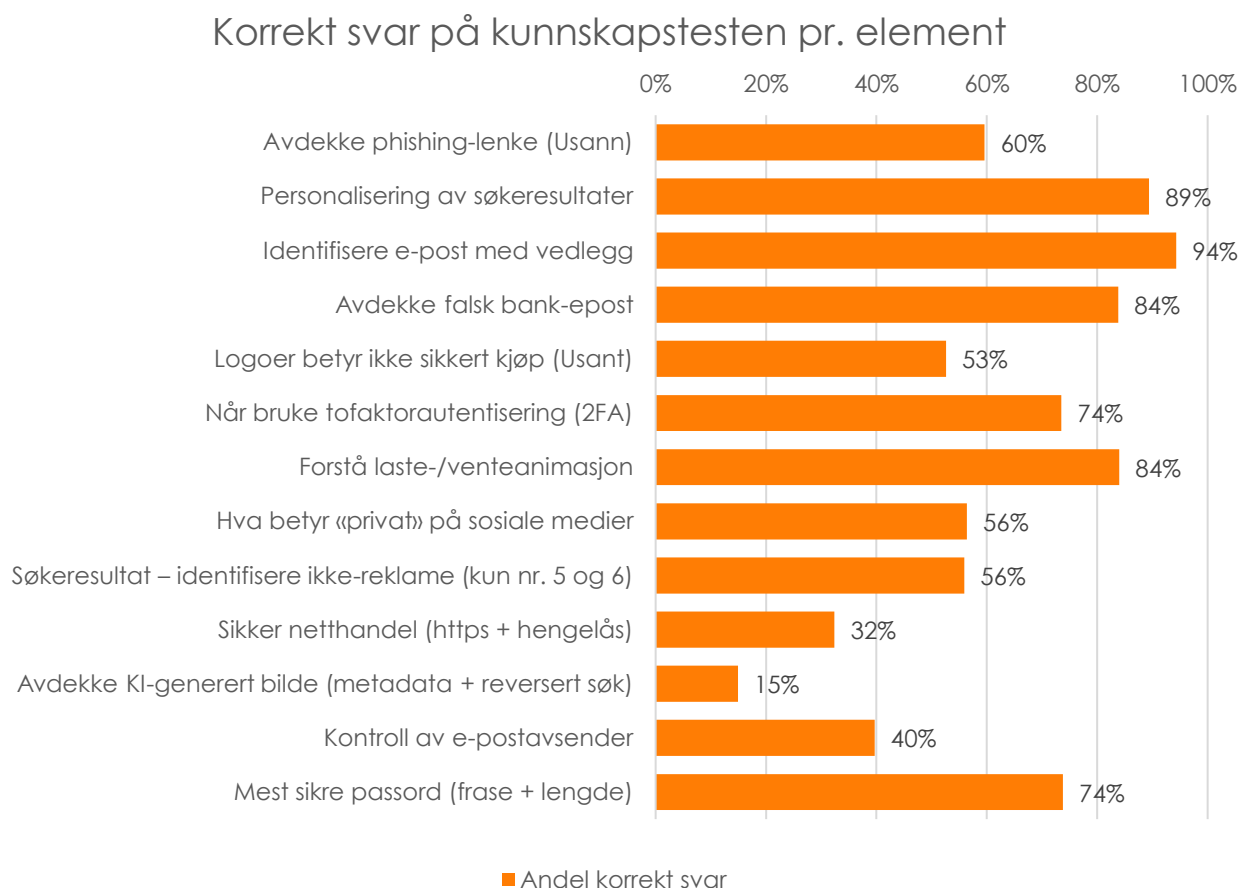
Et sentralt tillegg i analysen er betydningen av digital arbeidserfaring. Digitale arbeidstakere har gjennomgående høyere kunnskapsnivå enn den øvrige befolkningen, både innen utdanningsnivåer og innen alderskohorter. Forskjellen er tydelig i alle kohorter, og særlig markant i gruppene 45–59 år og 60–69 år. Dette viser at arbeid med høye digitale krav fungerer som en viktig arena for opparbeiding og vedlikehold av kunnskap om digital sikkerhet gjennom livsløpet. Samtidig bidrar ikke digital arbeidserfaring til å fullstendig utjevne kohortforskjellene: Digitale arbeidstakere i eldre kohorter ligger fortsatt lavere i kunnskapsnivå enn digitale arbeidstakere i yngre kohorter.

Samlet sett viser kapittel 9.3 at kunnskapsnivået om digitale sikkerhets- og kildefallgruver er strukturert langs flere dimensjoner, med alderskohort som den mest grunnleggende, og med tydelige, men mer begrensede bidrag fra utdanning og digital arbeidserfaring. Bildet preges også av et klart, men ufullstendig samsvar mellom erfaring og kunnskap. Dette nivåbildet danner et nødvendig analytisk utgangspunkt for de videre delkapitlene, der analysen går videre til å undersøke konkrete kunnskapselementer og hvordan disse varierer mellom grupper, samt å identifisere kombinasjoner av høy erfaring og lav eller middels kunnskap som kan innebære særlig risiko.

9.4 Detaljert kunnskapsnivå – 13 spørsmål

9.4.1 Overordnet nivå

Etter å ha etablert et samlet nivåbilde av kunnskap og vist hvordan denne varierer med erfaring, alderskohort, utdanning, og digital arbeidserfaring, rettes oppmerksomheten nå mot hvordan kunnskapen fordeler seg på de enkelte elementene i kunnskapstesten. Formålet er ikke å identifisere enkeltfeil eller rangere oppgavene i seg selv, men å gi et utgangspunkt for å analysere hvordan ulike typer kunnskap varierer mellom alderskohorter i befolkningen. Figuren under gir derfor et samlet oversiktsbilde, før analysen i de neste delkapitlene brytes ned på bakgrunnskjennetegn.



Figur 31. Korrekt svar på kunnskapstesten per element (prosent). Figuren viser andelen av respondentene som har svart korrekt på hvert av de 13 kunnskapselementene i testen om digitale sikkerhets- og kildefallgruver. Oppgavene dekker ulike typer digitale situasjoner, herunder gjenkjenning av svindel, forståelse av sikkerhetssignaler, vurdering av innhold og prinsipper for kontosikkerhet. Prosentandelene angir andel korrekt svar per element i webundersøkelsen (2026).

Figuren viser store forskjeller i andelen som svarer korrekt på de enkelte kunnskapselementene, og illustrerer dermed tydelig at kunnskap om digitale sikkerhets- og kildefallgruver ikke er jevnt fordelt på tvers av temaområder.

Øverst i fordelingen finner vi elementer der et svært stort flertall av respondentene svarer korrekt. Dette gjelder særlig identifisering av e-post med vedlegg (94 % korrekt) og forståelse av personalisering av søkeresultater (89 %). Også elementer knyttet til avdekking av falsk bank-epost (84 %) og forståelse av laste- og venteanimasjoner (84 %) har høy andel riktige svar. Disse oppgavene er kjennetegnet ved at de enten bygger på tydelige visuelle signaler eller på digitale praksiser mange møter hyppig i hverdagen.

Et noe lavere, men fortsatt relativt høyt nivå ser vi på flere sentrale sikkerhetsprinsipper. Når bruke tofaktorautentisering (2FA) og valg av mest sikre passord (lengde og passordfrase) har begge 74 % korrekt svar. Dette indikerer at grunnleggende prinsipper for kontosikkerhet er godt kjent blant mange, men samtidig at rundt én firedel av respondentene ikke velger korrekt svar på disse spørsmålene.

I midtsjiktet finner vi flere vurderings- og tolkningsoppgaver med mer varierende resultat. Avdekking av phishing-lenke ligger på 60 % korrekt, mens forståelsen av at logoer ikke innebærer sikkert kjøp ligger på 53 %. Tilsvarende nivå finner vi for hva «privat» betyr på sosiale medier (56 %) og identifisering av organiske søkeresultater som ikke er reklame (56 %). Disse elementene krever at respondentene tolker digitale signaler korrekt, heller enn å gjenkjenne tydelige enkeltindikatorer.

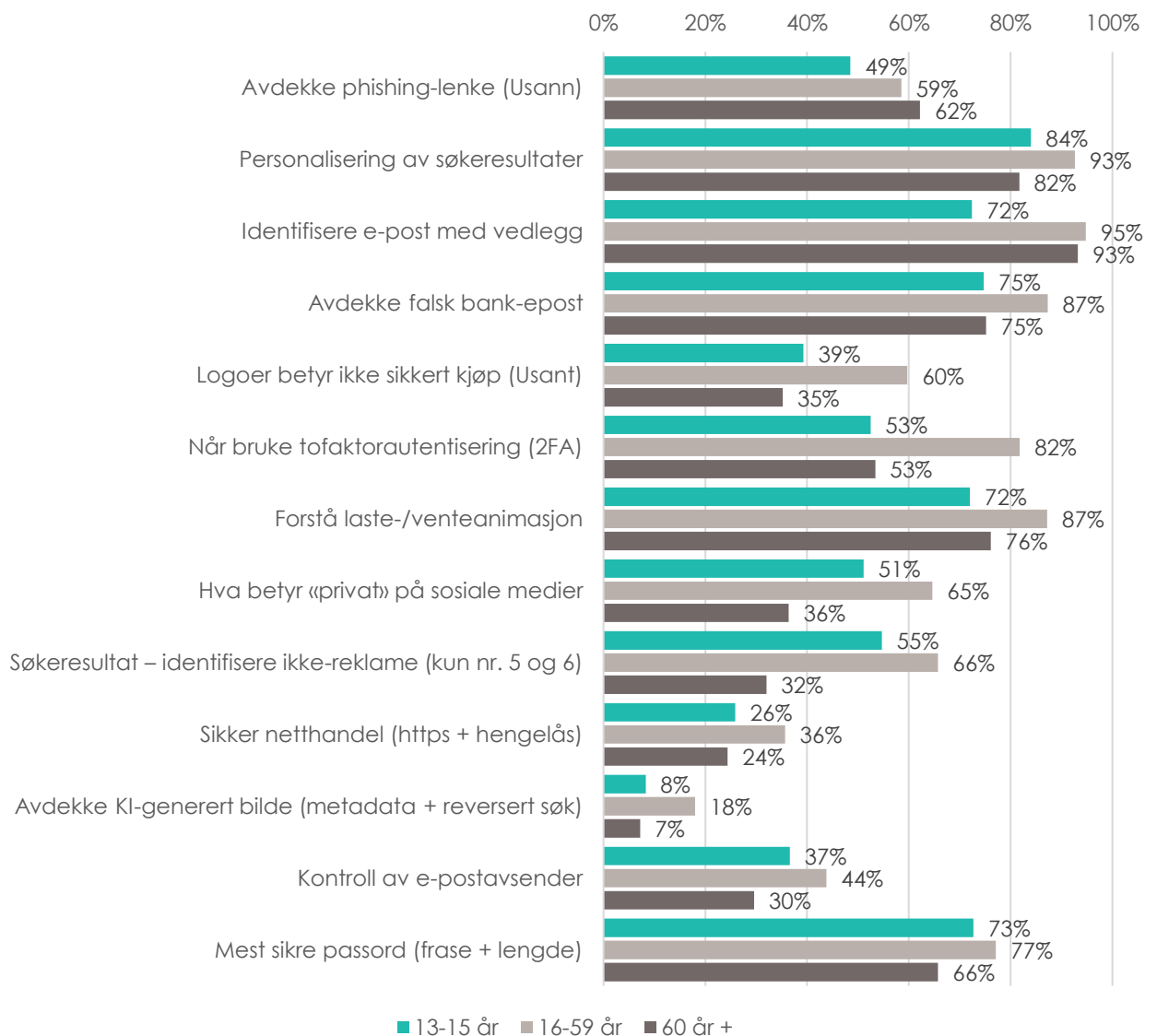
Nederst i fordelingen finner vi elementer der en klart mindre andel av respondentene svarer korrekt. Kontroll av e-postavsender har 40 % korrekt svar, og kun 32 % svarer riktig på elementet om sikker netthandel (https og hengelås). Lavest ligger elementet om å avdekke KI-generert bilde ved bruk av metadata og reversert bildesøk, med bare 15 % korrekt svar. Disse elementene stiller større krav til teknisk forståelse og til aktiv vurdering av autentisitet og sikkerhet, og framstår som områder der kunnskapen er svakt etablert i befolkningen.

Samlet sett viser figuren et tydelig spenn mellom elementer der kunnskapen er godt forankret og elementer som representerer klare kunnskapsutfordringer. Toppene i figuren er dominert av oppgaver knyttet til gjenkjennbare og ofte repeterte digitale situasjoner, mens bunnene i stor grad består av oppgaver som krever mer inngående forståelse av sikkerhetssignaler, avsenderkontroll og innholdsautentisitet. Dette overordnede mønsteret danner utgangspunkt for de neste analysene, der det undersøkes hvordan prestasjonene på disse elementene varierer, og hvilke grupper som særlig skiller seg på de mest krevende elementene.

9.4.2 Etter alder

For å identifisere hvor i befolkningen kunnskapsutfordringene er størst, brytes her prestasjonene på kunnskapstesten videre ned etter alderskohorter (her for enkelthetskyld til +/- 60 år og ungdom 13-15). Formålet er å synliggjøre hvilke typer kunnskapselementer som i særlig grad skiller mellom ungdom, unge og middelaldrende, og eldre kohorter, og hvor forskjellene er mest markante. Analysen gir et viktig grunnlag for å forstå hvordan kunnskap om digitale sikkerhets- og kildefallgruver er fordelt mellom generasjoner.

Korrekt svar på kunnskapstesten pr. element, etter aldersgrupper



Figur 32. Korrekt svar på kunnskapstesten per element – etter alderskohorter (prosent).

Figuren viser andelen respondenter som har svart korrekt på hvert enkelt kunnskapselement, fordelt på tre alderskohorter: 13–15 år, 16–59 år og 60 år og eldre. Prosentandelene angir andel korrekt svar innen hver kohort, basert på webundersøkelsen (2026).

Figuren viser at det er store og systematiske forskjeller mellom alderskohorter på flere sentrale kunnskapselementer. Forskjellene er ikke jevnt fordelt på alle oppgaver, men konsentrert om bestemte typer vurderinger og sikkerhetssignaler.

Elementer med tydelige kohortforskjeller

De mest markante forskjellene finner vi på oppgaver som krever tolkning av sikkerhetssignaler og aktiv vurdering av digitalt innhold. Når det gjelder bruk av tofaktorautentisering (2FA), svarer 82 % korrekt i kohorten 16–59 år, mot bare 53 % blant 13–15-åringene og 53 % blant 60 år og eldre. Dette indikerer at både den yngste og den eldste kohorten i langt mindre grad identifiserer korrekt når 2FA bør brukes.

Et tilsvarende tydelig skille ser vi på kontroll av e-postavsender, der 44 % av kohorten 16–59 år svarer korrekt, sammenliknet med 37 % blant 13–15-åringene og 30 % blant 60 år og eldre. Her peker resultatene mot en særlig sårbarhet i den eldste kohorten, der færre enn én av tre gjør korrekt vurdering.

Også på oppgaver knyttet til vurdering av sikkerhet ved netthandel (https og hengelås) er nivåene lave i alle kohorter, men særlig blant de yngste (26 %) og de eldste (24 %). Kohorten 16–59 år ligger noe høyere, men fortsatt lavt (36 %), noe som indikerer at dette elementet representerer et generelt kunnskapshull, forsterket i de ytterste alderskohortene.

Den største forskjellen ser vi på elementet å avdekke KI-generert bilde. Her svarer bare 8 % av 13–15-åringene korrekt, 18 % i kohorten 16–59 år, og 7 % blant 60 år og eldre. Dette er det klart svakeste elementet for samtlige kohorter, men særlig for de yngste og eldste, og illustrerer at kunnskap om KI-relatert innholdsautentisitet i svært liten grad er etablert i befolkningen.

Elementer der yngre kohorter skiller seg positivt

På enkelte mer hverdagsnære og praksisnære elementer scorer de yngre kohortene relativt høyt. Personalisering av søkeresultater besvares korrekt av 84 % blant 13–15-åringene, sammenliknet med 93 % i kohorten 16–59 år og 82 % blant 60 år og eldre. Selv om middelaldrende kohorter ligger høyest, viser dette at også den yngste kohorten har relativt god forståelse for dette fenomenet.

For valg av mest sikre passord (lengde og passordfrase) svarer 73 % korrekt blant 13–15-åringene, mot 77 % i kohorten 16–59 år og 66 % blant 60 år og eldre. Her ligger den yngste kohorten nær nivået til 16–59 åringene, og dermed klart over den eldste kohorten.

Elementer med relativt små kohortforskjeller

Noen oppgaver viser mindre variasjon mellom alderskohortene. For eksempel gjelder dette avdekking av falsk bank-epost, der korrekt svar ligger på 75 % blant 13–15-åringene, 87 % i kohorten 16–59 år og 75 % blant 60 år og eldre. Mønsteret viser høyest nivå i midtkohorten, men relativt like nivåer i de yngste og eldste gruppene.

Tilsvarende ligger identifisering av e-post med vedlegg relativt høyt i alle kohorter, men med et tydelig sprang mellom 13–15-åringene (72 %) og de øvrige kohortene (95

% i 16–59 år og 93 % blant 60 år og eldre). Her framstår ferdigheten som godt etablert hos voksne, men mindre sikker blant de yngste.

Samlet tolkning

Samlet sett viser figuren at forskjellene etter alderskohorter er særlig store på kunnskapselementer som krever aktiv og kritisk vurdering, som bruk av 2FA, kontroll av avsender, vurdering av netthandel og identifisering av KI-generert innhold. Yngre og eldre kohorter framstår som spesielt svake på flere av disse elementene, men av ulike grunner og med noe ulike profiler.

Disse mønstrene peker mot tydelige kohortforskjeller i hvilken type kunnskap som er opparbeidet gjennom livsløpet, og gir et viktig utgangspunkt for de videre analysene. I de neste delkapitlene undersøkes derfor hvordan slike forskjeller henger sammen med utdanning og digital arbeidserfaring, og om disse faktorene bidrar til å redusere eller forsterke kohortgapene som observeres her.

9.4.3 Etter utdanning og digital arbeidserfaring.

Etter å ha vist at kunnskapen om digitale sikkerhets- og kildefallgruver i stor grad følger tydelige alderskohortmønstre, rettes oppmerksomheten nå mot utdanning og digital arbeidserfaring. Formålet med dette delkapittelet er å undersøke i hvilken grad formell utdanning og arbeid som stiller høye digitale krav bidrar til høyere kunnskap på de enkelte kunnskapselementene – og om disse faktorene forsterker, demper eller utfyller de aldersforskjellene som ble dokumentert i forrige delkapittel.

Analysen bygger på to komplementære perspektiver:

- først forskjeller etter utdanningsnivå (todelt)
- deretter forskjeller etter digital arbeidserfaring (todelt)

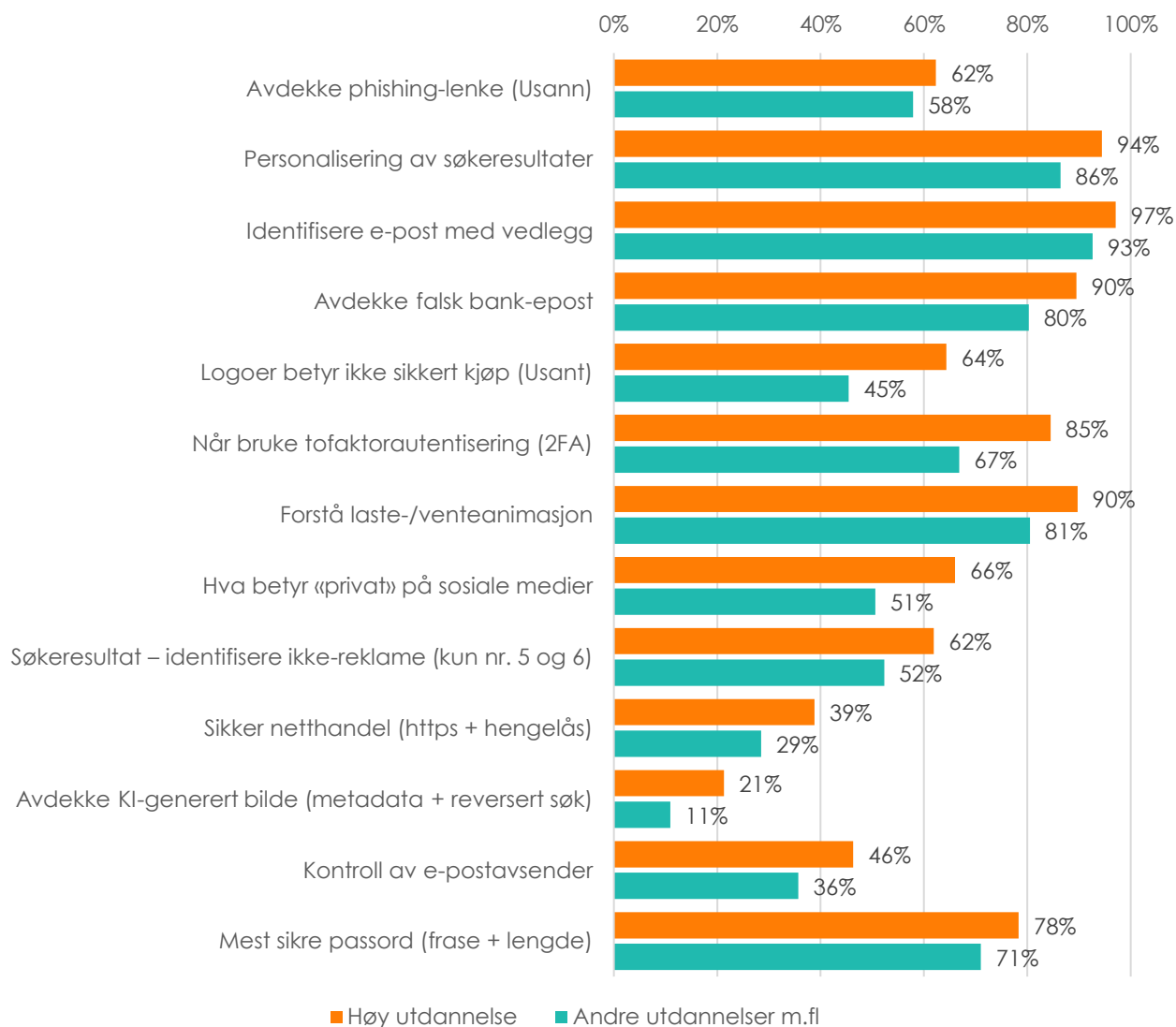
Begge presenteres på elementnivå, for å synliggjøre hvilke typer kunnskap som i særlig grad påvirkes av utdanning og arbeid.

Utdanning: tydeligst utslag på vurderings- og forståelseskrevende elementer

Figur 33 som viser resultatene etter utdanning, dokumenterer et gjennomgående mønster der personer med høy utdanning scorer høyere enn personer med andre utdanninger m.fl. på samtlige kunnskapselementer. Forskjellene varierer imidlertid betydelig i størrelse, og er klart størst på elementer som krever abstrakt forståelse, kritisk vurdering og tolkning av digitale signaler.

De største utdanningsforskjellene finner vi på elementer knyttet til digitale sikkerhetssignaler og innholdsautentisitet. For eksempel svarer 21 % av personer med høy utdanning korrekt på oppgaven om å avdekke KI-generert bilde, mot bare 11 % blant personer med andre utdanninger. Tilsvarende ser vi et tydelig skille på sikker netthandel (https og hengelås), der 39 % med høy utdanning svarer korrekt, mot 29 % blant øvrige. Også kontroll av e-postavsender viser et markant utdanningskille (48 % mot 36 %).

Korrekt svar på kunnskapstesten pr. element, etter utdanninge (todelt)



Figur 33. Korrekt svar på kunnskapstesten per element – etter utdanning (todelt) (prosent). Figuren viser andelen respondenter som har svart korrekt på hvert av de 13 kunnskapselementene i testen om digitale sikkerhets- og kildefallgruver, fordelt på to utdanningsgrupper: høy utdanning og andre utdannelser m.fl. Prosentandelene angir andel korrekt svar innen hver gruppe, basert på webundersøkelsen (2026)

På mer etablerte og hverdagsnære ferdigheter er forskjellene mindre, men fortsatt konsistente. Identifisering av e-post med vedlegg har svært høy andel korrekt svar i begge grupper, men ligger noe høyere blant personer med høy utdanning (97 % mot 93 %). Det samme gjelder personalisering av søkeresultater (94 % mot 86 %) og avdekking av falsk bank-epost (90 % mot 80 %).

Samlet viser utdanningsanalysen at høyere utdanning særlig gir et fortrinn på vurderings- og tolkningsnære kunnskapselementer, mens forskjellene er mindre på rutinepreget og ofte repetert digital praksis.

Digital arbeidserfaring: bredere og sterkere utslag enn utdanning alene

Når kunnskapselementene brytes ned etter digital arbeidserfaring (Figur 34), framtrer et enda tydeligere og mer gjennomgående mønster. Digitale arbeidstakere scorer høyere enn den øvrige befolkningen på samtlige elementer, og forskjellene er gjennomgående større enn de som observeres etter utdanning alene.

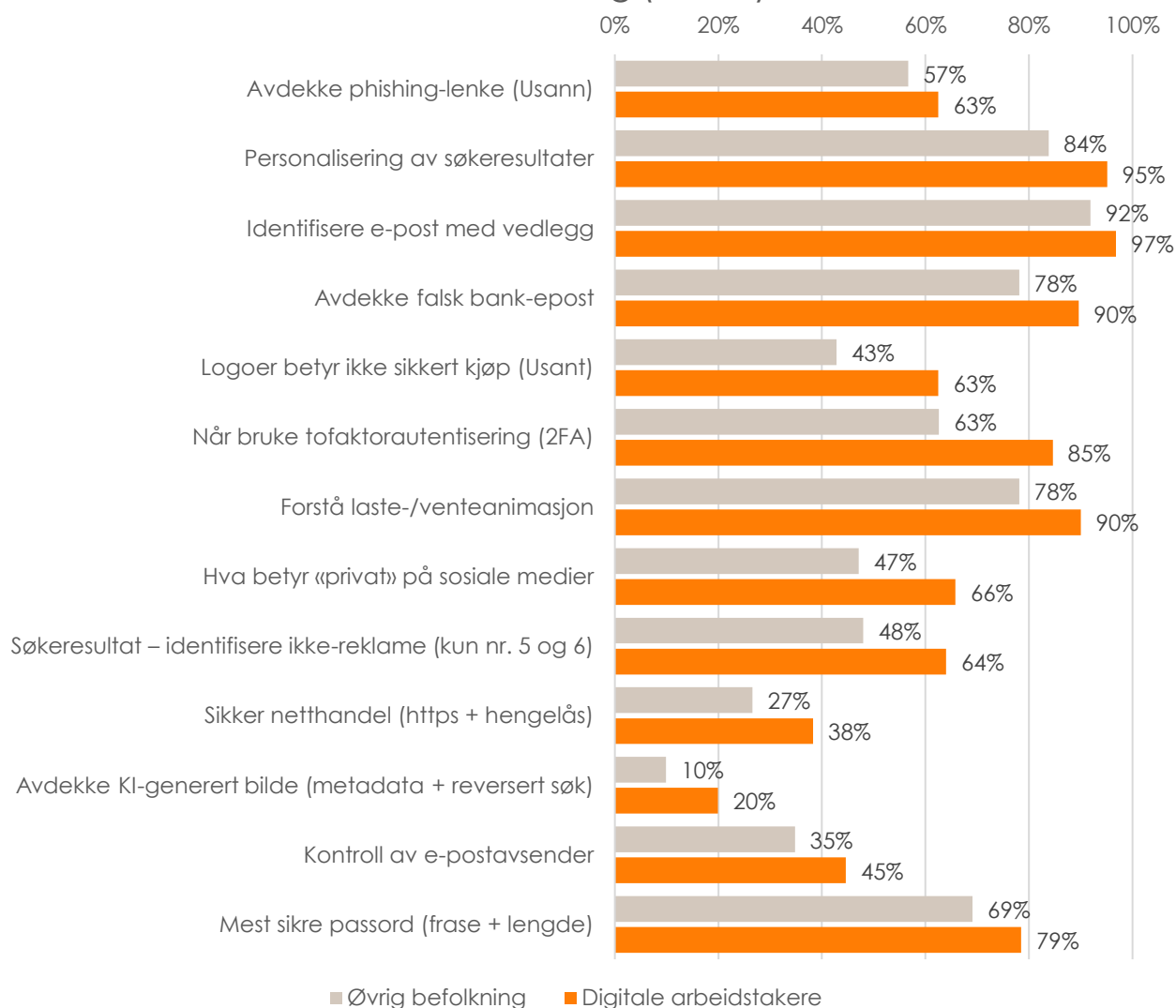
Særlig tydelig er dette på elementer knyttet til praktisk sikkerhet, problemløsning og løpende vurdering i digitale arbeidsprosesser. For eksempel svarer 85 % av digitale arbeidstakere korrekt på når tofaktorautentisering bør brukes, mot 63 % blant den øvrige befolkningen. Et tilsvarende stort skille finner vi fort at logoer ikke betyr et sikkert kjøp, der 63 % av digitale arbeidstakere svarer korrekt, sammenliknet med 43 % blant øvrige.

Også på mer komplekse vurderingsoppgaver gir digital arbeidserfaring et tydelig løft. Avdekking av KI-generert bilde besvares korrekt av 20 % av digitale arbeidstakere, mot 10 % blant øvrige. På sikker netthandel ligger digitale arbeidstakere på 38 %, mot 27 % blant øvrige, og på kontroll av e-postavsender (45 % mot 35 %).

Selv på elementer der totalnivået allerede er relativt høyt, bidrar arbeidserfaring til ytterligere styrking. Forståelse av laste- og venteanimasjoner ligger på 90 % blant digitale arbeidstakere, mot 78 % blant øvrige, og avdekking av falsk bank-epost på 90 % mot 78 %.

Dette bekrefter at arbeid med høye digitale krav fungerer som en kontinuerlig lærings- og treningsarena, der digital sikkerhet, vurdering og korrekt bruk faktisk inngår i hverdagslige arbeidsprosesser – og dermed styrker kunnskap på tvers av mange typer oppgaver.

Korrekt svar på kunnskapstesten pr. element, etter digital arbeidserfaring (todelt)



Figur 34. Korrekt svar på kunnskapstesten per element – etter digital arbeidserfaring (todelt) (prosent). Figuren viser andelen respondenter som har svart korrekt på de samme 13 kunnskapselementene, fordelt på digitale arbeidstakere og den øvrige befolkningen. Digitale arbeidstakere er personer som oppgir at arbeidsoppgavene i stor grad krever bruk av digitale verktøy og internett. Prosentandelene angir andel korrekt svar innen hver gruppe.

Samlet vurdering og oppsummering

Samlet viser analysene at både utdanning og digital arbeidserfaring bidrar til høyere kunnskap om digitale sikkerhets- og kildefallgruver, men på ulike måter og med ulik styrke.

Utdanning framstår som en selektiv differensieringsfaktor, med størst betydning for kunnskapselementer som krever abstrakt forståelse, kritisk vurdering og tolkning av komplekse digitale signaler, som KI-relatert innholdsautentisitet, sikkerhetsindikatorer og avsenderkontroll.

Digital arbeidserfaring har derimot et bredere og sterkere utslag, og løfter kunnskapsnivået på tvers av både vurderings-, sikkerhets- og praksisnære elementer. Arbeid ser her ut til å fungere som en arena der kunnskap om digital sikkerhet ikke bare forstås teoretisk, men anvendes og forsterkes gjennom gjentatt bruk og konkrete krav.

Samtidig viser analysene at verken utdanning eller arbeid fullt ut kompenserer for de grunnleggende forskjellene som følger av alder, slik dette ble dokumentert i 9.4.2. Utdanning og arbeid kan dermed redusere sårbarhet, men ikke fullstendig utjevne forskjeller i kunnskap om digitale sikkerhets- og kildefallgruver.

9.5 Validering av erfaringsmålingen: samsvar mellom rapportert erfaring og faktisk kunnskap

Erfaringsmålingen i denne undersøkelsen bygger på respondentens rapporterte erfaring med konkrete digitale ferdigheter, skalert fra 0 til 100. Et sentralt analytisk spørsmål er i hvilken grad høyere rapportert erfaring faktisk reflekterer bedre kompetanse – særlig innen digital sikkerhet, der feil kan få direkte konsekvenser.

For å undersøke dette har vi analysert sammenhengen mellom erfaringsnivå og prestasjon på kunnskapstesten. Der det finnes en direkte faglig sammenheng mellom et erfaringsspørsmål og en kunnskapsoppgave, har vi sammenliknet gjennomsnittlig erfaringscore blant dem som svarer riktig på kunnskapsoppgaven og dem som svarer feil. Dersom erfaringsmålingen fungerer som en meningsfull indikator, bør høyere erfaring henge sammen med høyere sannsynlighet for korrekt svar.

9.5.1 Item-nivå: høyere erfaringsnivå samsvarer systematisk med riktig kunnskap

På tvers av alle direkte matcher ser vi et konsistent mønster: respondenter med høyere rapportert erfaring har større sannsynlighet for å svare riktig på tilsvarende kunnskapsspørsmål.

Phishing og svindel

Respondenter som lykkes i å avdekke phishing-lenken har høyere erfaringsnivå innen både gjenkjenning av phishing og håndtering av falske betalingsmeldinger. Blant dem som svarer riktig ligger erfaringsnivået for phishing på om lag 68 poeng, mot 63 poeng blant dem som svarer feil. For erfaring med å unngå falske betalingsmeldinger er tilsvarende tall 77 poeng mot 73 poeng.

Forskjellene blir enda tydeligere i bank-scenariet. De som korrekt identifiserer en falsk bank-epost har et betydelig høyere erfaringsnivå for gjenkjenning av phishing (68 poeng) enn dem som svarer feil (56 poeng), og også høyere erfaring med å unngå falske betalingsmeldinger (76 poeng mot 68 poeng). Tilsvarende ser vi at kunnskap om hvordan man kontrollerer e-postavsender henger sammen med høyere phishing-erfaring (72 poeng blant dem som svarer riktig mot 62 poeng blant dem som svarer feil).

Tolkning: Når respondenter rapporterer høy erfaring med å gjenkjenne svindel og phishing, har de også klart større sannsynlighet for å mestre konkrete kunnskapsscenarioer innen dette området.

Sikker netthandel og nettsikkerhet

Kunnskapsoppgaven om sikker netthandel (https og hengelås) gir et av de tydeligste valideringssignalene. Blant respondentsom svarer riktig ligger erfaringsnivået for å gjenkjenne sikre nettsider på rundt 72 poeng, mens det blant dem som svarer feil ligger på 52 poeng.

Tolkning: En så stor forskjell indikerer at erfaringsmålet i dette tilfellet fanger en reell og operasjonell sikkerhetsferdighet, ikke bare generell digital trygghet.

To-trinns bekreftelse (2FA)

Også for tofaktorautentisering er sammenhengen svært tydelig. De som svarer riktig på når man bør bruke 2FA har et erfaringsnivå på om lag 87 poeng for bruk av to-trinns bekreftelse, mot 64 poeng blant dem som svarer feil.

Tolkning: Dette er en av de sterkeste enkeltvalideringene i materialet, og viser et klart samsvar mellom rapportert praksis og faktisk forståelse.

Passord

For sikre passord er forskjellen mer moderat, men fortsatt tydelig: 74 poeng blant dem som svarer riktig, mot 69 poeng blant dem som svarer feil.

Tolkning: En mindre differanse er forventet på et område der mange har en viss erfaring, men der kvaliteten på kunnskapen varierer mer enn mengden bruk.

KI-innhold og personvern i sosiale medier

Også innen nyere og mer vurderingsnære ferdigheter ser vi tydelig sammenheng. Respondenter som klarer å avdekke KI-generert bilde har et erfaringsnivå på rundt 71 poeng, mot 56 poeng blant dem som svarer feil. For forståelsen av hva «privat» betyr i sosiale medier er forskjellen også stor: 70 poeng blant dem som svarer riktig, mot 50 poeng blant dem som svarer feil.

Tolkning: Dette viser at erfaringsmålingen også fanger reell kompetanse på områder der ferdighetene er relativt nye og mer komplekse.

9.5.2 Totalnivå: samlet erfaring gjenspeiler samlet kunnskap

Når vi løfter blikket fra enkeltferdigheter til samlet nivå, blir bildet enda tydeligere. Den samlede erfaringsindeksen har en tydelig positiv sammenheng med samlet kunnskapsindeks ($r = 0,62$, $p < 0,001$). Dette innebærer at respondenter med høyere rapportert erfaring på tvers av ferdigheter også har høyere faktisk kunnskap om digital sikkerhet.

9.5.3 Avsluttende vurdering

Samlet sett viser analysene at rapportert erfaring fungerer som en meningsfull indikator på faktisk kompetanse. Høyere erfaringsnivå henger systematisk sammen med høyere sannsynlighet for riktig kunnskap på direkte matchende ferdigheter, og sammenhengen er tydelig også på aggregert nivå. Samtidig er sammenfallet ikke fullstendig. Dette understreker verdien av å kombinere erfaringsmålinger med direkte kunnskapstester for å få et mer presist bilde av digital kompetanse og sårbarhet i befolkningen.

Del IV – Barrierer, behov og kompetansebygging (web)

10 Digitale holdninger, mestring og støtte i hverdagen

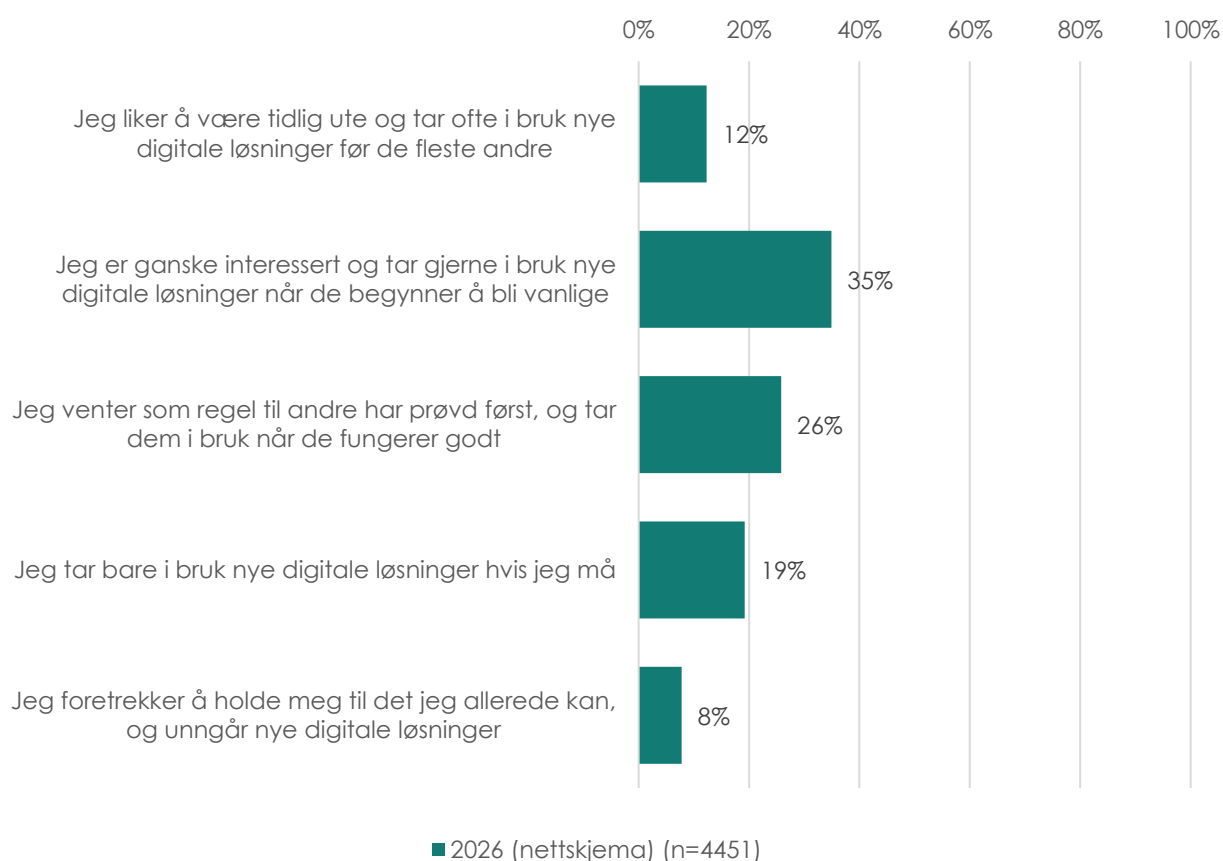
10.1 Digital adopsjon: holdning til nye digitale løsninger

Dette delkapittelet beskriver hvordan befolkningen forholder seg til å ta i bruk nye digitale verktøy, tjenester og funksjoner. Formålet er å etablere et overordnet holdningslandskap for digital adopsjon, som fungerer som et analytisk bakteppe for de videre analysene av opplevde barrierer, behov og veier til kompetanseutvikling. Analysen er deskriptiv og ikke normativ, og sier noe om hvordan folk forholder seg til digital utvikling – ikke om hva de bør gjøre.

10.1.1 Overordnet perspektiv

Figur 35 viser at flertallet av befolkningen har en pragmatisk eller moderat positiv tilnærming til nye digitale løsninger, mens færre plasserer seg ytterst i enten tidlig- eller senadopterende retning.

Digital adopsjon



Figur 35. Digital adopsjon – holdning til å ta i bruk nye digitale løsninger (prosent). Figuren viser hvordan respondentene fordeler seg på fem utsagn som beskriver egen tilnærming til nye digitale løsninger, fra det å være tidlig ute til å foretrekke å unngå nye løsninger. Resultatene er basert på webundersøkelsen i 2026.

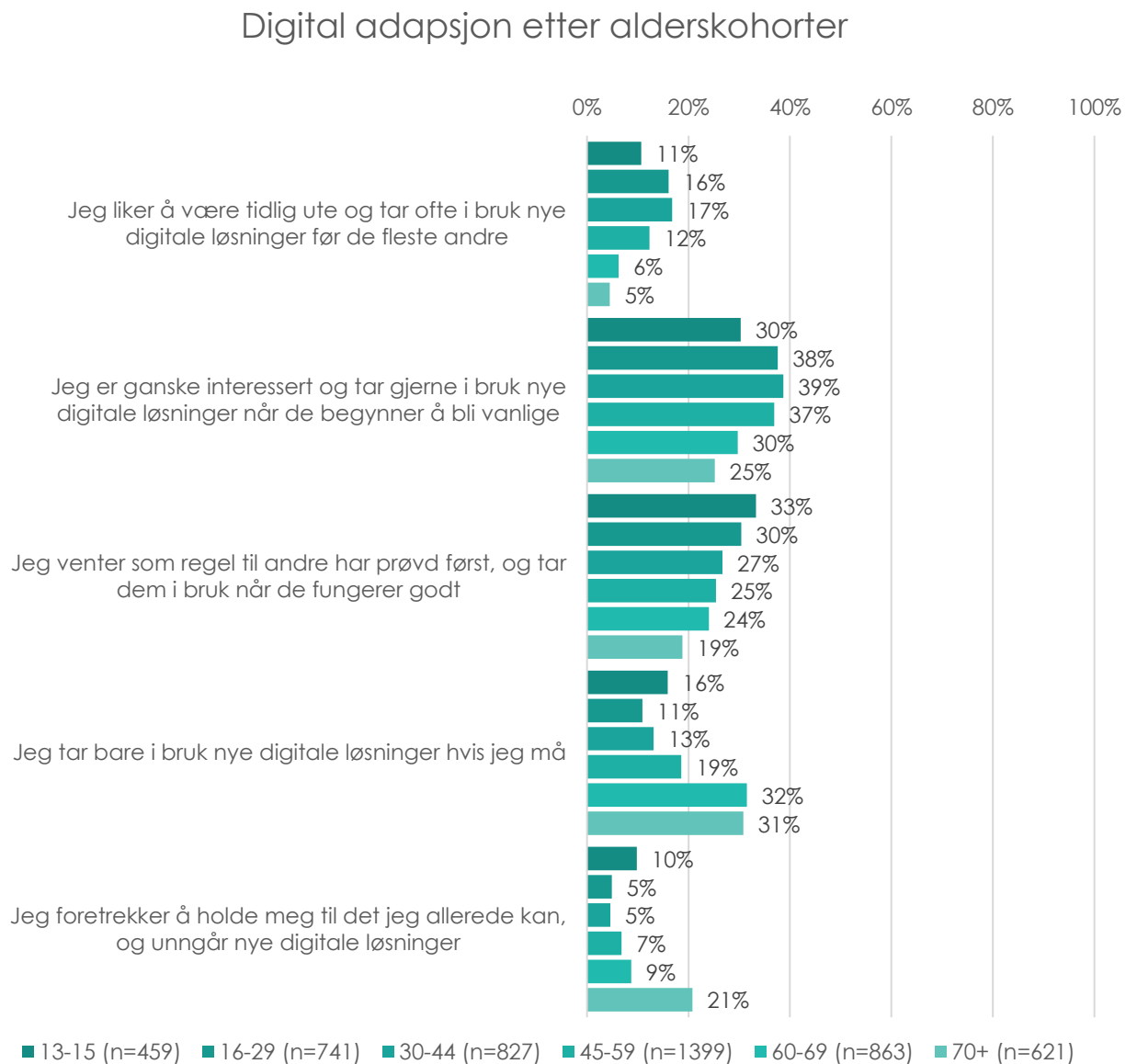
12 prosent oppgir at de liker å være tidlig ute og ofte tar i bruk nye digitale løsninger før de fleste andre. Dette er gruppen som kan betegnes som klare tidligbrukere. Den største andelen, 35 prosent, beskriver seg som ganske interessert og oppgir at de gjerne tar i bruk nye digitale løsninger når de begynner å bli vanlige. 26 prosent sier at de som regel venter til andre har prøvd først, og tar nye løsninger i bruk når de fungerer godt. Denne gruppen representerer en tydelig avventende, men ikke motvillig, holdning. 19 prosent oppgir at de bare tar i bruk nye digitale løsninger hvis de må. En mindre andel, 8 prosent, foretrekker å holde seg til det de allerede kan, og oppgir at de unngår nye digitale løsninger.

Samlet innebærer dette at 61 prosent plasserer seg i midtkategoriene – enten som interesserte brukere som adopterer når løsninger blir vanlige, eller som mer forsiktige brukere som venter til løsninger er utprøvde og stabile. Samtidig oppgir 27 prosent at de enten kun tar i bruk nye løsninger når de må, eller aktivt foretrekker å unngå dem. Fordelingen viser at digital adopsjon i befolkningen i hovedsak ikke preges av sterk polarisering mellom entusiastiske tidligbrukere og klart motvillige brukere. I stedet dominerer en avventende og situasjonsbetinget tilnærming, der nye digitale

løsninger tas i bruk når de oppleves som nødvendige, relevante eller tilstrekkelig utprøvde.

10.1.2 Etter alderskohorter

For å nyansere det overordnede bildet av digital adopsjon, brytes holdningene til å ta i bruk nye digitale løsninger her ned etter alderskohorter (Figur 36).



Figur 36. Digital adopsjon etter alderskohorter (prosent). Figuren viser hvordan holdningen til å ta i bruk nye digitale løsninger varierer mellom aldersgruppene 13–15 år, 16–29 år, 30–44 år, 45–59 år, 60–69 år og 70 år og eldre. Tallene viser andel respondenter i hver aldersgruppe som identifiserer seg med de ulike adopsjonsutsagnene, basert på webundersøkelsen i 2026.

Figur 36 viser et tydelig og konsistent aldersmønster i holdninger til digital adopsjon. Andelen som oppgir at de er tidlig ute med å ta i bruk nye digitale løsninger avtar markant med økende alder.

Blant de yngste respondentene er andelen tidligbrukere relativt høy. I aldersgruppen 13–15 år oppgir 11 prosent at de ofte tar i bruk nye løsninger før de fleste andre. Tilsvarende andel er 16 prosent blant 16–29-åringene, og 17 prosent blant 30–44-åringene. Deretter faller andelen til 12 prosent blant 45–59-åringene, 6 prosent blant 60–69-åringene, og 5 prosent blant respondenter 70 år og eldre.

Den største andelen i de yngre og midtre aldersgruppene plasserer seg i kategorien «ganske interessert», altså at de tar i bruk nye løsninger når de begynner å bli vanlige. Denne gruppen utgjør 38–39 prosent blant 16–29-åringene og 30–44-åringene, 37 prosent blant 45–59-åringene, men faller til 30 prosent blant 60–69-åringene og 25 prosent blant 70+.

En avventende holdning, der man venter til andre har prøvd først, er relativt jevnt fordelt i befolkningen, men blir noe vanligere med alder. Andelen ligger på 33 prosent blant 13–15-åringene, rundt 27–30 prosent i aldersgruppene 16–59 år, og 24 prosent blant 60–69-åringene, før den faller til 19 prosent blant 70+.

De tydeligste aldersforskjellene finner vi i de to mest restriktive kategoriene. Andelen som oppgir at de bare tar i bruk nye digitale løsninger hvis de må, øker kraftig med alder: fra 11–13 prosent i aldersgruppene 16–44 år, til 19 prosent blant 45–59-åringene, og videre til 32 prosent blant 60–69-åringene og 31 prosent blant 70 år og eldre.

Tilsvarende ser vi en markant økning i andelen som oppgir at de foretrekker å holde seg til det de allerede kan, og unngår nye digitale løsninger. Denne andelen ligger på 5–9 prosent blant respondenter under 60 år, men øker til 21 prosent blant respondenter 70 år og eldre.

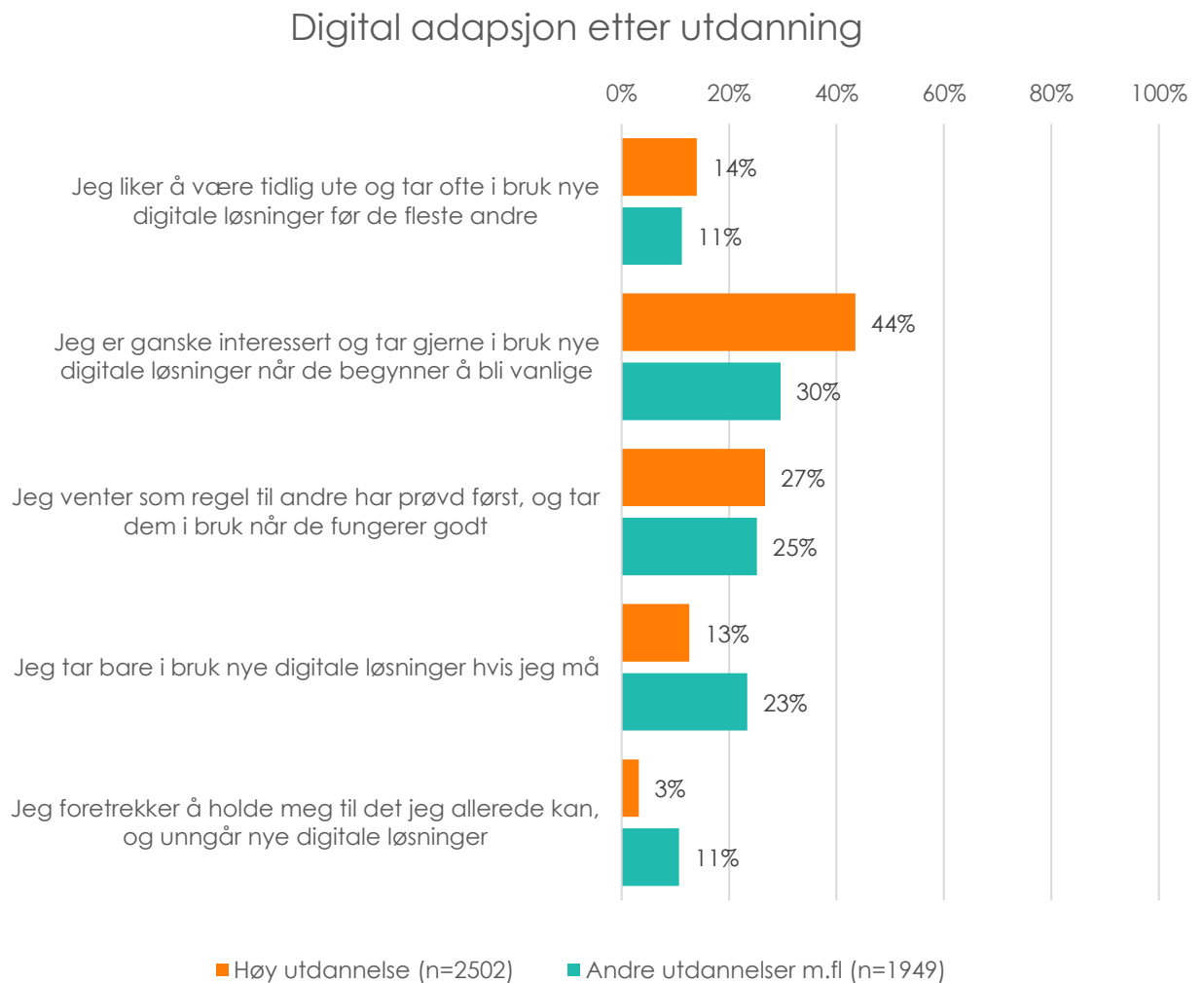
Aldersfordelingen bekrefter dermed at digital adopsjon i stor grad følger tydelige generasjonslinjer. Yngre og middelaldrende kohorter har gjennomgående en mer aktiv og åpen tilnærming til nye digitale løsninger, enten som tidlige brukere eller som interesserte som tar i bruk nytt når løsningene er etablert. I de eldre aldersgruppene forskyves bildet gradvis mot en mer betinget og nødvendighetsstyrt adopsjon.

Dette innebærer ikke at eldre grupper i hovedsak avviser digital utvikling, men at tilnærmingen i større grad er risikoreduserende og situasjonsavhengig. Nye digitale løsninger tas i bruk når behovet er tydelig, eller når det ikke finnes reelle alternativer, snarere enn av interesse eller nysgjerrighet.

Dette aldersmønsteret er analytisk viktig for resten av rapporten. Holdninger til digital adopsjon påvirker hvilke løsninger man eksponeres for, hvor mye man øver på nye ferdigheter, og hvilke erfaringer man faktisk får.

10.1.3 Etter utdanning og digital arbeidserfaring

Etter å ha vist at digital adopsjon følger tydelige aldersmønstre, undersøkes her hvordan holdningen til å ta i bruk nye digitale løsninger varierer etter utdanningsnivå og digital arbeidserfaring. Formålet er å belyse i hvilken grad digital adopsjon primært er et spørsmål om generasjon, eller om den også påvirkes av mer strukturelle forhold knyttet til kompetansebakgrunn og arbeidskontekst. Analysen er deskriptiv og gir et viktig bakteppe for de videre analysene av barrierer, støtte og behov.



Figur 37. Digital adopsjon etter utdanning (prosent). Figuren viser hvordan holdningen til å ta i bruk nye digitale løsninger varierer mellom respondenter med høy utdanning og andre utdannelser m.fl. Tallene viser andel i hver gruppe som identifiserer seg med de fem adopsjonsutsagnene, basert på webundersøkelsen i 2026.

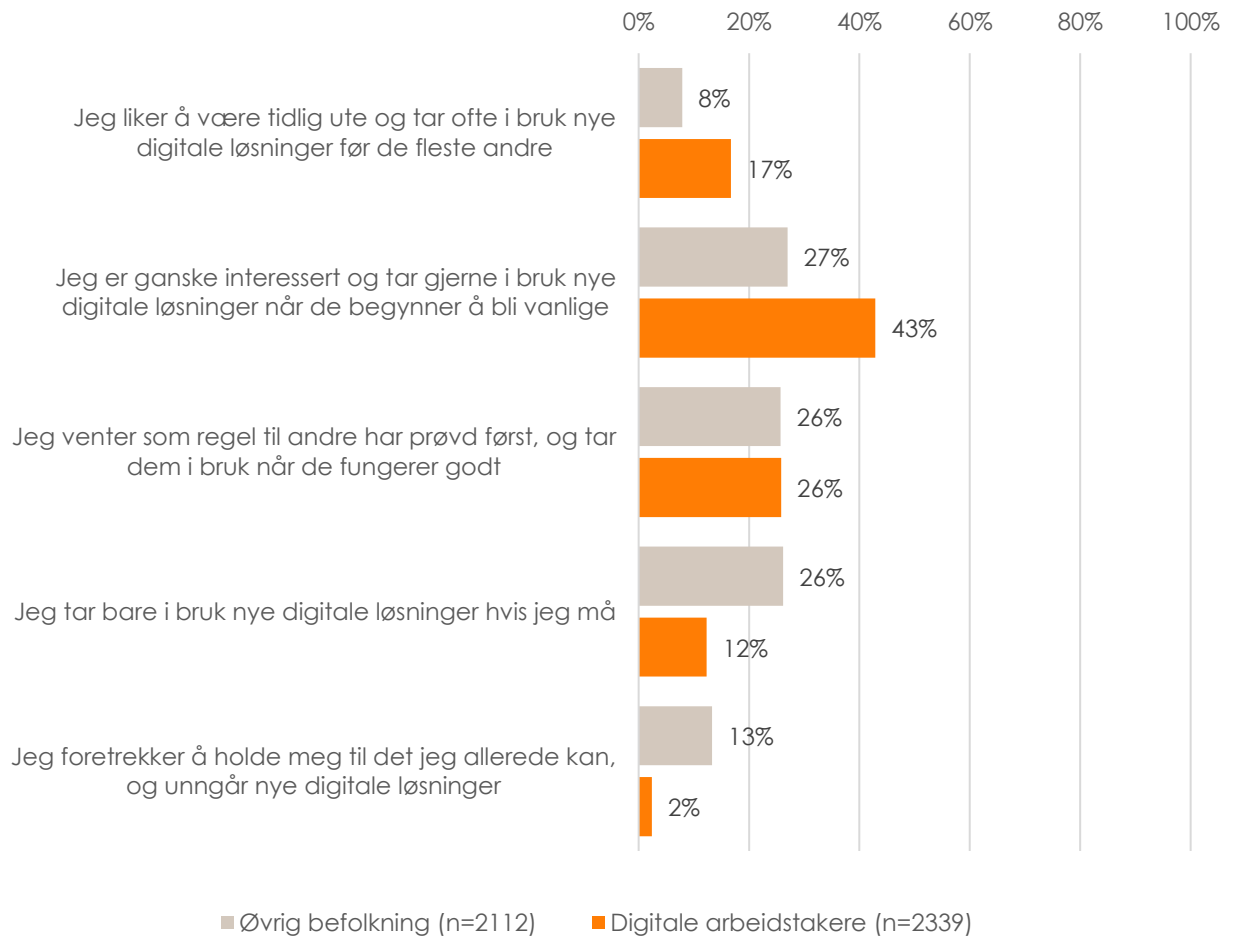
Figur 37 som viser digital adopsjon etter utdanning dokumenterer et klart og systematisk skille mellom personer med høy utdanning og personer med andre utdanninger.

Blant personer med høy utdanning oppgir 14 prosent at de liker å være tidlig ute og ofte tar i bruk nye digitale løsninger før de fleste andre, mot 11 prosent blant personer med andre utdanninger. Det største skillet finner vi imidlertid i kategorien «ganske interessert», der 44 prosent av personer med høy utdanning oppgir at de tar i bruk nye løsninger når de begynner å bli vanlige, sammenliknet med 30 prosent blant personer med andre utdanninger.

De mer avventende holdningene er relativt like mellom gruppene: 27 prosent blant personer med høy utdanning og 25 prosent blant personer med andre utdanninger oppgir at de venter til andre har prøvd først, og tar løsninger i bruk når de fungerer godt.

Derimot er de mest restriktive kategoriene klart vanligere blant personer med andre utdanninger. 23 prosent i denne gruppen oppgir at de bare tar i bruk nye digitale løsninger hvis de må, mot 13 prosent blant personer med høy utdanning. Videre oppgir 11 prosent med andre utdanninger at de foretrekker å holde seg til det de allerede kan og unngår nye digitale løsninger, mot kun 3 prosent blant personer med høy utdanning.

Digital adopsjon etter digital arbeidserfaring



Figur 38. Digital adopsjon etter digital arbeidserfaring (prosent). Figuren viser tilsvarende fordeling av holdninger, men fordelt på digitale arbeidstakere og den øvrige befolkningen. Digitale arbeidstakere er personer som oppgir at arbeidsoppgavene i stor grad krever bruk av digitale verktøy og internett.

Skillet etter digital arbeidserfaring er enda tydeligere enn skillet etter utdanning, og viser et gjennomgående og konsistent mønster på tvers av alle adopsjonskategorier.

Blant digitale arbeidstakere oppgir 17 prosent at de er tidlig ute med å ta i bruk nye digitale løsninger, mot 8 prosent blant den øvrige befolkningen. Forskjellen er særlig markant i kategorien «ganske interessert»: 43 prosent av digitale arbeidstakere tar i bruk nye løsninger når de blir vanlige, mot 27 prosent blant den øvrige befolkningen.

Den avventende gruppen, som tar i bruk nye løsninger når de fungerer godt, er like stor i begge grupper (26 prosent blant både digitale og den øvrige befolkningen). Skillet oppstår først og fremst i de mest restriktive kategoriene. Blant den øvrige befolkningen oppgir 26 prosent at de bare tar i bruk nye digitale løsninger hvis de må, mot 12 prosent blant digitale arbeidstakere. Videre svarer 13 prosent av den øvrige befolkningen at de foretrekker å holde seg til det de allerede kan og unngår nye digitale løsninger, sammenliknet med kun 2 prosent blant digitale arbeidstakere.

Samlet viser analysene at både utdanning og digital arbeidserfaring henger tydelig sammen med holdninger til digital adopsjon, men at digital arbeidserfaring framstår

som den sterkeste enkeltfaktoren. Utdanning virker selektivt ved å øke andelen som er positive og interesserte i nye digitale løsninger, og ved å redusere andelen som aktivt unngår eller bare motvillig tar i bruk nye løsninger. Dette indikerer at utdanning bidrar til større trygghet og lavere terskel for å forholde seg til ny teknologi, uten nødvendigvis å gjøre flere til rene tidligbrukere.

Digital arbeidserfaring har imidlertid et bredere og mer gjennomgående utslag. Arbeid der digitale verktøy brukes som en integrert del av oppgaveløsningen ser ut til å normalisere kontinuerlig endring og ny funksjonalitet, og reduserer både motvilje og behovsstyrt adopsjon. Skillet mellom digitale og den øvrige befolkningen viser at motstand mot nye løsninger i stor grad henger sammen med manglende eksponering i hverdagen, snarere enn med individuelle holdninger alene.

10.1.4 Samlet tolking av digital adopsjon

Samlet sett viser analysene at digital adopsjon i befolkningen i hovedsak preges av pragmatisk tilpasning snarere enn aktiv entusiasme eller tydelig motstand. Flertallet tar i bruk nye digitale løsninger når de samtidig oppleves som relevante, nødvendige eller tilstrekkelig utprøvde. Digital utvikling møtes dermed i stor grad med en avventende, situasjonsbetinget holdning, heller enn med konsekvent tidlig adopsjon.

Alder framstår som den mest grunnleggende strukturerende faktoren for digital adopsjon. Yngre og middelaldrende kohorter har gjennomgående en mer aktiv og åpen tilnærming til nye digitale løsninger, mens holdningene i de eldre kohortene i økende grad kjennetegnes av nødvendig- og behovsstyrt bruk. Dette peker mot tydelige generasjonsforskjeller i hvordan digital utvikling erfares og internaliseres, og understreker at digital adopsjon i stor grad må forstås som et kohortfenomen, ikke som et uttrykk for individuelle preferanser alene.

Utdanning bidrar til å forklare ytterligere variasjon i holdninger til digital adopsjon, særlig ved å redusere andelen med de mest restriktive tilnærmingene. Personer med høy utdanning er oftere positive og interesserte i nye digitale løsninger, og sjeldnere blant dem som aktivt unngår eller kun motvillig tar i bruk nytt. Samtidig er effekten av utdanning i hovedsak nyanserende, og endrer ikke de overordnede aldersrelaterte mønstrene.

Digital arbeidserfaring framstår som den sterkeste enkeltfaktoren utenom alder. Skillet mellom digitale og den øvrige befolkningen viser at arbeidshverdagen fungerer som en sentral eksponeringsarena for nye digitale løsninger. Der digitale verktøy er en integrert del av arbeidsoppgavene, normaliseres kontinuerlig endring og ny funksjonalitet, noe som både øker andelen som er åpne og interesserte i nye løsninger, og reduserer andelen som kun tar i bruk nye løsninger av nødvendighet. Motvilje mot digital adopsjon ser dermed i stor grad ut til å henge sammen med manglende eksponering i hverdagen, snarere enn med grunnleggende negative holdninger.

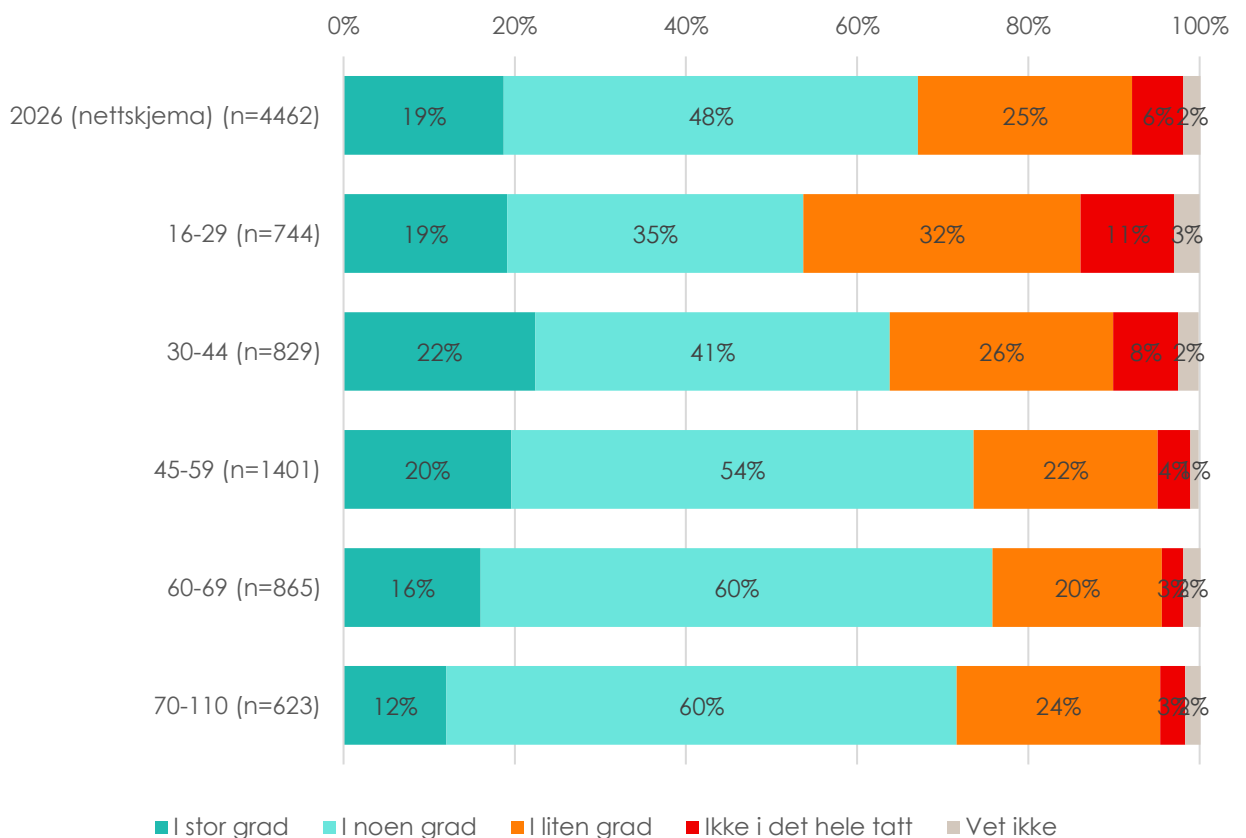
10.2 Opplevd behov for å styrke digitale ferdigheter

Dette delkapittelet undersøker i hvilken grad befolkningen selv opplever et behov for å styrke sine digitale ferdigheter. Formålet er å skille mellom behov i dagliglivet og behov i tilknytning til arbeidslivet, og å identifisere grupper som ikke opplever et slikt behov til tross for dokumenterte forskjeller i digital erfaring og kunnskap, slik disse er vist tidligere i rapporten. Analysen er deskriptiv og tar utgangspunkt i respondentenes egen vurdering av behov.

10.2.1 Behov i dagliglivet

Figur 39 viser at et flertall av befolkningen opplever et behov for å styrke sine digitale ferdigheter i dagliglivet. Totalt oppgir 19 prosent at de i stor grad opplever et slikt behov, mens 48 prosent svarer i noen grad. Samlet innebærer dette at 67 prosent opplever behov i stor eller noen grad. Samtidig oppgir 25 prosent at de bare i liten grad opplever behov, og 6 prosent at de ikke opplever behov i det hele tatt. Andelen som svarer «vet ikke» er lav (2 prosent).

I hvilken grad opplever du i dagliglivet et behov for å styrke dine digitale ferdigheter? Totalt og etter alder



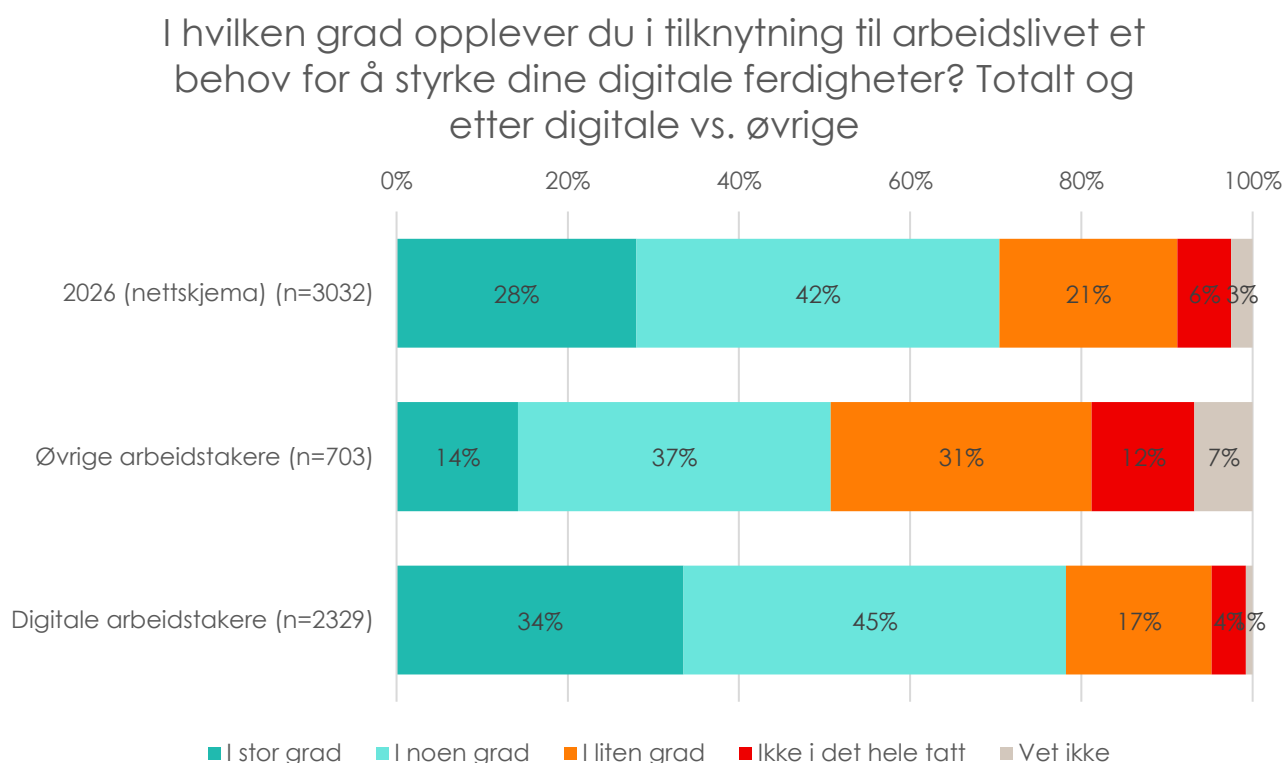
Figur 39. Opplevd behov for å styrke digitale ferdigheter i dagliglivet – totalt og etter alder (prosent). Figuren viser i hvilken grad respondentene opplever behov for å styrke sine digitale ferdigheter i dagliglivet. Resultatene vises både for hele utvalget og fordelt på aldersgrupper, basert på webundersøkelsen i 2026.

Det er markerte aldersforskjeller i hvordan behovet oppleves. I aldersgruppen 16–29 år oppgir 19 prosent behov i stor grad og 35 prosent i noen grad, til sammen 54 prosent. Til sammenlikning ligger andelen som opplever behov i stor eller noen grad på 63 prosent blant 30–44-åringene og hele 74 prosent blant 45–59-åringene. I de eldre aldersgruppene øker denne andelen ytterligere: 76 prosent blant 60–69-åringene og 72 prosent blant 70 år og eldre oppgir behov i stor eller noen grad.

Samtidig er det verdt å merke seg at også i de eldste aldersgruppene oppgir en betydelig andel at de i liten grad eller ikke i det hele tatt opplever behov. Blant 70 år og eldre svarer 24 prosent i liten grad og 3 prosent ikke i det hele tatt, til sammen 27 prosent. Dette til tross for at tidligere analyser viser lavere digital erfaring og svakere kunnskap i denne aldersgruppen.

10.2.2 Behov i arbeidslivet

Figur 40 viser at behovet for å styrke digitale ferdigheter i arbeidslivet samlet sett oppleves som noe sterkere enn i dagliglivet. Totalt oppgir 28 prosent behov i stor grad og 42 prosent i noen grad, til sammen 70 prosent. Videre svarer 21 prosent at de bare i liten grad opplever behov, mens 6 prosent ikke opplever behov i det hele tatt.



Figur 40. Opplevd behov for å styrke digitale ferdigheter i arbeidslivet – totalt og etter digital arbeidserfaring (prosent). Figuren viser tilsvarende vurdering av behov i tilknytning til arbeidslivet, totalt og fordelt på digitale arbeidstakere og den øvrige befolkningen. Kun respondenter i relevant yrkesaktiv alder er inkludert.

Forskjellene etter digital arbeidserfaring er tydelige. Blant digitale arbeidstakere oppgir hele 34 prosent behov i stor grad og 45 prosent i noen grad, noe som tilsvarer 79 prosent samlet. Kun 17 prosent oppgir behov i liten grad, og 4 prosent ikke i det hele tatt.

Blant den øvrige befolkningen er bildet langt mer delt. Her oppgir 14 prosent behov i stor grad og 37 prosent i noen grad, til sammen 51 prosent. Samtidig oppgir 31 prosent behov i liten grad, og 12 prosent ikke i det hele tatt. Andelen som svarer «vet ikke» er også høyere i denne gruppen (7 prosent).

10.2.3 Oppsummering og tolkning

Samlet viser analysene at flertallet av befolkningen opplever et behov for å styrke sine digitale ferdigheter, både i dagliglivet og i arbeidslivet. Behovet er imidlertid ikke jevnt fordelt, og varierer systematisk etter alder og digital arbeidserfaring.

I dagliglivet er det særlig de midtre og eldre aldersgruppene som i stor eller noen grad opplever behov, samtidig som en ikke ubetydelig andel – også blant eldre – oppgir liten eller ingen grad av behov. Dette indikerer et potensielt misforhold mellom opplevd behov og faktiske ferdighetsnivåer, slik disse er dokumentert i kapittel 7 og 8.

I arbeidslivet framstår digital arbeidserfaring som en avgjørende faktor. Digitale arbeidstakere opplever i langt større grad behov for å styrke ferdighetene sine, noe som kan tolkes som et uttrykk for høyere krav, raskere endring og større bevissthet om kompetansekrav. Blant den øvrige befolkningen er behovet langt svakere, til tross for at disse gruppene i gjennomsnitt har lavere digital erfaring og kompetanse.

Disse funnene peker mot at opplevd behov for digital kompetanse i stor grad formes av eksponering, krav og kontekst, og ikke nødvendigvis samsvarer direkte med dokumentert kompetansenivå.

10.3 Opplevd strev, avbrudd og unngåelse i digitale oppgaver

Dette delkapittelet belyser hvordan digitale ferdigheter – eller manglende sådanne – kommer til uttrykk i praksis, gjennom opplevd strev, avbrudd og unngåelse i møte med digitale løsninger. Formålet er å synliggjøre i hvilken grad befolkningen faktisk møter vansker i gjennomføringen av digitale oppgaver, og hvordan dette varierer etter alder og digital arbeidserfaring. Analysen bygger på respondenters egne erfaringer og gir et viktig bindeledd mellom kompetansenivåene som er dokumentert tidligere i rapporten, og de praktiske konsekvensene disse får i hverdagen.

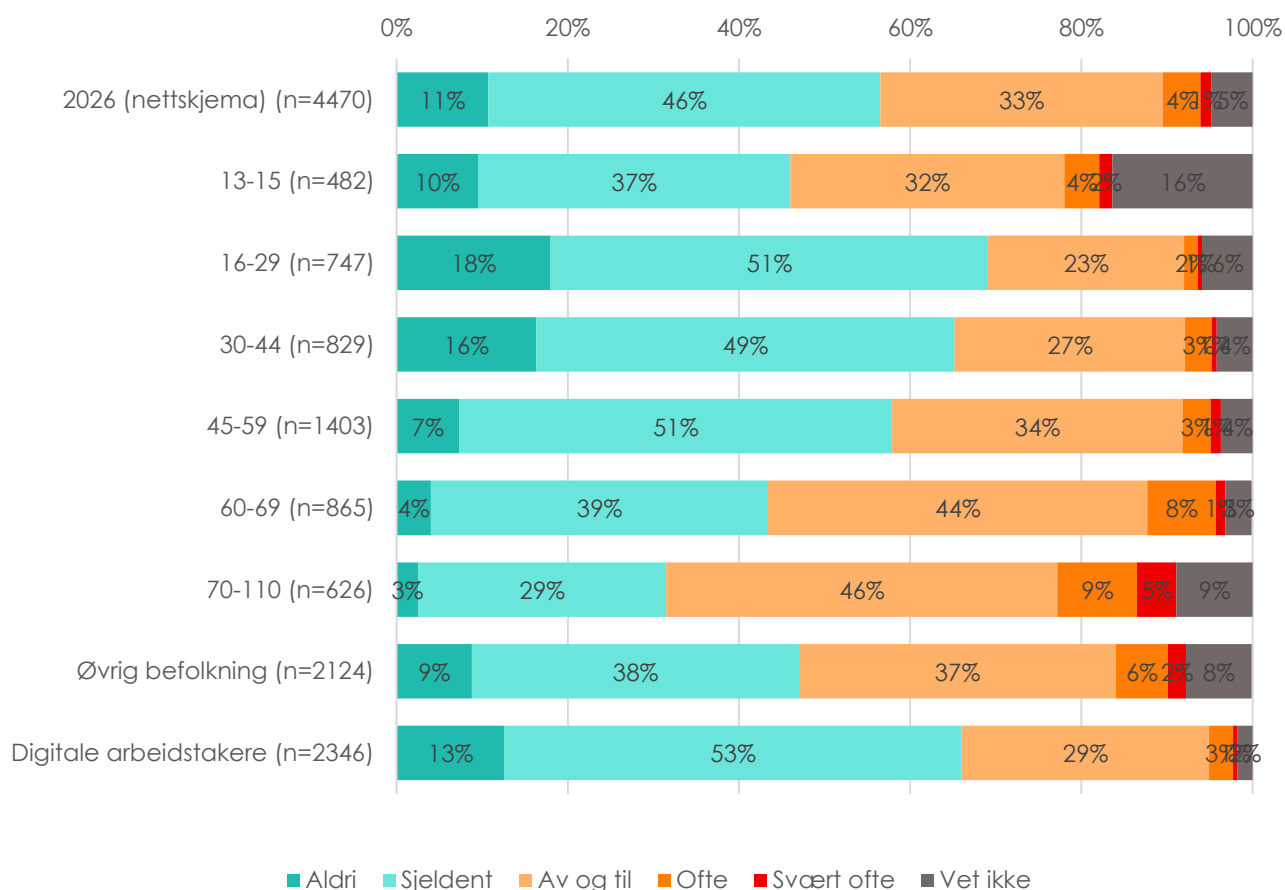
10.3.1 Avbrudd i digitale oppgaver

Figur 41 viser at det er relativt vanlig å oppleve avbrudd i digitale oppgaver fordi løsningene er vanskelige å bruke. Totalt oppgir 11 prosent at dette aldri skjer, og 46 prosent at det skjer sjelden. Samtidig svarer 33 prosent at de av og til må avbryte en digital oppgave, mens 4 prosent opplever dette ofte og 1 prosent svært ofte. Samlet innebærer dette at 38 prosent opplever avbrudd i digitale oppgaver av og til eller oftere.

Det er tydelige aldersforskjeller i hvor ofte slike avbrudd forekommer. Blant 16–29-åringene oppgir 18 prosent at de aldri opplever dette, og 51 prosent sjelden, mens 25 prosent opplever det av og til eller oftere. Tilsvarende andel øker gradvis med alder. Blant 60–69-åringene svarer 44 prosent at de av og til må avbryte en digital oppgave, og ytterligere 9 prosent ofte eller svært ofte. I den eldste aldersgruppen (70 år og eldre) oppgir 46 prosent av og til, og 14 prosent ofte eller svært ofte, til sammen 60 prosent.

Skillet etter digital arbeidserfaring er markant. Blant digitale arbeidstakere svarer 66 prosent at de aldri eller sjelden opplever å måtte avbryte digitale oppgaver, og 29 prosent at dette skjer av og til. Kun 4 prosent opplever dette ofte eller svært ofte. Blant den øvrige befolkningen er andelen som opplever avbrudd oftere betydelig høyere: 37 prosent svarer av og til, og 8 prosent ofte eller svært ofte.

Hvor ofte opplever du at du må avbryte en digital oppgave fordi løsningen er vanskelig å bruke? Totalt, etter alderskohort, og digitale vs. øvrige arbeidstakere

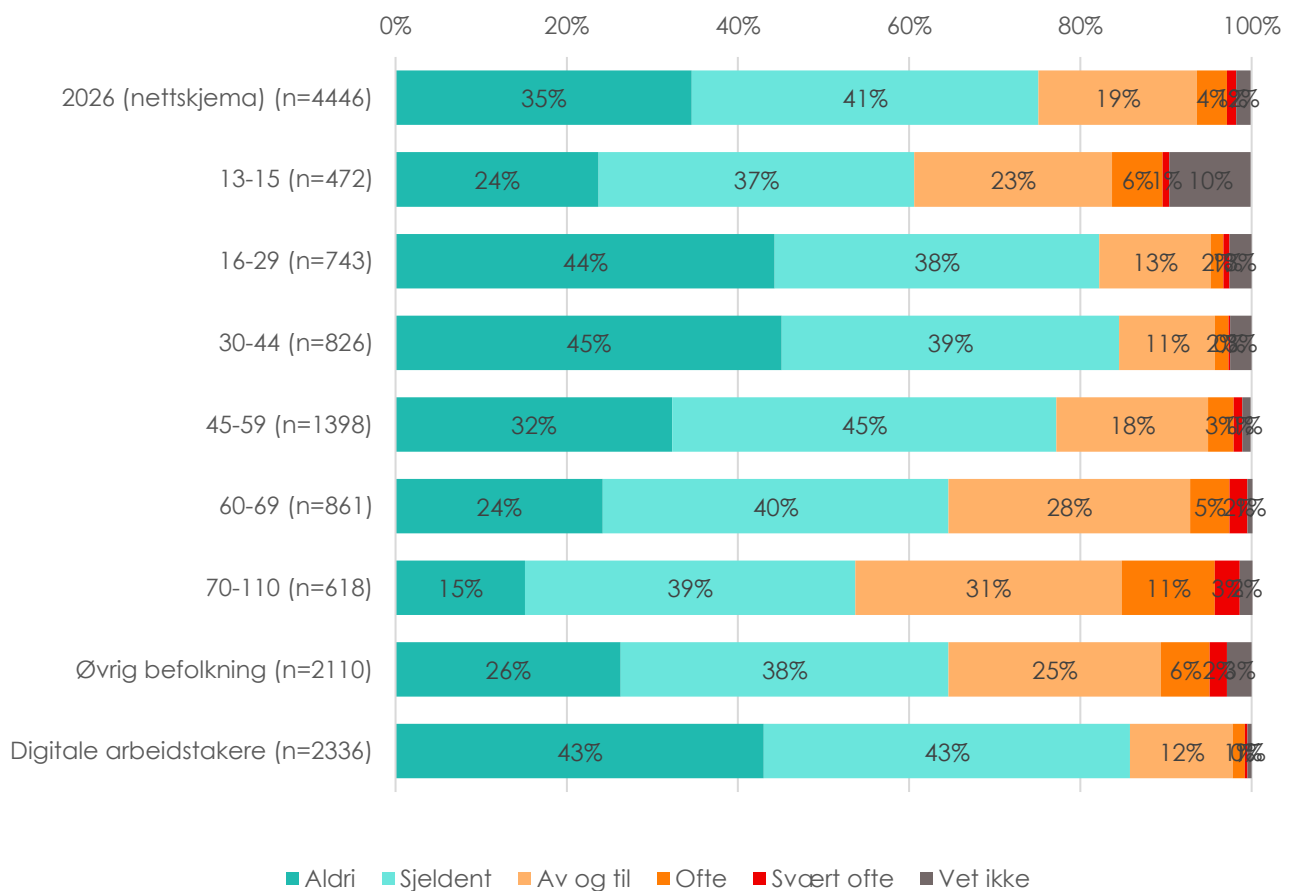


Figur 41. Opplevd avbrudd i digitale oppgaver fordi løsningen er vanskelig å bruke – totalt, etter alder og etter digital arbeidserfaring (prosent). Figuren viser hvor ofte respondentene opplever å måtte avbryte en digital oppgave fordi løsningen er vanskelig å bruke. Resultatene vises samlet for hele utvalget, fordelt på aldersgrupper og for digitale vs. den øvrige befolkningen.

10.3.2 Unngåelse av digitale løsninger av frykt for feil

Figur 42 viser at unngåelse av digitale løsninger på grunn av frykt for å gjøre feil også er et utbredt fenomen, men med store variasjoner mellom grupper. Totalt oppgir 35 prosent at de aldri unngår digitale løsninger av denne grunnen, og 41 prosent at det skjer sjelden. Samtidig svarer 19 prosent at de av og til unngår digitale løsninger, mens 4 prosent gjør dette ofte og 1 prosent svært ofte.

Hvor ofte unngår du digitale løsninger fordi du er redd for å gjøre feil? Totalt, etter alderskohort, og digitale vs. øvrige arbeidstakere



Figur 42. Unngåelse av digitale løsninger av frykt for å gjøre feil – totalt, etter alder og etter digital arbeidserfaring (prosent). Figuren viser hvor ofte respondentene unngår digitale løsninger fordi de er redde for å gjøre feil, totalt og fordelt på aldersgrupper samt digitale vs. den øvrige befolkningen.

Igjen er aldersforskjellene tydelige. Blant 16–29-åringene oppgir 44 prosent at de aldri unngår digitale løsninger, og 38 prosent sjelden. Kun 15 prosent oppgir at de av og til eller oftere unngår digitale løsninger. I aldersgruppen 30–44 år er mønsteret tilsvarende. Deretter øker unngåelsen markant med alder. Blant 60–69-åringene oppgir 28 prosent at de av og til unngår digitale løsninger, og 7 prosent ofte eller svært ofte. I gruppen 70 år og eldre svarer hele 31 prosent av og til, og 14 prosent ofte eller svært ofte, til sammen 45 prosent.

Også her er skillet etter digital arbeidserfaring svært tydelig. Blant digitale arbeidstakere oppgir 43 prosent at de aldri og 43 prosent at de sjelden unngår digitale løsninger, mens kun 13 prosent gjør dette av og til eller oftere. Blant den øvrige befolkningen svarer derimot 25 prosent at de av og til unngår digitale løsninger, og ytterligere 8 prosent at de ofte eller svært ofte gjør det.

10.3.3 Oppsummering og tolkning

Samlet viser analysene at opplevd strev, avbrudd og unngåelse i møte med digitale løsninger er utbredte erfaringer i befolkningen, men med klare og systematiske forskjeller mellom grupper. Aldersmønsteret er gjennomgående og konsistent på tvers av begge indikatorene: jo eldre respondentene er, desto oftere rapporterer de både avbrudd i digitale oppgaver og unngåelse av digitale løsninger av frykt for å gjøre feil.

Skillet etter digital arbeidserfaring understreker samtidig betydningen av eksponering og øving i hverdagen. Digitale arbeidstakere rapporterer langt sjeldnere om både avbrudd og unngåelse, mens den øvrige befolkningen i betydelig større grad møter digitale løsninger som krevende og risikofylte. Dette indikerer at lavere forekomst av strev ikke nødvendigvis betyr fravær av utfordringer, men ofte henger sammen med kontinuerlig bruk og tilpasning gjennom arbeid.

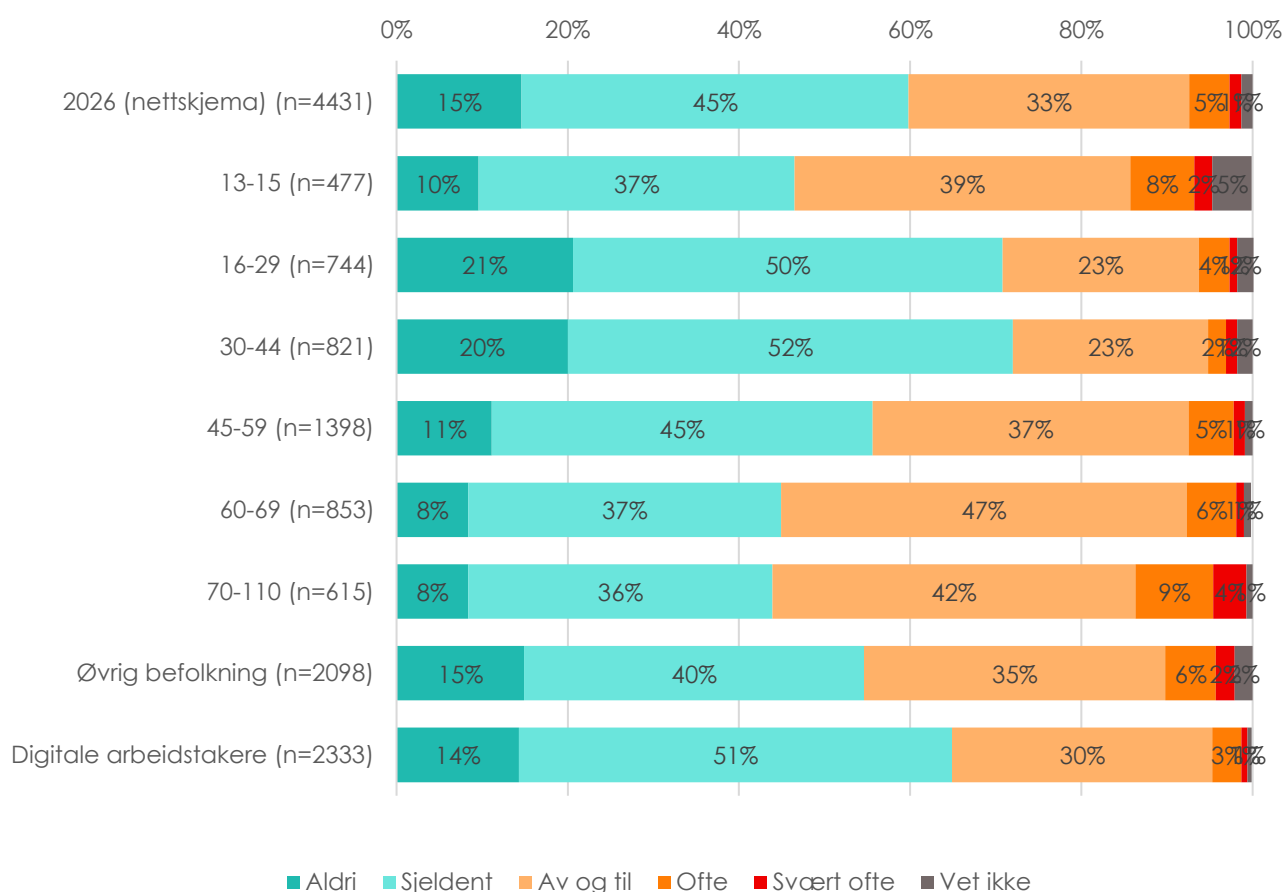
Sett i sammenheng med funnene i kapittel 8 og 9 viser dette at forskjeller i digital erfaring og kunnskap får konkrete konsekvenser i praksis. Opplevd strev og unngåelse fungerer dermed som viktige mekanismer som kan forklare både lavere mestring og redusert læring over tid.

10.4 Å få og gi digital hjelp – uformelle støttenettverk

Dette delkapittelet belyser hvilken rolle uformelle støttenettverk spiller i befolkningens håndtering av digitale tjenester. Analysen ser både på hvor ofte personer får hjelp av andre til å bruke digitale løsninger, og hvor ofte personer selv hjelper andre. I tillegg vises hvem hjelpen vanligvis gis til. Formålet er å synliggjøre hvordan digital kompetanse i praksis ofte kompenseres gjennom sosiale relasjoner, og hvordan dette varierer etter alder og digital arbeidserfaring.

10.4.1 Å få hjelp til digitale tjenester

Hvor ofte får du hjelp av andre til å bruke digitale tjenester? Totalt, etter alderskohort, og digitale vs. øvrige arbeidstakere



Figur 43. Hvor ofte man får hjelp av andre til å bruke digitale tjenester – totalt, etter alder og etter digital arbeidserfaring (prosent). Figuren viser hvor ofte respondentene oppgir at de får hjelp av andre til å bruke digitale tjenester, totalt og fordelt på aldersgrupper samt digitale vs. den øvrige befolkningen.

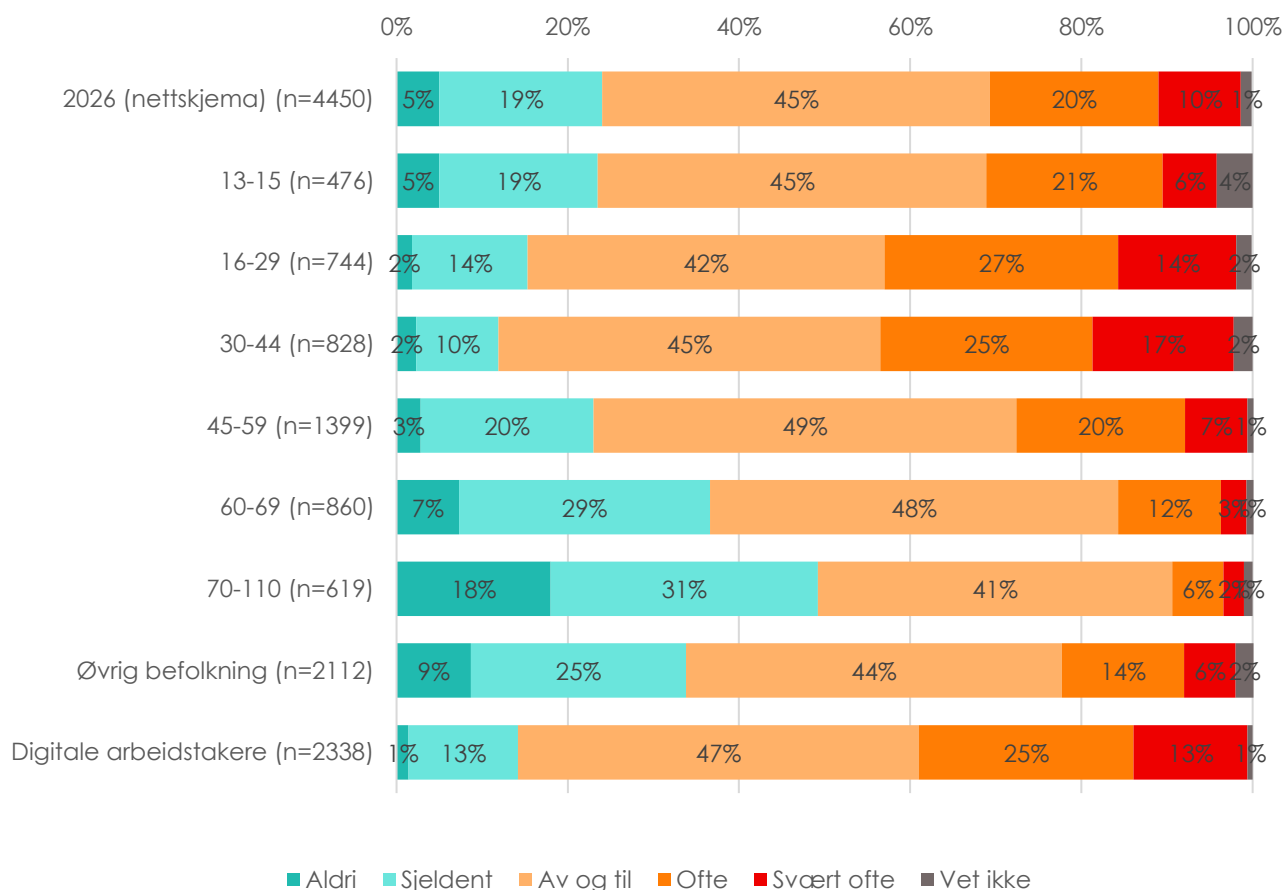
Figur 43 viser at det er vanlig å få hjelp av andre til å bruke digitale tjenester, men med tydelige forskjeller mellom grupper. Totalt oppgir 15 prosent at de aldri får hjelp, mens 45 prosent svarer sjelden. Samtidig oppgir 33 prosent at de av og til får hjelp, og 5 prosent at de får hjelp ofte eller svært ofte. Samlet betyr dette at 38 prosent får hjelp av andre av og til eller oftere.

Det er klare aldersforskjeller i hvor ofte hjelp mottas. Blant 16–29-åringene oppgir 21 prosent at de aldri får hjelp, og 50 prosent sjelden, mens 27 prosent får hjelp av og til eller oftere. I aldersgruppen 30–44 år er mønsteret tilsvarende. Deretter øker behovet for hjelp med alder. Blant 60–69-åringene svarer 47 prosent at de får hjelp av og til, og 8 prosent ofte eller svært ofte. I den eldste aldersgruppen (70 år og eldre) får 42 prosent hjelp av og til, og 13 prosent ofte eller svært ofte, til sammen 55 prosent.

Skillet etter digital arbeidserfaring er tydelig. Blant digitale arbeidstakere oppgir 65 prosent at de aldri eller sjelden får hjelp, og 33 prosent at de får hjelp av og til eller oftere. Blant den øvrige befolkningen er andelen som får hjelp av og til eller oftere høyere, på 41 prosent, og andelen som får hjelp ofte eller svært ofte ligger på 8 prosent, mot 3 prosent blant digitale arbeidstakere.

10.4.2 Å hjelpe andre med digitale tjenester

Hvor ofte hjelper du andre med å bruke digitale tjenester? Totalt, etter alderskohort, og digitale vs. øvrige arbeidstakere



Figur 44. Hvor ofte man hjelper andre med å bruke digitale tjenester – totalt, etter alder og etter digital arbeidserfaring (prosent). Figuren viser hvor ofte respondentene selv hjelper andre med å bruke digitale tjenester, totalt og fordelt på aldersgrupper samt digitale vs. den øvrige befolkningen.

Figur 44 viser at en betydelig andel av befolkningen selv fungerer som en ressurs for andre. Totalt oppgir 45 prosent at de av og til hjelper andre med digitale tjenester, mens 20 prosent hjelper ofte og 10 prosent svært ofte. Samtidig oppgir 24 prosent at de aldri eller sjelden hjelper andre.

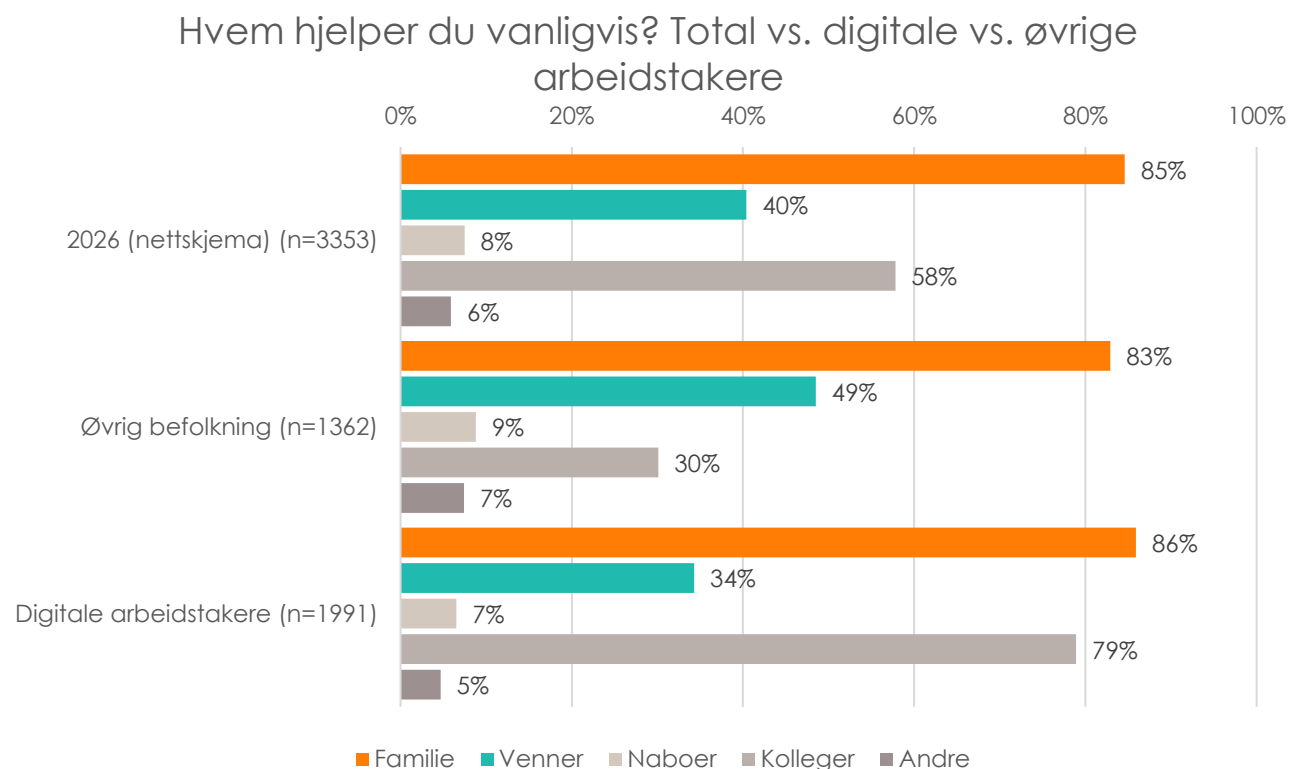
Det er tydelige aldersforskjeller også her. Blant 16–29- og 30–44-åringene oppgir rundt 40 prosent at de hjelper andre ofte eller svært ofte. I aldersgruppen 45–59 år er denne andelen 27 prosent, før den faller til 15 prosent blant 60–69-åringene, og videre til 8 prosent blant 70 år og eldre.

Digital arbeidserfaring gir et klart skille. Blant digitale arbeidstakere svarer 38 prosent at de hjelper andre ofte eller svært ofte, mot 20 prosent blant den øvrige

befolkningen. Samtidig er det få digitale arbeidstakere som aldri hjelper andre (1 prosent), sammenliknet med 9 prosent blant den øvrige befolkningen.

10.4.3 Hvem man hjelper

Figur 45 viser hvem hjelpen vanligvis gis til. Totalt oppgir 85 prosent at de hjelper familie, og 40 prosent at de hjelper venner. Videre svarer 58 prosent at de hjelper kolleger, mens 8 prosent hjelper naboer, og 6 prosent hjelper andre.



Figur 45. Hvem man vanligvis hjelper med digitale tjenester – totalt og etter digital arbeidserfaring (prosent).

Figuren viser hvem respondentene vanligvis hjelper, blant dem som oppgir at de hjelper andre med digitale tjenester. Flere svar er mulig.

Det er tydelige forskjeller etter digital arbeidserfaring. Blant digitale arbeidstakere oppgir 79 prosent at de hjelper kolleger, sammenliknet med 30 prosent blant den øvrige befolkningen. Blant den øvrige befolkningen dominerer hjelp til familie (83 prosent) og venner (49 prosent), mens hjelp til kolleger er langt mindre utbredt.

10.4.4 Hva folk vanligvis hjelper andre med i digitale tjenester

Vi spurte de som svarte «Av og til», «Ofte» eller «Svært ofte» på spørsmålet om å hjelpe andre om hva de vanligvis pleier å hjelpe med. De åpne svarene viser et bredt, men tydelig konsentrert bilde av hvilke typer digitale oppgaver folk oftest hjelper andre med. Hjelpen som gis spenner fra helt grunnleggende bruk til mer avanserte oppgaver i jobb og utdanning, men tyngdepunktet ligger klart på praktisk hverdagsmestring.

Pålogging, autentisering og tilgang

Den klart mest gjennomgående typen hjelp gjelder pålogging og tilgang. Dette omfatter:

- innlogging til nettsteder og apper
- glemt passord og passordbytte
- bruk av BankID og tofaktorautentisering
- gjenoppretting av kontoer og tilganger

Dette gjelder både offentlige tjenester, banktjenester og private apper, og beskrives ofte som det første stedet brukere "står fast".

Offentlige og finansielle digitale tjenester

Mange oppgir at de hjelper med nødvendige digitale tjenester knyttet til samfunnsdeltakelse, særlig:

- nettbank, betaling av regninger og overføringer
- Skatteetaten, NAV, Altinn, Digipost og Helsenorge
- utfylling og innsending av digitale skjemaer og søknader

Hjelpen beskrives ofte som praktisk og stegvis, og gis særlig til eldre familiemedlemmer.

Bruk av mobiltelefoner, apper og innstillinger

En stor andel av svarene gjelder hjelp med mobiltelefon og apper, blant annet:

- installering, oppdatering og sletting av apper
- endring av innstillinger (varsler, lyd, skjerm, språk)
- overføring av data til ny telefon
- generell navigering og forståelse av funksjonalitet

Dette gjelder både hverdagsapper (betaling, transport, kommunikasjon) og mer generelle systeminnstillinger.

E-post, dokumenter og filhåndtering

Mange hjelper med grunnleggende kontor- og dokumentoppgaver, som:

- sending og mottak av e-post
- vedlegg, lagring og gjenfinning av dokumenter
- bruk av Word, Excel, PowerPoint og skylagring
- utskrift og konvertering av filer

Disse oppgavene beskrives ofte som "enkle" for hjelperen, men krevende for den som mottar hjelp.

Jobbrelaterte systemer og verktøy

Blant yrkesaktive – særlig digitale arbeidstakere – er det utbredt å hjelpe kolleger med:

- interne fagsystemer og programvare
- Teams, e-post, deling og møtefunksjoner
- opplæring i nye systemer og endrede brukergrensesnitt

Her fungerer mange som uformelle ressurspersoner eller "superbrukere" i arbeidshverdagen.

Sikkerhet og vurdering av svindel

Et gjennomgående tema er hjelp knyttet til digital sikkerhet, blant annet:

- vurdere om e-poster, SMS eller nettsider er falske
- gjenkjenne phishing og svindelforsøk
- råd om trygg netthandel og bruk av betalingstjenester

Dette beskrives ofte som en kombinasjon av teknisk hjelp og beroligelse.

Navigering, søk og "finne frem"

Mange svar peker på hjelp med det helt grunnleggende:

- finne riktig nettside, funksjon eller meny
- forstå hva man skal trykke på og i hvilken rekkefølge
- søke etter informasjon på internett

Dette fremstår som et sentralt uttrykk for manglende digital trygghet, snarere enn manglende tilgang.

Samlet vurdering

De åpne svarene viser at uformell digital hjelp i stor grad dreier seg om å senke terskelen for å gjennomføre nødvendige digitale handlinger. Hjelpen er sjelden knyttet til avansert teknologi i seg selv, men til:

- tilgang
- forståelse
- navigering
- trygghet

Uformelle støttenettverk fungerer dermed som en kritisk kompensasjonsmekanisme i et digitalisert samfunn, særlig for eldre og personer med lavere digital erfaring. Samtidig indikerer omfanget av slik hjelp at mye av den digitale mestringen i befolkningen er situasjonsavhengig og relasjonsbåret, noe som kan bidra til sårbarhet der slik støtte ikke er tilgjengelig.

10.4.5 Oppsummering og tolkning

Samlet viser analysene at opplevd strev, avbrudd og unngåelse i møte med digitale løsninger er utbredte erfaringer i befolkningen, men med klare og systematiske forskjeller mellom grupper. Aldersmønsteret er gjennomgående og konsistent på tvers av begge indikatorene: jo eldre respondentene er, desto oftere rapporterer de både avbrudd i digitale oppgaver og unngåelse av digitale løsninger av frykt for å gjøre feil.

Skillet etter digital arbeidserfaring understreker samtidig betydningen av eksponering, øving og kontekst. Digitale arbeidstakere rapporterer langt sjeldnere om både avbrudd og unngåelse, mens den øvrige befolkningen i betydelig større grad møter digitale løsninger som krevende og risikofylte. Dette indikerer at lavere forekomst av rapportert strev ikke nødvendigvis betyr fravær av utfordringer, men ofte henger sammen med kontinuerlig bruk og tilpasning gjennom arbeid – eller med at digitale oppgaver i mindre grad faktisk gjennomføres.

For mange grupper – særlig eldre og personer uten digitalt krevende arbeid – kan opplevd strev og usikkerhet i møte med digitale løsninger delvis kompenseres gjennom hjelp fra familie, venner eller kolleger. Det innebærer at strevet ikke alltid materialiserer seg som fullførte avbrudd eller uteblitt bruk, men håndteres sosialt gjennom støtte fra andre.

Sett i sammenheng med funnene i kapittel 8 og 9 og viser dette at forskjeller i digital erfaring og kunnskap får konkrete konsekvenser i praksis, men at disse konsekvensene ofte modereres av tilgang på hjelp. Opplevd strev og unngåelse fungerer dermed både som uttrykk for faktiske kompetanseutfordringer og som utløsere for sosial kompensasjon. Dette bidrar til å forklare hvorfor mange kan fungere i et digitalisert hverdagsliv til tross for begrenset selvstendig mestring, men peker samtidig på en sårbarhet der slik støtte ikke er tilgjengelig eller faller bort.

11 Barrierer for å bli bedre digitalt

I dette kapitlet rettes søkelyset mot hvilke forhold befolkningen selv opplever som hindringer for å bli bedre til å bruke digitale verktøy og tjenester. Formålet er å identifisere hvilke barrierer som dominerer, og å skille mellom hindringer knyttet til motivasjon, kapasitet, kompetanse, tilgang og rammebetingelser. Analysen bygger på respondenters egne vurderinger og gir et nødvendig utgangspunkt for å forstå hvorfor digital kompetanse ikke nødvendigvis utvikles, selv når behov og strev er til stede.

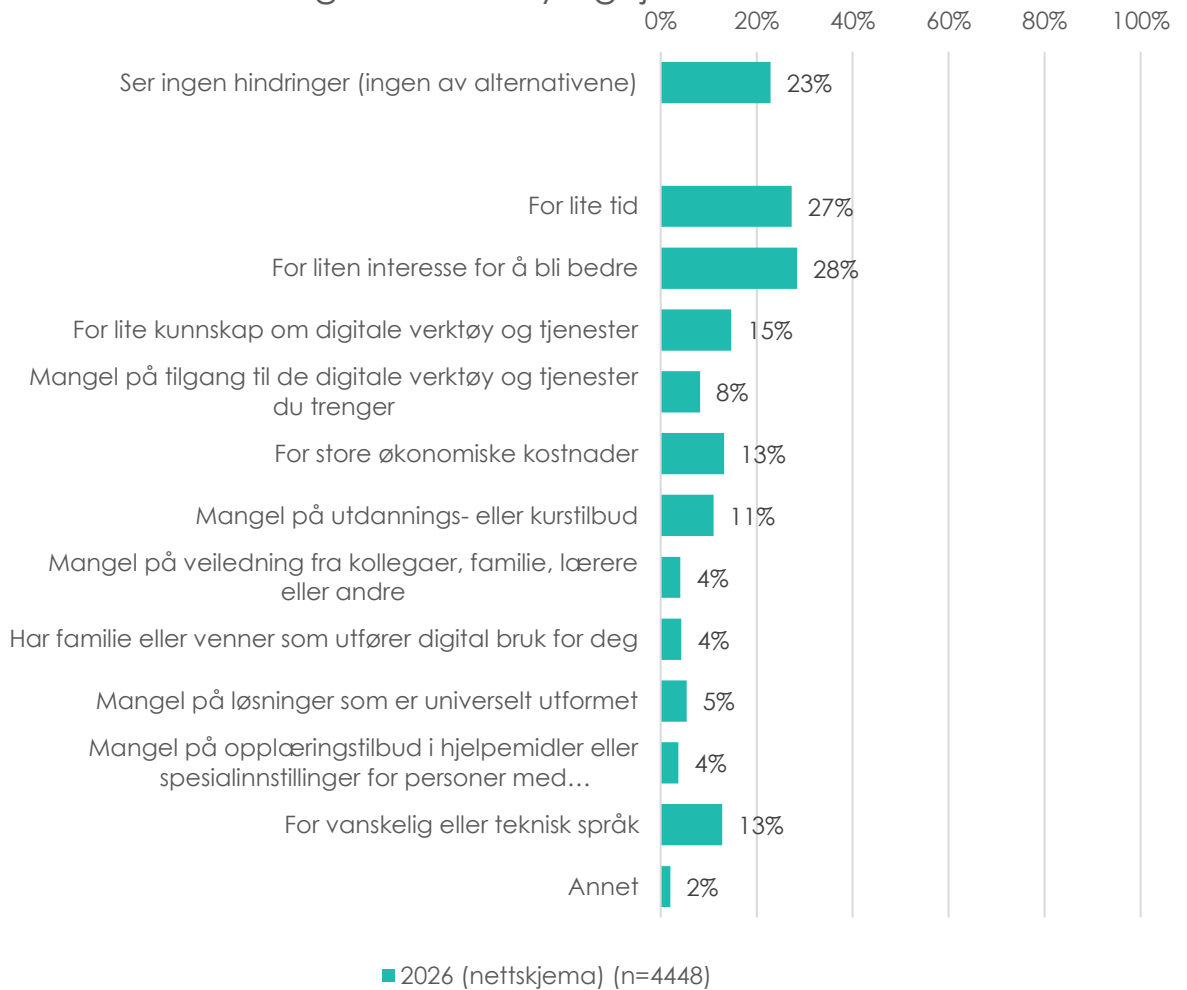
11.1 Opplevde hindringer for å styrke digitale ferdigheter

Figur 46 (under) viser at det ikke finnes én dominerende enkeltbarriere, men at hindringene fordeler seg på flere ulike typer forhold. Samtidig peker noen barrierer seg tydeligere ut enn andre. En relativt stor andel, 23 prosent, oppgir at de ikke ser noen hindringer for å bli bedre til å bruke digitale verktøy og tjenester. Dette indikerer at nær én av fire vurderer egne rammer som tilstrekkelige, eller ikke opplever behov for ytterligere utvikling.

Blant de som opplever hindringer, er mangel på tid (27 prosent) og mangel på interesse (28 prosent) de hyppigst rapporterte. Dette gjør motivasjons- og kapasitetshindringer til de mest utbredte barrieretyperne i befolkningen. Disse svarene peker mot at mange ikke opplever digital kompetanseutvikling som presserende, eller ikke har overskudd til å prioritere det i hverdagen.

Videre oppgir 15 prosent at de har for lite kunnskap om digitale verktøy og tjenester, noe som indikerer en mer direkte kompetansebarriere. 13 prosent peker på for vanskelig eller teknisk språk, og like mange (13 prosent) oppgir for store økonomiske kostnader som en hindring. Disse barrierene handler i større grad om hvordan digitale løsninger og opplæring faktisk er utformet og tilgjengeliggjort.

Hva er hindringer for at du kan bli bedre til å bruke digitale verktøy og tjenester?



Figur 46. Opplevde hindringer for å bli bedre til å bruke digitale verktøy og tjenester (prosent). Figuren viser hvilke hindringer respondentene mener står i veien for å styrke egne digitale ferdigheter. Flere svar var mulig. Resultatene er basert på webundersøkelsen i 2026

Barrierer knyttet til tilgang og tilbud rapporteres av færre, men er fortsatt relevante:

- 11 prosent opplever mangel på utdannings- eller kurstilbud
- 8 prosent mangler tilgang til nødvendige digitale verktøy og tjenester

Mer relasjonelle og strukturelle forhold rapporteres i mindre grad. Kun 4 prosent oppgir mangel på veiledning fra kolleger, familie, lærere eller andre, og 4 prosent svarer at de har familie eller venner som utfører digital bruk for dem. Tilsvarende lave andeler rapporterer mangel på universelt utformede løsninger (5 prosent) eller mangel på opplæringstilbud i hjelpemidler og spesialinnstillinger (4 prosent).

Samlet viser bildet at de mest utbredte barrierene for å bli bedre digitalt ikke primært handler om fravær av tilbud eller støtte, men om prioritering, motivasjon og tilgjengelig kapasitet. Mange vurderer digitale ferdigheter som noe de enten ikke har

tid eller interesse til å utvikle ytterligere, selv om tidligere kapitler viser at både strev og unngåelse er utbredt.

Samtidig peker flere av barrierene – som for vanskelig språk, manglende kunnskap og økonomiske kostnader – på strukturelle forhold ved hvordan digitale løsninger og opplæring er utformet. Disse barrierene kan bidra til å forklare hvorfor opplevd strev (delkapittel 10.3) og avhengighet av uformell hjelp (delkapittel 10.4) ikke nødvendigvis leder til økt selvstendig kompetanse over tid.

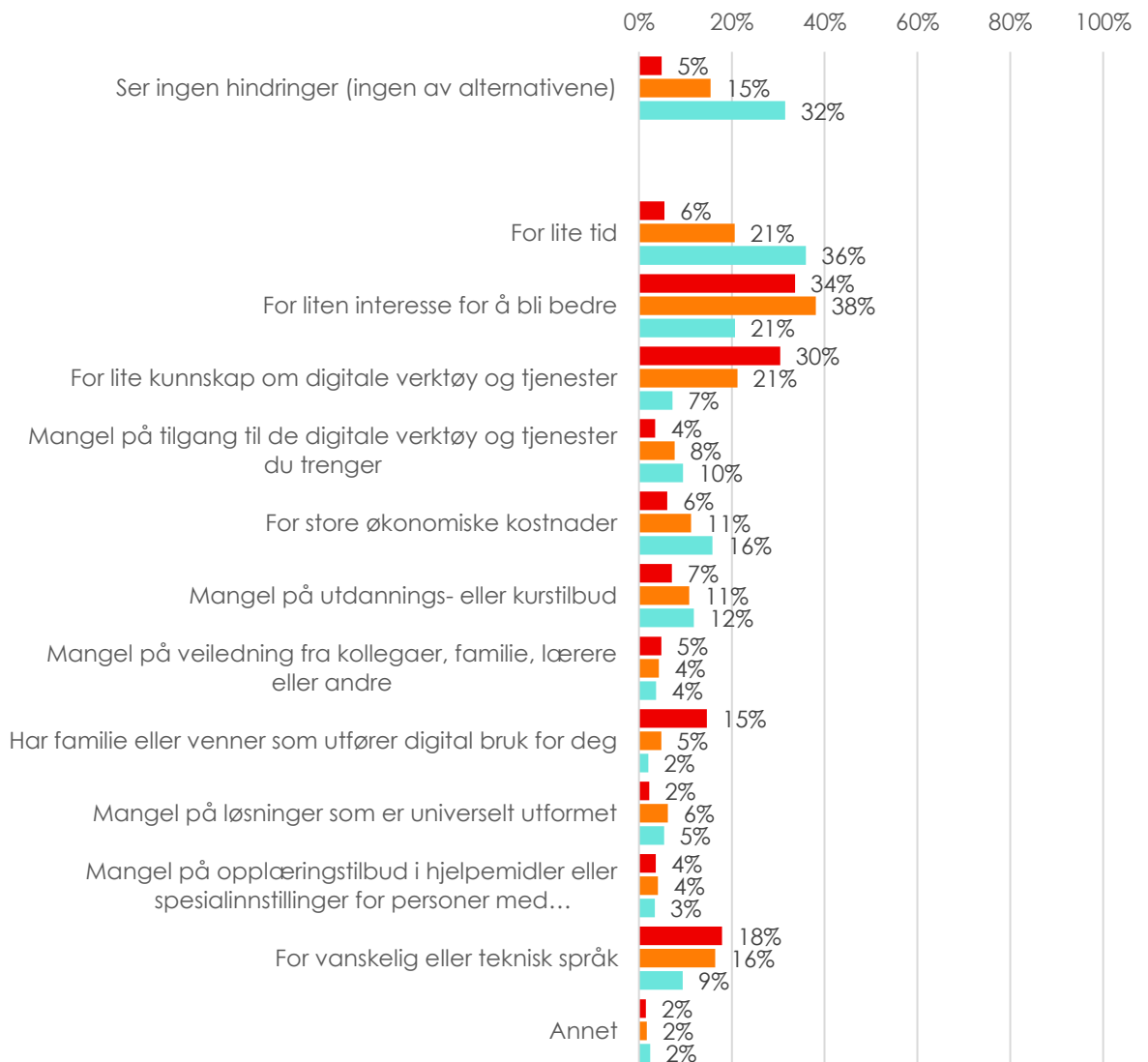
Dette overordnede barrierelandskapet danner grunnlaget for de videre analysene, der barrierene brytes ned etter erfaring, kunnskap og digitalarbeidstilknytning, for å identifisere ulike barrieremønstre i befolkningen.

11.2 Barrierer sett i lys av erfaring og kunnskap

I forrige delkapittel så vi hvilke hindringer som samlet sett oppgis i befolkningen. I dette delkapittelet går vi ett nivå dypere og undersøker hvordan barrierene varierer med kompetanseprofil. Formålet er å skille mellom barrierer som først og fremst handler om motivasjon og prioritering (tid/ interesse), og barrierer som handler om manglende mestring og rammebetingelser (kunnskap, språk, tilgang, økonomi og universell utforming). Vi ser dette i lys av både erfaringsnivå, kunnskapsnivå om digital sikkerhet, og digital arbeidserfaring.

11.2.1 Barrierer etter erfaringsnivå: fra «manglende mestring» til «manglende tid»

Hva er hindringer for at du kan bli bedre til å bruke digitale verktøy og tjenester? - etter erfaringsnivå



■ Nivå 1 - Svake brukere (n=379) ■ Nivå 2 - Middels brukere (n=1699) ■ Nivå 3 - Sterke brukere (n=2370)

Figur 47. Opplevde hindringer – etter erfaringsnivå (prosent). Figuren viser andel som oppgir ulike hindringer for å bli bedre digitalt, fordelt på erfaringsnivå (nivå 1–3). Flere svar var mulig.

Figur 47 viser et svært tydelig mønster: jo høyere erfaringsnivå, desto mer dominerer tid og jo mindre dominerer kompetanse- og trygghetsbarrierer.

- «Ser ingen hindringen» øker kraftig med erfaring: 5 % blant svake brukere (nivå 1), 15 % blant middels (nivå 2) og 32 % blant sterke brukere (nivå 3).
- Tid følger samme retning: 6 % → 21 % → 36 %.
- Interesse går motsatt vei: «for liten interesse» er mest utbredt blant middels og svake brukere (38 % og 34 %), og lavere blant sterke brukere (21 %).

De klareste "mestringsbarrierene" ligger derimot konsentrert blant svake brukere:

- For lite kunnskap om digitale verktøy og tjenester: 30 % (nivå 1) mot 21 % (nivå 2) og 7 % (nivå 3).
- For vanskelig/teknisk språk: 18 % (nivå 1) og 16 % (nivå 2) mot 9 % (nivå 3).
- «Har familie eller venner som utfører digital bruk for deg» er spesielt skjevt: 15 % blant svake brukere, mot 5 % blant middels og 2 % blant sterke brukere.

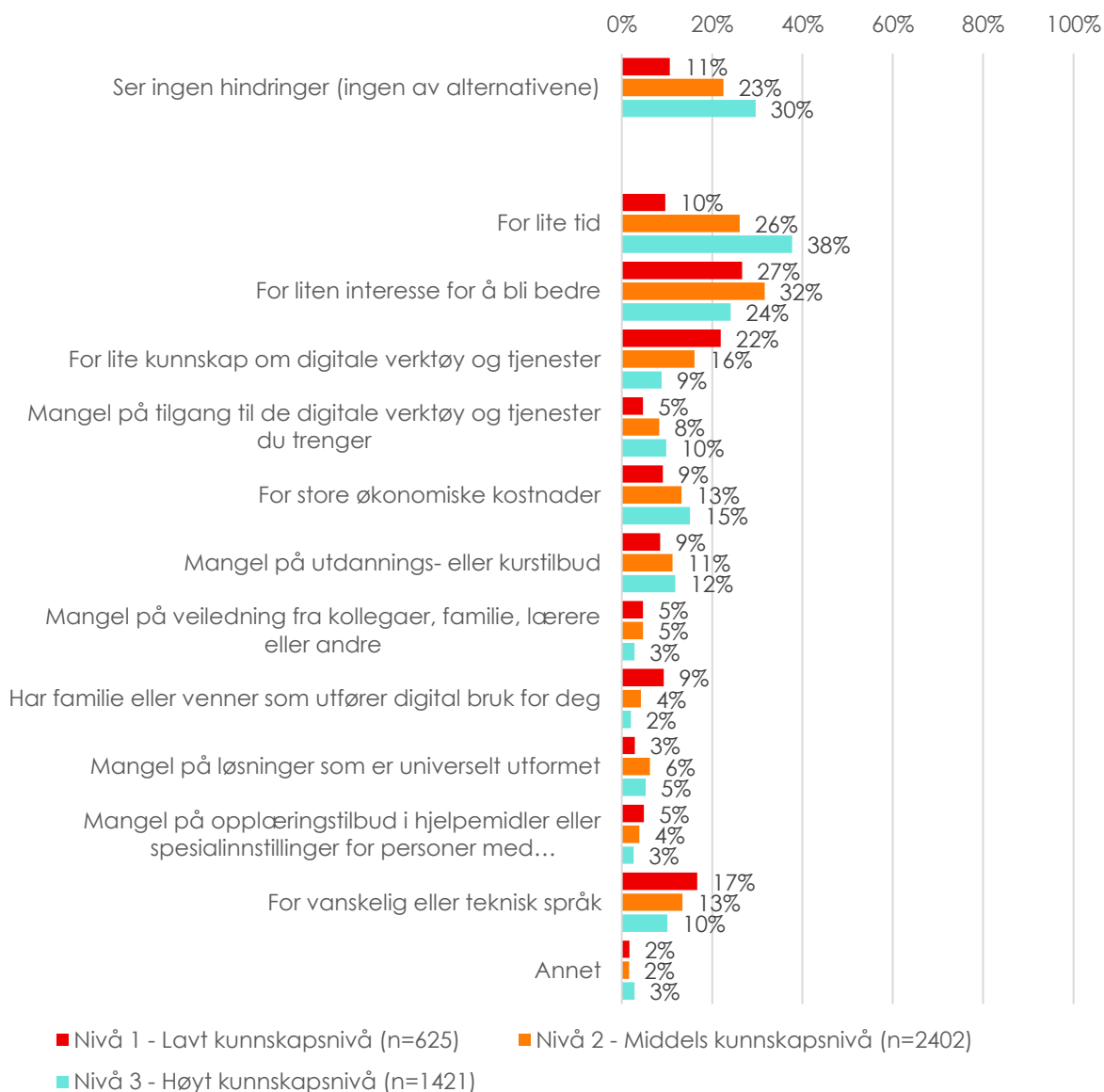
Økonomi og tilbud spiller også en rolle, men mer moderat:

- Økonomiske kostnader: 6 % → 11 % → 16 % (altså høyest blant sterke brukere).
- Mangel på kurs/utdanningstilbud: 7 % → 11 % → 12 %.

Blant svake brukere handler altså barrierene oftere om manglende mestring, språk og avhengighet av andre, mens sterke brukere i større grad beskriver barrierer som tid og (i noen grad) kostnader.

11.2.2 Barrierer etter kunnskapsnivå: høy kunnskap henger sammen med tid – lav kunnskap henger sammen med usikkerhet og språk

Hva er hindringer for at du kan bli bedre til å bruke digitale verktøy og tjenester? - etter kunnskapsnivå om digital sikkerhet



Figur 48. Opplevde hindringer – etter kunnskapsnivå om digital sikkerhet (prosent). Figuren viser tilsvarende hindringer fordelt på lavt, middels og høyt kunnskapsnivå (kap. 8). Flere svar var mulig.

Figur 48 viser et lignende mønster, men med noen interessante nyanser.

- «Ser ingen hindringen» øker med kunnskap: 11 % (lavt kunnskapsnivå), 23 % (middels) og 30 % (høyt).
- Tid øker også: 10 % → 26 % → 38 %.

Samtidig er flere "kompetansebarrierer" tydeligere blant dem med lavt kunnskapsnivå:

- For lite kunnskap om digitale verktøy og tjenester: 22 % (lavt) vs. 16 % (middels) vs. 9 % (høyt).
- For vanskelig/teknisk språk: 17 % (lavt) vs. 13 % (middels) vs. 10 % (høyt).
- «Har familie/venner som utfører digital bruk for deg»: 9 % (lavt) vs. 4 % (middels) vs. 2 % (høyt).

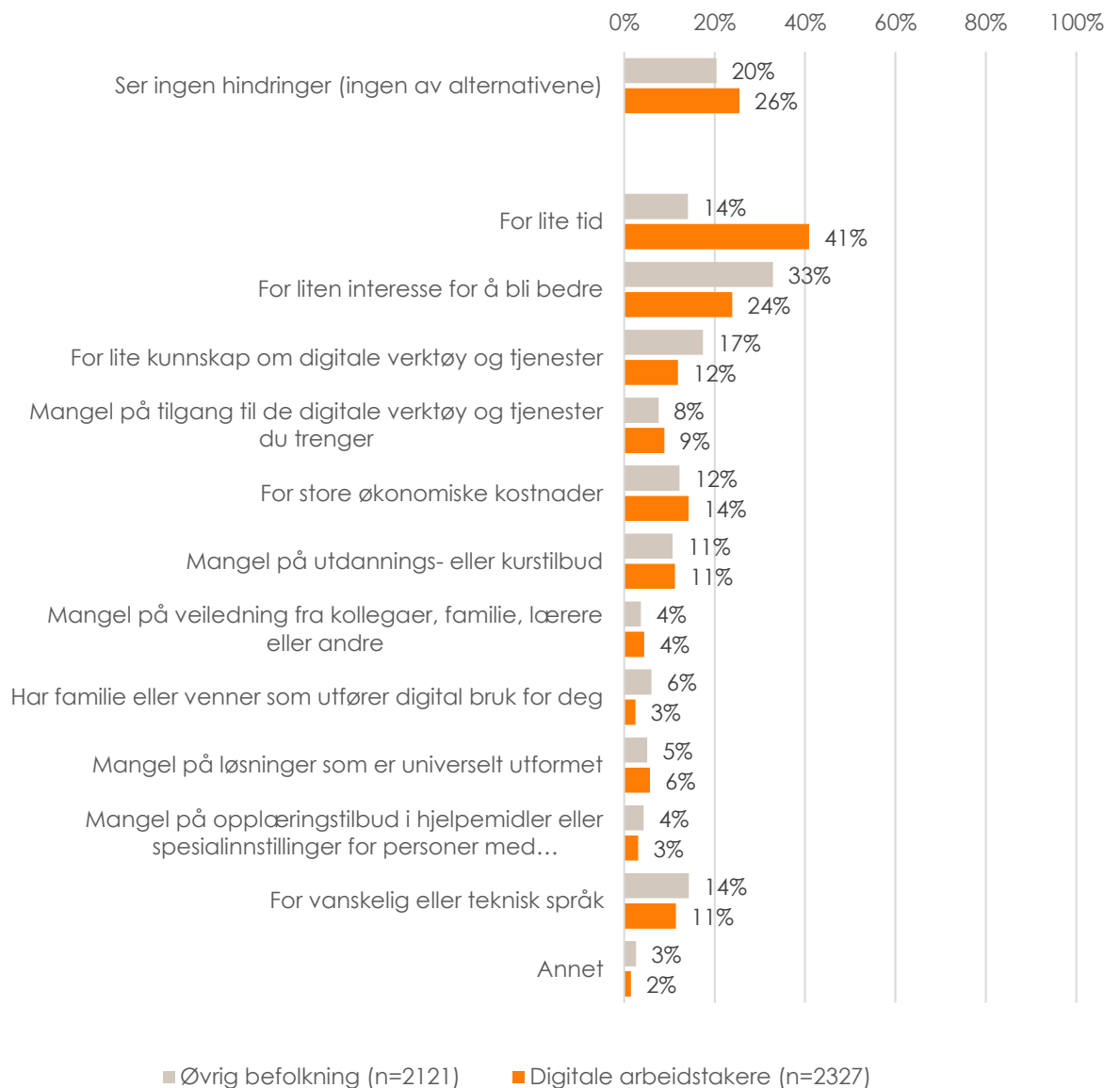
Interesse er mer jevnt fordelt enn i erfaringsfiguren, men fortsatt høyest i midtkategorien:

- For liten interesse: 27 % (lavt) vs. 32 % (middels) vs. 24 % (høyt).

Kunnskapsnivå om digital sikkerhet skiller altså spesielt på barrierer som handler om trygghet, forståelse og språk, mens høy kunnskap i større grad henger sammen med tidsbarrierer (altså at man ser kompetanseutvikling som relevant, men vanskelig å prioritere).

11.2.3 Barrierer etter digital arbeidserfaring: arbeid skifter barriereprofilen fra «interesse/mestring» til «tid/krav»

Hva er hindringer for at du kan bli bedre til å bruke digitale verktøy og tjenester? - etter kunnskapsnivå om digital sikkerhet



Figur 49. Opplevde hindringer – etter digital arbeidserfaring (prosent). Figuren viser hindringer fordelt på digitale arbeidstakere og øvrige. Flere svar var mulig.

Figur 49 viser at digital arbeidserfaring gir et tydelig skille i barrieremønster.

- Tid er langt oftere en barriere for digitale arbeidstakere: 41 % blant digitale arbeidstakere mot 14 % blant øvrig befolkning.
- Interesse går motsatt: 33 % blant øvrig befolkning mot 24 % blant digitale arbeidstakere.
- For lite kunnskap er også noe høyere blant øvrige: 17 % mot 12 %.

Samtidig er det flere indikatorer på at øvrige i større grad kompenserer sosialt:

- «Har familie/venner som utfører digital bruk for deg»: 6 % blant øvrige mot 3 % blant digitale arbeidstakere.
- For vanskelig/teknisk språk: 14 % vs. 11 %.

«Ser ingen hindringer» er relativt likt, men noe høyere blant digitale arbeidstakere (26 %) enn blant øvrige (20 %).

Digitalt krevende arbeid ser ut til å normalisere kompetanseutvikling (mindre "manglende interesse"), men skaper samtidig en tydelig tidsbarriere. Den øvrige befolkningen har oftere en barriereprofil preget av lavere motivasjon/mestring og mer sosial kompensasjon.

11.2.4 Oppsummering og analytisk innsikt

Når barrierene ses i lys av erfaring, kunnskap og arbeid, framtrer et robust hovedmønster:

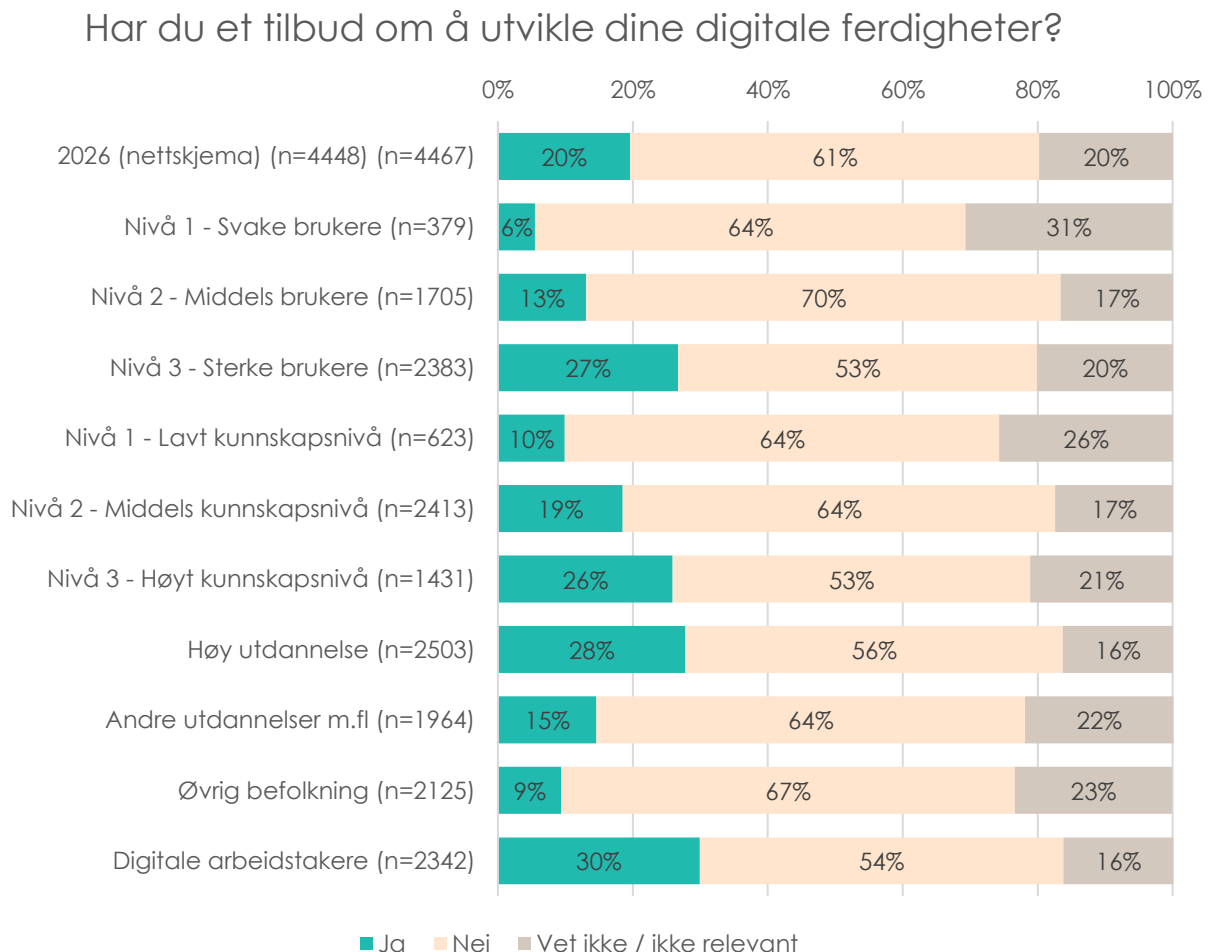
- Lav erfaring og lav kunnskap henger sammen med "mestringsbarrierer" – særlig for lite kunnskap, teknisk språk og det at andre gjør digitale oppgaver for deg.
- Høy erfaring og høy kunnskap henger sammen med "kapasitetsbarrierer" – særlig tid, og i noen grad kostnader.
- Digital arbeidserfaring skifter barriereprofilen: Digitale arbeidstakere har i større grad barrierer knyttet til tid og kontinuerlige krav, mens øvrig befolkning oftere peker på interesse, kunnskap og sosial kompensasjon.

Dette gir et tydelig grunnlag, når vi går fra "hva som står i veien" til "hva som kan fungere" – altså hvilke læringsformer, arenaer og tiltak folk selv mener vil hjelpe, og hvordan dette varierer mellom grupper med ulike barrieremønstre.

12 Behov, tiltak og veier til kompetansebygging

12.1 Tilgang til tilbud om kompetanseutvikling

I dette delkapittelet undersøkes i hvilken grad befolkningen har tilgang til konkrete tilbud for å utvikle sine digitale ferdigheter. Formålet er å avdekke om manglende kompetanseutvikling først og fremst handler om fravær av tilbud, eller om barrierene i større grad ligger hos andre forhold som motivasjon, prioritering eller opplevd relevans. Analysen ser både på samlet nivå og på forskjeller etter erfaringsnivå, kunnskapsnivå, utdanning og digital arbeidserfaring.



Figur 50. Har du et tilbud om å utvikle dine digitale ferdigheter? (prosent). Figuren viser andel respondenter som oppgir å ha, ikke ha, eller være usikre på om de har et tilbud om å utvikle sine digitale ferdigheter. Resultatene vises totalt og fordelt etter erfaringsnivå, kunnskapsnivå, utdanning og digital arbeidserfaring. Tallene er basert på webundersøkelsen

Figur 50 viser at et flertall av befolkningen ikke har tilgang til et konkret tilbud om å utvikle sine digitale ferdigheter. Totalt oppgir 20 prosent at de har et slikt tilbud, mens 61 prosent svarer at de ikke har det. I tillegg svarer 20 prosent «vet ikke / ikke relevant», noe som tyder på usikkerhet både om eksisterende tilbud og om egen målgruppe for slike tiltak.

Tilgangen til tilbud varierer betydelig etter erfaringsnivå. Blant svake brukere (nivå 1) oppgir kun 6 prosent at de har et tilbud, mens 64 prosent svarer nei og hele 31 prosent er usikre. Blant middels brukere er andelen som oppgir å ha et tilbud noe høyere (13 prosent), men fortsatt lav. Først blant sterke brukere er tilgangen tydeligere: 27 prosent oppgir å ha et tilbud, mens 53 prosent ikke har det.

Et tilsvarende mønster finnes etter kunnskapsnivå om digital sikkerhet. Blant personer med lavt kunnskapsnivå har 10 prosent et tilbud, mot 19 prosent i gruppen med middels kunnskap og 26 prosent blant dem med høyt kunnskapsnivå. Samtidig er andelen som er usikre på om de har et tilbud betydelig høyere i gruppene med lavere kunnskap.

Utdanning spiller også en rolle. Personer med høy utdanning oppgir i langt større grad å ha tilgang til tilbud (28 prosent) enn personer med andre utdanninger m.fl. (15 prosent). Blant sistnevnte gruppe svarer også en høyere andel at de ikke har tilbud (64 prosent) eller er usikre (22 prosent).

Den tydeligste forskjellen finner vi likevel mellom grupper med ulik digital arbeidserfaring. Blant digitale arbeidstakere oppgir 30 prosent at de har et tilbud om å utvikle digitale ferdigheter. Blant øvrig befolkning er tilsvarende andel kun 9 prosent, mens hele 67 prosent svarer at de ikke har et slikt tilbud.

Samlet viser analysen at tilgangen til tilbud om digital kompetanseutvikling er skjevt fordelt i befolkningen. Paradoksalt nok er det grupper med høyere erfaring, høyere kunnskap og digitalt krevende arbeid som oftest har tilgang til formelle tilbud, mens grupper med lavere digital kompetanse i stor grad står uten.

Dette bidrar til å forklare flere av funnene i kapittel 10 og 11. Manglende kompetanseutvikling blant svake og mindre erfarne brukere ser i begrenset grad ut til å skyldes mangel på vilje alene, men også på manglende tilgang, uklarhet om tilbud og lav opplevd relevans. Den relativt høye andelen som svarer «vet ikke / ikke relevant», særlig blant svake brukere, peker på at tilbud enten ikke er synlige, ikke oppfattes som relevante, eller ikke er tilpasset målgruppen.

Samtidig viser funnene at tilgang til tilbud i stor grad følger arbeidslivets strukturer, der kompetanseutvikling ofte er institusjonalisert. For grupper utenfor digitalt krevende arbeid overlates kompetanseutviklingen i større grad til individet selv eller til uformelle støttenettverk, slik det er beskrevet i kapittel 10.4.

12.2 Foretrukne måter å lære på

I dette delkapittelet undersøkes hvilke former for læring og opplæring befolkningen selv mener vil fungere best dersom de ønsker å utvikle sine digitale ferdigheter. Formålet er å belyse hvordan folk foretrekker å lære, og hvordan disse preferansene varierer etter erfaringsnivå og digital arbeidserfaring. Analysen er deskriptiv og gir et viktig grunnlag for å vurdere hvilke typer tiltak som faktisk kan nå ulike grupper.

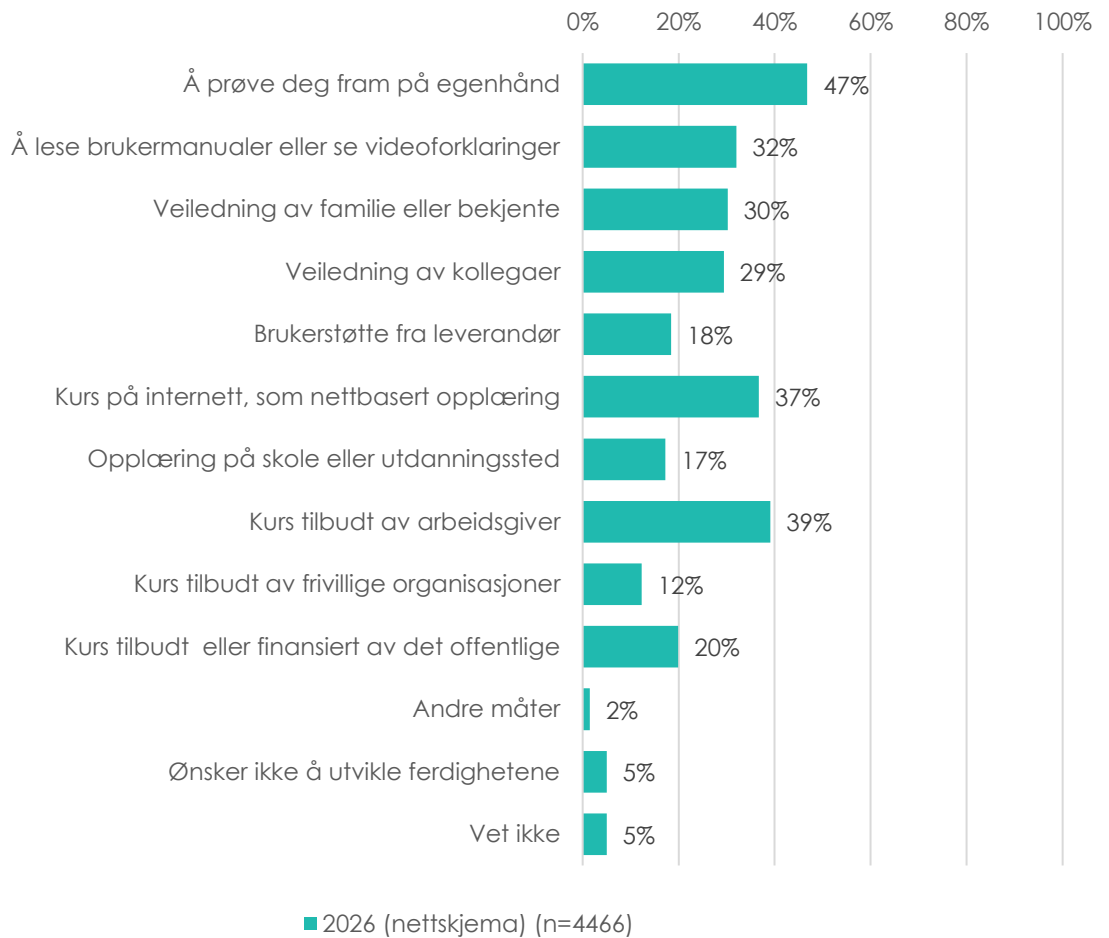
12.2.1 Foretrukne læringsformer – samlet nivå

Figur 53 viser at befolkningens preferanser i stor grad er rettet mot praktiske og fleksible læringsformer. Den mest utbredte preferansen er å prøve seg fram på egen hånd, som 47 prosent oppgir som en egnet måte å lære på. Videre oppgir 39 prosent at kurs tilbudt av arbeidsgiver vil fungere godt, og 37 prosent peker på nettbaserte kurs.

Mer støttende, men fortsatt uformelle læringsformer er også utbredt. 32 prosent foretrekker å lese brukermanualer eller se videoforklaringer, 30 prosent ønsker veiledning fra familie eller bekjente, og 29 prosent peker på veiledning fra kolleger. 18 prosent oppgir brukerstøtte fra leverandør, mens formell opplæring gjennom skole eller utdanningsinstitusjoner vurderes som egnet av 17 prosent.

Kurs tilbudt av det offentlige vurderes som aktuelt av 20 prosent, mens kurs tilbudt av frivillige organisasjoner foretrekkes av 12 prosent. En relativt liten andel oppgir at de ikke ønsker å utvikle ferdighetene (5 prosent), eller svarer vet ikke (5 prosent).

Hvis du ønsker å utvikle dine digitale ferdigheter, hva vil fungere best for deg? Vil det være ved hjelp av noe av følgende?

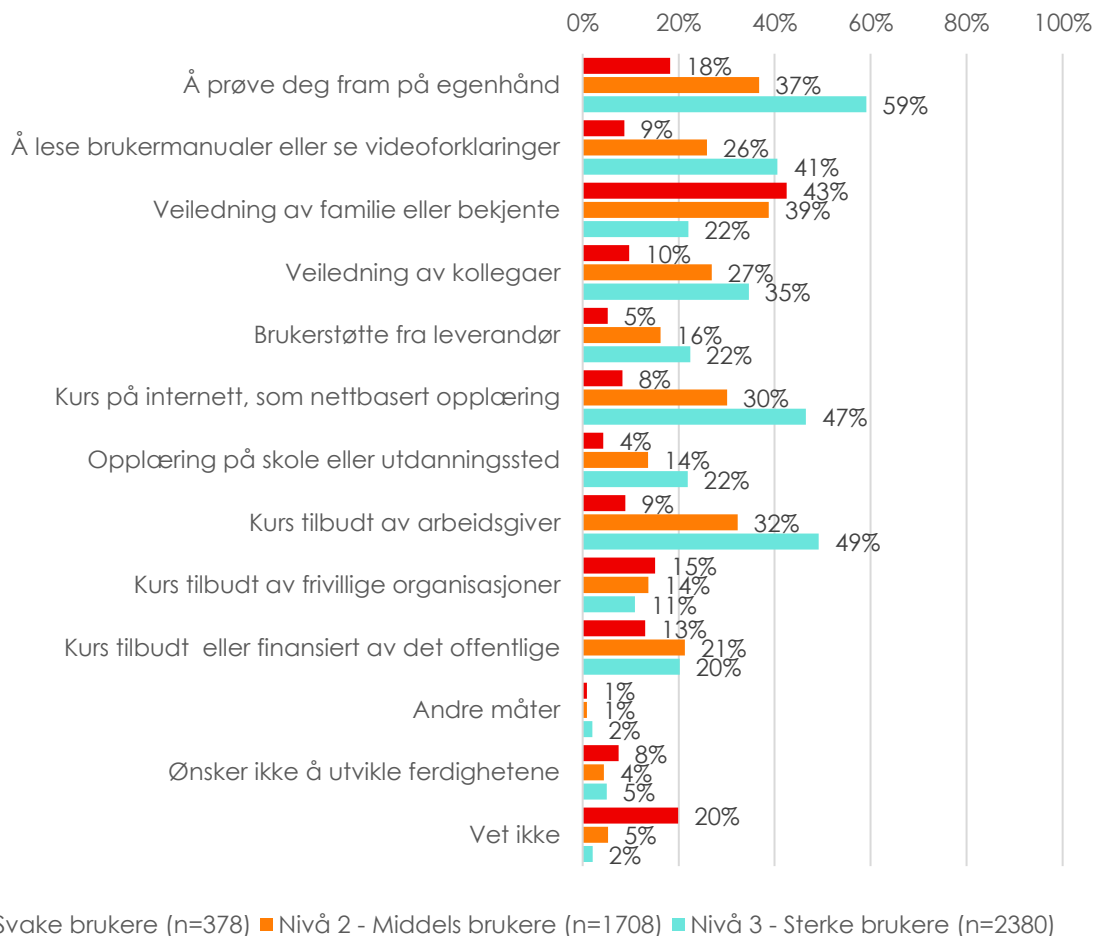


Figur 51. Foretrukne måter å utvikle digitale ferdigheter – totalt (prosent). Figuren viser hvilke former for læring respondentene oppgir som egnet for å utvikle egne digitale ferdigheter. Flere svar var mulig. Resultatene er basert på webundersøkelsen i 2026.

12.2.2 Forskjeller etter erfaringsnivå

Figur 52 viser tydelige forskjeller i læringspreferanser mellom grupper med ulikt erfaringsnivå. Sterke brukere foretrekker i langt større grad selvstyrte og arbeidsnære læringsformer. Blant disse oppgir 59 prosent at det å prøve seg fram på egen hånd er egnet, 49 prosent foretrekker kurs tilbudt av arbeidsgiver, og 47 prosent ser nettbaserte kurs som en god løsning.

Hvis du ønsker å utvikle dine digitale ferdigheter, hva vil fungere best for deg? Vil det være ved hjelp av noe av følgende? - etter erfaringsnivå



Figur 52. Foretrukne måter å utvikle digitale ferdigheter – etter erfaringsnivå (prosent). Figuren viser samme spørsmål fordelt på svake, middels og sterke brukere. Flere svar var mulig.

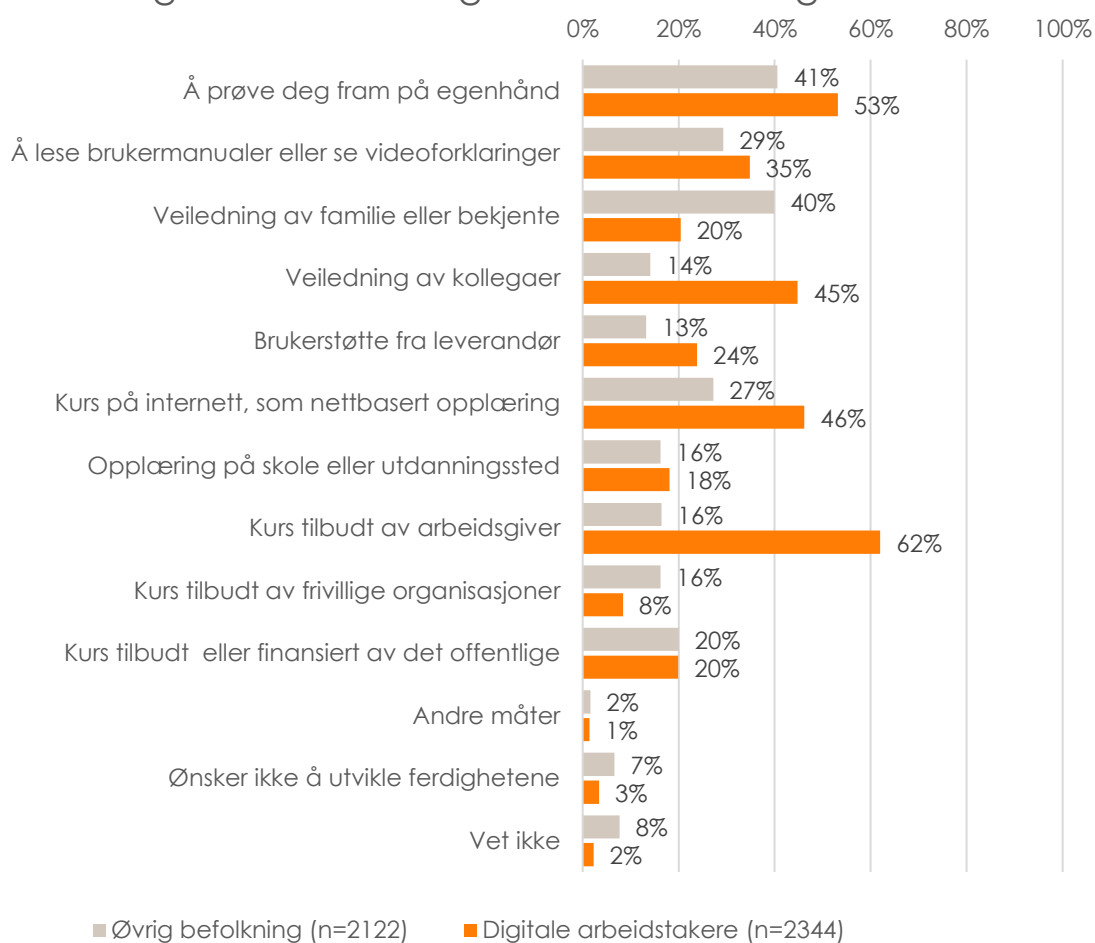
Blant middels brukere er bildet mer blandet. 37 prosent foretrekker egenutprøving, 32 prosent kurs fra arbeidsgiver og 30 prosent nettbaserte kurs. Samtidig er interessen for støtte fra familie, bekjente og kolleger relativt høy. Svake brukere skiller seg tydelig ut ved å i mindre grad foretrekke selvstendig læring. Kun 18 prosent av svake brukere oppgir at egenutprøving fungerer godt. Derimot er veiledning fra familie eller bekjente (43 prosent) den klart mest foretrukne læringsformen i denne gruppen. Videre oppgir 22 prosent brukerstøtte fra leverandør, 21 prosent nettbaserte kurs, og 14 prosent formell opplæring gjennom skole eller utdanning. Andelen som svarer vet

ikke, er også betydelig høyere blant svake brukere (20 prosent), noe som indikerer større usikkerhet knyttet til hvordan læring best kan foregå.

12.2.3 Forskjeller etter digital arbeidserfaring

Figur 53 viser at digital arbeidserfaring i stor grad strukturerer foretrukne læringsformer. Blant digitale arbeidstakere er kurs tilbudt av arbeidsgiver den klart viktigste læringsarenaen, oppgitt av hele 62 prosent. Videre oppgir 53 prosent egenutprøving og 46 prosent nettbaserte kurs som gode læringsformer. Også veiledning fra kolleger er utbredt i denne gruppen (45 prosent).

Hvis du ønsker å utvikle dine digitale ferdigheter, hva vil fungere best for deg? Vil det være ved hjelp av noe av følgende? - etter digital arbeidserfaring



Figur 53. Foretrukne måter å utvikle digitale ferdigheter – etter digital arbeidserfaring (prosent). Figuren viser foretrukne læringsformer fordelt på digitale arbeidstakere og øvrig befolkning. Flere svar var mulig.

Blant øvrig befolkning er læringspreferansene langt mindre knyttet til arbeidsplassen. Her foretrekker 41 prosent egenutprøving, 40 prosent veiledning fra familie eller bekjente, og 29 prosent brukermanualer eller videoforklaringer. Kun 16 prosent oppgir kurs tilbudt av arbeidsgiver som aktuelt.

Forskjellene illustrerer at arbeidslivet fungerer som en sentral arena for systematisk kompetanseutvikling for digitale arbeidstakere, mens øvrige grupper i større grad er avhengige av uformell, relasjonsbasert og selvorganisert læring.

12.2.4 Oppsummering og tolkning

Samlet viser analysen at befolkningen i hovedsak foretrekker læringsformer som er fleksible, praksisnære og lite formaliserte. Selvstendig utprøving, nettbaserte kurs og arbeidsplassbaserte tiltak dominerer, mens formell opplæring gjennom utdanningssystemet spiller en mer begrenset rolle.

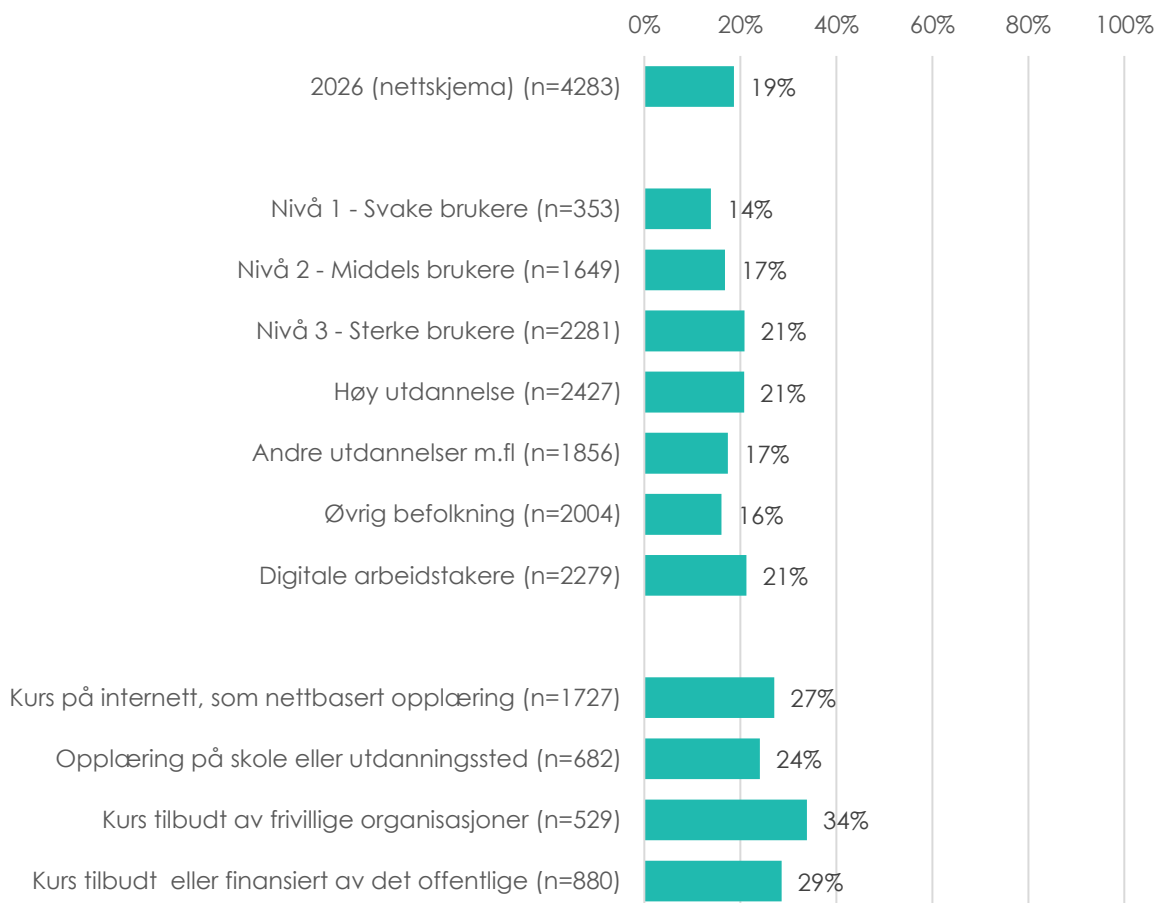
Samtidig avdekker analysen tydelige skiller. Grupper med høy erfaring og digitalt krevende arbeid etterspør læring som er tett koblet til arbeid og egne arbeidsoppgaver, mens grupper med lav erfaring i langt større grad foretrekker – og er avhengige av – veiledning fra andre. Dette samsvarer med funnene i kapittel 10.4, der uformelle støttenettverk framstår som en sentral mekanisme for praktisk mestring.

Funnene peker på en viktig implikasjon for videre arbeid: Tiltak for kompetanseutvikling må i større grad tilpasses ulike kompetanseprofiler, og kan ikke baseres på én felles læringsmodell. Mens digitale arbeidstakere i stor grad kan nå gjennom eksisterende strukturer i arbeidslivet, krever andre grupper mer tilgjengelige, støttende og lavterskelbaserte læringsformer.

12.3 Vilje til egenbetaling

I dette delkapittelet undersøkes i hvilken grad befolkningen er villig til å betale selv for opplæring for å utvikle sine digitale ferdigheter. Formålet er å avklare hvilket økonomisk handlingsrom som faktisk finnes for ulike kompetansetiltak, og å vurdere i hvilken grad egenbetaling kan være en realistisk del av videre kompetanseutvikling – samlet og for ulike grupper. Analysen ser både på forskjeller etter erfaringsnivå, utdanning og digital arbeidserfaring, og på hvordan betalingsvilligheten varierer etter type opplæring. Kun de som ønsker å utvikle ferdighetene sine har fått spørsmål om dette.

Stilt til de som ønsker å utvikle ferdighetene sine: Er du villig til å betale selv for opplæring for å utvikle dine digitale ferdigheter? - Ja, totalt og etter relevante bakgrunnsvariabler



Figur 54. Vilje til å betale selv for opplæring i digitale ferdigheter – andel som svarer «ja» (prosent) av de som ønsker å utvikle seg. Figuren viser andel respondenter som oppgir at de er villige til å betale selv for opplæring i digitale ferdigheter. Resultatene vises totalt, fordelt etter erfaringsnivå, utdanning og digital arbeidserfaring, samt etter type opplæring. Tallene er basert på webundersøkelsen.

Figur 54 viser at viljen til egenbetaling er relativt begrenset blant de som ønsker å utvikle ferdighetene sine. Totalt svarer 19 prosent av disse at de er villige til å betale

selv for opplæring for å utvikle digitale ferdigheter. Dette innebærer at et klart flertall enten ikke er villige til å betale, eller er usikre.

Det er gjennomgående, men moderate forskjeller etter erfaringsnivå. Blant svake brukere svarer 14 prosent ja, mens tilsvarende andel er 17 prosent blant middels brukere og 21 prosent blant sterke brukere. Betalingsvilligheten øker altså noe med erfaringsnivå, men forskjellene er langt mindre enn forskjellene vi har sett for tilgang til tilbud og læringspreferanser.

Utdanning følger et tilsvarende mønster. Personer med høy utdanning har noe høyere betalingsvillighet (21 prosent) enn personer med andre utdanninger m.fl. (17 prosent). Etter digital arbeidserfaring er forskjellen også begrenset: 21 prosent av digitale arbeidstakere er villige til å betale selv, mot 16 prosent i øvrig befolkning.

Når vilje til egenbetaling brytes ned etter ønsket tilbyder, framtrer imidlertid et tydeligere bilde. Betalingsvilligheten (andelen som er villige til å betale selv) er høyest blant de som oppgir at de ønsker kurs tilbudt av frivillige organisasjoner:

- Kurs tilbudt av frivillige organisasjoner (34 prosent)
- Kurs tilbudt eller finansiert av det offentlige (29 prosent)
- Nettbaserte kurs (27 prosent)
- Opplæring på skole eller utdanningssted (24 prosent)

Samlet sett viser analysen at egenbetaling i begrenset grad kan fungere som hovedmekanisme for digital kompetanseutvikling i befolkningen. Sett i sammenheng med kapittel 11 «Barrierer for å bli bedre digitalt» understreker dette at økonomi ikke nødvendigvis er den mest uttrykte barrieren, men at manglende betalingsvillighet likevel begrenser handlingsrommet. For mange grupper vil kompetanseutvikling derfor være avhengig av arbeidsgiver, offentlige tiltak eller lavterskeltilbud, snarere enn individfinansiering.

12.4 Hvor bør opplæring tilbys?

I dette delkapittelet undersøkes hvor personer som ønsker kurs, mener at offentlige opplæringstilbud i digitale ferdigheter bør være tilgjengelige. Formålet er å identifisere hvilke arenaer som oppleves som mest relevante og tilgjengelige, og hvordan dette varierer etter erfaringsnivå og digital arbeidserfaring. Analysen gir et viktig supplement til de foregående delkapitlene om tilgang, læringsformer og betalingsvillighet, og peker konkret på hvilke infrastrukturer og institusjoner som har størst potensial for å nå ulike målgrupper. Analysen er basert på respondenter som har oppgitt at de ønsker seg kurs.

12.4.1 Foretrukne arenaer – samlet nivå

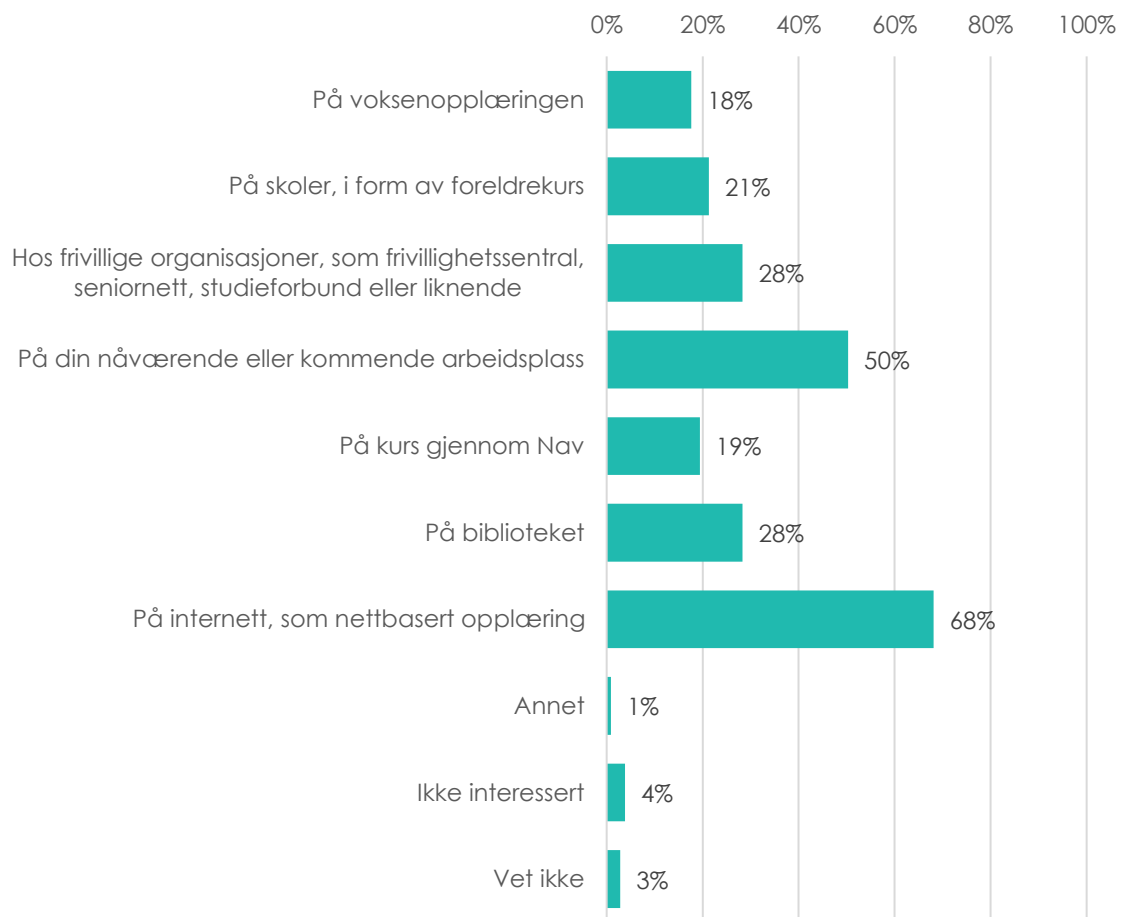
Figur 55 viser at nettbasert opplæring er den klart mest foretrukne arenaen for offentlige kurstilbud. Hele 68 prosent av dem som ønsker kurs, oppgir at de ønsker at opplæring skal være tilgjengelig på internett, som nettbasert opplæring.

Deretter følger arbeidsplassen, som 50 prosent oppgir som ønsket arena for kurs. Dette understreker arbeidslivets sentrale rolle som læringsarena for en stor del av befolkningen.

Blant fysiske og lavterskelarenaer pekes særlig biblioteket (28 prosent) og frivillige organisasjoner som frivillighetssentraler, seniornett og studieforbund (28 prosent) ut. Foreldrekurs på skoler (21 prosent) og kurs gjennom Nav (19 prosent) vurderes også som relevante av en betydelig andel, mens voksenopplæringen nevnes av 18 prosent.

Andelen som svarer «ikke interessert» (4 prosent) eller «vet ikke» (3 prosent) er lav, noe som indikerer at respondentene i denne gruppen i stor grad har tydelige oppfatninger om hvor opplæring bør tilbys.

Kun til de som ønsker seg kurs: Hvor ønsker du at kurstilbud fra det offentlige skal være tilgjengelig?



Figur 55. Hvor offentlige kurstilbud i digitale ferdigheter bør være tilgjengelige – totalt (prosent). Figuren viser hvilke arenaer respondentene foretrekker for offentlige kurstilbud i digitale ferdigheter. Kun respondenter som oppgir at de ønsker kurs er inkludert. Flere svar var mulig.

12.4.2 Forskjeller etter erfaringsnivå

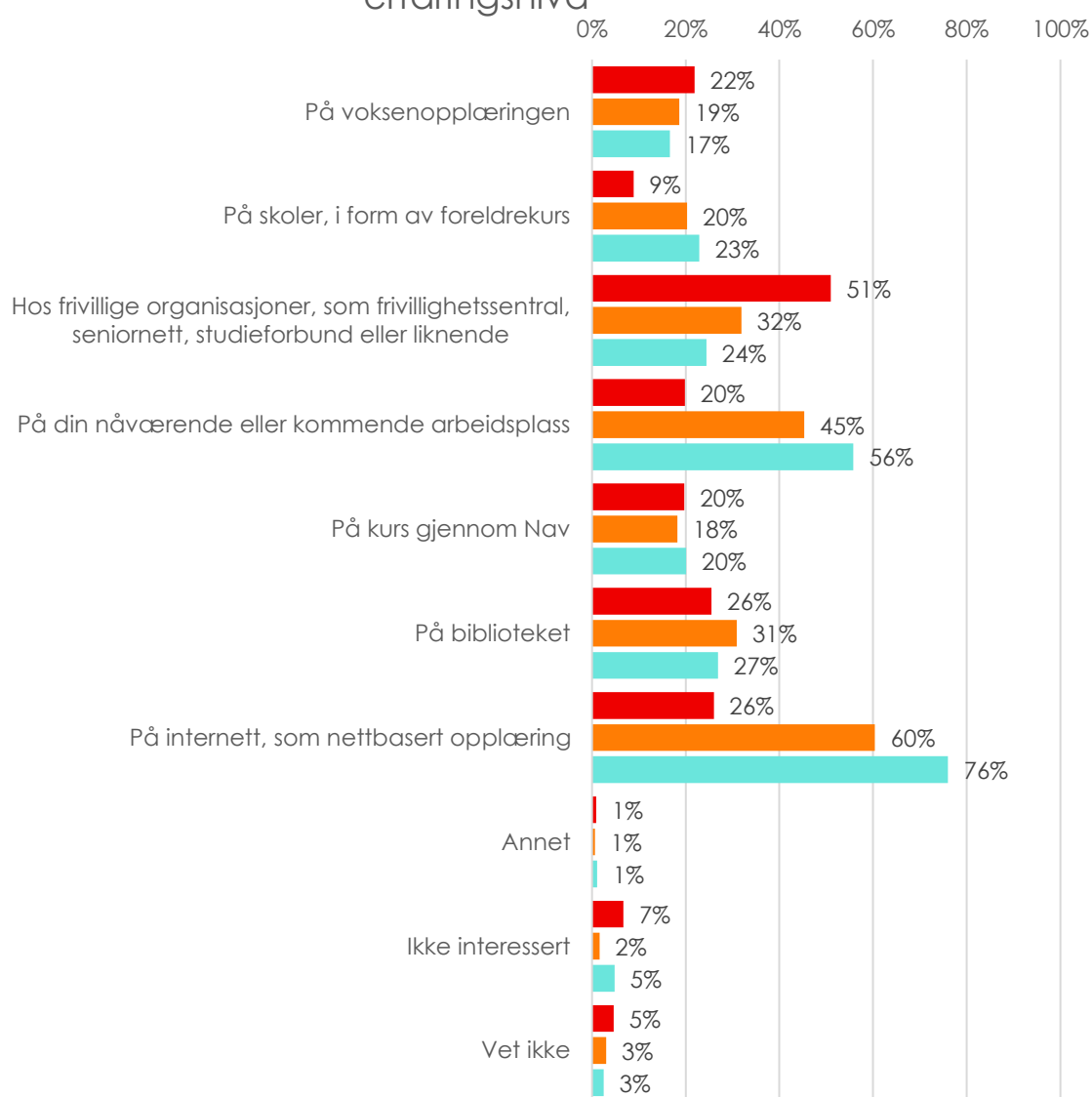
Figur 56 viser klare forskjeller mellom grupper med ulikt erfaringsnivå.

Blant sterke brukere er preferansen for nettbasert opplæring særlig sterk: hele 76 prosent oppgir dette. Også arbeidsplassen framstår som en svært viktig arena for denne gruppen (56 prosent). Dette samsvarer godt med tidligere funn om at sterke brukere foretrekker fleksible, self-service-orienterte og arbeidsnære læringsformer.

Blant middels brukere er bildet noe mer balansert. 60 prosent foretrekker nettbasert opplæring, mens 45 prosent peker på arbeidsplassen. Samtidig er interessen relativt høy for bibliotek (31 prosent) og frivillige organisasjoner (32 prosent).

Svake brukere skiller seg tydelig ut. Selv om nettbasert opplæring også her vurderes som relevant (26 prosent), er andelen betydelig lavere enn i de øvrige gruppene. For denne gruppen er frivillige organisasjoner den klart viktigste arenaen (51 prosent), etterfulgt av bibliotek (26 prosent), Nav (20 prosent) og voksenopplæringen (22 prosent). Dette peker mot et tydelig behov for fysiske, støttende og lavterskelbaserte læringsarenaer blant dem med lavest digital erfaring.

Kun til de som ønsker seg kurs: Hvor ønsker du at kurstilbud fra det offentlige skal være tilgjengelig? - etter erfaringsnivå



■ Nivå 1 - Svake brukere (n=137) ■ Nivå 2 - Middels brukere (n=1083) ■ Nivå 3 - Sterke brukere (n=1767)

Figur 56. Hvor offentlige kurstilbud bør være tilgjengelige – etter erfaringsnivå (prosent). Figuren viser foretrukne arenaer for kurs fordelt på svake, middels og sterke brukere.

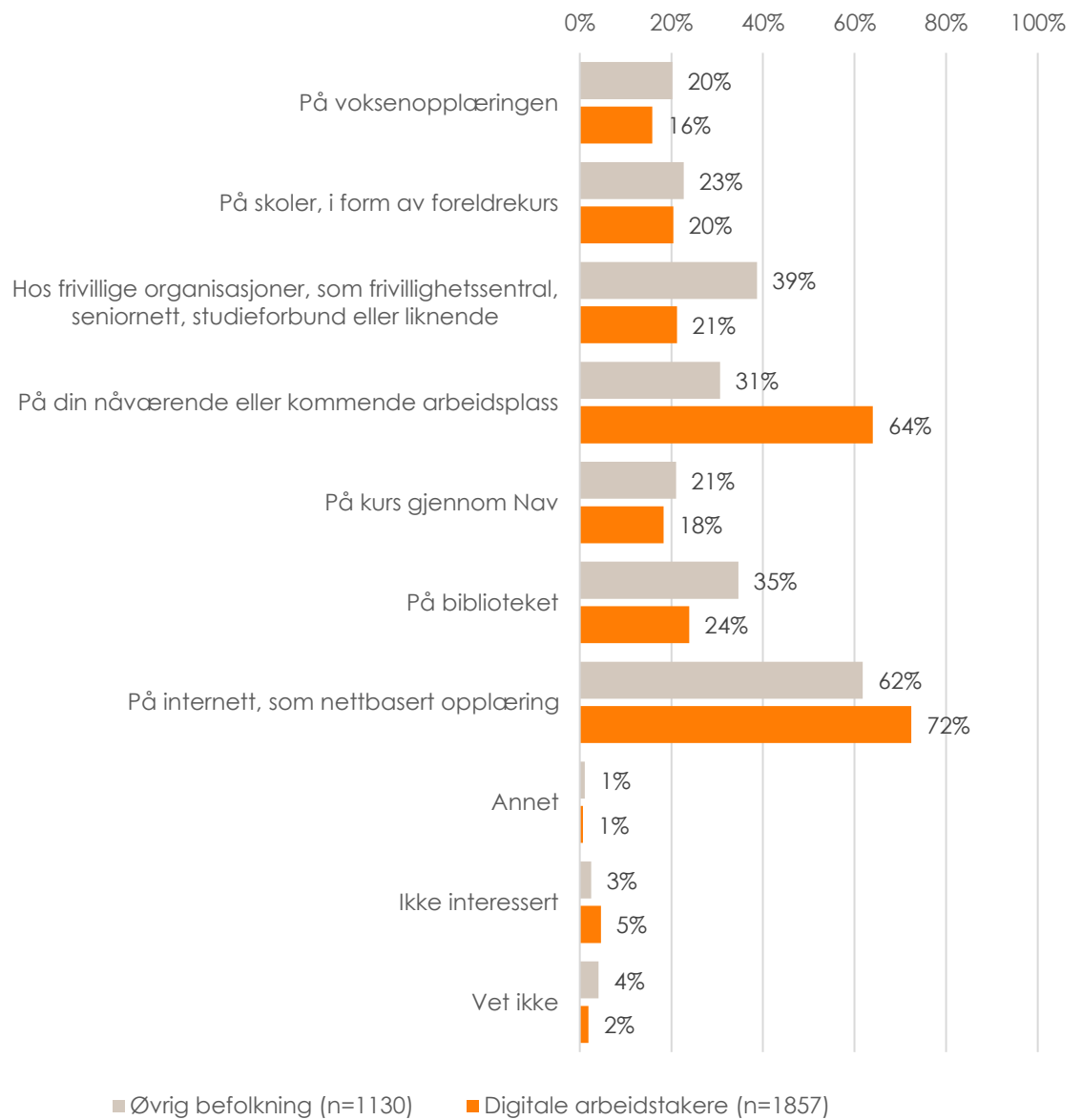
12.4.3 Forskjeller etter digital arbeidserfaring

Figur 57 viser at digital arbeidserfaring i stor grad strukturerer hvilke arenaer som oppleves som relevante.

Blant digitale arbeidstakere er nettbasert opplæring den viktigste arenaen for opplæring (72 prosent) fulgt av arbeidsplassen (64 prosent). Andre arenaer spiller en mer begrenset rolle for denne gruppen.

Blant øvrig befolkning er bildet mer mangfoldig. Selv om nettbasert opplæring også her er den mest foretrukne arenaen (62 prosent), er interessen langt høyere for frivillige organisasjoner (39 prosent) og biblioteket (35 prosent) enn blant digitale arbeidstakere. Arbeidsplassen oppgis av 31 prosent, noe som reflekterer at mange i denne gruppen ikke har tilgang til digitale læringsarenaer gjennom arbeid.

Kun til de som ønsker seg kurs: Hvor ønsker du at kurstilbud fra det offentlige skal være tilgjengelig? - etter digital arbeidserfaring



Figur 57. Hvor offentlige kurstilbud bør være tilgjengelige – etter digital arbeidserfaring (prosent). Figuren viser foretrukne arenaer for kurs fordelt på digitale arbeidstakere og øvrig befolkning.

12.4.4 Oppsummering og tolkning

Samlet sett viser analysene at befolkningen foretrekker et mangfold av opplæringsarenaer, men at nettbasert opplæring og arbeidsplassen framstår som de viktigste hovedkanalene. Samtidig er det tydelige og metodisk konsistente forskjeller mellom grupper.

For personer med høy digital erfaring, høy kompetanse og digitalt krevende arbeid framstår nettbasert opplæring og arbeidsplassen som tilstrekkelige og effektive arenaer. For grupper med lavere erfaring og svakere kompetanse er derimot lavterskel, fysiske og relasjonsbaserte arenaer som frivillige organisasjoner, bibliotek, Nav og voksenopplæring langt viktigere.

Disse funnene binder sammen resultatene i hele kapittel 12. De viser at utfordringen ikke først og fremst ligger i én manglende løsning, men i manglende sammenheng mellom tilbud, arena og målgruppe. Skal offentlige tiltak bidra til økt digital mestring i hele befolkningen, må opplæring tilbys der folk faktisk er – og på måter som er tilpasset deres erfaring, behov og forutsetninger.

Del V – Metodedokumentasjon

13 Datainnsamling og feltarbeid

Dette kapitlet beskriver hvordan datamaterialet er samlet inn, og hvordan undersøkelsene er gjennomført. Neste kapittel går nærmere inn på selve metodene som er brukt, samt frafall og responsrate. Kapittel 16 går inn på korreksjon av skjevheter og endelig representativitet i utvalgene.

Datainnsamlingen ble gjennomført som et parallelt mixed-mode-opplegg, der det ble benyttet både telefonintervju og webintervju. Telefonintervjuene ble gjennomført av intervjuere, mens webintervjuene ble besvart som et selvutfyllingsskjema via en unik lenke sendt til inviterte respondenter. For webintervjuene fikk en gruppe invitasjon via e-post, mens en gruppe fikk invitasjon via Digipost. I tillegg ble det benyttet SMS-varslings i forkant for deler av utsendingene.

13.1 Telefonutvalg

Telefonintervjuene ble gjennomført av profesjonelle intervjuere i tidsrommet 1. desember til 16. desember 2025. Intervjuerne foregikk på ettermiddag og kveldstid. Det var et mål å oppnå et representativt telefonutvalg på totalt 1 000 intervjuer. For å sikre dette ble respondentene rekruttert gjennom kvotestyrte oppringing, der de ulike gruppene ble kontaktet fortløpende inntil fastsatte kvoter var oppfylt.

Respondenten fikk kort informasjon om tema for undersøkelsen før intervjuet ble satt i gang.

13.2 Webutvalg

Webintervjuene ble gjennomført i perioden 28. januar og til 24. mars 2026. Det ble benyttet ulike invitasjonsmetoder (se neste kapittel), men selve spørreskjemaet er likt. Undersøkelsen ble gjennomført på norsk. Mediantiden for webundersøkelsen er 18 minutter.

Spørreskjemaet er teknisk tilpasset bruk på mobiltelefon, nettbrett og PC, slik at respondentene kunne besvare undersøkelsen på den plattformen som passet dem

best. Utsendelse og datainnsamling ble gjennomført ved hjelp av undersøkelsesplattformen Forsta Plus.

Følg brevet til webutvalget

Webintervjuet ble gjennomført som et selvutfyllingskjema, der respondentene fikk tilgang via en unik lenke. Undersøkelsen ble distribuert gjennom flere kanaler, men følgebrevet som fulgte invitasjonen hadde i all hovedsak samme innhold uavhengig av utsendelsesform.

I følgebrevet ble respondentene informert om formålet med undersøkelsen, som er å kartlegge befolkningens erfaringer med digitale verktøy og tjenester, og at hensikten er å få bedre innsikt i hvordan digitale løsninger brukes i hverdagen, og hva som skal til for at alle skal få reelle digitale muligheter. Videre inneholdt følgebrevet informasjon om personvern, hvem som er behandlingsansvarlig, samt hvor respondentene kunne finne mer utfyllende informasjon.

14 Frafall og responsrate

14.1 Frafall telefonutvalg

17 505 personer ble oppringt i forbindelse med undersøkelsen, og 1030 personer fullførte intervjuet. Dette gir en responsrate på 5,9 prosent. 6820 intervju er registrert som «tapt», det vil si at personen avviste telefonoppringningen eller at de ikke ønsket å delta. 9233 har ukjent status, som betyr at de ikke ble nådd. Videre er 422 merket som overdekning, altså at nummeret ikke er i bruk, eller at de ikke tilhører målgruppen for undersøkelsen.

Tabell 1 Fordeling av telefonutsendelsesmetode (bruttoutvalg) - antall kontaktet, besvarte og responsrate

Antall oppringte	Antall tapte intervju	Ukjent status	Overdekning	Delvis fullført	Fullført	Responsrate
17505	6820	9233	422	43	1030	5,9 %

Tabellen nedenfor viser fordelingen av kjønn og alder blant bruttoutvalget og nettoutvalget. Det er ikke tilgjengelig informasjon om fordelingen blant kjønn og aldersgrupper blant de som faktisk ble oppringt, og derfor kan ikke den konkrete responsraten kalkuleres. Mønsteret indikerer imidlertid at kontakten oppnås hyppigere blant de eldre aldersgruppene.

Tabell 2 Antall og prosentvis fordeling av kjønn og alder i bruttoutvalget og antall besvarte

Telefonutvalg		Bruttoutvalget	Prosent	Fullført	Prosent
Total		22200	100 %	1000	100 %
Kjønn	Mann	11138	50 %	522	52 %
	Kvinne	11062	50 %	478	48 %
Alder	16-29	6700	30 %	214	21 %
	30-44	5300	24 %	236	24 %
	45-59	4900	22 %	245	25 %
	60-69	2400	11 %	150	15 %

	70-110	2900	13 %	155	16 %
--	--------	------	------	-----	------

14.2 Frafall webutvalg

I webutvalget ble de yngste aldersgruppene stratifisert opp, mens de eldre aldersgruppene ble stratifisert ned. Tiltaket ble iverksatt for å sikre en representativ fordeling i det endelige resultatet, siden responsraten generelt er lavere blant yngre aldersgrupper sammenlignet med eldre grupper. Gruppen med lavest responsrate er personer i alderen 16-29 år. Dette er ikke uvanlig i slike undersøkelser. I og med at denne gruppen ble stratifisert opp, er den endelige fordelingen på 15 prosent i denne gruppen ikke langt fra hvordan fordelingen gjenspeiler seg i befolkningen.

Metode og frafall

Det ble benyttet ulike invitasjonsmetoder for å teste ulike responsrater. Den totale responsraten for web-utvalget er 7,1 prosent, men varierer med metode (se tabell nedenfor).

De fleste fikk invitasjonen via Digipost med et forhåndsvarsel på SMS (53 prosent). SMS-en ble sendt ut dagen før med teksten «Hei, i morgen mottar du en spørreundersøkelse i Digipost fra Verian på vegne av Digitaliseringsdirektoratet. Vi håper du tar deg tid til å svare!». Formålet med SMS-en var å øke responsen, ved at mottaker kjenner igjen avsender/tema når invitasjonen kommer, og er dermed mindre tilbøyelig til å avvise eller overse den. I tillegg kan et forhåndsvarsel fungere som en "mental påminnelse" som gjør at flere prioriterer å svare når invitasjonen faktisk kommer, i stedet for å utsette og glemme. Responsraten i denne gruppen er 10 prosent.

For å sammenligne responsen, ble det også sendt ut invitasjon via Digipost til en mindre gruppe (syv prosent), uten at de fikk SMS-forhåndsvarsel. Denne gruppen fikk samme invitasjon som den øvrige Digipost-gruppen. Alle som ikke åpner invitasjonen i Digipost får automatisk en påminnelse syv dager senere. Responsraten i denne gruppen er som forventet noe lavere, 7,9 prosent.

23 prosent av bruttoutvalget fikk kun e-post invitasjon, samt en e-post påminnelse. Fordelen med e-post utsendelse er at det er enkelt å nå mange mottakere samtidig, uten at kostnaden blir høy. Samtidig er det en risiko for at e-posten kan bli oversett hos respondenten dersom respondenten mottar mange e-eposter daglig og innboksen er full eller at e-posten havner i søppelpost. Responsraten i denne gruppen er tre prosent.

En mindre gruppe (tre prosent) fikk både e-post invitasjon og SMS forhåndsvarsel. SMS-teksten lød: «Hei! I morgen mottar du en undersøkelse på e-post fra Verian på vegne av Digitaliseringsdirektoratet. Husk å sjekke søppelpost. Vi håper du vil svare.». Responsraten i denne gruppen er 4,8 prosent.

I undersøkelsen ble personer mellom 13 og 15 år invitert til å delta (15 prosent totalt), og disse fikk invitasjon på e-post via foreldrene. En tilfeldig forelder ble kontaktet via e-postinvitasjon med informasjon om at undersøkelsen er rettet til det spesifikke barnet i husstanden som er tilfeldig trukket ut. Forelderen skulle ikke svare på undersøkelsen, men ble oppfordret til å bistå med å tilrettelegge og motivere barnet til å svare.

Demografisk fordeling og frafall

Responsraten varierer lite mellom kjønn, men er noe høyere blant kvinner (7,9 prosent) enn blant menn (6,9 prosent).

Når det gjelder alder, øker responsraten tydelig med økende alder. De laveste responsratene finner vi blant 13–15-åringene (4,7 prosent) og 16–29-åringene (3,9 prosent). Responsraten er høyere blant personer i alderen 30–44 år og 45–59 år, og høyest blant eldre aldersgrupper, med 15,6 prosent blant 60–69-åringene og 13,8 prosent blant personer i alderen 70 år og eldre.

Tabell 3 Fordeling av metode, kjønn og alder - antall utsendte, antall besvarte og responsrate.

Webutvalget		Utsendt	Prosent	Fullført	Prosent	Responsrate
Total		70288	100 %	5000	100 %	7,1 %
Metode	Kun e-post	15820	23 %	468	9 %	3,0 %
	E-post og SMS forhåndsvarsel	1998	3 %	96	2 %	4,8 %
	Digipost	4998	7 %	393	8 %	7,9 %
	Digipost og SMS forhåndsvarsel	36993	53 %	3695	74 %	10,0 %
	Foreldre epost videresende til barna	10479	15 %	348	7 %	3,3 %
Kjønn	Mann	35346	50 %	2455	49 %	6,9 %
	Kvinne	34944	50 %	2545	51 %	7,3 %
Alder	13-15	10479	15 %	495	10 %	4,7 %
	16-29	19079	27 %	751	15 %	3,9 %
	30-44	15913	23 %	835	17 %	5,2 %
	45-59	14677	21 %	1417	28 %	9,7 %
	60-69	5580	8 %	872	17 %	15,6 %
	70-110	4560	6 %	630	13 %	13,8 %

15 Skjevheter, korreksjoner og endelig representativitet

Dette kapitlet redegjør for frafall og skjevheter i telefon- og webutvalget, samt hvilke korreksjoner som er gjennomført for å sikre best mulig representativitet i datamaterialet. Først beskrives omfang og mønstre i frafall for de ulike innsamlingsmetodene. Deretter redegjøres det for vekting og kalibrering av utvalgene, inkludert håndtering av skjevheter knyttet til alder, kjønn, geografi og utdanning. Avslutningsvis vurderes den endelige representativiteten i de vektete utvalgene som ligger til grunn for analysene i rapporten.

15.1 Rake-vekting av telefonutvalg

Telefonutvalg gir ofte god kontroll på sentrale demografiske kjennetegn som kjønn, alder og geografi, men har samtidig en kjent tendens til å overrepresenterte personer med høyere utdanning. I denne undersøkelsen er utdanningsnivå i tillegg en sentral forklaringsfaktor for flere av hovedtemaene som analyseres. For å redusere risikoen for systematiske skjevheter i resultatene, er det derfor gjennomført en utvidet vekting som også korrigerer for utdanning.

Som utgangspunkt er det benyttet en standard demografisk vekt som korrigerer utvalget eksakt for kombinasjoner av kjønn, alder og geografi. Denne vekten sikrer at sammensetningen av utvalget samsvarer med kjente populasjonstall på cellenivå (kjønn \times alder \times region), og gir i seg selv moderate og stabile vekter.

I tillegg er det gjennomført en rake-vekting (kalibrering) der utvalget samtidig justeres til å treffe kjente populasjonsandeler for utdanningsnivå innen aldersgrupper. Utdanning er her operasjonalisert som todelt (universitets- og høgskoleutdanning versus øvrige utdanningsnivåer), og aldersgruppene er aggregert til fire hovedgrupper. Populasjonsandelene er hentet fra offisiell statistikk og lagt inn som kalibreringsmål.

Rake-vektingen er gjennomført med den demografiske vekten som startvekt. Metoden justerer deretter vektene iterativt slik at både demografiske celler og utdanning \times alder-fordelingen treffes samtidig, uten å forutsette full krysstabulert populasjonsinformasjon. Dette gir en balansert løsning der kjente skjevheter korrigeres, samtidig som vektene holdes innenfor et moderat nivå.

Den endelige vekten har gjennomsnitt lik 1, med begrenset spredning og uten ekstreme enkeltvekter. Vektingen bidrar dermed til å redusere systematiske skjevheter knyttet til utdanning, samtidig som presisjon og tolkbarhet i analysene ivaretas.

15.2 Utdanningskalibrering og måleusikkerhet

Utdanningsnivå er i denne undersøkelsen basert på selvrapporing, og kan være beheftet med noe måleusikkerhet, særlig knyttet til grenseflater mellom utdanningskategorier (for eksempel påbegynt utdanning, fagskole eller kortere universitets- og høyskoleløp). I prinsippet kan slik feilklassifisering påvirke vektning på utdanning, ved at enkelte respondenter plasseres i en annen utdanningskategori enn deres faktiske høyeste fullførte utdanning. Samtidig er det en godt dokumentert tendens til at telefonutvalg overrepresenterer personer med høyere utdanning, og utdanning er en sentral forklaringsfaktor for flere av undersøkelsens hovedvariabler. Å avstå fra utdanningskalibrering ville derfor med stor sannsynlighet medført en systematisk skjevhet i nivåestimer.

For å balansere hensynet til korreksjon og robusthet er utdanning operasjonalisert som en todelt variabel, og kalibrert innen aldersgrupper, noe som gir en mer stabil vektning enn finere utdanningsinndelinger. Den endelige vekten har moderat spredning og uten ekstreme enkeltvekter, noe som indikerer at kalibreringen korrigerer kjente skjevheter uten å overstyre datamaterialet.

Tabell 4 Endelig vekt for telefonutvalget 2025

RapportVekt: Telefonutvalget		
N	Valid	1000
	Missing	0
Mean		1
Median		0,7791
Std. Deviation		0,57851
Range		4,14
Minimum		0,29
Maximum		4,42

15.3 Rake-vekting av webutvalg

Webutvalg gir fleksibel og effektiv datainnsamling, men er ofte beheftet med skjevheter i sammensetningen av utvalget, blant annet knyttet til alder, geografi og utdanningsnivå. For å sikre at resultatene i størst mulig grad reflekterer befolkningen 16 år og eldre, er det gjennomført en totrinns vekting.

Som første steg er det beregnet en demografisk vekt som korrigerer utvalget for kombinasjoner av kjønn, alder og geografi (kjønn × alder × region). Denne vekten er basert på kjente populasjonstall og sikrer at utvalget samsvarer med befolkningen på cellenivå. Respondenter med manglende informasjon på disse variablene inngår ikke i vektingsgrunnlaget.

I andre steg er den demografiske vekten videre kalibrert ved hjelp av rake-metode, slik at utvalget også samsvarer med populasjonsfordelingen for utdanningsnivå innen aldersgrupper. Utdanning er operasjonalisert som en todelt variabel (universitets- og høyskoleutdanning versus øvrige nivåer), og kalibreringen er gjennomført innen fire aldersgrupper. Populasjonsandelene er hentet fra offisiell statistikk.

Rake-vektingen justerer vektene iterativt slik at både demografiske celler og utdanning × alder-fordelingen treffes samtidig, uten behov for full krysstabulert populasjonsinformasjon. Den endelige vekten har gjennomsnitt lik 1 og moderat spredning, uten ekstreme enkeltvekter. Vektingen bidrar dermed til å redusere kjente skjevheter i webutvalget, samtidig som presisjon og stabilitet i analysene ivaretas.

Tabell 5 Endelig vekt for webutvalget 2026

RapportVekt: webutvalget		
N	Valid	4976
	Missing	24
Mean		0,9973
Median		1
Std. Deviation		0,45302
Range		2,11
Minimum		0,36
Maximum		2,47

15.4 Endelig representativitet

Telefonutvalget (2025)

Utvalget i telefonundersøkelsen består av totalt 1 000 respondenter. Før vekting er det mindre skjevheter i fordelingen på enkelte bakgrunnsvariabler. Dette gjelder spesielt utdanning, hvor personer med universitets- og høyskoleutdanning er overrepresentert i det uvektede materialet. Etter vekting samsvarer fordelingen bedre med populasjonen, ved at andelen med universitets- og høyskoleutdanning reduseres og andelen med andre utdanningsnivåer øker tilsvarende.

For kjønn, alder og geografi er forskjellene mellom uvektet og vektet utvalg relativt små. Vektingen bidrar til å justere for mindre avvik slik at det vektete materialet samlet sett gir et godt grunnlag for analyser som er representative for befolkningen innenfor de inkluderte bakgrunnsvariablene.

Tabell 6 Vektet og uvektet fordeling av kjønn, alder, geografi og utdanningsnivå blant telefonutvalget

Telefonutvalg	Antall uvektet	Prosent uvektet	Antall vektet	Prosent Vektet
Total	1000	100 %	1000	100 %

Kjønn	Mann	522	52 %	502	50 %
	Kvinne	478	48 %	498	50 %
Alder	16-29	214	21 %	210	21 %
	30-44	236	24 %	250	25 %
	45-59	245	25 %	238	24 %
	60-69	150	15 %	157	16 %
	70-110	155	16 %	145	15 %
Geografi	Oslo og Akershus	281	28 %	261	26 %
	Resten av Østlandet	255	26 %	253	25 %
	Sør- og Vestlandet	303	30 %	310	31 %
	Trøndelag og Nord-Norge	161	16 %	176	18 %
Utdanningsnivå	Universitet/Høyskole	582	58 %	378	38 %
	Andre utdannelser inkl. ikke fullført/ ikke oppgitt	418	42 %	622	62 %

Webutvalget

Tabellen nedenfor viser hvordan nettoutvalget for webbesvarelsene fordeler seg mellom kjønn, alder, geografi og utdanningsnivå.

Webundersøkelsen omfatter totalt 5 000 respondenter. I det uvektede materialet er det enkelte skjevheter, spesielt i aldersfordelingen, hvor de midtre aldersgruppene (45–59 år) er overrepresentert, mens de yngre voksne er underrepresentert. Etter vekting justeres dette slik at aldersfordelingen i større grad samsvarer med populasjonen.

Fordelingen på kjønn er relativt jevn både før og etter vekting, med kun mindre justeringer. Når det gjelder geografi, er forskjellene mellom uvektet og vektet utvalg gjennomgående små, men vektingen bidrar til noe redusert andel fra Oslo og Akershus og en noe økt andel fra resten av Østlandet. Samlet sett bidrar vektingen til at det endelige datagrunnlaget gir et godt representativt bilde av befolkningen.

Tabell 7 Vektet og uvektet fordeling av kjønn, alder, geografi og utdanningsnivå blant webutvalget 2026.

Webutvalg		Uvektet	Prosent	Vektet	Prosent
Total		5000	100 %	5000	100 %
Kjønn	Mann	2455	49 %	2493	50 %
	Kvinne	2545	51 %	2469	49 %
Alder	13-15	495	10 %	495	10 %
	16-29	751	15 %	965	19 %
	30-44	835	17 %	1099	22 %
	45-59	1417	28 %	1106	22 %
	60-69	872	17 %	762	15 %
	70-110	630	13 %	537	11 %
Geografi	Oslo og Akershus	1465	29 %	1309	26 %
	Resten av Østlandet	1150	23 %	1253	25 %
	Sør- og Vestlandet	1532	31 %	1543	31 %
	Trøndelag og Nord-Norge	853	17 %	857	17 %
Utdanningsnivå	Universitet/Høyskole	2521	50 %	1693	34 %
	Andre utdannelser inkl. ikke fullført/ ikke oppgitt	2479	50 %	3270	65 %

16 Revisjon av erfaringsmålene – videreført, endret og nytt innhold

Revisjonen av erfaringsmålene har hatt som mål å oppdatere innholdet i målingen slik at den fortsatt reflekterer relevante digitale ferdigheter i 2025/2026, samtidig som sammenliknbarhet over tid ivaretas der dette er metodisk forsvarlig. I revisjonen er det lagt vekt på å videreføre sentrale erfaringselementer, fjerne elementer som i liten grad sier noe om dagens kompetansekrav, og inkludere nye erfaringer som reflekterer endringer i teknologi og bruksmønstre.

En betydelig andel av erfaringselementene er videreført uendret eller kun språklig presisert fra 2020. Dette gjelder særlig grunnleggende ferdigheter knyttet til informasjonssøk, e-post, dokumenthåndtering og daglig bruk av digitale verktøy. For disse elementene er direkte sammenlikning over tid mulig, og de utgjør et viktig grunnlag for å analysere utvikling i befolkningens digitale kompetanse.

Andre erfaringselementer er videreført, men faglig oppdatert eller skjerpet. Dette gjelder særlig områder knyttet til digital sikkerhet, personvern og kritisk bruk av sosiale medier. Her er kompetansedimensjonene de samme som tidligere, men formuleringene er justert for å reflektere dagens risikobilde og mer komplekse digitale omgivelser. Sammenlikning over tid er vurderes ikke som valid for disse elementene, på grunn av vesentlig endret meningsinnhold.

Samtidig er enkelte tidligere erfaringselementer tatt ut som egne mål. Dette gjelder ferdigheter som i dag i stor grad kan betraktes som forutsetninger for digital deltakelse, eller som har liten evne til å skille mellom nivåer av digital kompetanse. Disse ferdighetene forutsettes implisitt gjennom andre deler av skjemaet.

Endelig er det inkludert nye erfaringselementer som reflekterer sentrale utviklingstrekk i den digitale samfunnsutviklingen, blant annet knyttet til kunstig intelligens, avanserte sikkerhetsmekanismer og kritisk vurdering av digitalt innhold. Disse elementene representerer et nytt og strengere kompetansenivå, og kan ikke sammenliknes direkte med erfaringene målt i 2020. De gir imidlertid et nødvendig bilde av hvilke digitale ferdigheter som er relevante i dag.

Samlet innebærer revisjonen at erfaringsmålene både ivaretar kontinuitet og fanger opp nye kompetansekrav. Dette gir et mer presist og tidsriktig grunnlag for å analysere digital kompetanse i befolkningen i 2025/2026.

16.1 Hva består (kontinuitet)

Dette er erfaringselementene som i hovedsak er videreført, enten uendret eller med mindre språklige justeringer (26):

- å ha oversikt over hvor mye mobildata som brukes når du gjør ulike ting på mobilen
- å betale for varer og tjenester med mobilen (f.eks. «tæpping» på betalingsterminal, Vipps, og ApplePay)
- å strøme musikk, radio, lydbok eller film via mobilen
- å sende eller motta e-post
- å sende dokumenter / bilder som vedlegg til e-post
- å kjenne igjen forsøk på nettsvindel eller phishing / digital snoking
- å taste inn og endre opplysninger i ulike nett-skjema
- å gjenkjenne sikre sider på internett ved å se etter hengelås-symbol
- å bruke to-trinns bekreftelse ved pålogging og digital id
- å bestille tjenester eller varer
- å bruke kommunikasjonstjenester via internett, f.eks. chat, messenger, snapchat, m.fl.
- å be om tillatelse fra venner og bekjente til å legge ut bilder eller informasjon om dem
- å publisere et innlegg på sosiale medier
- å vurdere innstillinger på egne profiler for å ivareta sikkerhet ved deling og publisering på sosiale medier
- å delta i nettbaserte samarbeids- og prosjektgrupper i jobb eller fritid
- å vurdere betingelser og tillatelser før du installerer programmer eller apper
- å installere og fjerne apper eller programmer
- å endre enkle innstillinger som lyd, skriftstørrelse o.l. etter behov
- å bruke ekstern lagring som skyløsning (OneDrive, Google Drive osv.)
- å overføre filer fra en enhet til en annen, f.eks. fra mobil eller kamera til en datamaskin
- å bruke betalingsautomater for å kjøpe varer eller tjenester, f.eks. i butikker, på spisesteder eller ved billett kjøp
- å oppdatere apper eller programmer
- å skrive, redigere og flytte tekst i dokumenter
- å kunne sette inn bilder eller symboler i forskjellige typer dokumenter
- å bruke et verktøy til å gjøre en presentasjon, f.eks. PowerPoint eller Google Slides

- å legge inn tall og bruke enkle funksjoner i regneark

16.2 Hva er nytt eller endret (nye kompetansekrav og justerte formuleringer)

Kompetanseelementer som er helt nye (10):

- å identifisere og unngå falske betalingsmeldinger eller lenker (svindel-SMS eller e-post)
- å identifisere deg eller logge deg på tjenester med ansiktsgjenkjenning eller fingeravtrykk
- å vurdere om et bilde, en video eller et lydklipp kan være kunstig laget (AI-generert / såkalt deepfake)
- å gjenkjenne merking av innhold som "sponset" eller "KI-generert"
- å vurdere hvilke cookie-innstillinger du velger på nettsteder du bruker
- å bruke chat for å kommunisere med f.eks. nettbutikker, service- og tjenesteleverandører
- å bruke sikre meldingsløsninger (f.eks. Helsenorge eller Digipost)
- å bruke sikkerhetskopiering og gjenoppretting
- å bruke KI-verktøy (som ChatGPT, Copilot eller liknende)
- å bruke KI-verktøy til å oppsummere tekst

Endrede elementer, hvor direkte sammenlikning med 2020-data ikke vurderes som valid (5):

- å vurdere kildene når du ser og leser informasjon på internett
(Erstatter: å bruke kildekritikk når du leser nyhetssaker og ulike medier på nett)
- å søke og finne fram til informasjon du trenger på internett
(Erstatter: å finne informasjon etter behov ved bruk av søkemotorer)
- å vurdere hva slags informasjon det er trygt å legge ut på sosiale medier, chatterom og andre nettsteder
(Erstatter: å være kritisk til hva du publiserer og ikke på internett og sosiale medier for å unngå trakassering, uthenging eller mobbing)
- å lage unike og sikre passord
(Erstatter: å lage unike passord til ulike brukerkontoer)
- å organisere dokumenter og filer så det er enkelt å finne dem igjen

(Erstatter: å gi meningsbærende filnavn for å finne igjen og organisere dokumenter og filer)

16.3 Hva er tatt ut (foreldet / erstattet med nytt)

Endelig, og for orden skyld, her følger listen over elementer som ikke er videreført som egne mål i 2025/2026, fordi de i større grad framstår som basisferdigheter, endret vesentlig, eller er innarbeidet i andre mål:

- å koble deg til eller fra internett på mobiltelefonen via wifi eller mobilnett
- å få oversikt og kunne navigere på en hjemmeside
- å finne bestemt informasjon du trenger på offentlige nettsider
- å velge gode søkeord og vurdere treffene ut fra hva du søkte etter
- å bruke sikkerhetsregler ved kjøp av varer og tjenester på internett
- å være kritisk til hva du publiserer og ikke på internett og sosiale medier for å unngå trakassering, uthenging eller mobbing
- å opprette egne brukerprofiler på sosiale medier eller ved netthandel
- å slå av og på sikkerhetsfunksjoner i sosiale medier og apper etter behov, for eksempel sporing/oppgi sted eller deling av innhold
- å bruke berøringsskjerm med ikoner
- å åpne programmer eller apper

16.4 Tematisk struktur i spørreskjemaets erfaringsmål

Erfaringsmålene i undersøkelsen er organisert tematisk i spørreskjemaet for å gi respondentene en oversiktlig og sammenhengende presentasjon av ulike typer digitale ferdigheter og vurderingssituasjoner. Den tematiske inndelingen følger spørreskjemaets oppbygning og brukes her for å dokumentere bredden i erfaringsmålene som inngår i undersøkelsen.

Spørreskjemaet er strukturert i følgende tema:

Tema 1: Mobiltelefon

Erfaringsmål knyttet til bruk av mobiltelefon i hverdagen, herunder praktisk håndtering, innstillinger og enkle digitale handlinger som ofte utføres via mobil.

Tema 2: Informasjon på internett

Erfaringsmål som dekker søk etter informasjon, vurdering av kilder og forståelse av digitalt innhold på nett.

Tema 3: E-post og meldingsløsninger

Erfaringsmål relatert til bruk av e-post, meldings- og kommunikasjonstjenester, inkludert sending, mottak og håndtering av meldinger og vedlegg.

Tema 4: Sikkerhet på internett

Erfaringsmål knyttet til digital sikkerhet og trygg bruk, herunder gjenkjenning av svindel, vurdering av sikre nettsider, identifikasjon og bruk av sikkerhetsløsninger.

Tema 5: Sosiale medier

Erfaringsmål som omhandler bruk av sosiale medier, deling av innhold, vurdering av innstillinger og normer for publisering og samhandling.

Tema 6: Programmer og apper

Erfaringsmål knyttet til installasjon, bruk og vedlikehold av programmer og apper, inkludert vurdering av betingelser, oppdateringer og bruk av ulike digitale verktøy.

Tema 7: Tekstbehandling

Erfaringsmål relatert til produksjon og bearbeiding av tekst og annet innhold, herunder skrivning, redigering og enkel dokumenthåndtering.

Denne tematiske inndelingen er brukt for å strukturere spørreskjemaet og dokumentere innholdet i erfaringsmålingen, men er ikke etablert som et analytisk rammeverk eller grunnlag for egne indekser. Ferdighetene innen hvert tema er heterogene og varierer i både kompleksitet, kontekst og formål. De detaljerte analysene i kapittel 8 tar utgangspunkt i enkeltferdigheter og mønstre på tvers av ferdigheter, uavhengig av spørreskjemaets tematiske gruppering. Fullstendig spørreskjema følger som vedlegg til rapporten.

17 Kvalitativ forstudie – rolle, metode og hovedinnsikter

17.1 Formål, metode og gjennomføring

I forkant av den kvantitative hovedundersøkelsen ble det gjennomført en kvalitativ forstudie. Formålet med forstudien var å etablere et bedre innsiktsgrunnlag for utforming av spørreskjema og analytiske avgrensninger, særlig knyttet til begrepsbruk, relevante tematiske fokusområder og hvordan ulike brukergrupper selv beskriver møter med digitale verktøy og tjenester.

Forstudien ble gjennomført som kvalitative gruppesamtaler, supplert med to individuelle dybdesamtaler med personer med funksjonsnedsettelse. Denne kombinasjonen av metoder gjorde det mulig både å utforske felles erfaringer og språklige mønstre i grupper, og å få mer detaljerte beskrivelser av situasjoner der digitale løsninger møter særskilte tilgjengelighets- og tilretteleggingsutfordringer. Som kvalitative metoder gir dette ikke grunnlag for generalisering til befolkningen som helhet, men er egnet til å identifisere sentrale problemstillinger og tolkningsrammer i en tidlig fase av prosjektet.

Hovedmålgruppen i forstudien bestod av eldre brukere, valgt på bakgrunn av at denne gruppen i tidligere undersøkelser og i offentlig debatt ofte pekes ut som særlig eksponert for utfordringer knyttet til digitalisering av tjenester, økt grad av selvbetjening og rask endringstakt. I tillegg ble personer med funksjonsnedsettelse inkludert gjennom egne dybdesamtaler, for å sikre innsikt i erfaringer der digitale barrierer kan oppstå på andre måter enn det som fanges opp av alder alene.

Valget av målgrupper var dermed analytisk begrunnet. Forstudien hadde som hensikt å belyse typer strev, barrierer og mestringserfaringer i situasjoner der kravene til digital kompetanse og tilgjengelighet ofte er særlig tydelige. Innsiktene fra forstudien ble brukt til å informere utviklingen av spørreskjema og analyseopplegg, før problemstillingene senere ble undersøkt bredere i den kvantitative hovedundersøkelsen.

Forstudien inngår ikke som selvstendig datagrunnlag i analysene som presenteres i denne rapporten. De kvantitative analysene bygger på representative data og står metodisk på egne ben.

17.2 Overordnede innsikter fra forstudien

Forstudien bidro særlig til å tydeliggjøre at digital kompetanse og digital mestring i stor grad oppleves som situasjonsavhengig. Mange informanter beskrev høy grad av trygghet i kjente og rutinepregede løsninger, samtidig som nye eller endrede digitale tjenester – som endrede innloggingsløsninger, oppdateringer eller bytte av utstyr – utløste usikkerhet, frustrasjon og i noen tilfeller unngåelse.

Videre pekte forstudien på at barrierer ofte knytter seg til språk, autentisering og opplevd kompleksitet, snarere enn til manglende vilje til å bruke digitale løsninger. Spesielt passordhåndtering, innloggingsprosesser og teknisk terminologi ble trukket frem som forhold som bidrar til redusert opplevd kontroll og økt avhengighet av hjelp fra andre.

Forstudien viste også en gjennomgående ambivalens i holdninger til digitalisering. Informantene anerkjente nytteverdien av digitale løsninger og ønsket i utgangspunktet å være selvhjulpne, men beskrev samtidig et tydelig press om å måtte «henge med» i et stadig mer digitalisert tjenestelandskap, særlig der analoge alternativer i praksis oppleves som fraværende.

17.3 Sammenheng med hovedundersøkelsen

De overordnede mønstrene som fremkom i den kvalitative forstudien er i hovedsak konsistente med funnene i den kvantitative hovedundersøkelsen, særlig når det gjelder forholdet mellom erfaring, kunnskap, opplevd mestring og strev i møte med digitale oppgaver. Samtidig gir hovedundersøkelsen et bredere og mer presist bilde av utbredelse, samvariasjon og forskjeller i befolkningen.

Samlet sett har forstudien fungert som et metodisk og analytisk utgangspunkt for prosjektet, mens det er den kvantitative hovedundersøkelsen som danner grunnlaget for rapportens analyser, funn og implikasjoner.

Referanser

Kompetanse Norge. (2021). Befolkningsundersøkelse om digital kompetanse. Oslo: Kompetanse Norge.

Daus, S., Høie, H., & Michelsen, S. (2019). Indikatorer for digital deltakelse og kompetanse i den voksne befolkningen. NIFU Arbeidsnotat 2019:8. Oslo: Nordisk institutt for studier av innovasjon, forskning og utdanning (NIFU).

Berge, T., Grøgaard, J. B., & Pålerud, S. (2018). Kompass 2018: Digitalisering – hvilken kompetanse trenger vi? Oslo: Kompetanse Norge.

Teknologisk Institut. (2007). Borgernes IKT-færdigheder i Danmark. København: Teknologisk Institut.

European Commission, Joint Research Centre. (2021). The Digital Competence Framework for Citizens (DigComp). EU Science Hub. https://joint-research-centre.ec.europa.eu/digcomp_en

Vedlegg: Spørreskjemaer

Telefon

[Q_ utdanning] Hva er din høyeste fullførte utdanning hittil?

Rad:

- [r1] Ingen fullført utdanning
- [r2] Fullført grunnskole
- [r3] Fullført videregående skole, allmenne fag / studieforberevende
- [r4] Fullført videregående skole, yrkesfag
- [r5] Fullført fagskole
- [r6] Fullført høyskole og/eller universitet, inntil 4 år
- [r7] Fullført høyskole og/eller universitet, mer enn 4 år
- [r8] Annet
- [r9] Ønsker ikke å oppgi (IKKE LES)

[Q_ hovedbeskjeffigelse] Hva beskriver best din situasjon i dag? Er du ...

LES OPP 1-8!

Rad:

- [r1] Ansatt (gjelder også hvis du er sykemeldt eller i midlertidig permisjon)
- [r2] Selvstendig næringsdrivende
- [r3] På arbeidsmarkedstiltak
- [r4] Arbeidsledig eller permittert
- [r5] Under utdanning
- [r6] Pensjonist
- [r7] Trygdemottaker
- [r8] Hjemmeværende
- [r9] Annet, noter:
- [r10] Ønsker ikke å oppgi (IKKE LES)

[Q_arbeid2020] Har du tidligere i år i hovedsak vært «ansatt», «selvstendig næringsdrivende» eller ingen av disse?

Condition: **Q_hovedbeskjeftigelse.r3 or Q_hovedbeskjeftigelse.r4 or Q_hovedbeskjeftigelse.r5**

IKKE LES!

Rad:

[r1] Ja, ansatt

[r2] Ja, selvstendig næringsdrivende

[r3] Nei, ingen av disse

[r4] Ønsker ikke å oppgi

Nå vil jeg spørre deg litt om din bruk av digitale verktøy og internett. Med digitale verktøy mener vi i denne undersøkelsen pc, mac, nettbrett, mobil eller tilsvarende utstyr.

[Q1] Bruker du ...

LES OPP!

Rad:

[r1] datamaskin, som her omfatter pc eller mac

[r2] smarttelefon (mobil som har tilgang til internett)

[r3] nettbrett

[r4] internett

[r5] Ingen av disse

[Q5] Omtrent hvor ofte bruker du internett, uavhengig av hvilke digitale verktøy?

LES HVIS NØDVENDIG: Med digitale verktøy mener vi i denne undersøkelsen pc, mac, nettbrett, mobil eller tilsvarende utstyr.

Condition: **Q1.r4**

IKKE LES!

Rad:

[r1] Daglig

[r2] Ukentlig

[r3] Månedlig

[r4] Sjeldnere enn månedlig

[r5] Vet ikke

[Q6] Hvorfor bruker du ikke internett?

Condition: **Q1.any and not Q1.r4**

TIL INTERVJUER: Flere svar mulig.

LES OPP 1-7!

Rad:

[r1] Jeg mangler kunnskaper / ferdigheter (kompetanse)

[r2] Jeg mangler utstyr

[r3] Økonomiske årsaker

[r4] Jeg har ikke behov eller interesse

[r5] Andre utfører oppgaver på internett for meg

[r6] Av hensyn til sikkerhet eller personvern

[r7] Jeg synes internett virker skummelt

[r8] Annet:

[r9] Vet ikke (IKKE LES)

[Q8] Tenk på den siste jobben din, dvs. den du har nå eller den siste du har hatt. I hvor stor grad krever arbeidsoppgavene dine i den siste jobben din bruk av digitale verktøy og internett?

Condition: **(Q_hovedbeskjeftigelse.r1 or Q_hovedbeskjeftigelse.r2) or (Q_arbeid2020.r1 or Q_arbeid2020.r2)**

Rad:

[r1] I stor grad

[r2] I noen grad

[r3] I liten grad

[r4] Ikke i det hele tatt

[r5] Vet ikke (IKKE LES)

Nå kommer flere kategorier med spørsmål om hvor mye erfaring du har med digitale oppgaver, verktøy og tjenester. Du kan benytte svaralternativene:

1. Mye erfaring
2. Noe erfaring
3. Lite erfaring
4. Ingen erfaring

[Q9_1] Nå kommer først spørsmål om mobiltelefon.

Hvor mye erfaring har du med ...

Kolonne:

- [c1] Mye erfaring
- [c2] Noe erfaring
- [c3] Lite erfaring
- [c4] Ingen erfaring
- [c5] Vet ikke

Rad:

- [r1] å ha oversikt hvor mye mobildata som brukes når du gjør ulike ting på mobilen
- [r2] å betale for varer og tjenester med mobilen (f.eks. «tæpping» på betalingsterminal, Vipps, og ApplePay)
- [r3] å strøkke musikk, radio, lydbok eller film via mobilen
- [r4] å identifisere og unngå falske betalingsmeldinger eller lenker (svindel-SMS eller e-post)
- [r5] å identifisere seg eller logge seg på tjenester med ansiktsgjenkjenning eller fingeravtrykk

[Q9_2] Nå følger noen spørsmål om informasjon på internett.

Hvor mye erfaring har du med ...

Kolonne:

- [c1] Mye erfaring
- [c2] Noe erfaring
- [c3] Lite erfaring
- [c4] Ingen erfaring
- [c5] Vet ikke (IKKE LES)

Rad:

[r1] å vurdere kildene når du ser og leser informasjon på internett

[r2] å søke og finne fram til informasjon du trenger på internett

[r3] å vurdere hva slags informasjon det er trygt å legge ut på sosiale medier, chatterom og andre nettsteder

[r4] å vurdere om et bilde, en video eller et lydklipp kan være kunstig laget (AI-generert / deepfake)

[r5] å gjenkjenne merking av innhold som "sponset" eller "KI-generert"

[r6] å vurdere hvilke cookie-innstillinger jeg velger på nettsteder jeg bruker

[Q9_3] Nå følger noen spørsmål om e-post og meldingsløsninger.

Hvor mye erfaring har du med ...

Kolonne:

[c1] Mye erfaring

[c2] Noe erfaring

[c3] Lite erfaring

[c4] Ingen erfaring

[c5] Vet ikke (IKKE LES)

Rad:

[r1] å sende eller motta e-post

[r2] å sende dokumenter / bilder som vedlegg til e-post

[r3] å kjenne igjen forsøk på nettsvindel eller phishing / digital snoking

[r4] å bruke chat for å kommunisere med f.eks. nettbutikker, service- og tjenesteleverandører

[r5] å bruke sikre meldingsløsninger (f.eks. Helsenorge eller Digipost)

[Q9_4] Nå følger noen spørsmål om sikkerhet på internett.

Hvor mye erfaring har du med ...

Kolonne:

[c1] Mye erfaring

[c2] Noe erfaring

[c3] Lite erfaring

[c4] Ingen erfaring

[c5] Vet ikke (IKKE LES)

Rad:

- [r1] å taste inn og endre opplysninger i ulike nett-skjema
- [r2] å gjenkjenne sikre sider på internett ved å se etter hengelås-symbol
- [r3] å bruke to-trinns bekreftelse ved pålogging og digital id
- [r4] å bestille tjenester eller varer

[Q9_5] Nå følger noen spørsmål om sosiale medier.

Hvor mye erfaring har du med ...**Kolonne:**

- [c1] Mye erfaring
- [c2] Noe erfaring
- [c3] Lite erfaring
- [c4] Ingen erfaring
- [c5] Vet ikke (IKKE LES)

Rad:

- [r1] å bruke kommunikasjonstjenester via internett, f.eks. chat, messenger, snapchat, m.fl.
- [r2] å be om tillatelse fra venner og bekjente til å legge ut bilder eller informasjon om dem
- [r3] å publisere et innlegg på sosiale medier
- [r4] å vurdere innstillinger på egne profiler for å ivareta sikkerhet ved deling og publisering på sosiale medier
- [r5] å delta i nettbaserte samarbeids- og prosjektgrupper i jobb eller fritid

[Q9_6] Nå følger noen spørsmål om bruk av programmer og apper.

Hvor mye erfaring har du med ...**Kolonne:**

- [c1] Mye erfaring
- [c2] Noe erfaring
- [c3] Lite erfaring
- [c4] Ingen erfaring
- [c5] Vet ikke (IKKE LES)

Rad:

[r1] å vurdere betingelser og tillatelser før du installerer programmer eller apper

[r2] å installere og fjerne apper eller programmer

[r3] å endre enkle innstillinger som lyd, skriftstørrelse o.l. etter behov

[r4] å bruke ekstern lagring som skyløsning (OneDrive, Google Drive osv.)

[r5] å overføre filer fra en enhet til en annen, f.eks. fra mobil eller kamera til en datamaskin

[r6] å lage unike og sikre passord

[r7] å bruke betalingsautomater for å kjøpe varer eller tjenester, f.eks. i butikker, på spisesteder eller ved billett kjøp

[r8] å oppdatere apper eller programmer

[r9] å bruke sikkerhetskopiering og gjenoppretting

[r10] å bruke KI-verktøy (som ChatGPT, Copilot eller liknende)

[Q9_7] Nå følger noen spørsmål om tekstbehandling.

Hvor mye erfaring har du med ...

Kolonne:

[c1] Mye erfaring

[c2] Noe erfaring

[c3] Lite erfaring

[c4] Ingen erfaring

[c5] Vet ikke (IKKE LES)

Rad:

[r1] å skrive, redigere og flytte tekst i dokumenter

[r2] å kunne sette inn bilder eller symboler i forskjellige typer dokumenter

[r3] å bruke et verktøy til å gjøre en presentasjon, f.eks. PowerPoint eller Google Slides

[r4] å organisere dokumenter og filer så det er enkelt å finne dem igjen

[r5] å legge inn tall og bruke enkle funksjoner i regneark

[r6] å bruke KI-verktøy til å oppsummere tekst

[Q_vanskelig_loesning] Hvor ofte opplever du at du må avbryte en digital oppgave fordi løsningen er vanskelig å bruke?

Rad:

[r1] Aldri

- [r2] Sjeldent
- [r3] Av og til
- [r4] Ofte
- [r5] Svært ofte
- [r6] Vet ikke (IKKE LES)

[Q_unnga_losning] Hvor ofte unngår du digitale løsninger fordi du er redd for å gjøre feil?

Rad:

- [r1] Aldri
- [r2] Sjeldent
- [r3] Av og til
- [r4] Ofte
- [r5] Svært ofte
- [r6] Vet ikke (IKKE LES)

[Q_far_digital_hjelp] Hvor ofte får du hjelp av andre til å bruke digitale tjenester?

Rad:

- [r1] Aldri
- [r2] Sjeldent
- [r3] Av og til
- [r4] Ofte
- [r5] Svært ofte
- [r6] Vet ikke (IKKE LES)

Videre vil vi gjerne vite litt mer om din interesse for digitale verktøy og tjenester.

[Q11] I hvilken grad ...

Kolonne:

- [c1] I stor grad
- [c2] I noen grad
- [c3] I liten grad

[c4] Ikke i det hele tatt

[c5] Vet ikke (IKKE LES)

Rad:

[r1] opplever du i dagliglivet et behov for å styrke dine digitale ferdigheter?

[r2] opplever du et behov for å styrke dine digitale ferdigheter i tilknytning til arbeidslivet?

Condition: **Q_hovedbeskjeftigelse.r1 or Q_hovedbeskjeftigelse.r2 or Q_hovedbeskjeftigelse.r3 or Q_hovedbeskjeftigelse.r4 or Q_hovedbeskjeftigelse.r5**

[Q11B] Har du et tilbud om å utvikle dine digitale ferdigheter?

Rad:

[r1] Ja

[r2] Nei

[r3] Vet ikke / ikke relevant

[Q12] Hvis du ønsker å utvikle dine digitale ferdigheter, hva vil fungere best for deg? Vil det være ved hjelp av noe av følgende?

TIL INTERVJUER: Flere svar mulig.

LES OPP!

Rad:

[r1] Å prøve deg fram på egenhånd

[r2] Å lese brukermanualer eller se videoforklaringer

[r3] Veiledning av familie eller bekjente

[r4] Veiledning av kollegaer

[r5] Brukerstøtte fra leverandør

[r6] Kurs på internett, som nettbasert opplæring

[r7] Opplæring på skole eller utdanningssted

[r8] Kurs tilbudt av arbeidsgiver

[r9] Kurs tilbudt av frivillige organisasjoner

[r10] Kurs tilbudt eller finansiert av det offentlige

[r11] Andre måter:

[r12] Ønsker ikke å utvikle ferdighetene

[r13] Vet ikke (IKKE LES)

[Q13] Er du villig til å betale selv for opplæring for å utvikle dine digitale ferdigheter?

Condition: **Q12.any and not Q12.r12**

Rad:

[r1] Ja

[r2] Nei

[r3] Vet ikke (IKKE LES)

[Q14] Hvor ønsker du at kurstilbud fra det offentlige skal være tilgjengelig?

Condition: **Q12.r6 or Q12.r7 or Q12.r8 or Q12.r9 or Q12.r10**

TIL INTERVJUER: Flere svar mulig.

IKKE LES!

Rad:

[r1] På voksenopplæringen

[r2] På skoler, i form av foreldrekurs

[r3] Hos frivillige organisasjoner, som frivillighetssentral, seniornett, studieforbund eller liknende

[r4] På din nåværende eller kommende arbeidsplass

[r5] På kurs gjennom Nav

[r6] På biblioteket

[r7] På internett, som nettbasert opplæring

[r8] Annet:

[r9] Ikke interessert

[r10] Vet ikke

[Q15] Hva er hindringer for at du kan bli bedre til å bruke digitale verktøy og tjenester?

TIL INTERVJUER: Flere svar mulig.

IKKE LES!

Rad:

[r1] For lite tid

[r2] For liten interesse for å bli bedre

[r3] For lite kunnskap om digitale verktøy og tjenester

- [r4] Mangel på tilgang til de digitale verktøy og tjenester du trenger
- [r5] For store økonomiske kostnader
- [r6] Mangel på utdannings- eller kurstilbud
- [r7] Mangel på veiledning fra kollegaer, familie, lærere eller andre
- [r8] Har familie eller venner som utfører digital bruk for deg
- [r9] Mangel på løsninger som er universelt utformet
- [r10] Mangel på opplæringstilbud i hjelpemidler eller spesialinnstillinger for personer med funksjonsnedsettelse
- [r11] For vanskelig eller teknisk språk
- [r12] Annet:
- [r13] Ingen hindringer
- [r14] Vet ikke

Til slutt ønsker vi enkelte opplysninger om deg selv.

[Q20] Hva er husstandens samlede bruttoinntekt?

TIL INTERVJUER: Med bruttoinntekt menes inntekt FØR fradrag og skatt er trukket fra.

Rad:

- [r1] Inntil kr 300.000
- [r2] Kr. 300.-499.999
- [r3] Kr. 500.-799.999
- [r4] Kr. 800.-999.999
- [r5] Kr. 1.000.-1.499.000
- [r6] Over kr 1.500.000
- [r7] Vil ikke oppgi (IKKE LES)
- [r8] Vet ikke (IKKE LES)

[Q21] Hvor lenge siden er det du var i arbeid eller under utdanning?

Condition: **(Q_hovedbeskjeftigelse.r3 or Q_hovedbeskjeftigelse.r4 or Q_hovedbeskjeftigelse.r6 or Q_hovedbeskjeftigelse.r7 or Q_hovedbeskjeftigelse.r8)**

Rad:

- [r1] Mindre enn to måneder

[r2] To måneder eller mer

[r3] Seks måneder eller mer

[r4] To år eller mer

[r5] Fem år eller mer

[r6] Vet ikke / ønsker ikke å oppgi (IKKE LES)

[Q22A] Er du født i eller utenfor Norge?

Rad:

[r1] Født i Norge

[r2] Født utenfor Norge

[r3] Vet ikke / ønsker ikke å oppgi (IKKE LES)

[Q22B] Er begge foreldrene dine født utenfor Norge?

Condition: **Q22A.r2**

Rad:

[r1] Ja

[r2] Nei

[r3] Vet ikke / ønsker ikke å oppgi (IKKE LES)

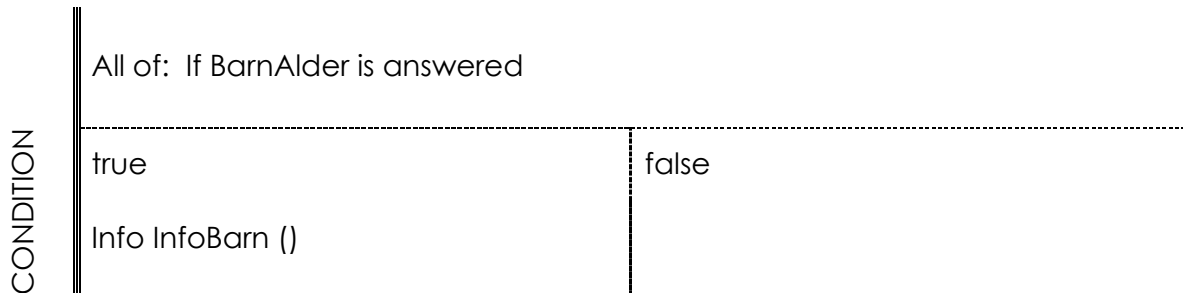
[Q_kontakt] Kan vi kontakte deg senere hvis vi ønsker å stille deg flere spørsmål om din bruk av internett og digitale verktøy?

Rad:

[r1] Ja

[r2] Nei

Web

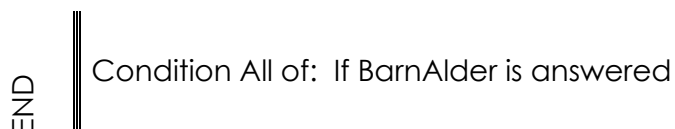


InfoBarn

Hei!

Så hyggelig at du har lyst til å svare på undersøkelsen vår. I undersøkelsen kommer vi til å stille deg noen spørsmål om din bruk av digitale tjenester. Hvis det er noe du ikke har lyst til å svare på, kan du bare hoppe over det. Innimellom kommer det noen quiz-spørsmål.

Helt til slutt får du vite hvor mange poeng du fikk på quizen. Lykke til!



Qkjonn

\wedge (f('BarnAlder').toBoolean()) ? "Er du gutt eller jente?" : "Hva er ditt kjønn?" \wedge

\circ \wedge (f('BarnAlder').toBoolean()) ? "Gutt" : "Mann" \wedge (1)

\circ \wedge (f('BarnAlder').toBoolean()) ? "Jente" : "Kvinne" \wedge (2)

- Annet (3)

Qalder

Hva er din alder?

CONDITION	All of: If BarnAlder is not answered	
	true	false
	Question Qutdanning()	

Qutdanning -

Hva er din høyeste fullførte utdanning hittil?

- Ingen fullført utdanning (1)
- Fullført grunnskole (2)
- Fullført videregående skole, allmenne fag / studieforberevende (3)
- Fullført videregående skole, yrkesfag (4)
- Fullført fagskole (5)
- Fullført høyskole og/eller universitet, inntil 4 år (6)
- Fullført høyskole og/eller universitet, mer enn 4 år (7)
- Annet (8)
- Ønsker ikke å oppgi (9)

Qhovedbeskjeftigelse

Hva beskriver best din situasjon i dag? Er du ...

- Ansatt (gjelder også hvis du er sykemeldt eller i midlertidig permisjon) (1)
- Selvstendig næringsdrivende (2)
- På arbeidsmarkedstiltak (3)
- Arbeidsledig eller permittert (4)
- Under utdanning (5)
- Pensjonist (6)

- Trygdemottaker (7)
- Hjemmeværende (8)
- Annet, noter: (9) _____
- Ønsker ikke å oppgi (10)

END ||| Condition All of: If BarnAlder is not answered

CONDITION ||| f('Qhovedbeskjeftigelse').any('3', '4', '5')

true	false
Question Qarbeid2020()	

Qarbeid2020

Har du tidligere i år i hovedsak vært «ansatt», «selvstendig næringsdrivende» eller ingen av disse?

- Ja, ansatt (1)
- Ja, selvstendig næringsdrivende (2)
- Nei, ingen av disse (3)
- Ønsker ikke å oppgi (4)

END ||| Condition f('Qhovedbeskjeftigelse').any('3', '4', '5')

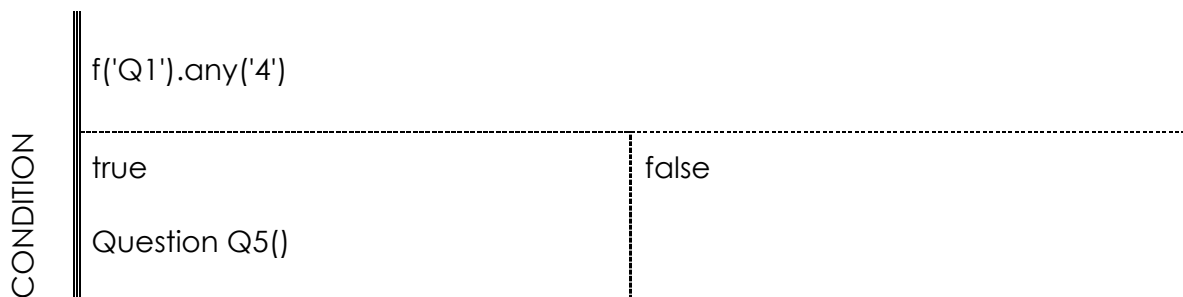
INFOITEM

Nå kommer det noen spørsmål om din bruk av digitale verktøy og internett. Med digitale verktøy mener vi i denne undersøkelsen pc, mac, nettbrett, mobil eller tilsvarende utstyr.

Q1

Bruker du...

- datamaskin, som her omfatter pc eller mac (1)
- smarttelefon (mobil som har tilgang til internett) (2)
- nettbrett (3)
- internett (4)
- Ingen av disse (5)

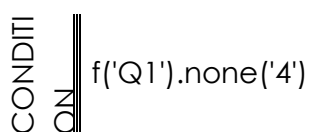
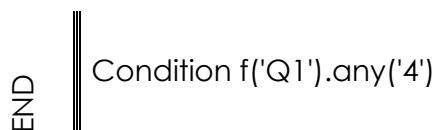


Q5

Omtrent hvor ofte bruker du internett, uavhengig av hvilke digitale verktøy?

Med digitale verktøy mener vi i denne undersøkelsen pc, mac, nettbrett, mobil eller tilsvarende utstyr.

- Daglig (1)
- Ukentlig (2)
- Månedlig (3)
- Sjeldnere enn månedlig (4)
- Vet ikke (5)



true	false
Question Q6()	

Q6

Hvorfor bruker du ikke internett?

Flere svar mulig.

- Jeg mangler kunnskaper / ferdigheter (kompetanse) (1)
- Jeg mangler utstyr (2)
- Økonomiske årsaker (3)
- Jeg har ikke behov eller interesse (4)
- Andre utfører oppgaver på internett for meg (5)
- Av hensyn til sikkerhet eller personvern (6)
- Jeg synes internett virker skummelt (7)
- Annet: (8) _____
- Vet ikke (9)

END | Condition f('Q1').none('4')

CONDITION | f('Qhovedbeskjeftigelse').any('1', '2') | | f('Qarbeid2020').any('1', '2')

true	false
Question Q8()	

Q8

Tenk på den siste jobben din, dvs. den du har nå eller den siste du har hatt. I hvor stor grad krever arbeidsoppgavene dine i den siste jobben din bruk av digitale verktøy og internett?

- I stor grad (1)
- I noen grad (2)
- I liten grad (3)
- Ikke i det hele tatt (4)
- Vet ikke (5)

END || Condition f('Qhovedbeskjeftigelse').any('1', '2') || f('Qarbeid2020').any('1', '2')

CONDITION	f('Q1').any('1', '2', '3', '4')	

	<table border="1"> <tr> <td>true</td> <td>false</td> </tr> </table>	true
true	false	
	Question Kunnskap22()	

Kunnskap22 -

Er denne påstanden sann eller usann?

Denne lenken vil sende deg til Skatteetatens nettside.

Merk at lenken kun er en illustrasjon.

- Sann (1)
- Usann (2)
- Vet ikke - send meg til neste spørsmål (3)

END || Condition f('Q1').any('1', '2', '3', '4')

Q9x1

Nå følger noen spørsmål om mobiltelefon.

Hvor mye erfaring har du med ... `.cf-carousel__navigation-button { background-image: none; width: auto}`

Scale mask

	Mye erfaring (1)	Noe erfaring (2)	Lite erfaring (3)	Ingen erfaring (4)	Vet ikke (5)
å ha oversikt over hvor mye mobildata som brukes når du gjør ulike ting på mobilen (1)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å betale for varer og tjenester med mobilen (f.eks. «tæpping» på betalingsterminal, Vipps, og ApplePay) (2)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å strøkke musikk, radio, lydbok eller film via mobilen (3)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å identifisere og unngå falske betalingsmeldinger eller lenker (svindel-SMS eller e-post) (4)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å identifisere deg eller logge deg på tjenester med ansiktsgjenkjenning eller fingeravtrykk (5)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

CONDITION	<code>f('Q1').any('1', '2', '3', '4')</code>	
	<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%; text-align: center;">true</td> <td style="width: 50%; text-align: center;">false</td> </tr> </table>	true
true	false	

Question Kunnskap10()

Kunnskap10 -

Hvilke av disse søkeresultatene er IKKE reklame?


Flere svar mulig

- Nummer 1 (1)
- Nummer 2 (2)
- Nummer 3 (3)
- Nummer 4 (4)
- Nummer 5 (5)
- Nummer 6 (6)
- Vet ikke - send meg til neste spørsmål (7)

Kunnskap16 -

Hvorfor kan to personer få ulike søkeresultater når de søker etter nøyaktig det samme?

- Fordi de søkte på forskjellige tidspunkt (1)
- Fordi den ene søkte med mobilen (2)
- Fordi resultatene er tilpasset den enkeltes tidligere søkehistorikk (3)
- Fordi det er noe feil med søkemotoren (4)
- Vet ikke - send meg til neste spørsmål (5)

 Condition f('Q1').any('1', '2', '3', '4')

Q9x2

Nå følger noen spørsmål om informasjon på internett.

Hvor mye erfaring har du med ... `.cf-carousel__navigation-button { background-image: none; width: auto}`

Scale mask

	Mye erfaring (1)	Noe erfaring (2)	Lite erfaring (3)	Ingen erfaring (4)	Vet ikke (5)
å vurdere kildene når du ser og leser informasjon på internett (1)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å søke og finne fram til informasjon du trenger på internett (2)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å vurdere hva slags informasjon det er trygt å legge ut på sosiale medier, chatterom og andre nettsteder (3)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å vurdere om et bilde, en video eller et lydklipp kan være kunstig laget (AI-generert / såkalt deepfake) (4)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å gjenkjenne merking av innhold som "sponset" eller "KI-generert" (5)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å vurdere hvilke cookie-innstillinger du velger på nettsteder du bruker (6)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

CONDITION	f('Q1').any('1', '2', '3', '4')			
	<table border="1"> <tr> <td>true</td> <td>false</td> </tr> <tr> <td>Question Kunnskap26()</td> <td></td> </tr> </table>	true	false	Question Kunnskap26()
true	false			
Question Kunnskap26()				

Kunnskap26 -

Hva er tegn på at en nettside er sikker for netthandel?

Velg 2 alternativer.

- At den har https i adressefeltet (1)
- At den har hengelås-ikon i adressefeltet (2)
- At det står at siden er kryptert (3)
- Vet ikke - send meg til neste spørsmål (4)

KunnskapKI -

Bildet over ser helt naturlig ut — men det er faktisk laget av kunstig intelligens. Hvordan kan man sjekke om et bilde er KI-generert eller ekte?

Velg 2 alternativer.

- Sjekke filnavnet på bildet (1)
- Sjekke metadata i bildefilen (2)
- Gjøre et reversert bildesøk på nettet (3)
- Se om fargene ser "unaturlige" ut (4)
- Lese brukeranmeldelser av bildet der det er publisert (5)
- Vet ikke - send meg til neste spørsmål (6)

Q9x3

Condition f('Q1').any('1', '2', '3', '4')

Q9x3

Nå følger noen spørsmål om e-post og meldingsløsninger.

Hvor mye erfaring har du med ... `.cf-carousel__navigation-button { background-image: none; width: auto}`

Scale mask

--

	Mye erfaring (1)	Noe erfaring (2)	Lite erfaring (3)	Ingen erfaring (4)	Vet ikke (5)
å sende eller motta e-post (1)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å sende dokumenter / bilder som vedlegg til e-post (2)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å kjenne igjen forsøk på nettsvindel eller phishing / digital snoking (3)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å bruke chat for å kommunisere med f.eks. nettbutikker, service- og tjenesteleverandører (4)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å bruke sikre meldingsløsninger (f.eks. Helsenorge eller Digipost) (5)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

CONDITION

f('Q1').any('1', '2', '3', '4')

true

false

Question Kunnskap6()

Kunnskap6 -

Hvilken av e-postene har et vedlegg?

Nummer 1 (1)

- Nummer 2 (2)
- Nummer 3 (3)
- Nummer 4 (4)
- Nummer 5 (5)
- Nummer 6 (6)
- Vet ikke - send meg til neste spørsmål (7)

Kunnskap29 -

Du åpner innboksen og ser at du har fått to nye e-poster fra Danske Bank. Hvilken e-post er sendt fra en falsk konto som utgir seg for å være Danske bank?

- E-post nummer 1 (1)
- E-post nummer 2 (2)
- Vet ikke - send meg til neste spørsmål (3)

Kunnskap31 -

Hvordan bør man kontrollere om en e-post faktisk er sendt av riktig avsender?

Velg 2 alternativer.

- Trykke på avsenderens navn eller e-postadresse for å se detaljert avsenderinformasjon (1)
- Søke opp avsenderens e-post på nettet (2)
- Klikke på en lenke i e-posten for å se hvor den leder (3)
- Sjekke om andre du kjenner har fått samme e-post (4)
- Vet ikke - send meg til neste spørsmål (5)

END ||| Condition f('Q1').any('1', '2', '3', '4')

Q9x4

Nå følger noen spørsmål om sikkerhet på internett.

Hvor mye erfaring har du med... `.cf-carousel__navigation-button { background-image: none; width: auto}`

Scale mask

	Mye erfaring (1)	Noe erfaring (2)	Lite erfaring (3)	Ingen erfaring (4)	Vet ikke (5)
å taste inn og endre opplysninger i ulike nettskjema (1)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å gjenkjenne sikre sider på internett ved å se etter hengelås-symbol (2)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å bruke to-trinns bekreftelse ved pålogging og digital id (3)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å bestille tjenester eller varer (4)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

CONDITION	<code>f('Q1').any('1', '2', '3', '4')</code>			
	<table border="1"> <tr> <td>true</td> <td>false</td> </tr> <tr> <td colspan="2">Question Kunnskap27()</td> </tr> </table>	true	false	Question Kunnskap27()
true	false			
Question Kunnskap27()				

Kunnskap27 -

Sant eller usant:

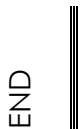
Disse logoene betyr at det er trygt å handle på en nettside.

- Sant (1)
- Usant (2)
- Vet ikke - send meg til neste spørsmål (3)

Kunnskap2FA -

Når bør du bruke 2-faktor-verifisering (2FA)?

- Når du vil sikre at ingen får tilgang til kontoen selv om passordet blir kjent (1)
- Kun når du deler enheten din med andre (2)
- Bare når du logger inn på offentlige PC-er eller et åpent Wi-Fi-nettverk (3)
- Når du ikke har rukket å bytte passord på en stund (4)
- Kun dersom passordet ditt er svakt (5)
- Når du installerer et antivirusprogram som ekstra sikkerhet (6)
- Vet ikke - send meg til neste spørsmål (7)



Condition f('Q1').any('1', '2', '3', '4')

Q9x5

Nå følger noen spørsmål om sosiale medier.

Hvor mye erfaring har du med ... `.cf-carousel__navigation-button { background-image: none; width: auto}`

Scale mask

	Mye erfaring (1)	Noe erfaring (2)	Lite erfaring (3)	Ingen erfaring (4)	Vet ikke (5)
å bruke kommunikasjonstjenester via internett, f.eks. chat, messenger, snapchat, m.fl. (1)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å be om tillatelse fra venner og bekjente til å legge ut bilder eller informasjon om dem (2)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å publisere et innlegg på sosiale medier (3)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å vurdere innstillinger på egne profiler for å ivareta sikkerhet ved deling og publisering på sosiale medier (4)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å delta i nettbaserte samarbeids- og prosjektgrupper i jobb eller fritid (5)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

CONDITION	f('Q1').any('1', '2', '3', '4')	
	true	false
	Question Kunnskap21 ()	

Kunnskap21 -

Du har fylt ut et registreringsskjema og trykket på knappen for å sende inn informasjon. Så dukker denne animasjonen opp (se under):
Hva betyr dette?

- Systemet behandler informasjonen du har sendt inn, og du må vente til prosessen er ferdig. (1)
- Registreringen er fullført, og animasjonen vises bare som en bekreftelse. (2)
- Du må klikke på animasjonen for å gå videre i registreringen. (3)
- Nettsiden har fryst, og du bør laste siden på nytt. (4)
- Informasjonen blir sendt videre til en annen nettside eller tjeneste utenfor systemet. (5)
- Vet ikke - send meg til neste spørsmål (6)

Kunnskap25 -

Hva skjer når man velger å publisere noe på sosiale medier som «privat»?

- Da kan bare personer du har godkjent, for eksempel venner eller følgere, se innholdet – avhengig av personverninnstillingene dine. (1)
- Da kan bare personer du har godkjent se innholdet, og de kan verken dele det videre eller lagre det. (2)
- Da kan bare personer du har godkjent se innholdet, og det kan derfor ikke bli delt eller nå personer utenfor denne gruppen. (3)
- Da kan bare personer du har godkjent se innholdet, og det lagres kun midlertidig før det slettes automatisk. (4)
- Da kan bare personer du har godkjent se innholdet, og plattformen selv har ikke tilgang til eller bruker innholdet. (5)
- Vet ikke - send meg til neste spørsmål (6)

END || Condition f('Q1').any('1', '2', '3', '4')

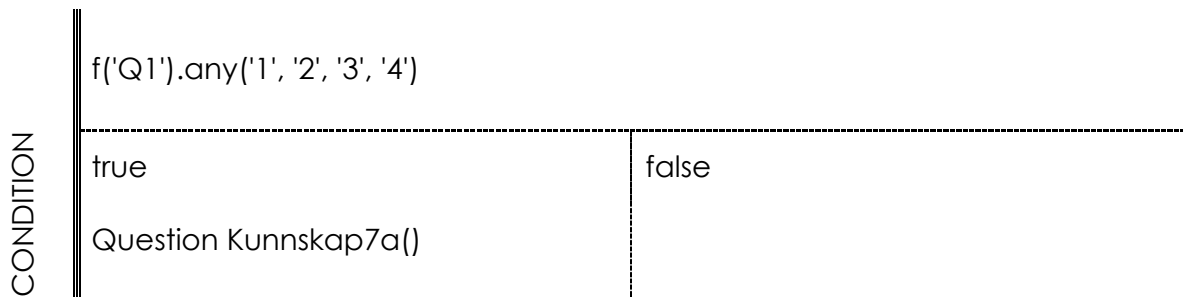
Q9x6

Nå følger noen spørsmål om bruk av programmer og apper.

Hvor mye erfaring har du med... `.cf-carousel__navigation-button { background-image: none; width: auto}`

Scale mask

	Mye erfaring (1)	Noe erfaring (2)	Lite erfaring (3)	Ingen erfaring (4)	Vet ikke (5)
å vurdere betingelser og tillatelser før du installerer programmer eller apper (1)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å installere og fjerne apper eller programmer (2)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å endre enkle innstillinger som lyd, skriftstørrelse o.l. etter behov (3)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å bruke ekstern lagring som skyløsning (OneDrive, Google Drive osv.) (4)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å overføre filer fra en enhet til en annen, f.eks. fra mobil eller kamera til en datamaskin (5)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å lage unike og sikre passord (6)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å bruke betalingsautomater for å kjøpe varer eller tjenester, f.eks. i butikker, på spisesteder eller ved billettkjøp (7)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å oppdatere apper eller programmer (8)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å bruke sikkerhetskopiering og gjenoppretting (9)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å bruke KI-verktøy (som ChatGPT, Copilot eller liknende) (10)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

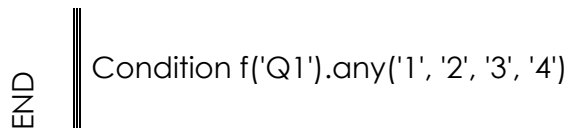


Kunnskap7a

Hvilke av disse passordene er mest sikre?

Velg de to mest sikre passordene.

- hemmelig123 (1)
- Kebab1Lompe2Med3Grønnsaker4 (2)
- passord1 (3)
- Battwoman62 (4)
- Vet ikke - send meg til neste spørsmål (5)



Q9x7

Nå følger noen spørsmål om tekstbehandling.

Hvor mye erfaring har du med... `.cf-carousel__navigation-button { background-image: none; width: auto}`

Scale mask

	Mye erfaring (1)	Noe erfaring (2)	Lite erfaring (3)	Ingen erfaring (4)	Vet ikke (5)
å skrive, redigere og flytte tekst i dokumenter (1)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å kunne sette inn bilder eller symboler i forskjellige typer dokumenter (2)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å bruke et verktøy til å gjøre en presentasjon, f.eks. PowerPoint eller Google Slides (3)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å organisere dokumenter og filer så det er enkelt å finne dem igjen (4)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å legge inn tall og bruke enkle funksjoner i regneark (5)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
å bruke KI-verktøy til å oppsummere tekst (6)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

DigitalAdapsjon

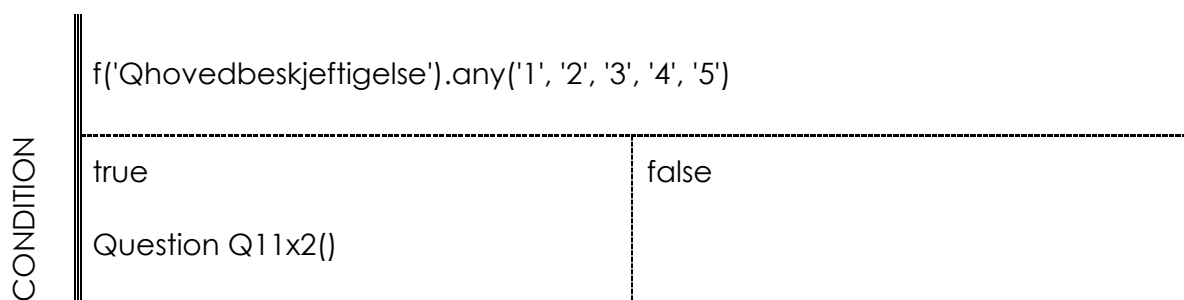
Hvilket av utsagnene under beskriver best ditt forhold til å ta i bruk nye digitale verktøy, tjenester eller funksjoner?

- Jeg liker å være tidlig ute og tar ofte i bruk nye digitale løsninger før de fleste andre (1)
- Jeg er ganske interessert og tar gjerne i bruk nye digitale løsninger når de begynner å bli vanlige (2)
- Jeg venter som regel til andre har prøvd først, og tar dem i bruk når de fungerer godt (3)
- Jeg tar bare i bruk nye digitale løsninger hvis jeg må (4)
- Jeg foretrekker å holde meg til det jeg allerede kan, og unngår nye digitale løsninger (5)

Q11x1

I hvilken grad opplever du i dagliglivet et behov for å styrke dine digitale ferdigheter?

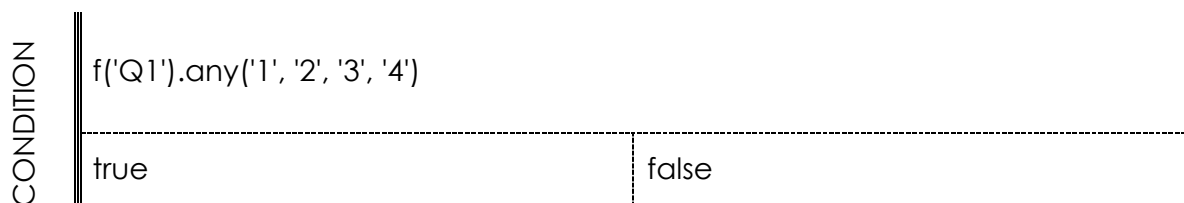
- I stor grad (1)
- I noen grad (2)
- I liten grad (3)
- Ikke i det hele tatt (4)
- Vet ikke (5)



Q11x2

I hvilken grad opplever du i tilknytning til arbeidslivet et behov for å styrke dine digitale ferdigheter?

- I stor grad (1)
- I noen grad (2)
- I liten grad (3)
- Ikke i det hele tatt (4)
- Vet ikke (5)



QVanskeligLosning

Hvor ofte opplever du at du må avbryte en digital oppgave fordi løsningen er vanskelig å bruke?

- Aldri (1)
- Sjeldent (2)
- Av og til (3)
- Ofte (4)
- Svært ofte (5)
- Vet ikke (6)

QFarDigitalHjelp

Hvor ofte får du hjelp av andre til å bruke digitale tjenester?

- Aldri (1)
- Sjeldent (2)
- Av og til (3)
- Ofte (4)
- Svært ofte (5)
- Vet ikke (6)

QUngaLosning

Hvor ofte unngår du digitale løsninger fordi du er redd for å gjøre feil?

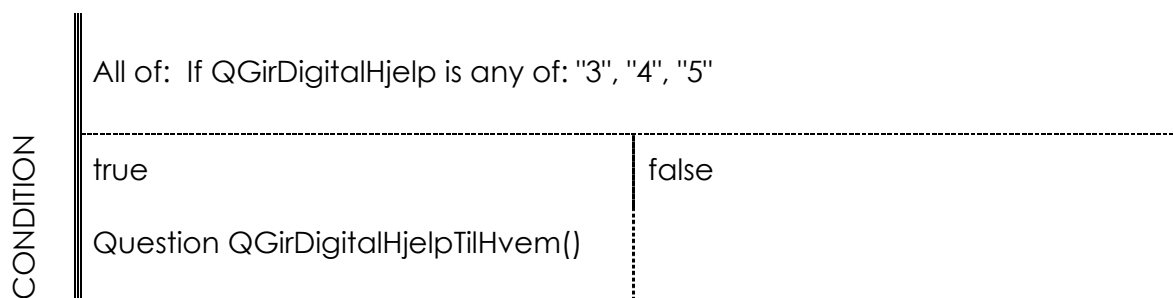
- Aldri (1)
- Sjeldent (2)
- Av og til (3)
- Ofte (4)
- Svært ofte (5)
- Vet ikke (6)

QGirDigitalHjelp

Hvor ofte hjelper du andre med å bruke digitale tjenester?

- Aldri (1)

- Sjældent (2)
- Av og til (3)
- Ofte (4)
- Svært ofte (5)
- Vet ikke (6)



QGirDigitalHjelpTilHvem

Hvem hjælper du vanligvis?

Flere svar mulig.

- Familie (1)
- Venner (2)
- Naboer (3)
- Kolleger (4)
- Andre (5)
- Vet ikke (6)

QGirHjelpOpen

Hva pleier du vanligvis å hjelpe dem med?

Vennligst noter hva du vanligvis hjelper med

END ||| Condition All of: If QGirDigitalHjelp is any of: "3", "4", "5"

END ||| Condition f('Q1').any('1', '2', '3', '4')

CONDITION ||| All of: If BarnAlder is not answered

true | false
Question Q11B()

Q11B

Har du et tilbud om å utvikle dine digitale ferdigheter?

- Ja (1)
- Nei (2)
- Vet ikke / ikke relevant (3)

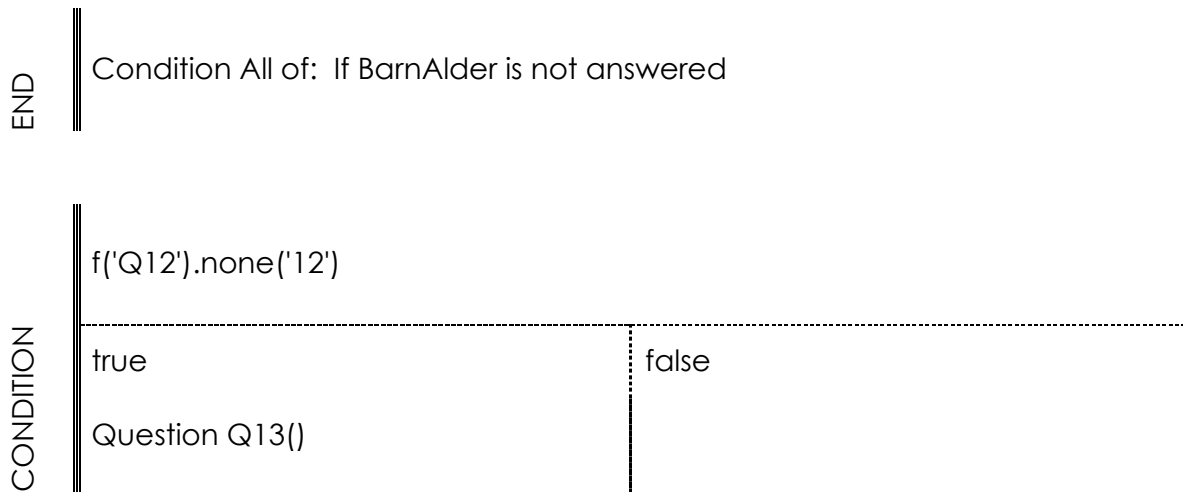
Q12

Hvis du ønsker å utvikle dine digitale ferdigheter, hva vil fungere best for deg? Vil det være ved hjelp av noe av følgende?

Flere svar mulig.

- Å prøve deg fram på egenhånd (1)
- Å lese brukermanualer eller se videoforklaringer (2)
- Veiledning av familie eller bekjente (3)
- Veiledning av kollegaer (4)
- Brukerstøtte fra leverandør (5)
- Kurs på internett, som nettbasert opplæring (6)
- Opplæring på skole eller utdanningssted (7)
- Kurs tilbudt av arbeidsgiver (8)
- Kurs tilbudt av frivillige organisasjoner (9)

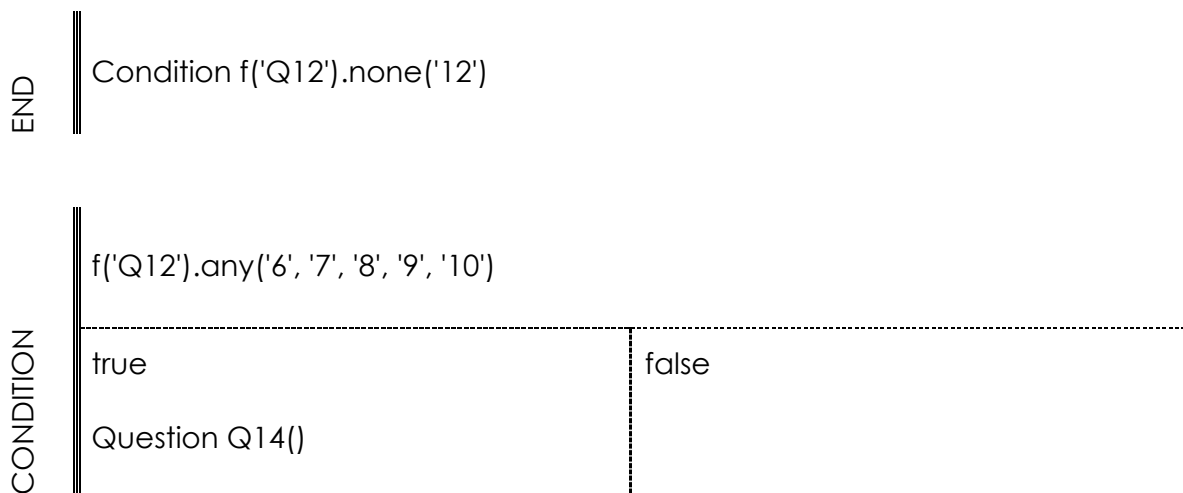
- Kurs tilbudt eller finansiert av det offentlige (10)
- Andre måter: (11)_____
- Ønsker ikke å utvikle ferdighetene (12)
- Vet ikke (13)



Q13

Er du villig til å betale selv for opplæring for å utvikle dine digitale ferdigheter?

- Ja (1)
- Nei (2)
- Vet ikke (3)

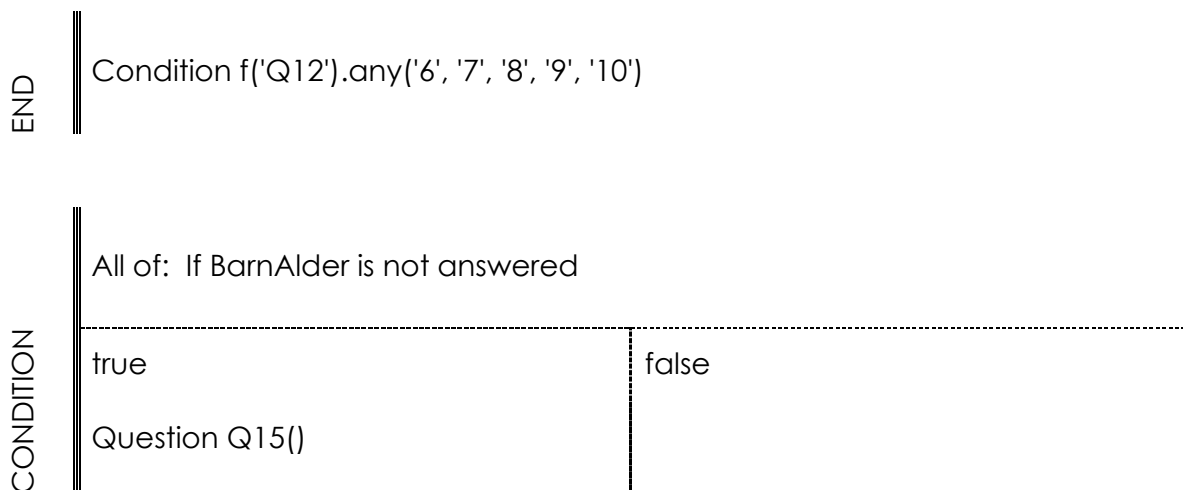


Q14

Hvor ønsker du at kurstilbud fra det offentlige skal være tilgjengelig?

Flere svar mulig.

- På voksenopplæringen (1)
- På skoler, i form av foreldrekurs (2)
- Hos frivillige organisasjoner, som frivillighetssentral, seniornett, studieforbund eller liknende (3)
- På din nåværende eller kommende arbeidsplass (4)
- På kurs gjennom Nav (5)
- På biblioteket (6)
- På internett, som nettbasert opplæring (7)
- Annet: (8) _____
- Ikke interessert (9)
- Vet ikke (10)



Q15

Hva er hindringer for at du kan bli bedre til å bruke digitale verktøy og tjenester?

Flere svar mulig.

- For lite tid (1)
- For liten interesse for å bli bedre (2)

- For lite kunnskap om digitale verktøy og tjenester (3)
- Mangel på tilgang til de digitale verktøy og tjenester du trenger (4)
- For store økonomiske kostnader (5)
- Mangel på utdannings- eller kurstilbud (6)
- Mangel på veiledning fra kollegaer, familie, lærere eller andre (7)
- Har familie eller venner som utfører digital bruk for deg (8)
- Mangel på løsninger som er universelt utformet (9)
- Mangel på opplæringstilbud i hjelpemidler eller spesialinnstillinger for personer med funksjonsnedsettelse (10)
- For vanskelig eller teknisk språk (11)
- Annet: (12) _____
- Ingen hindringer (13)
- Vet ikke (14)

Q20

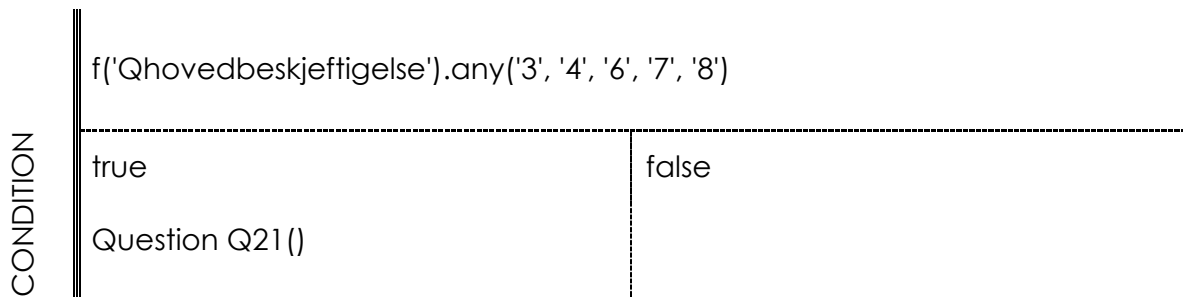
Hva er husstandens samlede bruttoinntekt?

Med bruttoinntekt menes inntekt FØR fradrag og skatt er trukket fra.

- Inntil kr 300.000 (1)
- Kr. 300.-499.999 (2)
- Kr. 500.-799.999 (3)
- Kr. 800.-999.999 (4)
- Kr. 1.000.-1.499.000 (5)
- Over kr 1.500.000 (6)
- Vil ikke oppgi (7)
- Vet ikke (8)

END

Condition All of: If BarnAlder is not answered



Q21

Hvor lenge siden er det du var i arbeid eller under utdanning?

- Mindre enn to måneder (1)
- To måneder eller mer (2)
- Seks måneder eller mer (3)
- To år eller mer (4)
- Fem år eller mer (5)
- Vet ikke / ønsker ikke å oppgi (6)



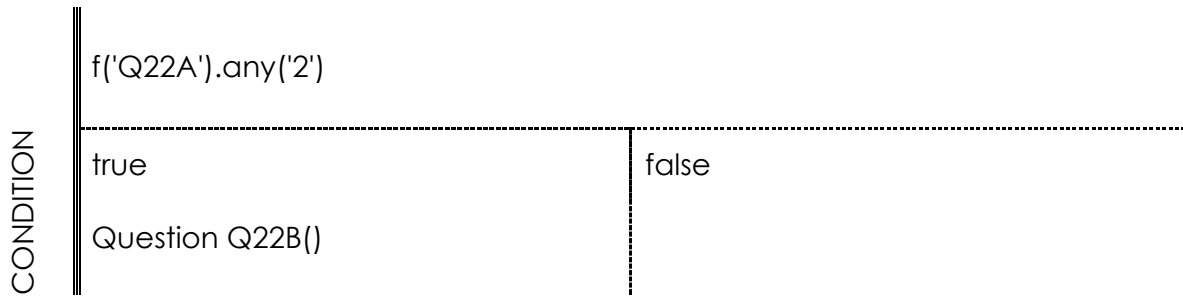
Q22A

Er du født i eller utenfor Norge?

- Født i Norge (1)
- Født utenfor Norge (2)
- Vet ikke / ønsker ikke å oppgi (3)

ferdigsurvey

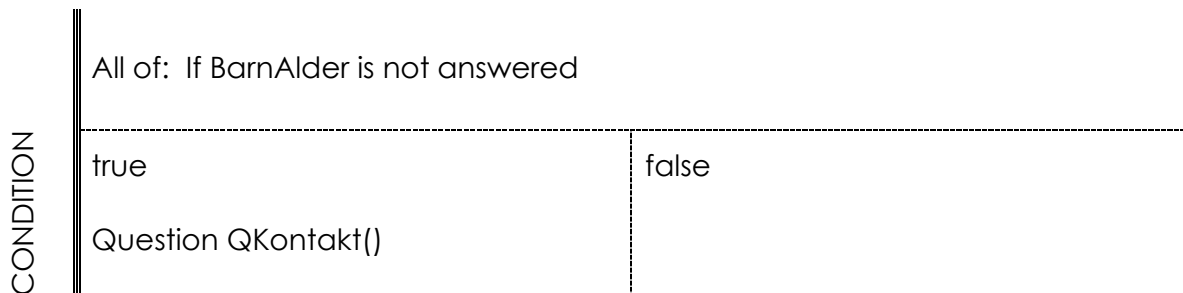
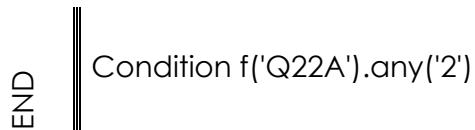
```
SetStatus("complete");
SetInterviewEnd();
```



Q22B

Er begge foreldrene dine født utenfor Norge?

- Ja (1)
- Nei (2)
- Vet ikke / ønsker ikke å oppgi (3)



QKontakt

Kan vi kontakte deg senere hvis vi ønsker å stille deg flere spørsmål om din bruk av internett og digitale verktøy?

- Ja (1)
- Nei (2)

END

Condition All of: If BarnAlder is not answered

s21

```
setEndDateAndSurveyLength();
```

takk -

Før vi avslutter, har du noen synspunkter eller kommentarer til undersøkelsen?

På neste side kan du se hvor mange poeng du fikk og hva som er fasiten på kunnskaps-spørsmålene!