

# Børn og unge på sociale medier, spil og platforme.


Adfærd, kultur og foreløbige muligheder 2022

Anerkendelsesmedier, spil, snaps og voksnes rolle

Foredrag ved Lykke Møller Kristensen

 131 T  8 T  DEL  GEM ...

**digiwise**

A person's hands are holding a smartphone in the foreground. The phone's screen displays a video call with a woman in a classroom setting. A small clock is visible in the top right corner of the video feed. In the background, several children in a classroom are blurred.

Hvor er vi nu, efter smartphones har været allemandseje i mange år? Og hvor vil vi egentlig hen? Hvordan er det digitale menneske på job og derhjemme? Hvordan er det som medarbejder, leder, forældre eller som barn? Hvordan kommunikerer vi med hinanden? Hvilke nuancer overser vi, når vi taler om digitalt indfødte eller digitale nomader? Pointen i foredraget er, at vi er nødt til at forstå, før vi kan ændre. Desuden skal vi gøre op med vores fordomme og fascination for at kunne agere og hjælpe os selv, hinanden, vores børn og de unge. Skoler, forældre, skoleledere og børn og unge vil finde foredraget særligt relevant. Foredragets indhold centrerer sig om børn og unges faktuelle færden og de vigtigste opmærksomhedspunkter. Desuden giver Lykke afprøvede løsninger. Foredraget tager udgangspunkt i Lykkes bøger "Børn & Sociale medier" (2016) og "Dit digitale barn har brug for en voksen" (2018).

digiwise

**Den tyske filosof Martin Heidegger  
sagde allerede i 1953, at teknologi ikke  
handler om teknik, det handler i stedet  
om mennesker.**

**digiwise**



”Kan vi lavpraktisk undervise i alle de problematikker, der findes på sociale medier og spil som skole, forældre og samfund?  
Eller skal vi sætte ind på en anden – gammelkendt – måde. Ved at praktisere det, vi altid har gjort: dialog, rammer, regler og gentagelser.  
**Og dermed selv blive klogere”**

---

**Lykke Møller  
Kristensen**

**dig i wise**



Unge bruger mere tid på smartphones, spil og sociale medier end på skolen.

Foretrukne medier er Facebook (fortrinsvis Messenger, grupper og begivenheder), Snapchat, Instagram, Tik Tok og YouTube.

Voksne bruger også meget tid på sociale medier døgnet rundt.

**DR medieudviklingsrapport  
2020**

[https://www.dr.dk/om-dr/fakta-om-dr/  
medieforskning](https://www.dr.dk/om-dr/fakta-om-dr/medieforskning)

**digiwise**

## Det vi ved

Forskellige undersøgelser af børn og unges medieadfærd og brug af smartphones og sociale medier viser overordnet et stort forbrug og dilemmaer som hårdt sprog, uhensigtsmæssig delekultur, manglende styr på sikkerhed og undertemaer som spejling og perfektionskultur, eksponering via influencers og behovet for tilgængelighed, men også eksponering for salg af stoffer, selvskade og hårdt sprog.

*Men også positive og udviklende oplevelser og fællesskaber – for eksempel fællesskaber for interesser og muligheder for at mødes på tværs. Inspiration til leg og kreativitet, udvikling via spil og konkrete redskaber til for eksempel at forstå en matematikopgave.*

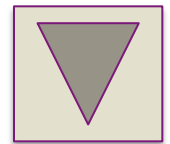
## Der forskes desuden i

I relation til de fysiske konsekvenser forskes der i og advares omkring hjernens udvikling, påvirkning af søvn, koncentrationsbesvær. Der er desuden undersøgelser i gang omkring sammenhængen mellem mistrivsel og stress/ depressioner og brugen af smartphones og sociale medier. Der er tegn på, at børn og unge, der sover dårligt og mistrives forbindes med brug af smartphones om natten.

I 2020 forskes der endnu ikke i helheden, ligesom der er mindre forskning i de positive effekter end i de negative konsekvenser.

Ligesom der ikke forskes i, om alarmerende tilgang er den rette, når det kommer til at ændre en negativ udvikling i forhold til det digitale.

*Interviews og brugerindsigt, dialog og samtale som supplement er altid et plus.*

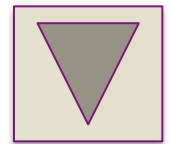


Se kildeliste på  
<https://gad.dk/dit-digitale-barn>

digiwise

## Ekspertter er enige om

- Det er et opmærksomhedspunkt, at børn og unge ikke kun spejler adfærd fysisk



**digiwise**

Se kildeliste på  
<https://gad.dk/dit-digitale-barn>

## Kort intro til den digitale tidslinje

Fokus – samtale, regler og problematikker opstår ofte i mellemtrins-alderen

6-9 år

10-13 år

14-18 år

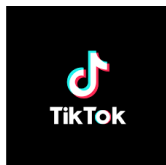
Børn har i mange tilfælde grundlagt deres færden og forståelse af tryghed/sikkerhed, tone/likes, delinger/tråde allerede i indskolingsalderen. Blandt andet via YouTube (anerkendelsesmedie) og spil. **Vigtigst: De har grundlagt en færden uden at være vant til løbende dialog og hjælp fra voksne.**

Interagerer og reagerer på baggrund af det, de har set og været en del af hidtil. Er optagede af, hvad der virker for andre og af andres ageren. Regler og etik og moral følger ikke automatisk med medierne men kommer af voksnes tilgang. Kan være svært at komme på banen med dialog, når de har været vant til at være på uden dialog. Evner at forstå en URL (Unrealife) situation som en IRL (Inreallife) **og vil gerne snakke og dele med voksne, der har en nysgerrig tilgang. Har brug for at reflektere med voksne.**

Kan have en automatiseret færden, der tager udgangspunkt i forventninger og forestillinger (sådan tænker alle nok) og mindre i reelle erfaringer og samtaler. Bliver i stigende grad præsenteret og konfronteret med regler og advarsler, som de ikke nødvendigvis omsætter til deres hverdag digitalt. Eks. er regler om billeddelinger. Her har de haft sociale medier i op til otte år (YouTube) for nogens vedkommende og er vant til at bruge medierne på deres egen måde – og ofte uden dialog. **Har ikke en sikker adfærd og forstår ikke nødvendigvis konsekvenser af deres digitale spor.**

YouTube

BeReal.



ROBLOX  
Powering Imagination



digiwise







## Kulturen grundlægges tidligt:

Delinger – vi deler alt

Sproget – vi skriver nogle gange grimt

Tvivl – ”er vi ikke bedste venner mere”

Likehunting – vi deler for at blive liket

Kontakt – vi connecter med andre

Bevidsthed – vi er på uden at sikre os

Billeder – vi tager billeder af os selv og andre

dig i w i s e

## Kort om indsatser og behov

### Dialog, rammer og involvering

6-9 år

10-13 år

14-18 år

Dialog skal svare til frekvens. Hvor mange gange går man over vejen med barnet, inden det må færdes frit i trafikken.

Undersøgelser viser, at børn, der tidligt får styr på reglerne og bliver vant til at reflektere sammen med andre – gerne voksne – bruger det i deres digitale færden.

**Et godt udgangspunkt er at huske på, hvordan børn udvikler deres sociale kompetencer: nemlig ved at spejle sig i andre og blive guidet af voksne.**

Et godt forældresamarbejde spiller ofte en stor og positiv rolle.

Lav små øvelser, eks. sms-testen.

Præsenter reglerne i overensstemmelse med børns alder.

Regler og forbud kan ikke stå alene.

Dialog er afgørende.

Nysgerrig dialog, regler og rammer.

Hav skærmtid. Aktivér for eksempel børns evne til omtanke ved brug af sociale medier, spil og platforme – brug tomgangsmetoden.

Løbende samtaleemne, både omkring regler og omkring det, der er sjovt.

Nysgerrighed og fordomsfrihed skaber kontakt, fordomme og advarsler skaber afstand (ifølge børnene selv).

**Sig hellere:**

**”Hvordan passer du på dig selv på nettet”  
end: ”Pas på dig selv på nettet.”**

Børnenes hverdag er fuld af digitale input, derfor skal voksne på banen. Sæt regler og tal om reglerne, samarbejd på tværs og tal om smartphones og de sociale medier uden at have dem ved siden af.

Fra URL til IRL. Forbud kan ikke stå alene.

Dialog er afgørende.

Nysgerrighed og dialog og aktivering af forståelsen af konsekvenser.

Tal om, hvilke signaler, man sender og hvordan man er god ved sig selv ved at være god ved andre.

Tal om at se sig selv som en kommende medarbejder og om, hvordan unge selv kigger på andre og vurderer dem ud fra deres online færden.

Tal om sikkerhed – også familiens sikkerhed, hvis teenageren ikke har indstillingerne i orden.

**Vær tilgængelig og vær den autoritet, teenageren har brug for.**

Vær ikke nødvendigvis ”med på moden” men vær den voksne.

Dialog er stadig afgørende.

**Sms-testen: (populær til de mindste)**

*Send en sms til hinanden*

*Slet den sendte sms fra afsenders telefon*

*Vis, at den stadig er på modtagerens telefon*

**Øvelse fra URL til IRL vedhæftet**

*Går i overskrifter ud på at forstå digitale situationer med et fysisk spejl. Et like = et highfive. Bagtalelse på Messenger = hvisken i hjørnet.*

**Tomgangsmetoden:**

*Sæt tid på formålet med telefonen med eks:*

*30 minutter til social "snak"*

*30 minutters inspiration (eks. mode, spil, kreativitet)*

*30 minutter til viden eller lektier*

*30 minutter til tomgang.*

*Definer sammen, hvad tomgang dækker over. Unge vil typisk selv definere det som den tid, hvor de ikke har et formål.*

*Denne øvelse vil få dem til at reflektere over, hvor ofte, de har digital tomgang. I nogle familier er det blevet en intern kamp om at minimere tomgang.*

***"Pas på dig selv på nettet" – erstattes af "Hvordan passer du på dig selv på nettet?"***

**dig i w i s e**

# Hoveformål: At blive klogere sammen

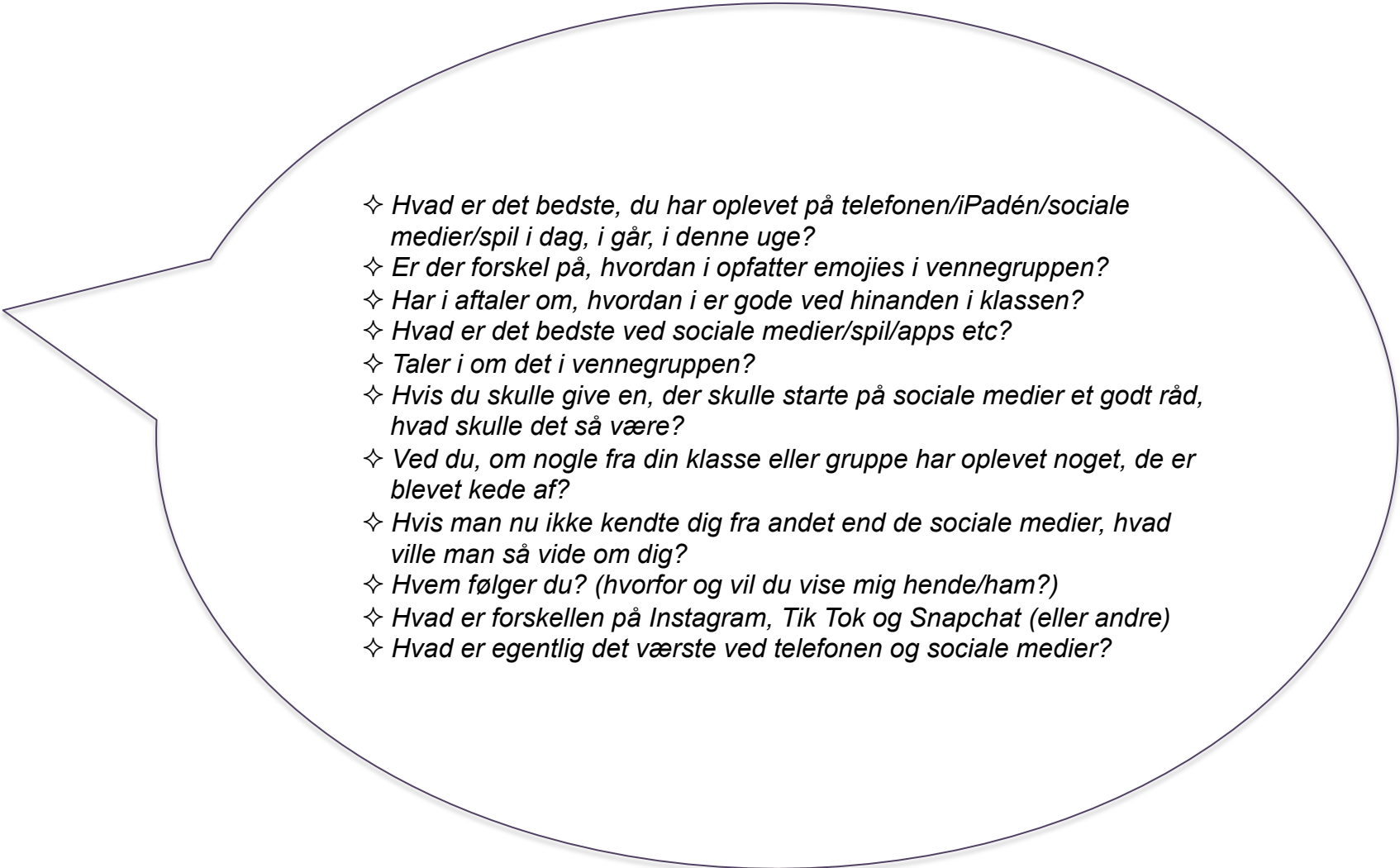
Der er intet, der tyder på, at vi som voksne kan tage for givet,  
at digital dømmekraft kommer af sig selv.  
Hverken hos voksne eller hos børn.

Det virker derimod at tale og blive klogere sammen.  
På tværs af faggrupper, familier, ledernetværker etc.

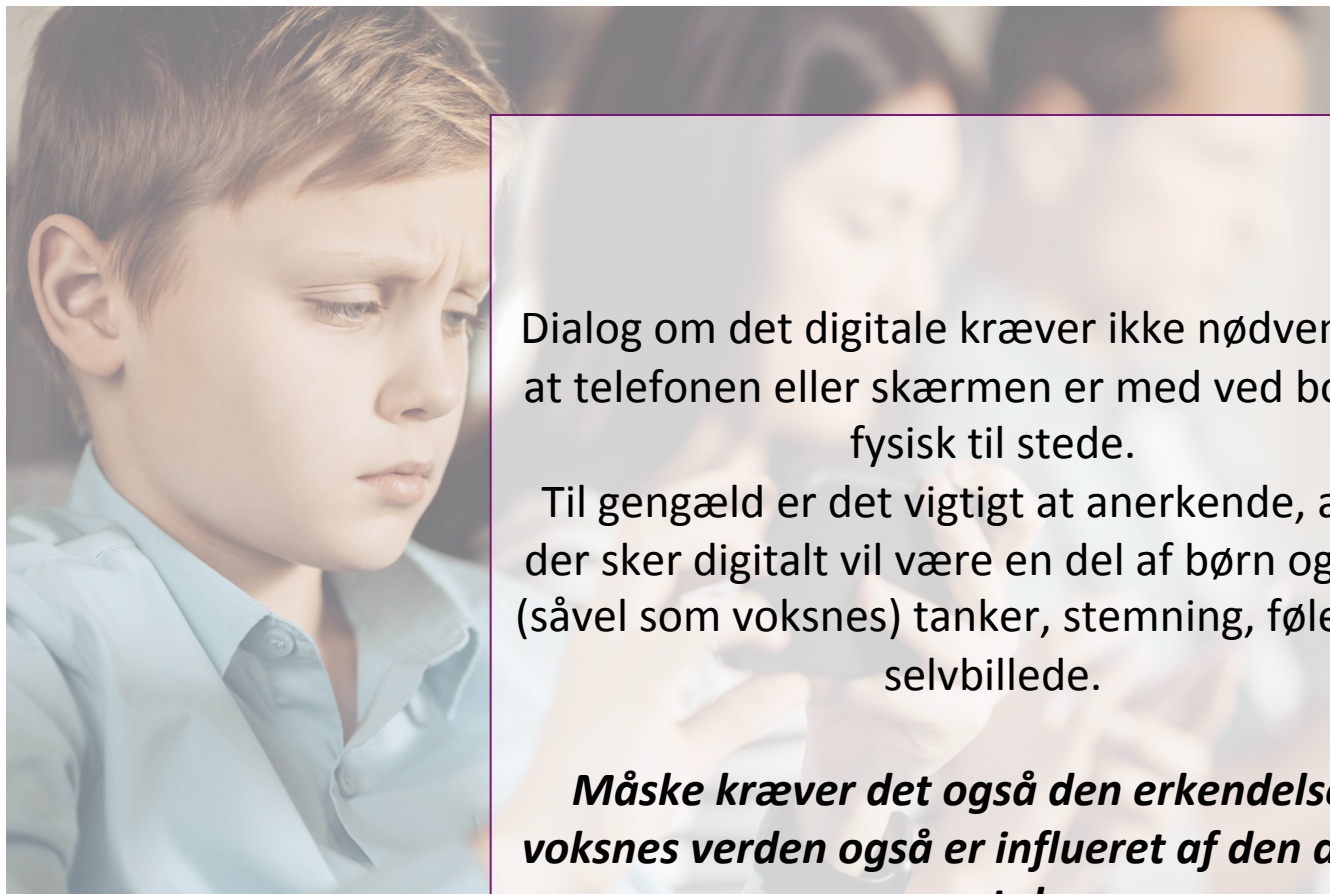


digiwise



- 
- ❖ *Hvad er det bedste, du har oplevet på telefonen/iPadén/sociale medier/spil i dag, i går, i denne uge?*
  - ❖ *Er der forskel på, hvordan i opfatter emojis i vennegruppen?*
  - ❖ *Har i aftaler om, hvordan i er gode ved hinanden i klassen?*
  - ❖ *Hvad er det bedste ved sociale medier/spil/apps etc?*
  - ❖ *Taler i om det i vennegruppen?*
  - ❖ *Hvis du skulle give en, der skulle starte på sociale medier et godt råd, hvad skulle det så være?*
  - ❖ *Ved du, om nogle fra din klasse eller gruppe har oplevet noget, de er blevet kede af?*
  - ❖ *Hvis man nu ikke kendte dig fra andet end de sociale medier, hvad ville man så vide om dig?*
  - ❖ *Hvem følger du? (hvorfor og vil du vise mig hende/ham?)*
  - ❖ *Hvad er forskellen på Instagram, Tik Tok og Snapchat (eller andre)*
  - ❖ *Hvad er egentlig det værste ved telefonen og sociale medier?*

**digiwise**



Dialog om det digitale kræver ikke nødvendigvis, at telefonen eller skærmen er med ved bordet – fysisk til stede.

Til gengæld er det vigtigt at anerkende, at det, der sker digitalt vil være en del af børn og unges (såvel som voksnes) tanker, stemning, følelser og selvbillede.

***Måske kræver det også den erkendelse, at voksnes verden også er influeret af den digitale samtale.***

**digiwise**

Se flere øvelser og spørgsmål i bogen: "Dit digitale barn har brug for en voksen". Se rabatkode bagerst.



”Der gælder ikke særlige regler på sociale medier. De regler om, at man skal være sød mod hinanden i skolegården, gælder også, når man er på Snapchat og Facebook.”

---

**Ida Sofie, 11 år**

**digiwise**



## Forslag til en jordnær battle:

### Hvem ved mest?

En god måde at lære om regler og privatindstillinger på er at lege: "Hvem ved mest."

Brug spørgsmålene herunder.

1. Hvor kan man indstille sine privatindstillinger?
2. Kan man selv bestemme, hvordan ens væg ser ud på Facebook, for folk, der besøger den uden at være ven?
3. Hvor meget ser folk, der ikke kender dig på Instagram, Snapchat og Tik Tok/Facebook.
4. Kan du blive kontaktet, selv om du har en privat profil?
5. Hvor anmelder du upassende indhold?

**dig** iwiS©  
FIND SVARENE SAMMEN





Forskning viser, at børn og unge op til 18 år gerne vil tale med voksne om sociale medier og deres digitale verden. Men at de frygter at få taget deres telefoner fra dem, slukket for internettet eller at deres forældre bliver skuffet over dem, hvis de har begået fejl.

Kilde: på <https://gad.dk/dit-digitale-barn>

**dig i wise**



Undersøgelser viser desuden, at voksne også har brug for viden, perspektiv og gode dialoger for ikke kun at blive gode rollemodeller men også forstå egen sikkerhed, rammer og digitale valg, der kan have betydning for fremtiden, virksomheder og trivsel.

digiwise

Se mere på:  
**Digiwise.dk**  
-her kan du skrive dig op til nyhedsbrevet

**digiwise**

[blog](#) [eksperten bag](#) [foredrag](#) [kontakt](#) [shop](#)



**BØRN/UNGE**

**ALDERSGRÆNSER FOR BØRN OG  
UNGE PÅ SOCIALE MEDIER OG  
SPIL**

[Read more](#)



**BØRN/UNGE**

**SÅDAN FÅR DU GANG I DIALOGEN  
MED DIN TEENAGER**

[Read more](#)



**DET DIGITALE MENNESKE**

**UNDERSØGELSE VISER, AT OVER  
HALVDELEN AF TEENAGERE SELV  
SÆTTER REGLERNE ONLINE**

[Read more](#)



Eller gør som 7800 andre og følg os på Facebook



SoMe-Right

@boernogsocialemedier

Startside

Opslag

Videoer



SoMe-Right  
*har skiftet navn til*


**digiwise**

 Synes godt om ▾

 Følger ▾

 Del



Læs mere 

**digiwise**

## Eller bliv klogere sammen



**digitalt Klogere sammen** er en æske fuld af spørgsmål, der skal trække oplevelser ud af skærmen og ind i det fysiske samvær ved at animere til at tale om det, der foregår - på skærmen.

Kom tættere på og lær mere *om* og *af* hinandens digitale hverdag, valg og oplevelser – og bliv klogere sammen. Æsken indeholder 90 dialogkort, **der samler mennesker om det liv**, vi lever digitalt. Alle kort indeholder op til fire spørgsmål om samme tema og kan derfor bruges bredt af **alle** - uanset om I er kolleger, venner, familie eller interessefællesskab. Find selv det spørgsmål på kortet, der bedst egner sig til situationen.

Samtalekortene kan anvendes til fælles refleksioner eller nye beslutninger om brugen af det digitale.

**Eksempler på hvordan samtalekortene kan anvendes i forskellige sammenhænge:**

**I familien:** Til at skabe gode samtaler om den digitale verden og de oplevelser, vi hver i sær har. Velegnet til at få talt om gode skærmregler og sikkerhed men også til at samles om det sjove, så det digitale ikke kun kommer til at handle om det svære.

Se mere på <https://shop.digiwise.dk>



Spørgsmål, kommentarer og  
debat er velkomne på:  
[lmk@lykkemoellerkristensen.dk](mailto:lmk@lykkemoellerkristensen.dk)

Eller via telefon:  
40 33 43 19