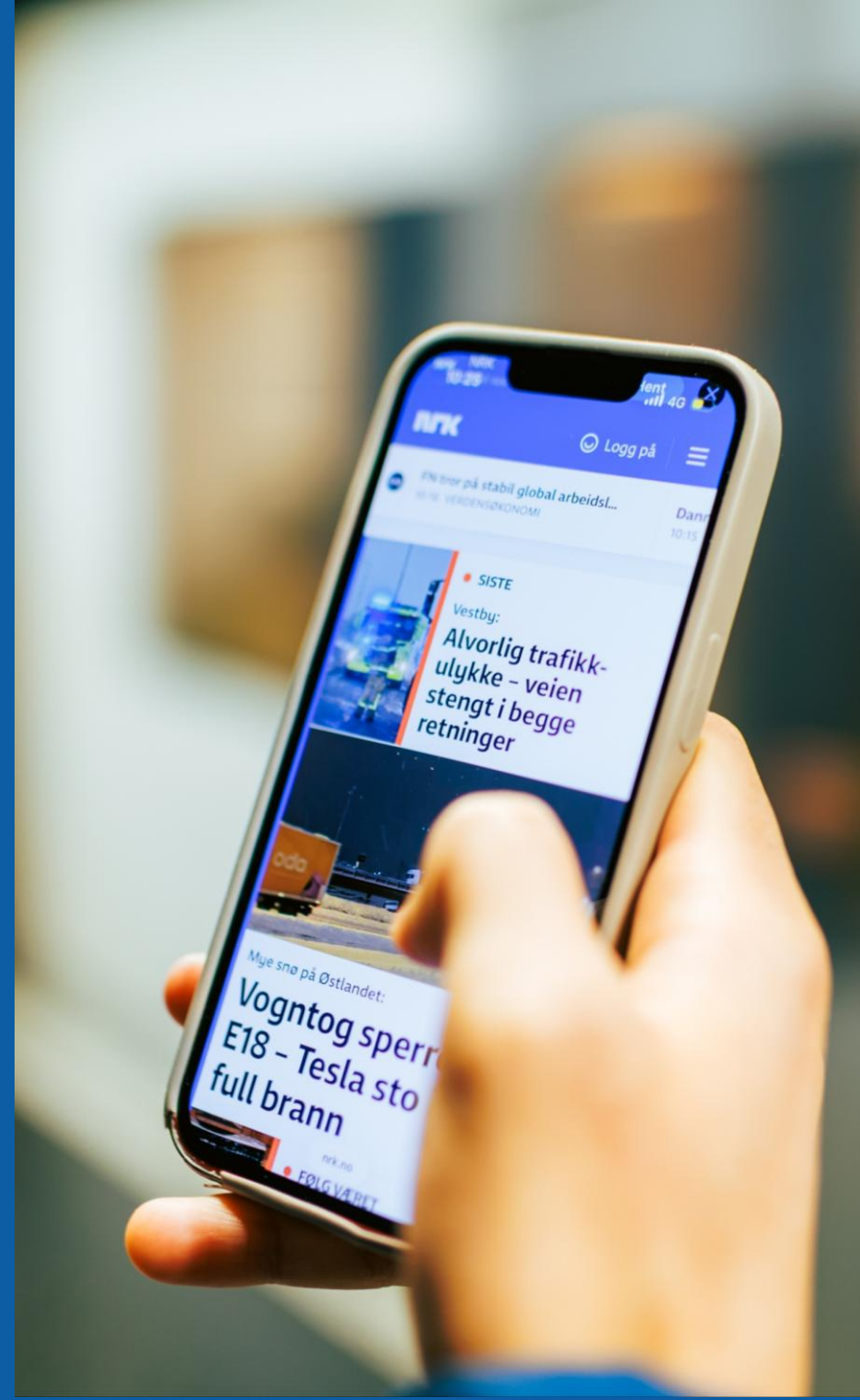


Folks Medievaner

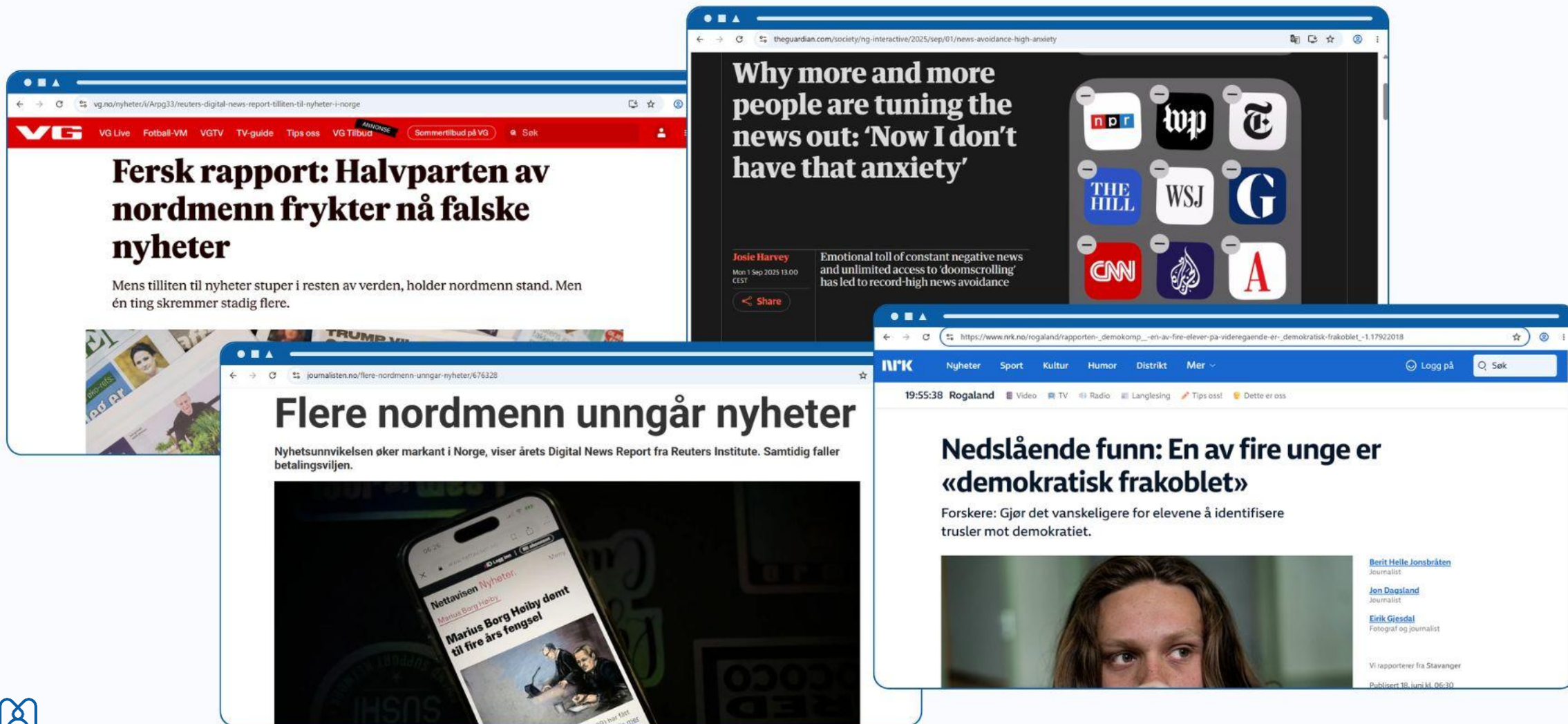
23.09.26

På utsiden av nyhetsstrømmen

Reidun J. Samuelsen (ph.d.)
Seniorrådgiver i Medietilsynet



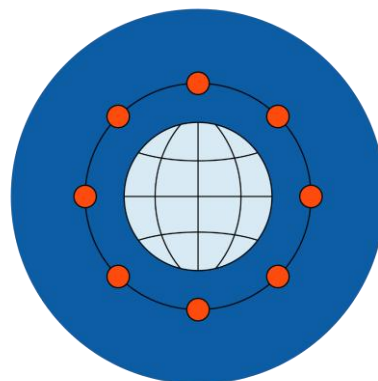
Stadig flere unngår bevisst nyheter



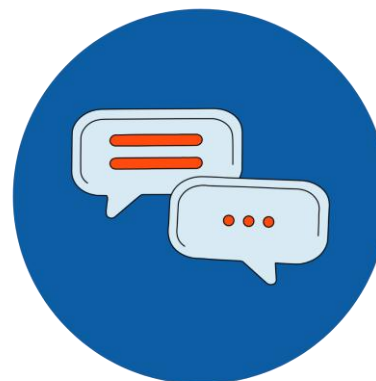
Hva kan skje når nyheter velges bort?



Færre oppsøker
kvalitetssikret
informasjon.



Svekket felles
virkelighetsbilde.



Mer fragmentert
og polarisert
offentlig samtale.



Lavere motstands-
kraft mot feil- og
desinformasjon.

Et felles virkelighetsbilde: Viktig for demokrati og beredskap

- **Mål:** Åpen og opplyst offentlig samtale.
- **Forutsetter:** Uavhengig og kvalitetssikret informasjon.
- **Bidrar til:** Felles virkelighetsbilde og styrket demokrati.
- **Gir:** Bedre beredskap mot feil- og desinformasjon.



Kilde: Medietilsynet (2026, upublisert). På utsiden av nyhetsstrømmen.



Ny undersøkelse

- Spørreundersøkelse (*Verian*) i aldersgruppen **25–67 år**.
- Ti dybdeintervjuer (*Respons Analyse*) i samme aldersgruppe.



 Medietilsynet

På utsiden av nyhetsstrømmen



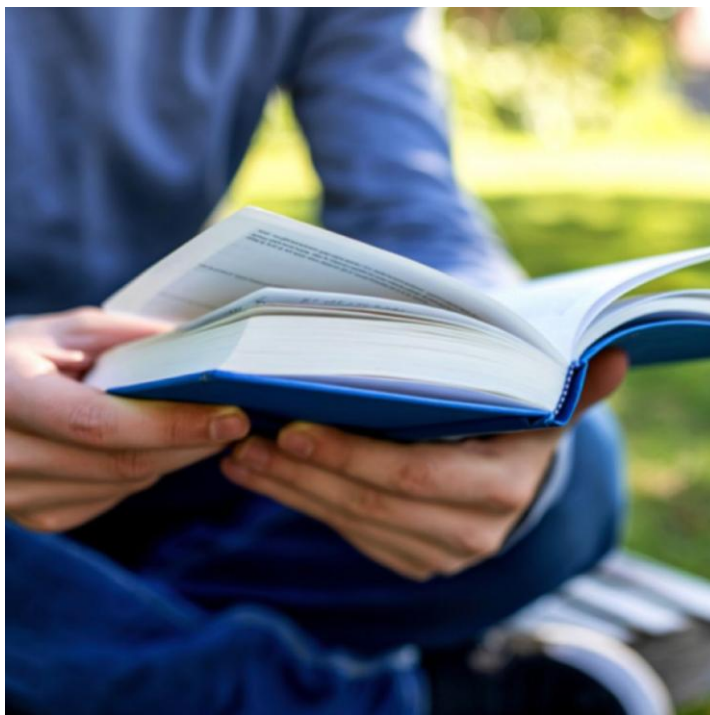
Kilde: Medietilsynet (2026, upublisert). *På utsiden av nyhetsstrømmen*.

Tre kategorier nyhetsbrukere

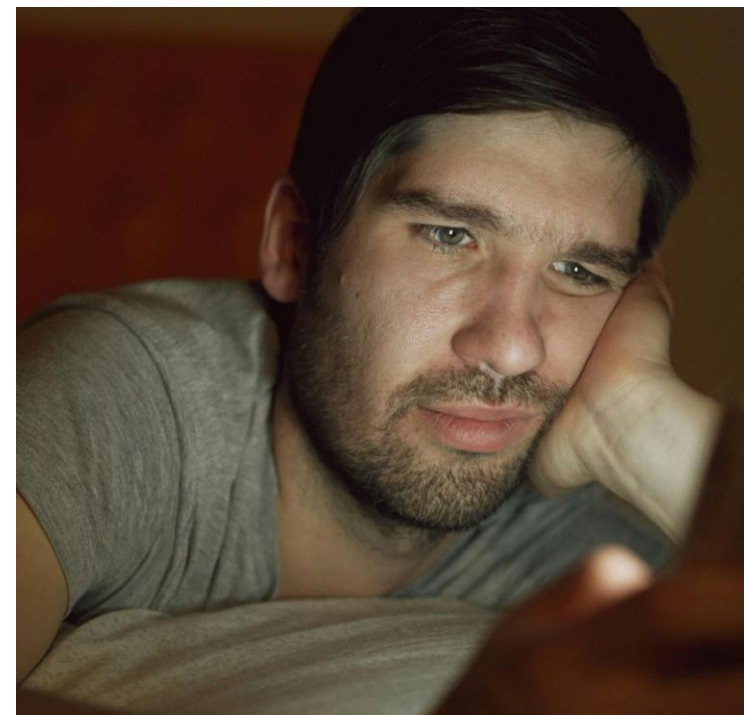
Aktive nyhetsbrukere



Nyhetsmette



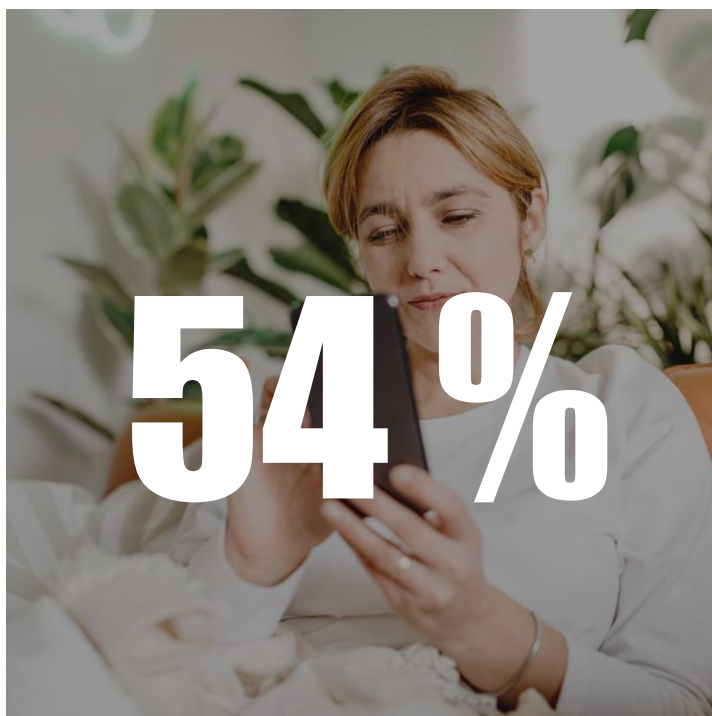
Nyhetsunnnvikere



Kilde: Medietilsynet (2026, upublisert). *På utsiden av nyhetsstrømmen.*

Tre kategorier nyhetsbrukere

Aktive nyhetsbrukere



Nyhetsmette



Nyhetsunnnvikere



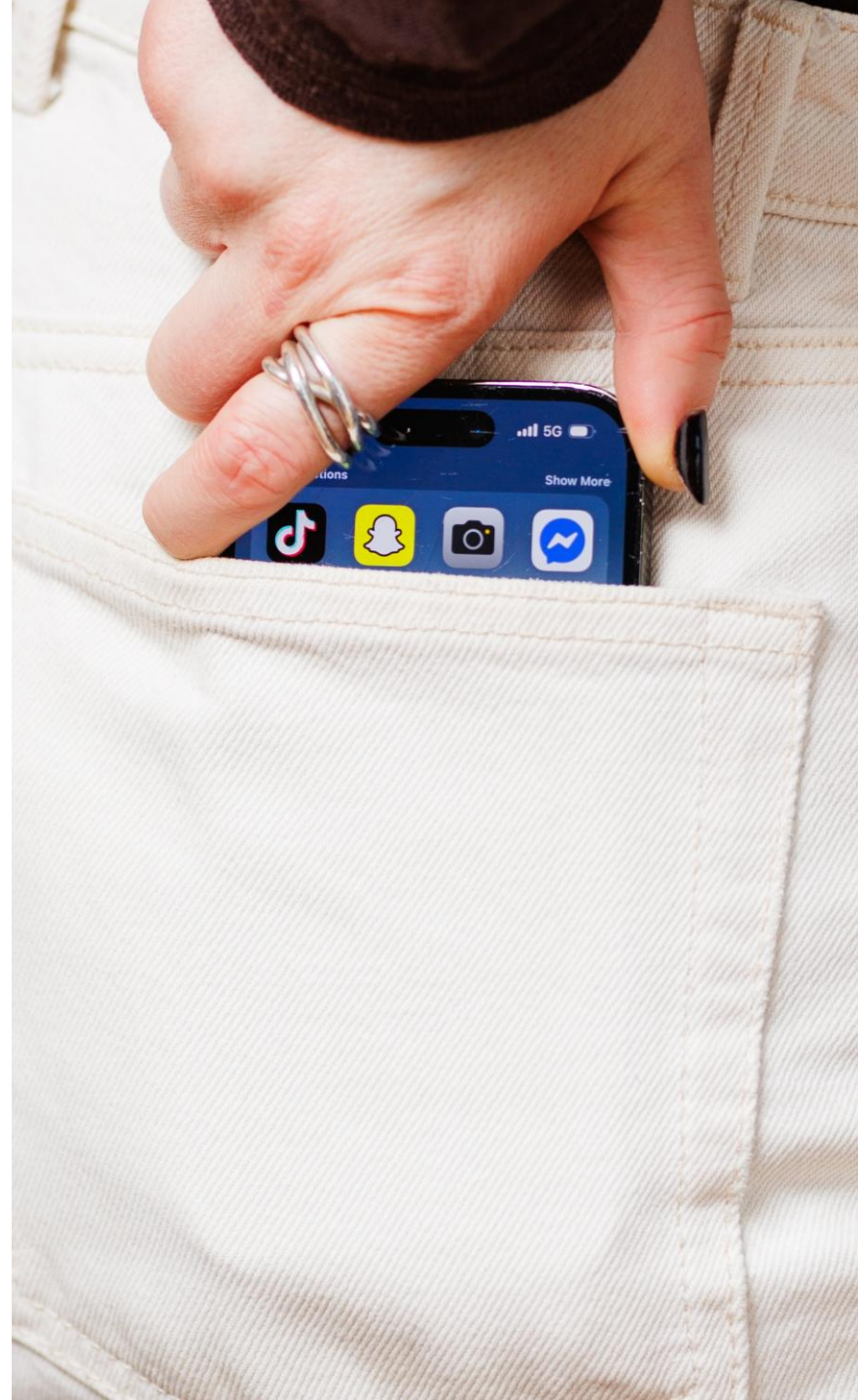
Kilde: Medietilsynet (2026, upublisert). *På utsiden av nyhetsstrømmen.*

Det er vanlig å ta pauser fra nyhetene

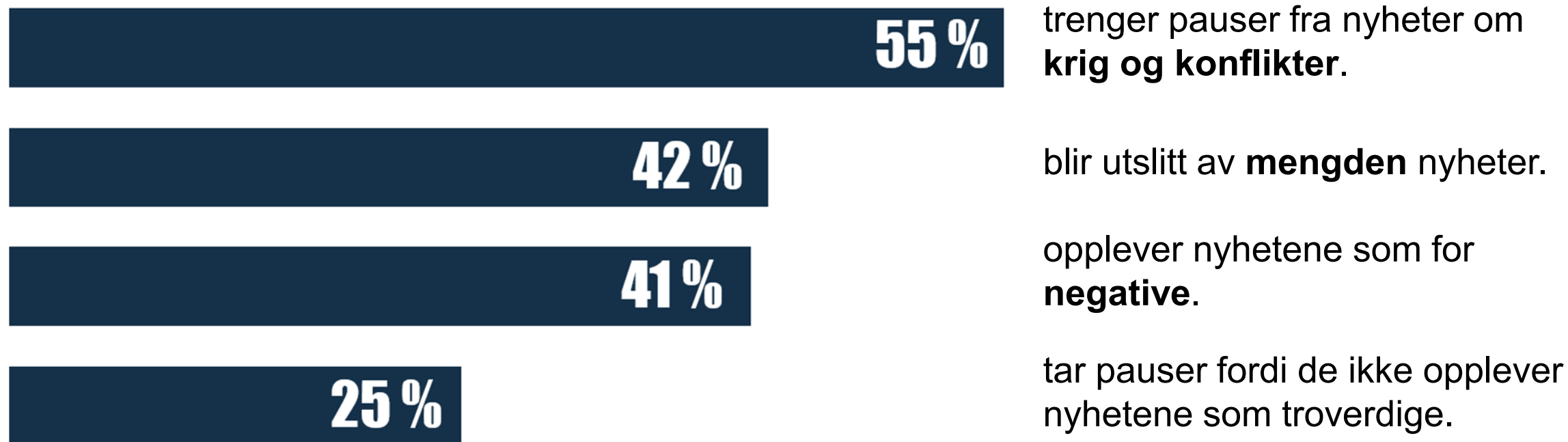
- **55 prosent** tar bevisste pauser fra nyhetene.
- Også **aktive nyhetsbrukere** gjør dette.
- **Krig, negativitet og nyhetsmengde** er årsaker til nyhetspauser.



Kilde: Medietilsynet (2026, upublisert). *På utsiden av nyhetsstrømmen.*



Årsaker til at folk tar nyhetspauser



De nyhetsmette er ofte påkoblet, men tar pauser fra enkeltsaker

- **86 prosent** tar pauser fra spesifikke nyhetssaker/temaer.
- **Krisefokus og negative nyheter** oppfattes belastende.
- **Større andel kvinner** enn menn er nyhetsmette.
- Ingen tydelig sammenheng med **alder eller utdanning**.



Kilde: Medietilsynet (2026, upublisert). *På utsiden av nyhetsstrømmen.*



«Jeg må ta vare på meg selv og fokusere på det jeg faktisk kan gjøre noe med. [...] Verden blir ikke bedre av at jeg blir deprimert av alt det negative som skjer.»

Mann, 35 år

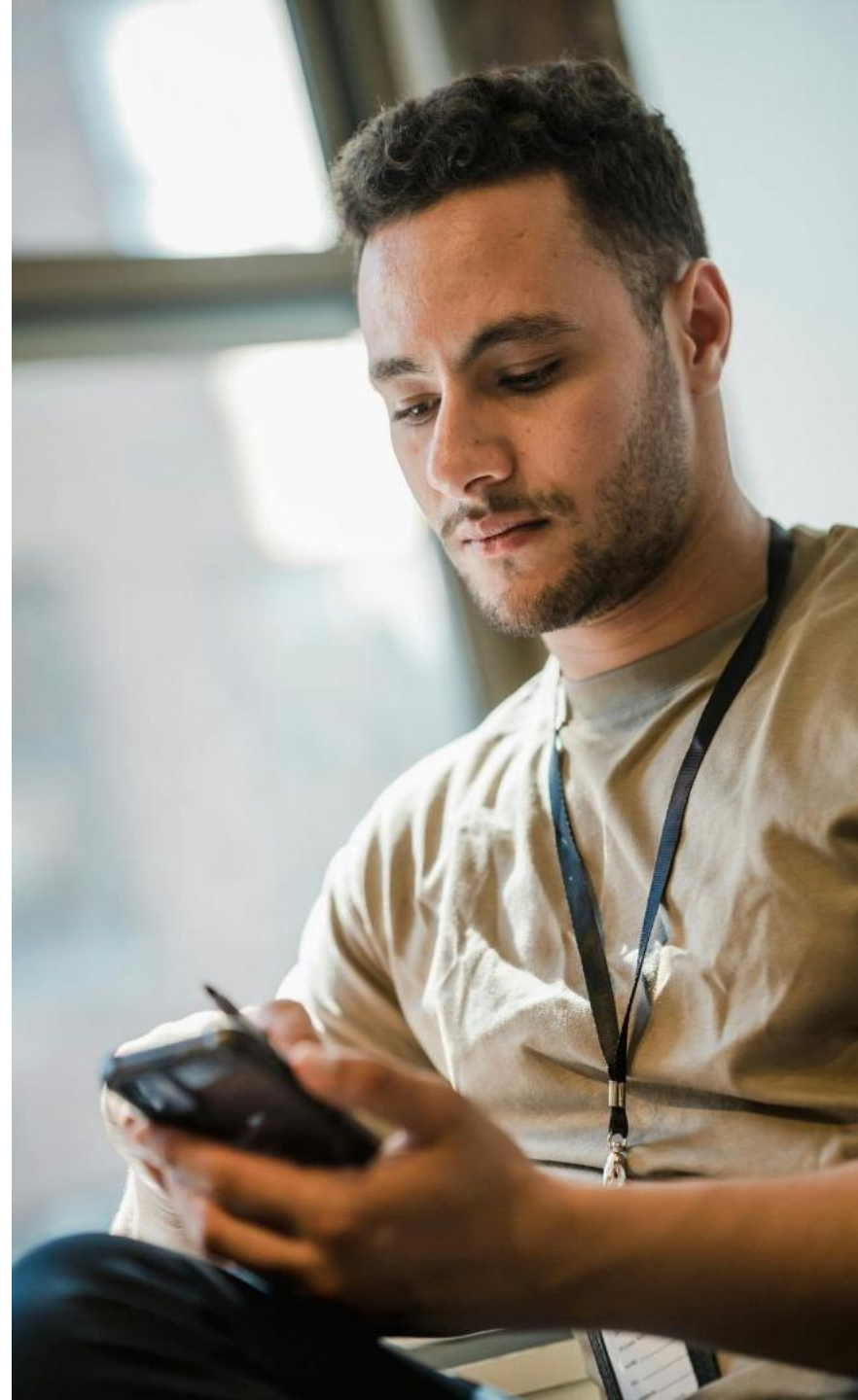


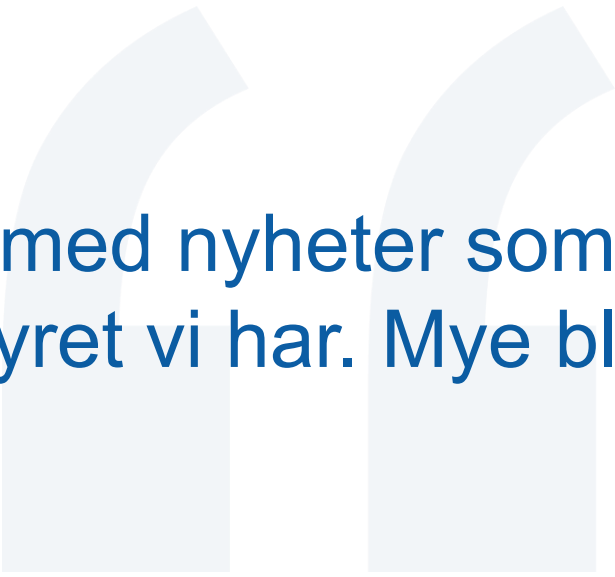
Nyhetsunnavikere har lavere tillit til redaktørstyrte medier

- **45 prosent** oppgir lav troverdighet som grunn til å unngå redaktørstyrte nyheter.
- **Redaktørstyrte medier** oppleves mindre relevante enn andre informasjonskilder.
- **Den typiske nyhetsunnaviker** er i alderen 25–34 år.



Kilde: Medietilsynet (2026, upublisert). *På utsiden av nyhetsstrømmen.*





«Vi blir kun fôret med nyheter som er *riktige* for det sosialistiske styret vi har. Mye blir dysset ned.»

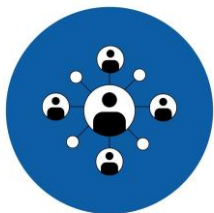
Kvinne, 57 år



Ulike kilder til informasjon



Redaktørstyrte medier er hovedinngangen til nyheter.



Familie,
venner og
kollegaer



Offentlige
nettsider og
podkast



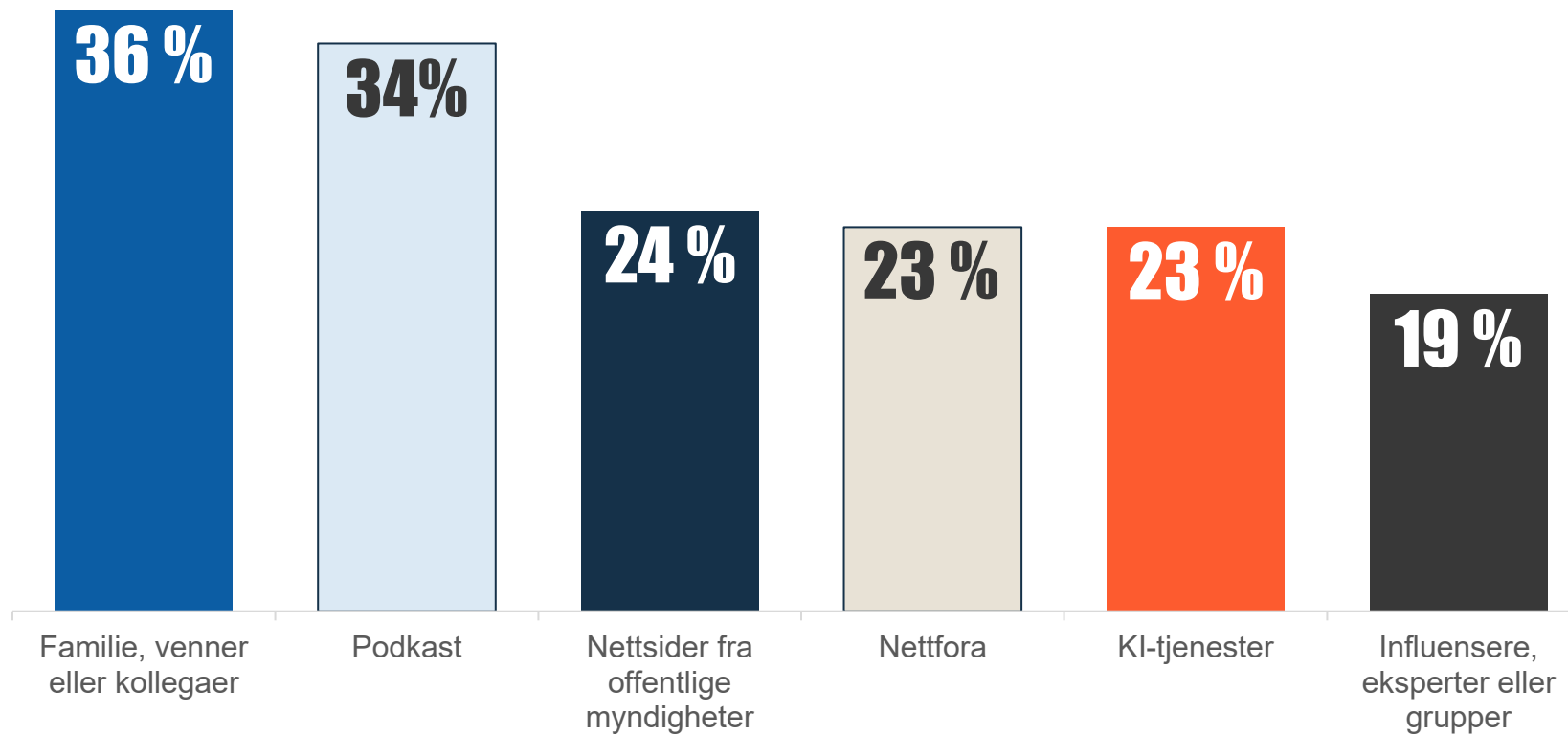
Nettfora og
KI-tjenester



Sosiale medier
/ influensere



Hvor går nyhetsunnavikerne for å finne informasjon?



Kilde: Medietilsynet (2026, upublisert). På utsiden av nyhetsstrømmen.

«De samfunnsdebattene jeg synes er viktige, foregår oftest på SoMe og/eller podkast. De fleste redaktørstyrte mediene synes jeg kan ha en ganske konform flate – alle mener det samme [...].»

Mann, 54 år



Nyhetsunnavikere mener i mindre grad at de viktigste samfunnsdebattene foregår i redaktørstyrte medier

Aktive nyhetsbrukere

80 %

Nyhetsmette

67 %

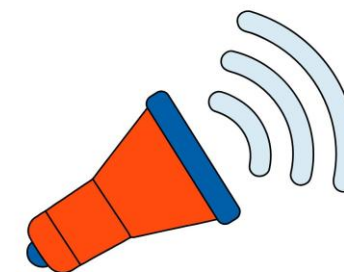
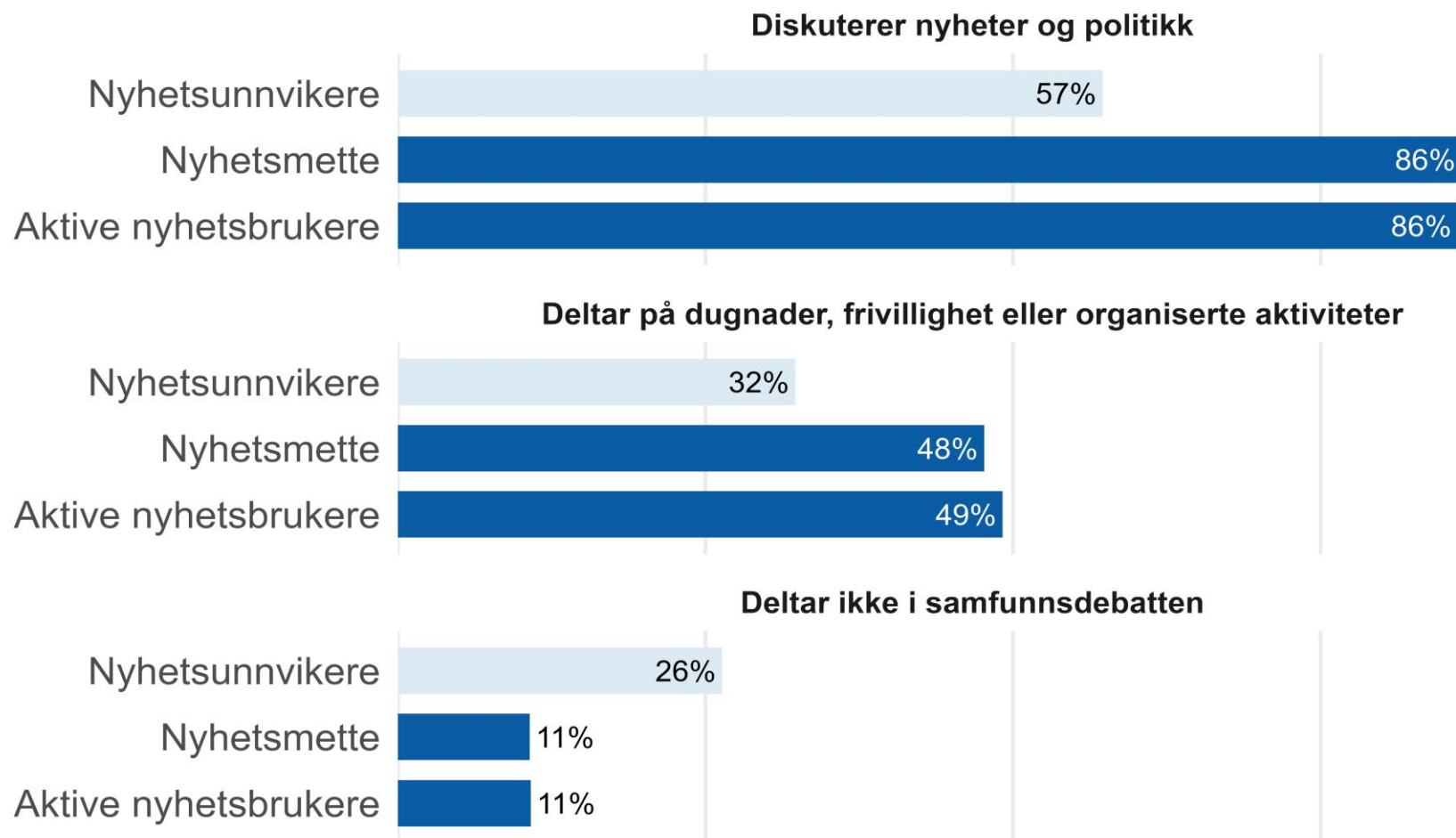
Nyhetsunnavikere

39 %

Nyhetsunnavikere peker oftere på sosiale medier og chatteforum som debattarenaer.



Nyhetsunnavikere deltar sjeldnere i debatt og organisert samfunnsliv



Kilde: Medietilsynet (2026, upublisert). På utsiden av nyhetsstrømmen.



Nyhetsunnnvikere vurderer redaktørstyrte medier klart mer negativt enn andre grupper

Redaktørstyrte medier **dekker saker som er viktige for meg**

Aktive nyhetsbrukere

61 %

Nyhetsmette

43 %

Nyhetsunnnvikere

19 %



Kilde: Medietilsynet (2026, upublisert). På utsiden av nyhetsstrømmen. «Helt enig» eller «Ganske enig».

Fire kjernefunn



Majoriteten konsumerer fortsatt redaktørstyrte nyheter.



Manglende tillit/opplevd relevans er årsaker til nyhetsunnavvikelse.



Men: Over halvparten tar pause fra nyhetsstrømmen.



Nyhetsunnavvikere orienterer seg i mindre grad mot offentlig informasjon.



69 30 12 00



medietilsynet.no



info@medietilsynet.no



Nygata 4, 1607 Fredrikstad

