

Seniornett

STAVANGER



Facebook og Messenger

HVA ER FACEBOOK?

Facebook er en sosial nettverk-tjeneste. Det vil si at det er et nettsamfunn som kan brukes til å kommunisere med andre.

For å kunne bruke Facebook må man ha en profil. Når man har en profil kan man ta kontakt med andre, dele bilder, videoer, nyhetssaker, tanker og mye mer med andre som har en Facebook-profil. Noen sider på Facebook kan du også se uten at du har en egen profil, men du kan ikke skrive kommentarer, dele og andre ting som vi skal lære om i dette kurset.

Noen bruker Facebook for å holde kontakten med gamle venner og familie. Mange fritidsgrupper, lag og foreninger bruker Facebook for å organisere seg og sende beskjeder til medlemmer og flere bedrifter og organisasjoner bruker Facebook til å kommunisere med kunder og brukere.

Hvordan du vil bruke Facebook, og til hva, er helt opp til deg. Du kan velge å dele mye, eller ingenting. Man MÅ ikke legge ut bilder eller tekst på Facebook hvis man ikke har lyst, mange har en profil bare for å følge med på det som skjer. Det er helt greit.

Det finnes også innstillinger på Facebook som lar deg bestemme hvem du vil ha kontakt med, hvem som får se hva du skriver og legger ut av bilder og film og hvor mye personlig informasjon andre kan lese om deg.

Dersom man en gang bestemmer seg for at man ikke lenger vil være på Facebook går det også an å få slettet profilen sin.

Akkurat som med e-postkontoer kan du velge å bruke Facebook i nettleseren din eller laste ned en app/program dersom du har smarttelefon eller nettbrett. Begge deler fungerer like bra, og for dette kurset spiller det ingen rolle hva du velger, men som oftest er det lettest å bruke appen dersom du bruker smarttelefon eller nettbrett. Trinnene og forklaringene vi går gjennom her gjelder uansett hvilket teknisk hjelpemiddel du bruker, men noen ganger kan bildene som dukker opp på skjermen din se litt forskjellige ut. Da er det bare å spørre dersom du blir usikker på hva du skal gjøre eller hvor du skal trykke.

OPPRETT EN PROFIL

Å opprette en profil eller bruker på Facebook er noe du bare trenger å gjøre en gang, derfor er det ikke så farlig om du ikke husker alt i denne første delen utenat. Det som er viktig er at du følger instruksjonene som dukker opp på din skjerm underveis og at du spør dersom du lurer på noe. Ikke vær redd dersom det du ser på skjermen din ikke alltid er helt likt det jeg viser i denne presentasjonen. Utseende til Facebook og andre tjenester på nett forandrer seg hele tiden, men grunnelementene er de samme. Det er det som er viktig, og disse kommer du til å lære deg etter hvert som du blir en mer erfaren bruker.

For å opprette en Facebook-profil må du først gå til www.facebook.com eller laste ned Facebook-appen fra din app-butikk (dette fungerer bare for nettbrett- og smart-telefonbrukere).

Har du skrevet inn riktig adresse vil du komme til denne siden. Laster du ned appen må du finne den på telefonen din får å åpne den.



Facebook og Messenger

Å opprette en Facebook-konto trenger du bare å gjøre ÉN gang. Forsøk derfor å følge trinnene steg for steg, mens vi går igjennom dem. Ikke bli fortvilet om du føler at du ikke kommer til å huske alt.

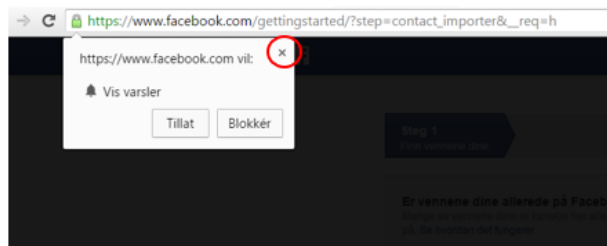
Pass på at alle har kommet til riktig side eller har lastet ned appen.

De som bruker nettleser må fylle inn informasjonen det blir spurt etter under "Registrer deg."

De som bruker appen trykker der det står "Opprett ny Facebook-konto", og følger trinnene som kommer opp.

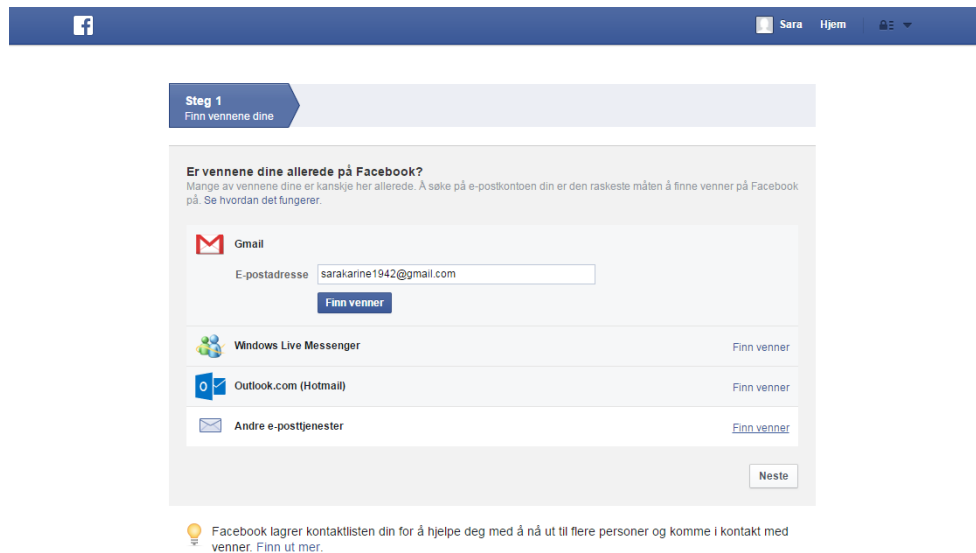
Vent med å gå videre til alle har fylt ut den nødvendige informasjonen.

Når all informasjonen er fylt ut trykker du på knappen der det står "Registrer deg". Hos noen vil siden nå bli mørk, og det vil dukke opp en liten informasjonsrute der Facebook spør om de kan vise deg varsler. Det betyr at det kommer et lite "pling" eller dukker opp en beskjed på skjermen din hver gang det har skjedd noe på Facebook-kontoen din.



Ønsker du sånne varsler kan du trykke på "Tillat". Vil du helst slippe trykker du "Blokker". Dersom du ikke er sikker enda på hva du ønsker kan du trykke på krysset øverst i høyre hjørne og heller ta stilling til dette når du blir en mer dreven Facebook-bruker.

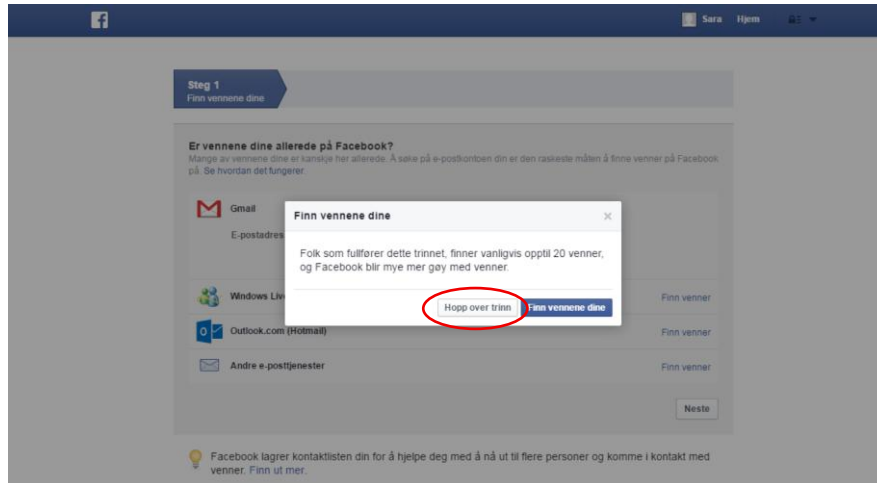
Be alle de som har fått en slik beskjed om å ta et valg, så går du videre til neste lysbilde.



Facebook vil nå tilby deg å hjelpe deg å finne vennene dine ved å gå igjennom e-postkontaktene dine, men du kan også selv søke frem de du ønsker kontakt med.

Derfor hopper vi over dette trinnet og trykker istedenfor på "Neste"-knappen nederst til høyre.

Facebook og Messenger



Så trykker du på "Hopp over trinn".

Denne siden dukker opp.

For å bli ferdig med registreringen må du nå gå inn på epostkontoen din.

Facebook har nemlig sendt deg en e-post for å bekrefte at du er den du sier at du er. E-posten blir sendt til den e-postadressen du skrev inn i stad når du registrerte deg.

Be alle om å gå inn på sin e-postkonto og se om de har fått e-post fra Facebook.

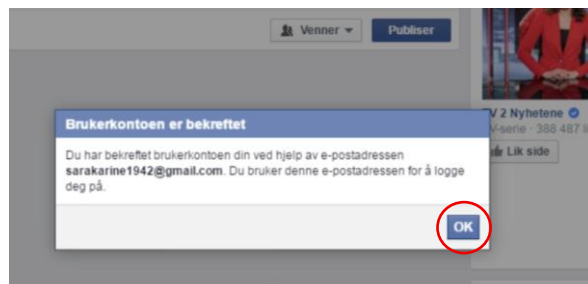
Hjelp de som ikke finner den selv å finne e-posten fra Facebook på deres e-postkonto. Hos noen kan det hende den har havnet i søppelposten.



Beskjeden fra Facebook bør se omtrent sånn ut.

Trykk på knappen der det står "Bekreft brukerkontoen".

Da skal denne siden og denne beskjeden dukke opp på skjermen din.



Trykk på ok.

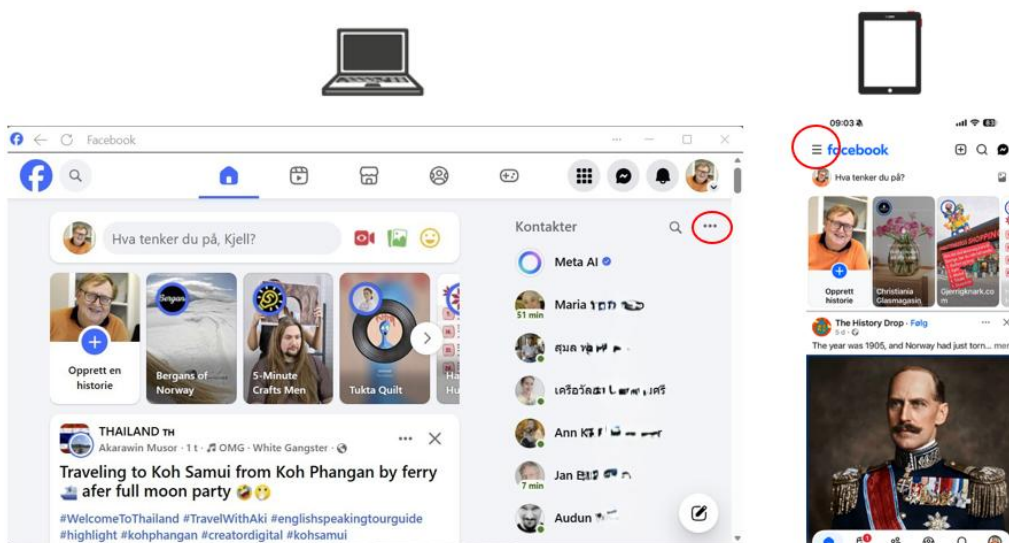
Facebook og Messenger



Hvis det dukker opp en side som ligner på dette, betyr det at du nå har fått opprettet en Facebook-konto.

Den ser kanskje litt tom ut sammenlignet med andre Facebook-sider du har sett før, men det er fordi din side er ny. Den er ikke fylt med innhold enda. Det vil skje etter hvert, men før vi kommer så langt må vi snakke litt om personvern og sikkerhet.

PERSONVERN OG SIKKERHET



På Facebook kan du selv velge hva du har lyst til å dele med andre, hvem du vil være venner med og hvem som skal få lov til å se at du har en Facebook-profil. Noen velger en veldig åpne profil og deler det meste, mens andre velger en mellomting og ønsker kun å dele noe.

Man kan ombestemme seg senere dersom man ønsker å bli mer eller mindre privat.

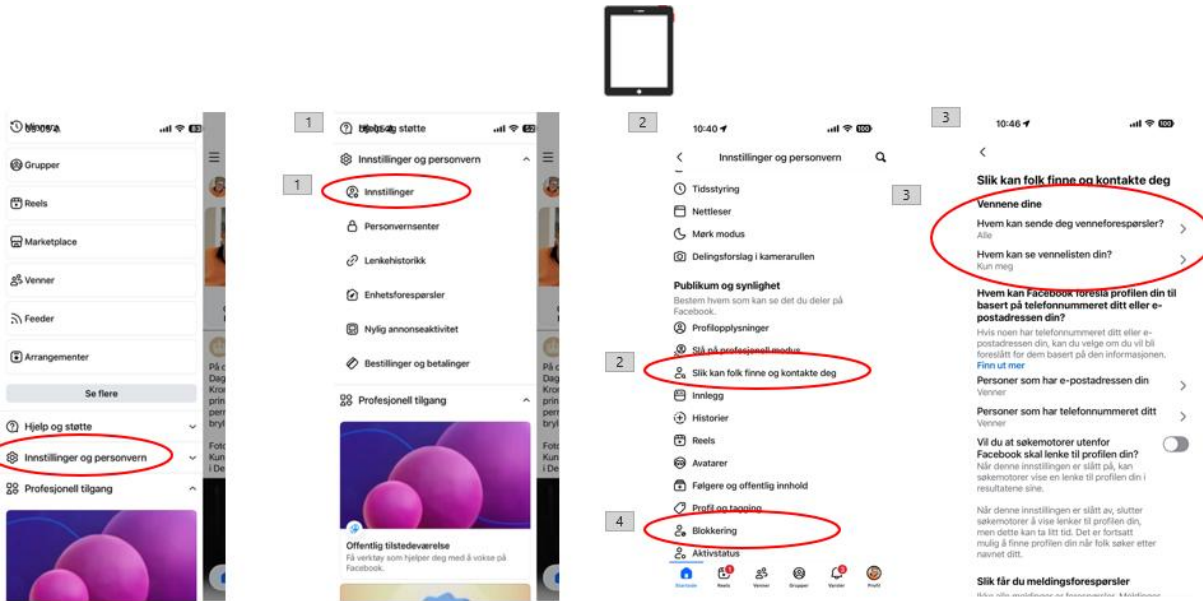
Denne siden bør fremdeles være oppe på skjermene deres.

Øverst på siden ser du Facebooks **menylinje**. Bruker du appen kan linjen være fordelt øverst og nederst på skjermen.

Facebook og Messenger

Bruker du nettleser ser du helt til høyre på menylinjen 3 prikker. Når du klikker på denne får du opp en ny meny.

Men først ser vi på nettbrett/telefon: De som bruker nettbrett har en menyknapp som består av tre horisontale streker et sted på skjermen sin.



App-brukere får opp en lang liste med menyvalg. Scroll/rull nesten helt til bunn av denne og finn valget "Innstilling og personvern".

Nå dukker det opp en liten meny. Velg «Innstilling».

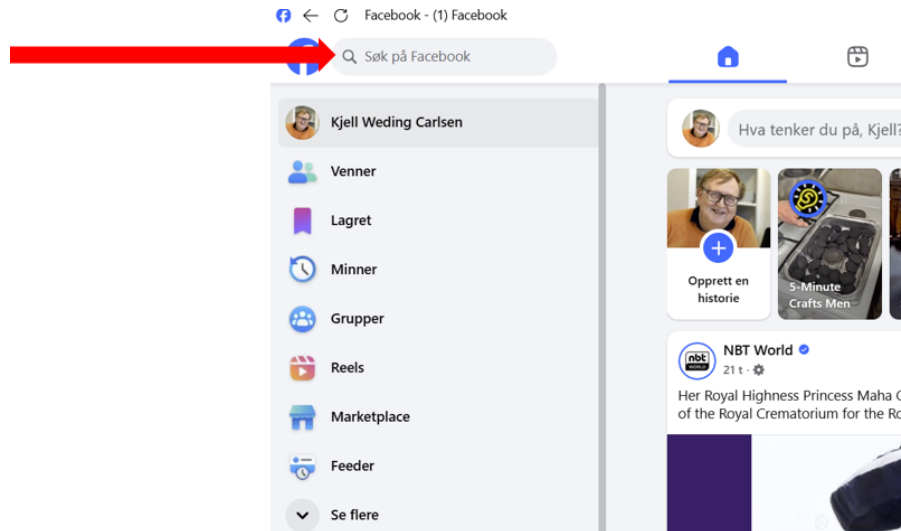
Gå ned til overskriften «Publikum og synlighet»

«Slik kan folk finne deg og kontakte deg». Her kan du bl.a. velge hvem som kan se vennelisten din, og hvem Facebook kan foreslå deg som venn til andre Facebook brukere, og hvem som kan skrive på siden din.

Velg «Blokking». Du kan si at enkelte Facebook-medlemmer ikke kan se deg eller sende deg meldinger.



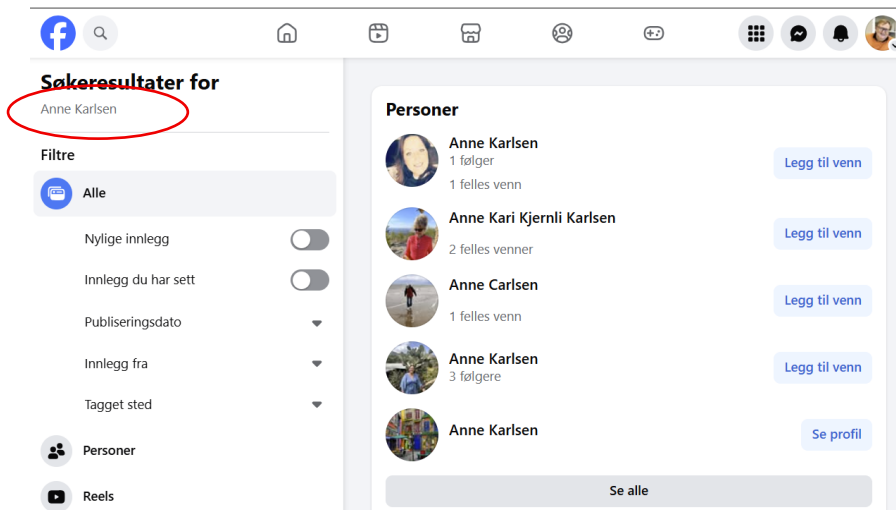
Å SØKE OG LEGGE TIL VENNER



De fleste bruker Facebook til å holde kontakt, dele bilder, nyhets saker og andre ting med venner og kjente. For å kunne ha kontakt med noen må du legge dem til i din venneliste.

For å finne dine venner på Facebook må du søke etter dem. De fleste bruker sitt eget navn og et profilbilde så de er lette å kjenne igjen. Søkefeltet finner du øverst på siden eller i appen. Det er illustrert med et lite forstørrelsesglass. Trykk på søkefeltet og begynn å skrive navnet på personen du leter etter.

På telefonen må du først trykke på forstørrelsesglasset for å få opp søknadsfeltet.



Facebook vil komme med forslag til hvem det er du leter etter. Disse dukker opp i en liste under feltet du skriver i. Hvis vennen din ikke har en brukerkonto på Facebook vil du ikke finne dem.

Telefon: Når du ser at rett person dukker opp i listen trykker du på navnet deres.

Da kommer du til Facebook-siden, eller "profilen" til personen. Denne profilen blir ofte kalt en "vegg" eller "tidslinje". Vi skal snakke mer om hva en tidslinje er og hvordan den kan brukes senere.

For å legge til personen i din venneliste må du trykke på knappen "**Legg til venn**".

Knappen finner du ofte høyt opp på siden. Den har bilde av en liten person og et pluss-tegn.

Da blir det **sendt en venneforespørsel til personen** og de kan velge å godta eller ignorere din forespørsel om å være venn på Facebook. Andre kan også sende slike forespørsler til deg.

Du kan også alltid velge om du vil ha kontakt med noen eller ikke. Hvor disse venneforespørselene dukker opp skal vi se på senere.

Det går også an å søke etter firma, foretak, institusjoner, klubber, lag og mye mer på Facebook. Det gjør du på samme måte som du gjøre når du søker etter venner. Begynn å skrive navnet på det du leter etter i søkefeltet.

Ofte kan du ikke bli venner med institusjoner men du kan velge å "like".

Dette gjør du ved å trykke på knappen der det står "liker" med bilde av en tommel-opp.

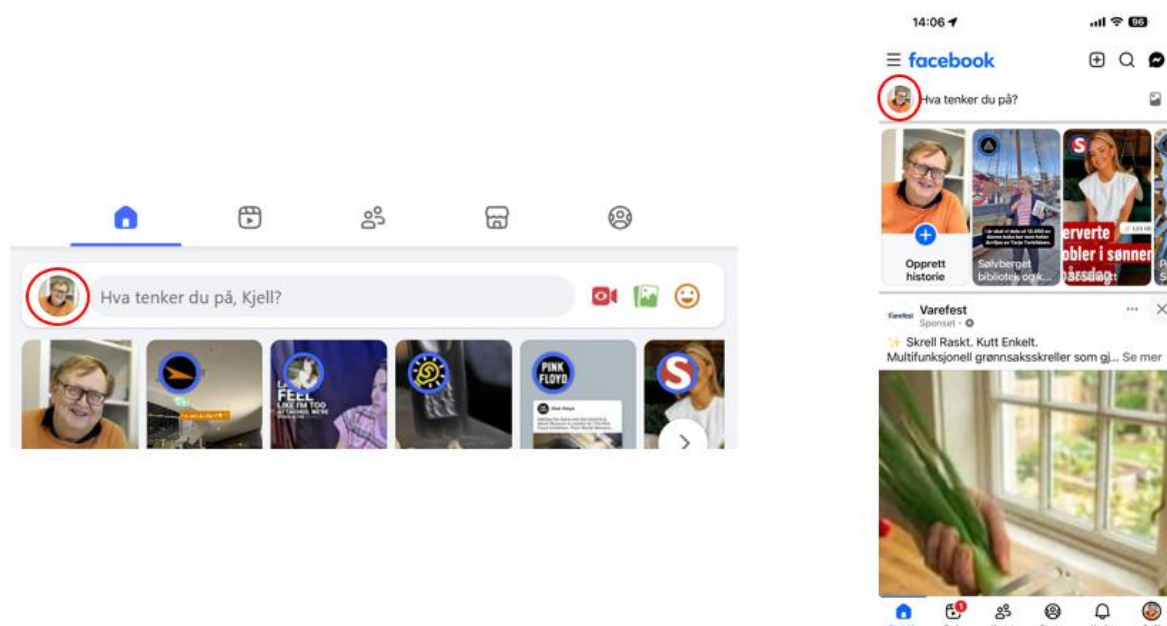
Det går an å like mange forskjellige organisasjoner og mennesker. Når du liker disse vil du kunne se når de legger ut f. eks. nyhetssaker, bilder, videosnutter og lignende. Du kan ha så mange slike kontakter du vil på Facebook. Noen har mange venner og "liker" mange, noen har kanskje bare nær familie eller kollegaer.

Vær oppmerksom på at dersom du får en venneforespørsel fra noen som du allerede er venner med på Facebook, er dette høyst sannsynlig et forsøk på å «hacke» deg!

Be alle om å finne minst én venn, et familiemedlem eller noe annet ved å søke etter dem i søkefeltet, og forsøke å sende venneforespørsel eller like disse. Dette kan ta litt tid.

Pass på at alle får den hjelpen de trenger, la dem gjerne hjelpe hverandre. Gå gjerne gjennom denne delen av opplæringen en gang til mens alle på kurset følger steg for steg. Foreslå gjerne at de søker etter kommunens egne sider, det lokale biblioteket eller lignende.

HVA ER EN TIDSLINJE?



Alle personer og selskaper og andre som bruker Facebook har en tidslinje. Tidslinjen fungerer som en profil for den den handler om. Her kan man få litt informasjon om personen eller institusjonen, og se ting de ønsker å dele med andre på Facebook. Hvor mye man får se avhenger av om man er venner eller ikke og hvilke personvernstillinger som blir brukt. Noen velger å dele mye, andre lite.

Trykker du på ditt navn på menyen (til venstre på PC) vil du få se din tidslinje. Dersom du ikke hadde en Facebook-profil fra før er det ikke mye på den enda, men etter hvert kan du legge ut bilder, lenke til spennende lesestoff eller morsomme videoer her, dersom du ønsker. Du kan også legge til mer informasjon og bilde av deg selv dersom du ønsker.

Bruker du appen må du nok en gang trykke på meny-ikonet. Øverst i listen som dukker opp ser du navnet ditt, trykk på det for å komme til din tidslinje.

Hvis du går inn på tidslinjene til noen av de du har lagt til som venner eller "liker", kan du se hva de har lagt ut på sin tidslinje. Søk opp den hvis tidslinje du vil se på i søkefeltet og trykk på navnet deres. Scroll/rull nedover tidslinjen for å se mer.

Du kan også skrive noe på tidslinjen til andre brukere hvis du vil det. Da bruker du feltet der det står "**skriv noe ...**", men husk at alt som skrives på tidslinjen kan ses av andre som har kontakt med personen. Dette er IKKE stedet å sende private beskjer. Ønsker du å sende en beskjed eller noe annet som bare EN av dine venner skal se må du åpne en "**chat**".

Å CHATTE MED MESSENGER

For å sende en melding som bare én bestemt Facebook-venn skal se må du chatte med dem. Å chatte er nesten som å sende en SMS, og du har bedre kontroll over hvem som får se det du skriver enn om du velger å skrive på tidslinjen deres.

For å chatte med en venn går du inn på Facebook-tidslinjen deres og finner knappen der det står "Melding" og bilde av en snakkeboble. Trykk på knappen for å starte chatten.

Hvis du bruker Facebook-appen på smarttelefon og nettbrett og ikke har chattet før får du beskjed om at du må laste ned en app som heter "Messenger". På smarttelefon og nettbrett må du ha dette programmet for å kunne chatte på Facebook.

Vent til alle som trenger å laste ned Messenger har fått gjort dette før du går videre.

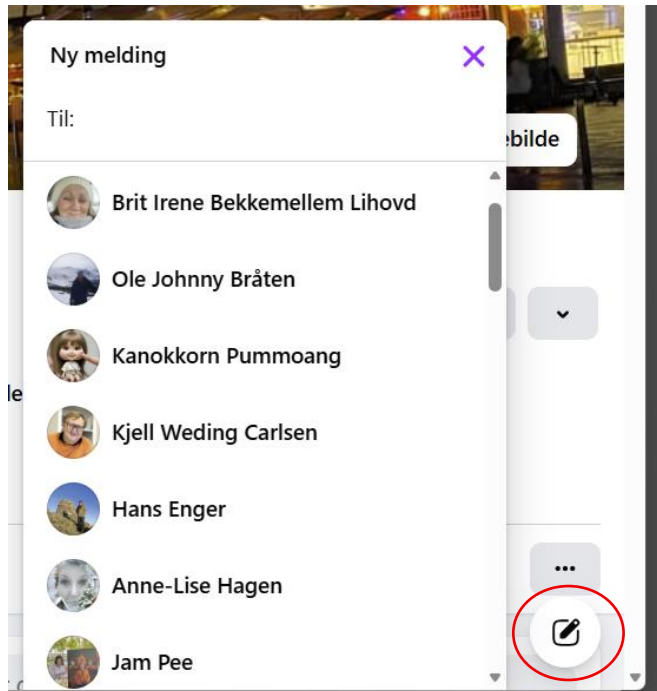
Bruker du nettleser åpnes chatten i en liten rute nederst til høyre i et eget vind. Bruker du appen åpnes chatten i en annen app som heter "Messenger". Dette skjer automatisk, og ruten vil dekke hele skjermen.

Chatten viser alle beskjeder som går mellom deg og den du chatter med. Det du sender vil dukke opp på høyre side, og det vennen din skriver på venstre.

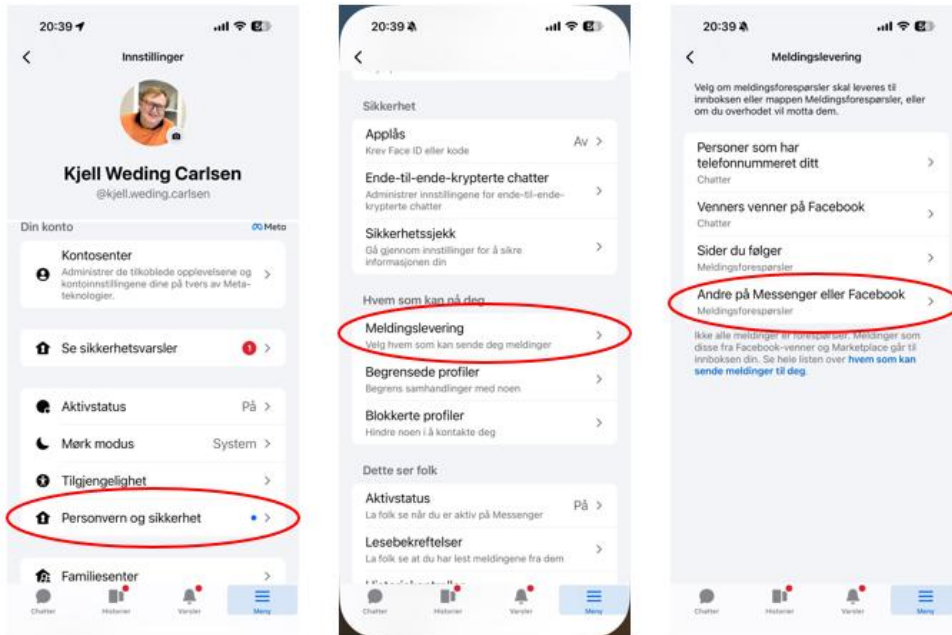
For å skrive en beskjed trykker du på det hvite feltet nederst i chatten der det står "Skriv en melding ...".

Når du har skrevet det du vil si trykker du på "Enter" på tastaturet for å sende beskjeden.

Bruker du appen trykker du på bildet av en pil eller et lite papirfly som har dukket opp ved siden av det du har skrevet.



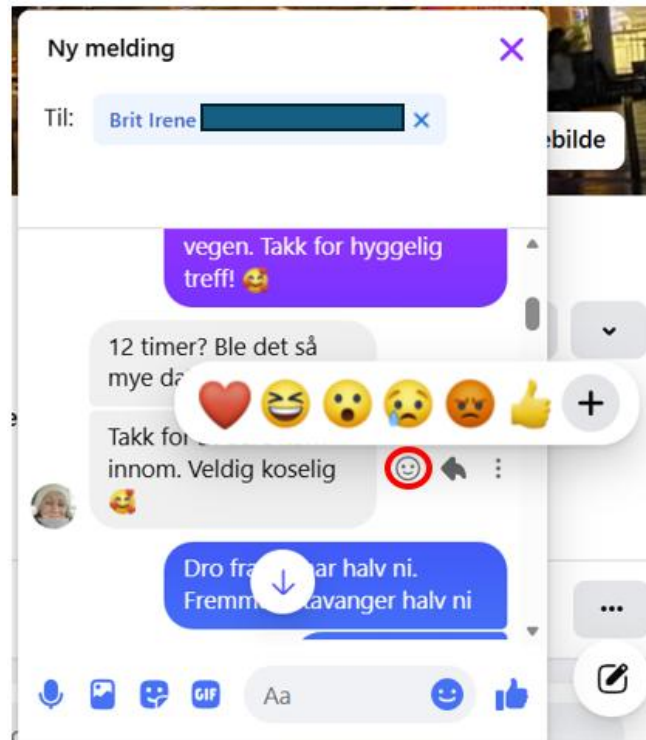
Litt om sikkerhet og innstillinger i Messenger



For å gjøre Messenger-appen tryggere og unngå uønskede meldinger fra fremmede, kan du følge disse stegene:

- Trykk på meny (3 streker) i Messenger nede til høyre.
- Trykk på «innstillinger».
- Trykk på “Personvern og sikkerhet”.
- Trykk på “Meldingslevering”.
- Gå inn på “Andre på Facebook”.

Nå kan du velge “Ikke motta forespørslser”. Har du disse innstillingene i Messenger vil du stort sett slippe unna alle ubehagelige meldingsforespørslser fra totalt ukjente som bare er ute etter å få deg til å gi dem penger eller å trykke inn på nettsider du ikke bør gå inn på.



Tommel-opp eller "like" er et symbol som brukes mye på Facebook, det kan bety at du liker noe, at du er enig eller at du har oppfattet hva personen har sagt. Du kan også bruke symbolet i chatten. Du finner det nederst til høyre.

Etter hvert kan du også prøve å legge til bilder, emojier (smilefjes) eller dokumenter i chatten, men det går vi ikke inn på i dette kurset. Prøv deg frem med en du kjenner som kan litt om Facebook, eller øv med noen som er her på kurset i dag.

Det kan også være lurt å vite at det går an å legge til flere personer i en chat, åpne en videosamtale, bruke chatten til å ringe og mer. Utforsk disse mulighetene ved å bruke symbolene du ser her. Alle symbolene finnes også hos de som bruker nettbrett og smarttelefon, de ser helt like ut, men de ligger litt andre steder i vinduet.

Å LIKE, KOMMENTERE OG DELE

Facebook legger også til rette for at du skal kunne gi tilbakemeldinger og videre dele bilder, kommentarer, artikler og andre ting som dine venner, selskaper kommersielle aktører og andre har lagt ut på Facebook.

Funksjonene for dette finner du under, eller i noen tilfeller ved siden av bildet, kommentaren eller artikkelen. De heter "Liker", "Kommenter" og "Del", og har symboler som er lette å kjenne igjen. Du kan velge å bruke en eller flere av disse funksjonene når du ser noe du har lyst til å reagere på slik at andre brukere ser det.

"Liker"-funksjonen er en rask måte å gi tilbakemelding til avsenderen på. Den vises som en hånd med tommelen opp.

Bruker du en datamaskin holder du musepekeren din over "Liker" knappen, da dukker det forskjellige ikoner opp. På nettbrett og smarttelefon setter du fingeren din på liker og trykker til ikonene synes.

Så peker eller klikker du på det symbolet som uttrykker den reaksjonen du ønsker å vise at du har til det som har blitt delt. **Du kan velge mellom "tommel opp", "hjerne", "latter", "overraskelse/sjokk", "trist" eller "forarget/sint/provosert".**

Det vanligste for mange er å bruke tomme opp. Å bruke disse ikonene heter å "like" [/laike/] bildet, artikkelen eller kommentaren.

Det går også an å skrive egne **kommentarer** til bilder, innlegg og annet som blir lagt ut på Facebook.

For å kommentere trykker du enten på knappen der det står "Kommenter", eller...

... så trykker du i feltet der det står "Skriv en kommentar".

Skriv kommentaren din. Bruker du en stasjonær datamaskin eller en laptop trykker du på enter for å avslutte kommentaren og publisere den. Den vil da dukke opp under bildet eller innlegget du har valgt å kommentere.

Bruker du nettbrett eller smarttelefon trykker du på ikonet som ser ut som en pil eller et lite papirfly for å publisere (dette symbolet er det samme som blir brukt når man chatter).

Du kan også velge å **dele et bilde eller innlegg** som andre har publisert. For å gjøre dette trykker du på "Del"-knappen.

Da dukker det opp tre alternativer. Vi skal nå gå igjennom alle.

Velger du alternativ "Del nå (Venner)" vil bildet eller innlegget dukke opp på din Facebook-tidslinje slik at dine venner kan se det der.

Trykker du på alternativ to "Del..." dukker det opp et nytt vindu.

Her får du muligheten til å skrive noe i feltet "Si noe om dette ...".

Hvis du så trykker på "Publiser"-knappen havner innlegget og kommentaren du har skrevet inn på din Facebook-tidslinje.

Ønsker du å legge ut bildet eller innlegget på en annen side enn din egen kan du gjøre det ved å trykke på nedtrekksmenyen øverst i vinduet der det nå står "Del på din egen tidslinje". Da får du opp flere delingsalternativer.

Du kan velge å dele på tidslinjen (veggen) til en venn, i en gruppe eller i et arrangement. Trykk på alternativet du ønsker. I dette eksempelet velger vi å dele på tidslinjen til en venn.

Vinduet som dukker opp vil se nesten likt ut uavhengig av hvilket alternativ du velger.

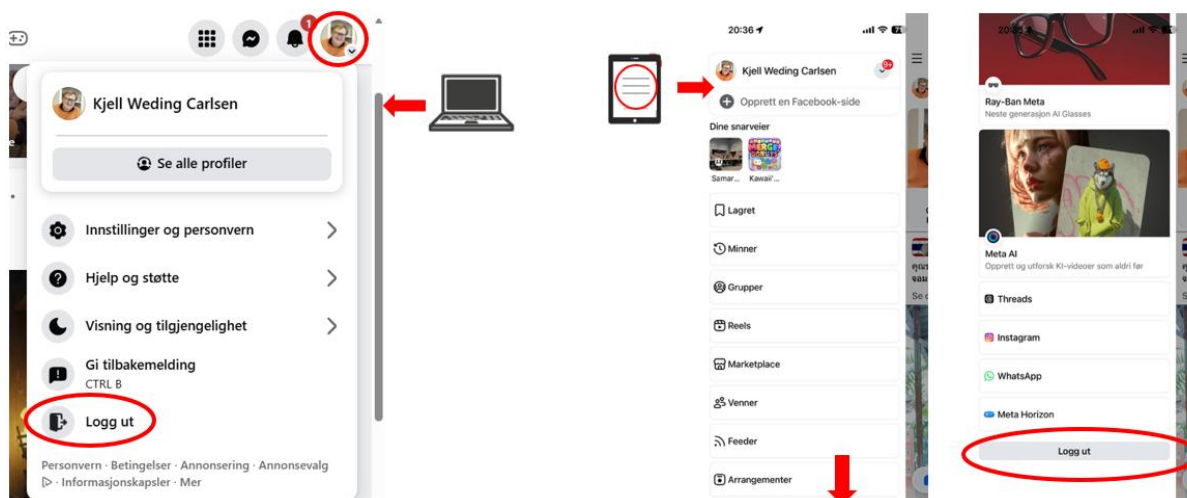
Først blir du bedt om å oppgi navnet på vennen, gruppen eller arrangementet du ønsker å dele med. Skriv det inn i feltet for navn. Du kan skrive inn flere navn om du ønsker.

Også her kan du velge å skrive en liten beskjed eller kommentar før du deler.

Når du har lagt inn alle mottakere du ønsker og eventuelt skrevet en kommentar kan du trykke på "Publiser".

Det siste alternativet du kan velge er "Send som melding". Trykker du på dette vil det dukke opp et vindu som likner det som kommer når du vil dele på en tidslinje, gruppe eller lignende. Når du trykker "Publiser" vil beskjeden, innlegget eller bildet dukke opp i et chat-vindu (akkurat som i en vanlig chat). Innholdet vises kun for den eller de personene du velger å dele med. Her kan de sende deg tilbakemeldinger på det du har delt og dere kan fortsette samtalen som en vanlig chat.

LOGG PÅ OG AV



Et stykke ned på listen dukker menyvalget "Logg ut" opp. De som bruker app på smarttelefon eller nettbrett må scrolle/rulle seg helt ned på lista.

Trykker du på dette valget logger du ut av Facebook og vil ikke motta meldinger og varsler før du logger på igjen. Bruker du en datamaskin, et nettbrett eller en smarttelefon der du stort sett er den eneste brukeren er det ikke vanlig å logge av Facebook.

De fleste synes det er lettvinnt å få beskjed på skjermen med en gang det skjer noe viktig å slippe og logge på igjen for å oppdatere seg. Dersom du bruker en datamaskin, nettbrett eller telefon som brukes av mange forskjellige mennesker er det viktig at du husker å logge av slik at ingen kan gå inn på din Facebook og gi seg ut for å være deg, skifte passord eller lignende. Spesielt viktig er det dersom du bruker en datamaskin som hører til på et bibliotek eller et annet offentlig sted.

For å logge ut trykker du "Logg ut".

Når du er logget ut dukker disse bildene opp på skjermene deres. Dere husker dem sikkert fra når vi opprettet profiler tidligere.

Ønsker du å logge på igjen må du i nettleseren skrive inn e-posten eller mobilnummeret ditt og passordet før du trykker på "Logg inn"-knappen øverst på siden.

Bruker du appen trykker du bare på navnet eller bildet ditt midt på skjermen.

Dersom det ikke er ditt bilde eller navn som står oppført må du trykke på "Logg inn på en annen konto" og fylle inn informasjonen din akkurat som de som bruker nettleseren.

Når dere har gjort dette er dere inne på Facebook igjen!