

BØRNS
VILKÅR



BØRNS DIGITALE FÆLLESSKABER

STOP
SVIGT

A young woman is shown in profile, looking down at her smartphone. The lighting is dramatic, with a strong light source from the left, possibly a window, creating a silhouette effect and highlighting her features. The background is dark and out of focus.

BØRNEBENS TELEFON
HVER DAG OG ALTID

Ring – sms – chat - gratis og anonymt på

116 111

ForældreTelefonen



Tlf.: 35 55 55 57

ForældreTelefonen tilbyder **gratis anonym børnefaglig rådgivning** til både **forældre, bonusforældre, bedsteforældre, naboer m.fl.**

Åbningstider:

Mandag: 9.00-17.00

Tirsdag: 9.00-21.00

Onsdag: 9.00-21.00

Torsdag: 9.00-17.00

Fredag: 9.00-17.00

Lørdag: Lukket

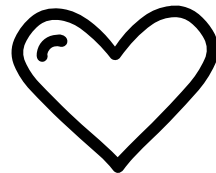
Søndag: 15.00-21.00

Hvilke fordele er der ved, at børn og unge bruger digitale medier? Hvilke ulemper er der?

Sociale medier og spil på godt og ondt

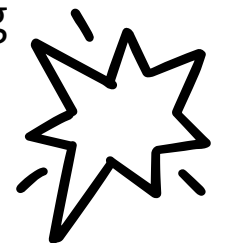
Fordele

- Underholdning
- Lege sammen
- Vedligeholde relationer
- Få nye relationer
- Dyrke fællesskaber/interesser
- (Voksen)fri rum



Ulemper

- Ansigtssløs kommunikation – hårdt sprog
- Holde udenfor - mobning
- Kontakt med fremmede
- Mangel på voksenhjælp
- Adgang til ubehageligt indhold
- Forretningsmodeller, datahøst og adfærdsdesigns



BØRNS
VILKÅR



1. HVAD VED VI?

STOP
SVIGT

Sociale medier bliver en del af børns liv i en tidlig alder



- Hvert andet barn er på sociale medier, før de er fyldt 10 år
- Næsten alle børn har en profil på et socialt medie, før de er fyldt 13 år

”

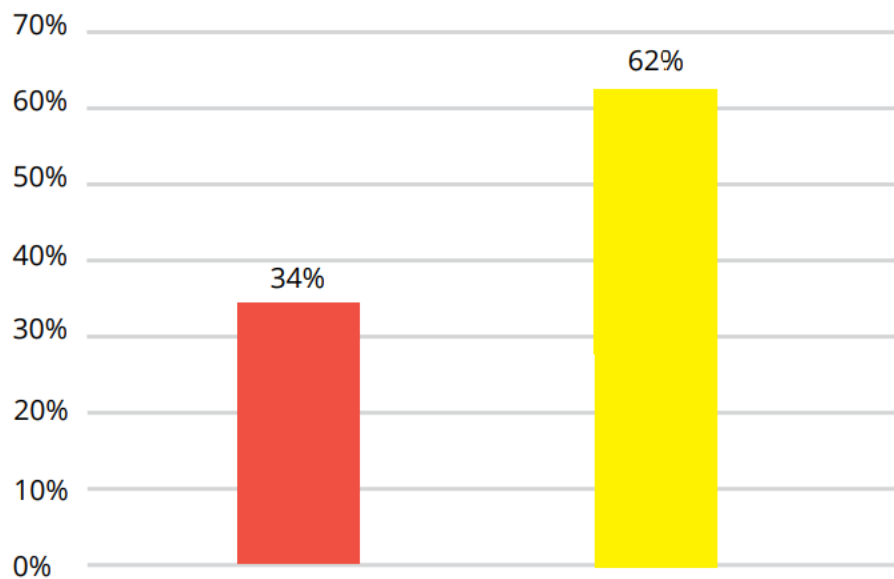
Når man skal lave en profil, så skal man jo sige sin alder, og der kan alle jo bare scrolle ned til 2007 og så sige, at de er... Eller de kan sige 'Jeg er 23'. Det kan alle gøre (...)

Ubehageligt indhold

Figur 7: Andel børn i 4. og 7. klasse, der har set noget på sociale medier, der har givet en masse tanker, bekymringer eller ubehag

■ 4. klasse

■ 7. klasse



67 %

af børn mellem 9 og 17 å har oplevet digitale krænkelser eller noget andet ubehageligt online inden for det seneste år (Red Barnet)

BØRNENE FORTÆLLER

"Jeg så en mand, der eksploderede hans hånd af med fyrværkeri"

"Jeg har set (en) video af folk, der skyder sig selv"

"Folk der slår børn"

"Jeg har set, hvordan det så ud, da man døde og en masse klamme slags fobier, som folk havde"

"En der blev stukket i halsen med en kniv"

"Jeg så en på Facebook live, der hedder [navn] skyde sig selv. Det var en fejl, at jeg kikkede på den live stream :("

Kilde: Børnenes egne besvarelser i spørgeskemaundersøgelsen. Spørgsmålet er kun besvaret af børn i 7. klasse

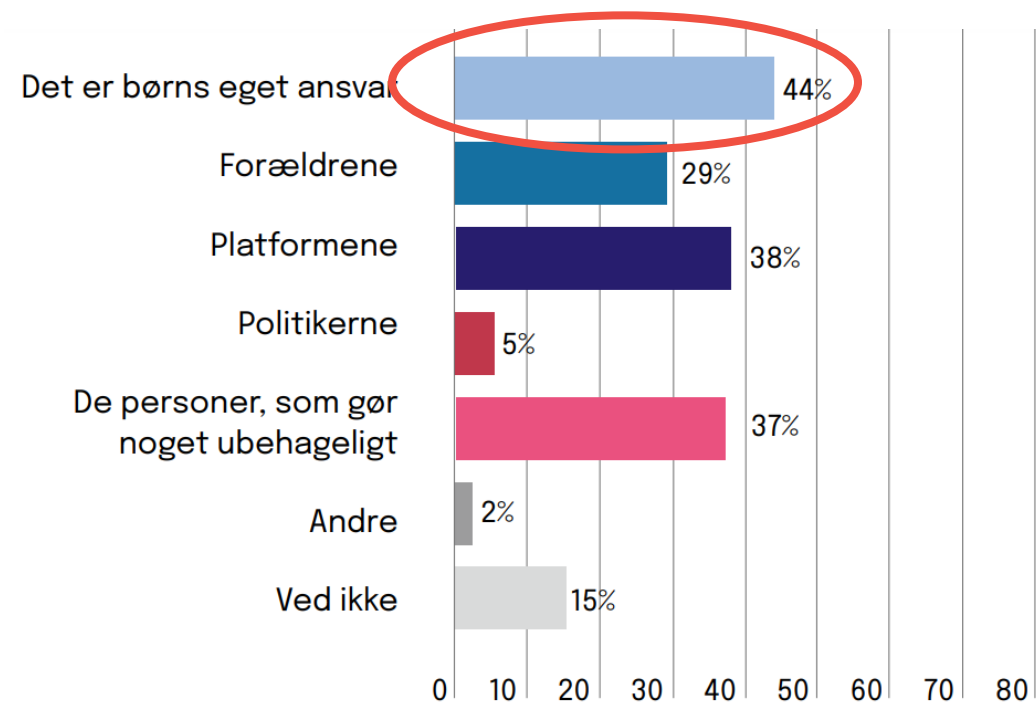
De voksnes rolle

Talte med nogen, sidst de så noget ubehageligt indhold på sociale medier



Individuelt ansvar

Hvem synes du har ansvaret for at sikre, at du eller andre børn og unge ikke oplever noget ubehageligt på internettet?





**Kun ca. halvdelen af
børn i 5. og 8. klasse
angiver, at de
voksne derhjemme
interessere sig for,
hvad de laver online**

Undersøgelse Børns digitale fællesskaber, Børns
Vilkår og Trygfonden 2022

Hvilke voksenreaktioner oplever børnene?

"Jeg må ikke slette i min indbakke, for mine forældre skal tjekke mine sms'er"

Kontrol

"Min mor siger, at jeg skal lade være med at svare. Og slet de dårlige beskeder"

Negligering

Tal om:

- Hvorfor reagerer den voksne sådan?
- Hvordan opleves det af barnet?

"Hvis jeg fortæller om noget dårligt på Facebook, griber min mor telefonen og ringer rundt"

Løsning

"Min far sagde, at hvis ikke det fnidder kunne stoppe, var jeg ikke gammel nok til at have en telefon"

Sanktion

Anbefalinger til reaktioner



Lyt



Anerkend



Inddrag

Hvad efterspørger børn og unge?

"Start en samtale og vis, at I står til rådighed"

"Lad være med at dømme os, når der sker noget ubehageligt online"

"Stol på os!"

"Lyt i stedet for at tro, at I som voksne altid har svaret"

(Børns Vilkår, 2023)



Hvilke følelser har barnet?

Hvad kan barnet have brug for en voksen til at hjælpe med?

”

Hej for nogle uger siden kom min ven og jeg til at filme en dreng, som lavede noget sjovt på toilettet. Jeg har slettet videoen men min ven sendte den videre. Det var ikke meningen at den skulle ses eller vises til andre, og jeg har sagt det til de voksne, men jeg er bange for hvad konsekvenserne er.

PLEASE HJÆLP!

- Barn, 12 år



Hvilke automatreaktioner kan man komme til at få?

Hvordan kan man reagere bedst muligt overfor barnet?



Skærmtid

HVAD laver barnet på skærmen?

HVORFOR er barnet på skærm?

HVEM er barnet på skærm med?

”

Min søn har trukket sig mere og mere fra familien. Han vil helst kun sidde og spille på computer.

FAR TIL BARN PÅ 12 ÅR

Hvornår er noget for meget?

- Går de digitale aktiviteter ud over andre aktiviteter (skole, fritid, famillietid)?
- Er barnet online pga. ensomhed, konflikter eller lignende?
- Er barnet del af gode fællesskaber online?
- Får barnet ordentlig mad, søvn og fysisk aktivitet?
- Bliver barnets humør påvirket af aktiviteterne på nettet?
- Er barnets generelle trivsel påvirket?
- Medfører det flere frustrationer og konflikter end andre aktiviteter?

Når der skal skabes **gode rammer**



Skab rammer og lav aftaler der giver mening

Vis at du forstår, at det sjovt at være på skærm

Forklar, hvorfor I har aftalerne

De voksne i familien er de gode eksempler



BØRNS
VILKÅR

DIGITALE FÆLLESSKABER OG DIGITAL MOBNING

STOP
SVIGT



Når mobning bliver digital

- Mange kan se med og blande sig
- Man har ikke fri fra mobningen
- Mulighed for anonymitet
- Ansigtsløs kommunikation
- Skjult/tavs mobning
- Billeddeling

Hver **tiende** barn i
5. klasse oplever
digital mobning

Sådan ser den digitale mobning ud

”

Her i aftes blev jeg meldt ind i en gruppe på snapchat af min bedste veninde, fordi der var nogle der mobbede hende. Hun har meget lav selvtillid og de sad og fortalte hende at hun var grim og Mig og nogle andre veninder prøvede at få dem til at stoppe, men de blev ved.

BARN 13 ÅR

”

Mit problem er at jeg bliver mobbet med at jeg elsker at danse. Jeg elsker at være på de sociale medier, så de har oprettet falske profiler og skriver at jeg er så fu**ing dårlig at de hellere ville dø end at se på mig danse.

BARN 13 ÅR

”

Jeg er en 13-årig pige der er træt af at blive hængt ud på de sociale medier.

Jeg får dagligt 2-3 beskeder på snapchat hvor der står at jeg er klam, at jeg stinker og at jeg bare skulle slette alle mine sociale medier fordi ingen gider alligevel at skrive med mig.

BARN 13 ÅR

”

Næsten alle på min årgang er med i en gruppe på messenger, men jeg er aldrig blevet inviteret (...) Alle mine venner er med. Inde på den gruppe mødes de alle mulige steder og har det sjovt. Men hvorfor er jeg ikke blevet inviteret?

BARN 14 ÅR

Børns Vilkår anbefaler -

Vær opmærksom på børnenes fællesskaber...

og læg mærke til, om der er børn i klassen, som står udenfor – både fysisk og digitalt. Kontakt skolen, hvis du ser, at nogen bliver udelukket, og tal med dit barn om, at alle skal være en del af fællesskabet.

Bidrag til et positivt samarbejde i forældregruppen...

og tag jævnligt snakken om børnenes digitale fællesskaber med de andre forældre, f.eks. på forældremøder. Bak op om skolens trivselsaktiviteter og husk, at et godt samarbejde mellem de voksne kan gøre en stor forskel for børnenes fællesskab.

Aktivitetsforslag: Tag testen med dit barn

TEST



TEST DIT DIGITALE FÆLLESSKAB

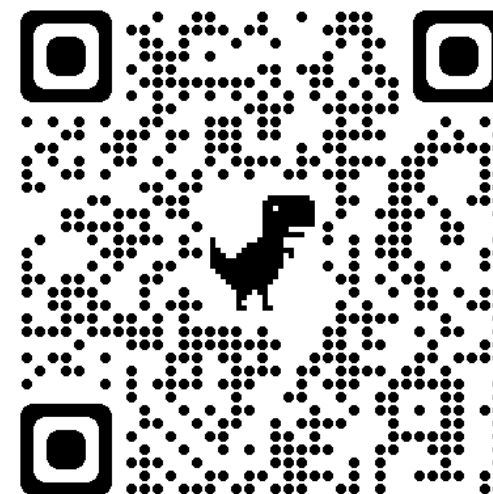
Trin 1 af 6

16%

I min klasse...

- er alle med i en chatgruppe
- har de andre chatgrupper uden mig
- er jeg med i en gruppe, men der er nogen, som ikke er
- har vi ingen fælles chat

NÆSTE



<https://bornetelefonen.dk/digitale-faellesskaber/>

Opsamling

- Husk, at børn og unge dyrker venskaber, relationer og fællesskaber på digitale medier
- Vær åben og nysgerrig i dialogen med dit barn
- Lav aftaler om jeres fælles digitale hverdag
- Tal om hvordan sociale medier kan skabe fællesskaber – men også det modsatte
- Vær selv en god rollemodel
- Hjælp dit barn med at være kritisk over for indhold på nettet og mekanismerne bag
- Tag snakken om børn og unges digitale fællesskaber på forældremøder

Her kan du få mere viden og rådgivning



Digitalt liv

bornsvilkar.dk/faa-gode-raad/digitalt-liv/



Ring 35 55 55 57

Gratis anonym telefonrådgivning



[Genvej.org](https://genvej.org)



[Tjekspillet.dk](https://tjekspillet.dk)



En podcastserie til forældre om børns digitale liv

SLETDET
Rådgivningen

Red Barnets indsats



<https://bornsvilkar.dk/skaermguiden/>