

DER ER SÅ MEGET FORÆLDRE IKKE FORSTÅR ...

HVAD SKAL JEG VIDE
NÅR MIT BARN GÅR
ONLINE?

Guide til forældre med 7–12-årige børn

11 RÅD TIL AT TACKLE DIT BARN'S ONLINE-LIV

- 1 Interessér dig for dit barns online-liv ved at spørge ind til det og følge med.
- 2 Husk, at børn grundlæggende bruger medier til det samme som voksne: at søge informationer, læse nyheder, lade sig underholde, spille, slappe af og være i kontakt med vennerne.
- 3 Anerkend, at digitale og sociale medier for børn er en adgangsbillet til fællesskabet.
- 4 Overvej at indføre tidsbegrænsninger for online-brug og mediefri zoner.
- 5 Undgå udelukkende at tænke i skærmtid. Kvalitet og leg kan ikke måles på tid.
- 6 Vær selv en god rollemodel i forhold til fx tidsbegrænsning og at være nærværende.
- 7 Lær dit barn gode online-vaner som at tale pænt, blokere ubehagelige personer og ikke dele private oplysninger.
- 8 Hjælp dit barn med at løse konflikter, ligesom du ville gøre i den fysiske verden.
- 9 Opsøg information om de sociale medier og de spil, dit barn ønsker en profil på.
- 10 Hjælp dit barn med at indstille privatindstillinger på de sociale medier.
- 11 Lav regler om køb af apps og køb i apps.

HVORDAN BLIVER DU ROLLEMODEL FOR DINE BØRN ONLINE



- Har I mediefrie (tids)zoner i hjemmet, og overholder du dem selv?
- Sender du beskeder, taler i mobil, læser opdateringer på sociale medier, besvarer mails osv., mens der er "familietid"? Fortæller du dit barn, hvad du selv laver på mobilen, søger på nettet, spiller af spil osv.?
- Lægger du film og billeder af dine børn på de sociale medier uden at spørge dem først?

Tal med dit barn om

- At tale pænt til alle – det gælder offline som online.
- At blokere og anmelde ubehagelige personer.
- At fortælle en voksen om folk, der stiller underlige spørgsmål eller er meget pågående.
- Ikke at dele private oplysninger som fx telefonnummer, adresse og CPR-nr. offentligt.
- At være opmærksom på faren for misforståelser, når man skriver til hinanden online.
- At give sig tid til at køle af, inden man skriver en kommentar eller en besked, når man er vred.
- At spørge om lov, inden man filmer og tager billeder af andre, og inden man deler dem med andre. Respekter et nej.

TIDSFORBRUG PÅ SPIL OG SOCIALE MEDIER

Det er helt normalt at være bekymret for dine børns tidsforbrug af spil og sociale medier. Der bliver sagt og skrevet rigtigt meget om mediers påvirkning af børn. Husk, at du som forælder er den, der kender dit barn bedst. Hvis du er bekymret for dit barns forbrug af spil og sociale medier, så bør du også handle på det.



Overvejelser om spiltid og skærmforbrug

- Er der balance imellem dit barns digitale liv, det sociale liv, motion og kost?
- Vis forståelse for dit barns fordybelse i spil og sociale medier. Anerkend, at det er sjovt, selvom du måske ikke helt kan forstå det.
- Lav aftaler i dialog med dit barn, og stil krav til, at de overholdes.
- Gå mere op i skærmmkvalitet end skærmtid.
- Det er en god idé at lukke ned for spil og sociale medier i god tid inden sengetid.
- Er spillene som udgangspunkt sociale dvs. holdspil versus solospil?

INFLUENCERS OG SKJULTE REKLAMER

Dit barn møder reklamer mange steder på nettet fx i spil, på sociale medier og som bannere på hjemmesider. Det kan være særligt svært for et barn at gennemskue, om der er tale om reklame, når en blogger på fx YouTube begejstret fortæller om et bestemt produkt. Det kaldes 'influencer marketing', når en blogger anmelder eller reklamerer for et produkt mod betaling eller får det gratis.

Tal med dit barn om

- Hvad er reklamer – både de tydelige og de skjulte?
- Hvilke bloggere/influencere/youtubere følger dit barn, og hvad blogger de om?
- Ikke at deltage i konkurrencer eller tilføje en applikation, uden at du har givet lov.
- Tal med dit barn om at være kritisk over for en youtubers anbefalinger.

i

Ifølge Markedsføringsloven er skjult reklame forbudt, og kommerciel omtale af et produkt skal tydeligt markeres som fx 'annonce' eller 'sponseret af'.

ALDER PÅ SOCIALE MEDIER OG SPIL

Nogle sociale medier (fx MovieStarPlanet og Momio) er målrettet børn fra 8 år, mens andre (fx YouTube, Instagram, Snapchat og TikTok) har en aldersgrænse på 13 år.

På computerspil finder du et vejledende aldersmærke – enten 3, 7, 12, 16 eller 18 år – og en række indholdsikoner. Brug disse som pejlemærke om spillets indhold på lyd- og billedsiden. Tag dit barn med på råd, da det ofte er børnene, der har størst viden om spil typer, indhold, og hvordan spillene spilles i forskellige sammenhænge. Se eventuelt gameplay-videoer på YouTube for at få en fornemmelse af indholdet.



APPS OG SPIL

Tal med dit barn om

- Hvilke apps og spil det henter – om de er gratis eller koster penge, og om der er mulighed for tilkøb i appen eller spillet.
- Konsekvensen af at klikke på 'tilbud' i apps og spil, og at det kan koste rigtige penge.
- Et evt. maksimum beløb, dit barn må bruge på apps og spil (evt. pr. uge eller måned).

i

- De fleste mobiler, tablets og spilkonsoller kan indstilles til at fravælge køb i apps og spil eller kun at gøre køb mulige ved brug af en kode.
- Det er ofte muligt at indstille mobiler og tablets til, at en af forældrene fra sin mobil kan begrænse børnenes adgang til udvalgte apps og køb i apps.
- Køb af apps og spil og tilkøb i apps og spil sker via det kreditkort, der er tilknyttet koden. Hvis du deler koden, svarer det til at dele koden til dit kreditkort.
- Gratis apps benytter nogle gange ugenemskuelige forretningsmodeller, der kan ende med at blive dyrt.

KONFLIKTER OG MOBNING



- Der vil altid opstå konflikter i en børnegruppe – online såvel som offline.
- Hjælp med at løse konflikten, evt. i samarbejde med andre forældre.
- Hvis dit barn får trusler eller gentagne mobbebeskeder, er det en god idé at sikre dig beviser ved at tage skærmbilleder af beskeder, billeder, videoer osv., inden du henvender dig til fx skolen eller SSP eller anmelder indhold på det sociale medie.



Hvorfor rammer mobning online hårdt?

- Online-mobning kan finde sted døgnet rundt. Det er ikke kun begrænset til skolegården eller fritidshjemmet.
- Man kan ikke altid se, hvem afsenderen er.
- Det er svært at vide, om det, afsenderen skriver, bare er for sjov.
- Sproget kan være hårdere, end når man står ansigt til ansigt. Det føles nemmere at mobbe, når man ikke kan se reaktionen fra den, der mobbes.
- I løbet af et splitsekund kan ydmygende billeder og beskeder spredes via sms eller sociale medier.

DIGITALE FODSPOR OG PRIVATLIV



- Lær dit barn, at adgangskoder er private.
- Undersøg, hvad I siger ja til, inden I opretter en profil. Det er oftest gratis at oprette en profil, men i de fleste tilfælde betaler I med de oplysninger, I afgiver.
- Vær også opmærksom på, hvad I giver apps adgang til. Det kan fx være adgang til kontakter, billeder, mikrofon og lokalitetstjenester. I indstillinger kan du slå adgangen til forskellige funktioner fra.
- Hjælp med at indstille privatindstillingerne på sociale medier.
- Når først billeder, videoer, opdateringer, oplysninger osv. er lagt ud på internettet, kan de aldrig med sikkerhed fjernes helt.
- Lær dit barn at forholde sig kritisk til at dele personlige oplysninger og billeder på nettet.



Udgiver

Medierådet for Børn og Unge, Center for Digital Pædagogik og Red Barnet i samarbejde med Legebranchen LEG, LEGO Koncern, Microsoft, Momio, MovieStarPlanet, Stofa/SE, TDC Group, Teleindustrien, Telenor, teleselskabet 3 og Telia.

2. udgave, februar 2019

Redaktør

Medierådet for Børn og Unge

Design

Pernille Volder Lund, DFI

Vignets: Marie-Louise Højer Jensen

Bestil klassesæt af pjecen på medieraadsinfo@dfi.dk

Find mere information

Medierådet for Børn og Unge: medieraadet.dk

Center for Digital Pædagogik: cdfp.dk

Red Barnet: sikkerchat.dk

Læs mere i den udvidede guide på medieraadet.dk, som du finder via denne kode:



Se også "Digital genial - aktiviteter til forældremødet", som er et gratis online-materiale med aktiviteter, der kan gennemføres på 20 minutter. Materialet findes på digitalgenial.dk.



Medfinansieret af Den Europæiske
Unions Connecting Europe-facilitet

Forfatteren har det fulde ansvar for denne publikation. Den Europæiske Union fralægger sig ethvert ansvar for brugen af oplysningerne i publikationen.