

Digital Dannelse

Temaaften i 1. klasse d. 3. oktober 2019

Dagsorden

1. Formål med aftenen og vigtigheden af forældreinvolvering
2. Faldgruber
 - ▶ De (a)sociale medier, den digitale ”sut”, tidsforbrug og aldersgrænser
 - ▶ Groft sprogbrug og konflikter, deling af billeder, uhensigtsmæssige fællesskaber
 - ▶ Sikkerhed og digitale fodspor
3. Drøftelse af forældre-opmærksomheder i 1. klasse
4. Kort feedback og tak for i aften 😊

Formålet med aftenens møde

”At hjælpe vores børn på vej til at blive (digitalt) dannede mennesker”

Herunder, at...

- ▶ starte en dialog op i forældregruppen om jeres børns online liv
- ▶ udveksle erfaringer
- ▶ blive mere afklarede med, hvordan I som en samlet forældregruppe kan støtte jeres børns digitale dannelsesproces.

Fakta

- ▶ Op mod 90% af de 3-12-årige danske børn har adgang til en tablet i hjemmet, og mere end 90% har adgang til en smartphone.

Kilde: Norstat for DR Medieforskning, 2014-2016

- ▶ Digitale og sociale medier er for børnene en adgangsbillet til fællesskabet.

Den nyeste forskning indikerer....

- ▶ ...en sammenhæng imellem brugen af sociale medier og teenageres mentale sundhed. Særligt for piger ses der en sammenhæng imellem tiden, der bruges på sociale medier og psykisk mistrivsel.
- ▶ Jo mere tid på de sociale medier, des:
 - ringere søvnkvalitet
 - manglende fysisk bevægelse
 - større risiko for online mobning,

hvilket i høj grad påvirker teenagernes psykiske trivsel negativt.

Vigtigheden af forældreinvolvering (I)

- ▶ *"De sociale medier er kommet for at blive, og de er heller ikke i sig selv skadelige. Det skadelige er, hvis forældre antager, at børnene er eksperterne på området og kender til de forskellige faldgruber, der er. Det er umuligt for børnene selv at gennemskue, hvordan de skal håndtere alt det, de kan blive udsat for eller udsætte andre for på de sociale medier. Der er brug for hjælp fra de voksne.*
- ▶ *"Det er vigtigt, at man som voksen tør tale med børnene om det, de ser og oplever online. Selvom vores børn er vokset op med digitale medier, er de ikke nødvendigvis superbrugere. De kan stadig have brug for råd og vejledning fra en voksen, som er oprigtigt interesseret i det, de selv er optaget af"*

- Psykolog Ulla Dyrlov

Vigtigheden af forældreinvolvering (II)

- ▶ Børnene har brug for en høj grad af støtte fra deres forældre - især i de første år på digitale og sociale medier.
- ▶ Det handler ikke om, at du skal overvåge dit barn, men det er vigtigt at vise interesse for dit barns online-liv og have en løbende dialog om de muligheder og problemer, der kan opstå.

Medierådet.dk

Hvorfor dette møde for forældregruppen?

" Der vil altid opstå konflikter i en børnegruppe - online som offline, og det vil ofte kræve de voksnes hjælp for at løse dem. Samarbejdet med andre forældre er yderst vigtig og kan danne ramme for god sparring omkring børnenes brug af digitale og sociale medier "

Medierådet.dk

Summetid

- ▶ Hvilke udfordringer har du oplevet - eller hørt andre har oplevet - relateret til børns online liv?

Faldgruber (I)

- ▶ De (a)sociale medier
- ▶ Den digitale "sut"
- ▶ Aldersgrænser (spil og sociale medier)

SOCIALE medier....?

- ▶ Når man **griner** sammen, har **øjeblik** eller **rører** ved hinanden, kan det få hjernen til at **udløse endorfiner**, som **give en følelse af lykke**. Det kan forklare, hvorfor børn ikke bliver rigtig glade af at sidde foran en skærm, selv om de chatter med deres bedste venner.
- ▶ *Spilletid eller tablettid bør ikke altid være alenetid.*

- Psykolog Ulla Dyrlov

Den digitale "sut"

"I mange familier bruges digitale skærme som afledningsmanøvrer, der forebygger 'kriser' i pressede situationer som ulvetimen, lange bilture og restaurantbesøg. I det øjeblik, der er optakt til brok eller uro hos børnene stikker forældrene dem en tablet i hånden, og så er der garanteret ro i et stykke tid. Det kan derfor være fristende at bruge tabletten som en digital 'sut', der effektivt lukker ned for brok og konflikter."

- Psykolog med speciale i børn Ulla Dyrlov

Aldersgrænser

- ▶ Spil
- ▶ Sociale medier

Summetid

The background features abstract, overlapping geometric shapes in various shades of green, ranging from light lime to dark forest green. These shapes are primarily located on the right side of the frame, creating a modern, layered effect against the white background.

Dilemma

Flere af dit barns klassekammerater er sent om aftenen aktive på sms'en/snap'en, hvilket du oplever forstyrrer dit barn.

- Hvad gør du?

Dilemma

Flere elever fra klassen er ret aktive på deres respektive iPads, når I har et fælles klassearrangement.

- Er det et problem?
- Hvad vil du i så fald gøre?

Dilemma

Dit større barn på 12 har været hjemme hos en klassekammerat, hvor de har spillet Grand Theft Auto, som er et spil med en aldersanbefaling på 18 år.

- Er det et problem? Og hvis du synes det:
- hvad vil du så gøre?

Gør det potentielt asociale mere socialt

- ▶ Spørg til dit barns online-venner og oplevelser på digitale og sociale medier, som du ville spørge til venner og oplevelser i skolen eller klubben. Det er OK ikke at vide alt om dit barns brug af digitale medier og spil.
- ▶ Husk at anerkende dit barns fascination af medierne og de mange positive aspekter ved brugen. Du kan fx lægge op til gerne at ville se/spille med.
- ▶ Placér den enhed barnet er online på i et rum, hvor I ofte er. Spilletid bør fx ikke foregå bag lukket dør og nedrullede gardiner. En placering i et af de rum hvor familien færdes mest, gør det lettere at vise interesse og følge med i, hvad barnet er optaget af/interessere sig for.

Sociale medier - tal med dit barn om...

- ▶ At dét, der bliver lagt op på de sociale medier, ofte ikke afspejler virkeligheden (ingen 7-taller og leverpostejsmadder sættes i fokus)
- ▶ Hvem der kan se barnets opslag, og hvordan man kan gøre sin profil privat, så fremmede mennesker ikke kan følge med.
- ▶ Gør opmærksom på, at platformene ejer de billeder, der bliver lagt ud, og at billeder på Snapchat godt kan findes frem af hackere, selv om de tilsyneladende er væk.
- ▶ At fx Facebook kan følge med i de ting, der bliver lagt op og skrevet i en lukket gruppe.

- Psykolog Ulla Dyrlov

Sæt tidsbegrænsninger og lav mediefri zoner

- ▶ *" Min anbefaling er at folkeskolebørn allerhøjest må sidde alene foran en skærm i 2 timer om dagen, men skærmtiden må godt vare i længere tid, hvis det foregår sammen med andre. Og der mener jeg altså fysisk sammen med andre - det tæller ikke at barnet er på de sociale medier eller spiller online med vennerne fra klassen."*
- ▶ *"Det er min klare anbefaling, at forældre beslutter, hvor mange timer, deres barn må sidde foran skærmene om dagen - og barnet kan så være med til at beslutte hvornår skærmtiden skal være."*

- Psykolog Ulla Dyrløv

Tidsbegrænsninger og mediefri zoner (fortsat)

" Det er helt i orden at dit barn synes, du er møgirriterende og uretfærdig. Måske siger dit barn at du ødelægger hans eller hendes sociale liv (...). Til det kan du sige: "Så må du fortælle, at du har nogle skodforældre, der har lavet den her åndssvage regel". På den måde tager du ansvaret på dig som forælder og viser, at du godt kan klare, at dit barn er sur og irriteret på dig."

- Psykolog Ulla Dyrlov

Opsæt passende rammer ift. barnets alder

- ▶ Du er nødt til at følge med i, hvilke platforme der findes, hvordan de virker, og sidst men ikke mindst, hvordan dit barn bruger de pågældende platforme. Det er noget, du skal gøre sammen med dit barn (Ulla Dyrlov).
- ▶ Tag stilling
- ▶ Tal med din partner og med dine medforældre
- ▶ Opstil rammer/hav krav

Pause

Faldgruber (II)

- ▶ Groft sprogbrug og konflikter
- ▶ Deling af billeder
- ▶ Uhensigtsmæssige fællesskaber

Summetid

Dilemma

Dit barn har modtaget en sms fra en klassekammerat, hvor der står "hej fede ko".

- Hvad gør du?
- Synes du, at skolen skal involveres?
- De andre forældre?
- Eleverne?
- Hvordan?

Omgangstone og deling - tal med dit barn om....

- At tale pænt til alle - det gælder offline som online.
- At brugen af emojis også er at 'tale'.
- At være opmærksom på, at der nemmere kan opstå misforståelser, når man skriver til hinanden online i stedet for at tale ansigt til ansigt. Det kan være svært at fornemme stemningen, og man får ikke kropssproget med, når man skriver online.
- At man nemt kan komme til at skrive noget, man fortryder, hvis man er vred. Så lær dit barn at give sig tid til at køle af, inden det skriver en kommentar eller opdatering eller sender en sms.
- At man skal spørge om lov, inden man filmer og tager billeder af andre, og inden man deler dem med andre. Respekter et nej.

Faldgruber (III)

- ▶ Sikkerhed og digitale fodspor

Sikkerhed på nettet - opmærksomheder til forældre

- ▶ Sikkerhedsindstillinger - hvilke oplysninger deles med hvem?
- ▶ Overvej at sætte spæringer op - fx af sider med pornografisk indhold
- ▶ Youtube Kids

Sikkerhed på nettet - tal med dit barn om...

- ▶ At blokere og anmelde personer, der er ubehagelige.
- ▶ At de skal fortælle en voksen om folk, der stiller underlige spørgsmål eller er meget pågående.
- ▶ Ikke at dele private oplysninger som fx telefonnummer, adresse og CPR-nummer offentligt.

Forældre som rollemodeller

- ▶ *" Før man drister sig til at opdrage et menneske, må man have opdraget sig selv til menneske."*

Jean-Jacques Rosseau

<https://www.medieraadet.dk/medieradet/digitaldannelse/foraeldre-som-digitale-rollemodeller>

Forældre som rollemodeller - spørgsmål til refleksion

- ▶ Har I mediefrie (tids)zoner i hjemmet, og overholder du dem selv?
- ▶ Sidder du på mobilen, når I ser Disneysjov eller lign.?
- ▶ Er du til stede og nærværende over for dine omgivelser?
- ▶ Sender du sms'er, taler i mobil, læser opdateringer på sociale medier, besvarer mails osv., når familien er samlet, eller når du er på legepladsen med børnene?
- ▶ Fortæller du dit barn, hvad du selv laver på mobilen, søger på nettet, spiller af spil osv.?
- ▶ Lægger du billeder ud på nettet af dine børn uden at spørge dem først?

Forældre-opmærksomheder

- ▶ Hvad er vigtigt for dig, at I som forældregruppe i 1. klasse er opmærksomme på?
- ▶ Hvordan ser du, at I som forældregruppe bedst støtter Jeres børn i deres digitale liv?

Er vi færdige?

- ▶ Føler I, at I er færdige med at diskutere dette emne?
 - Er der noget I mangler at diskutere?
 - Noget fra i dag, der skal kræver yderligere diskussion?

Feedback på aftenen

- ▶ Var det relevant?
- ▶ For tidligt?
- ▶ Noget der manglede?
- ▶ Andet?

Relevante links

- ▶ Generel viden og råd til forældre om børns digitale dannelse:

<https://www.medieraadet.dk/medieradet/digitaldannelse>

- ▶ Forældreguide "*Der er så meget forældre ikke forstår - hvad skal jeg vide når mit barn går online?*" (Medierådets anbefalinger til forældre med børn på 7-12 år)

<https://www.medieraadet.dk/medieradet/digitaldannelse/der-er-sa-meget-foraeldre-ikke-forstar>

- ▶ Bog: *Få styr på dit barns digitale verden - guide til det gode online liv*. Af psykolog med speciale i børn Ulla Dyrlov.

- ▶ Digital vejviser til forældre med børn på 7-11 år:

<https://redbarnet.dk/foraeldre/din-digitale-vejviser/>

Relevante links (fortsat)

- ▶ Inspiration og gode råd til forældre med små og store børn

<https://redbarnet.dk/foraeldre/>

- ▶ Om børn, unge og *computerspil* - en forældreguide

<https://www.medieraadet.dk/medieraadet/temaer/vejledning-om-spil>

- ▶ Indstillinger af mobil og tablet i forhold til køb af apps og tilkøb i apps - en vejledningsguide

<https://www.forbrug.dk/Raad-og-rettigheder/Boern-og-unge/Boern-og-apps>

- ▶ Når det er gået galt - slettevejledninger mm.

<https://redbarnet.dk/sletdet/>

- ▶ Læs mere om lovligt indhold på internettet på

<https://sharewithcare.dk/>