

BØRNS  
VILKÅR

# BØRNS SKÆRMBRUG: UDFORDRINGER OG ANBEFALINGER, GLADSAXE KOMMUNE, D. 6. MARTS 2024

Kathrine Elmosse Jørgensen, digital medieekspert, Børns Vilkår

STOP  
SVIGT

# Program



- SKÆRMBRUG BL. SMÅ BØRN
- ANBEFALINGER VEDR. SKÆRMBRUG I DAGINSTITUTIONER
- SKÆRMBRUG BL. SKOLEBØRN
- DIGITAL MOBNING
- ANBEFALINGER VEDR. SKÆRMBRUG - INDSKOLING, MELLEMLTRIN OG UDSKOLING
- HVAD ØNSKER BØRNENE AF DE VOKSNE?
- SPØRGSMÅL

# 3-6-åriges forbrug af tv og streaming

80% af børn på 3-6 år streamer ugentligt.

Gennemsnitligt dagligt minutforbrug: **101 min.**

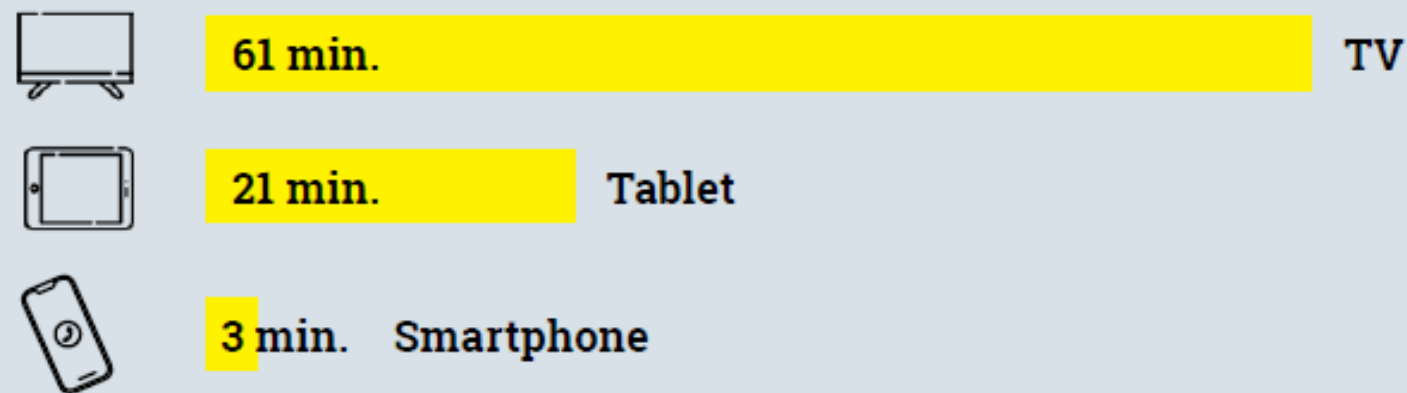
84 min. streaming

17 min. flow-tv

Ugentlig skærmtid: **11 timer**

...derudover kommer tid brugt på spil og apps

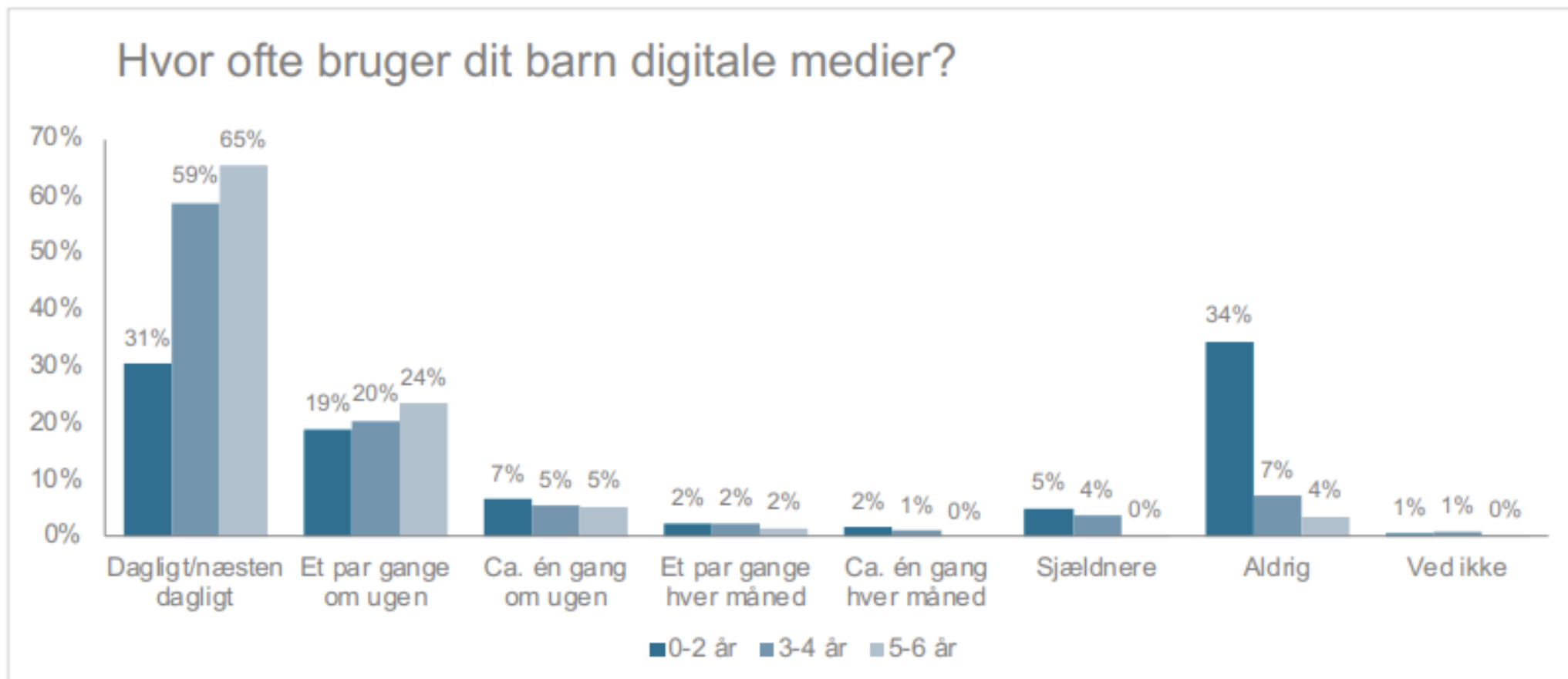
Figur 4. 3-6-åriges daglige minutforbrug på streaming fordelt på enheder, pr. 1. halvår 2023



- Data fra et særtræk fra DR's seermålingen på de 3-6-åriges tv- og streamingforbrug (2023)

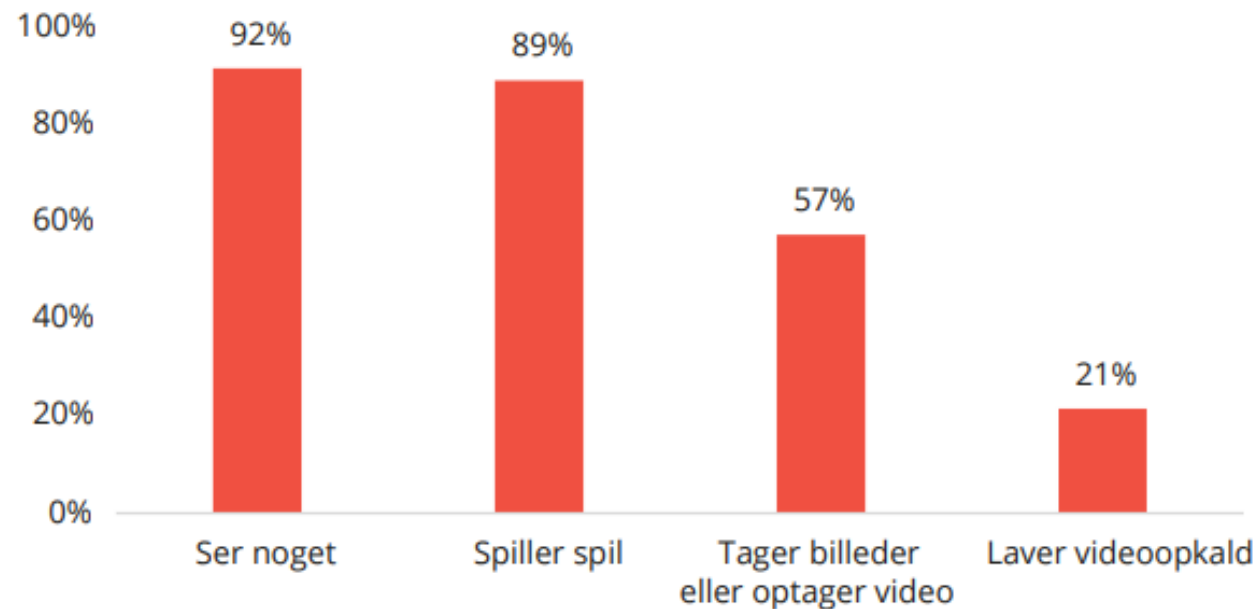
# 0-6-årige børns mediebrug – ifølge forældrene

(Medierådet, 2022)



# 4-6-årige børns mediebrug – ifølge børnene selv (Børns Vilkår, 2023)

Figur 1. Andel børn der ser noget, spiller spil, tager billeder/videoer og laver videoopkald



Note: 491 besvarelser på spørgsmålene: "Ser du noget på iPad'en/telefonen derhjemme?", "Spiller du spil på iPad'en/telefonen derhjemme?", "Tager du billeder eller optager videoer med iPad'en/telefonen derhjemme?". 484 besvarelser på spørgsmålet: "Bruger du iPad'en/telefonen til at snakke med din familie på video, fx over FaceTime?"

”

Vi har to iPad'er. En til min storebror og en til mig. Og så sådan en baby-iPad til min lillesøster.

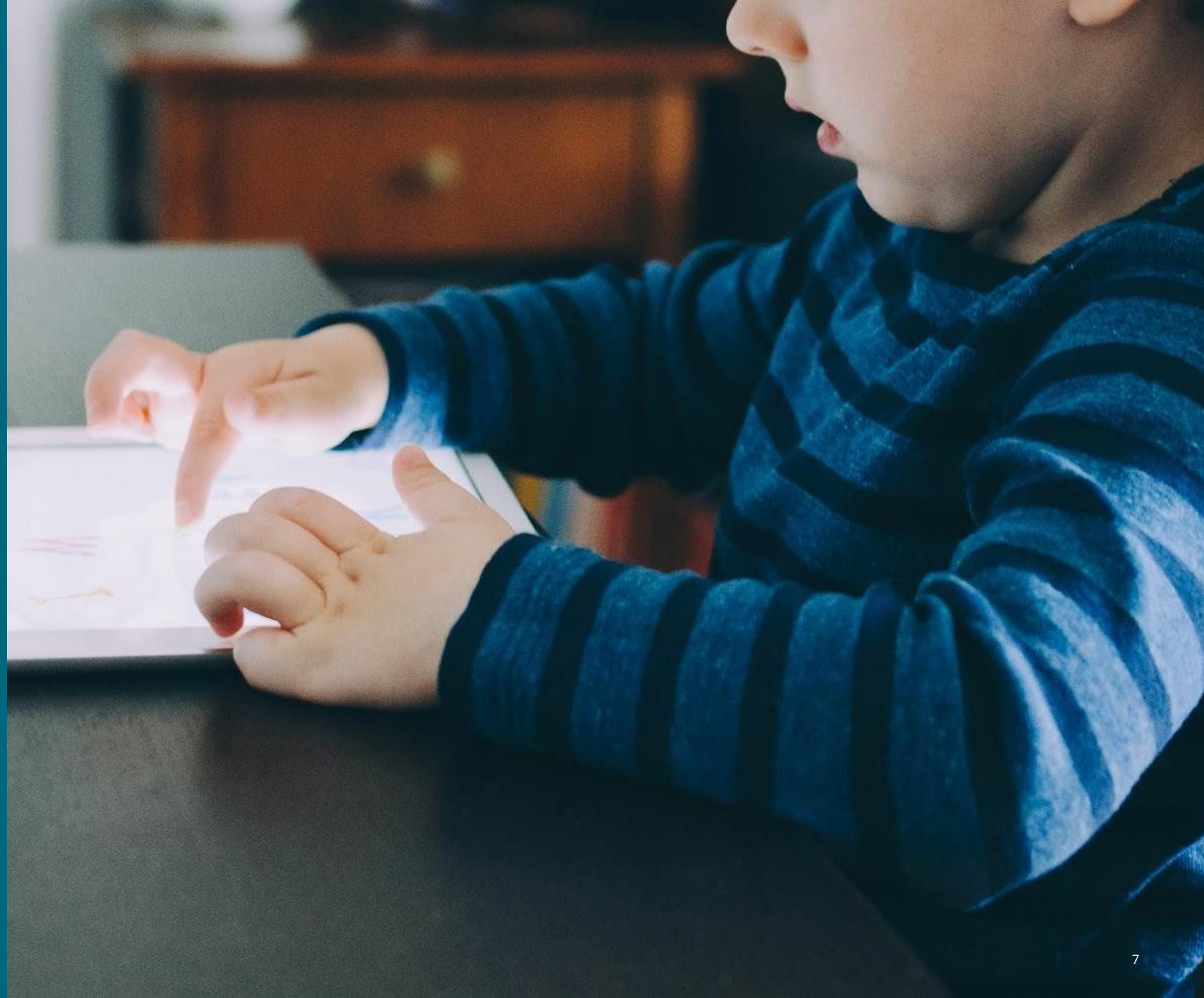
**Vibe, 5 år**



## Brug af digitale medier i daginstitutioner (vuggestue og børnehave)

### National kortlægning (DPU, 2020):

- 79% af danske daginstitutioner anvender aktivt digitale medier i det pædagogiske arbejde.
- Typisk bruger børn i danske daginstitutioner (70%) max 10 minutter dagligt på skærmaktiviteter.
- 10% benytter aldrig digitale medier sammen med børnene.
- 11% benytter digitale medier, men søger så vidt muligt at begrænse børns (individuelle) brug.
- OBS! Vi mangler nye kortlægninger og forskning i effekten af skærmbrug i daginstitutionerne





# Skærmens betydning i små børns liv

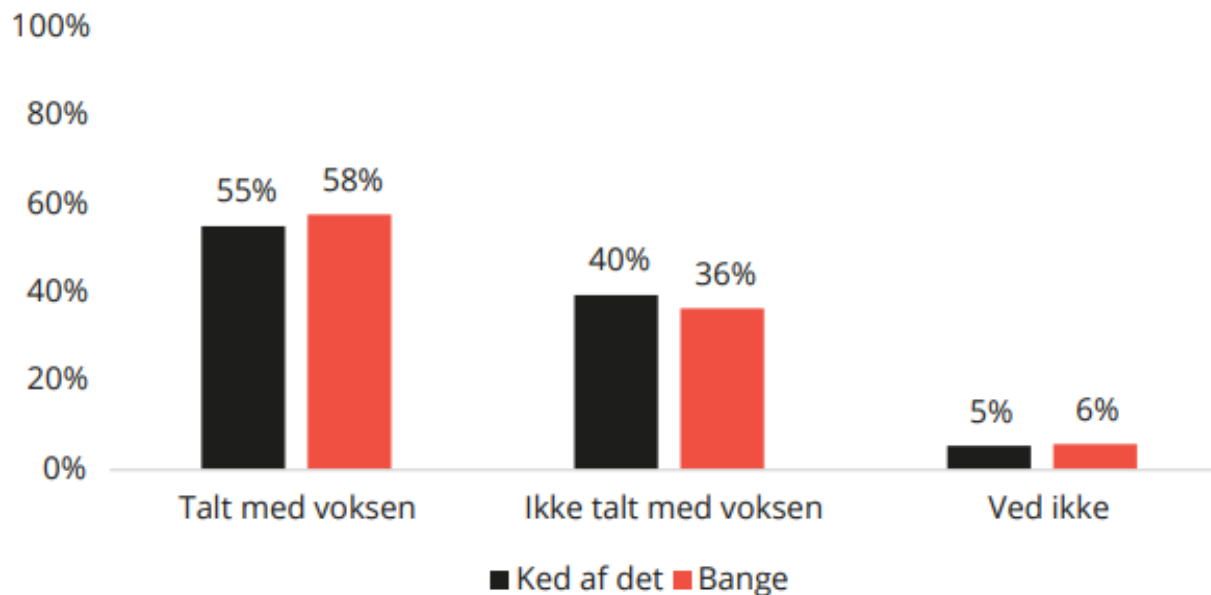
Vi ved, at

- Små børn har et stort behov for menneskelig og fysisk kontakt
- De har brug for at kunne spejle sig og få respons på det, de oplever
- De har brug for at opleve med alle sanser; at se, smage, lytte, mærke og røre
- Det kan skærmen ikke tilbyde
- Derfor vigtigt, at det ikke bliver erstattet af skærmbrug
- Der er ikke noget, der peger på, at det lille barn går glip af noget ved ikke at være på skærm – socialt eller udviklingsmæssigt
- Derfor tyder det ikke på, at andre aktiviteter tager noget fra skærmbruget – snarere omvendt



# Skærmbrug kan påvirke små børn følelsesmæssigt (Børns Vilkår, 2023)

Figur 11. Andel børn der har talt med en voksen efter at have set noget på tablet/telefon, der gjorde dem hhv. ked af det og bange



Note: 129 besvarelser på spørgsmålet "Snakkede du med en voksen om det, da du så noget på iPad'en/telefonen, der gjorde dig ked af det?" og 137 besvarelser på spørgsmålet: "Snakkede du med en voksen om det, da du så noget på iPad'en/telefonen, der gjorde dig bange?"

Oliver: *Jeg synes, det var sjovt. Men ikke det med edderkoppen.*

Interviewer: *Det var sjovt at se YouTube, men det var ikke så rart at se det med edderkopperne.*

Oliver: *Nej. Der kom godt nok mange ud. De var lidt store. Jeg vil tro, de var fugledderkopper (...)*

Interviewer: *(...). Var der nogen sammen med dig, mens du så det, eller var du alene?*

Oliver: *Jeg var bare alene. (...)*

Interviewer: *Og fortalte du så, at du havde set noget uhyggeligt med edderkopper?*

Oliver: *Nej. Jeg sagde bare, min mor skulle se det igen. Men jeg kunne ikke finde det.*

Interviewer: *Så du ville egentlig gerne have vist edderkopperne til din mor?*

Oliver: *Ja.*



# Positive effekter ved skærmbrug for børnehavebørn

- Læring, spejling, underholdning
- Særligt hvis...
- Skærmforbruget foregår sammen med andre
- Indholdet er alderssvarende
- Skærmb Bru gen ikke er passiv, men aktiv
- Forældre eller andre voksne følger op og taler med barnet om skærmindholdet (Yang et al. 2023)
- Barnet i øvrigt har et liv med socialt samvær, fysisk bevægelse, god nattesøvn



## SKÆRMANBEFALINGER - VUGGESTUE OG DAGPLEJE

- Lav en skærm- og billedpolitik
- Brug ikke digitale medier med de 0-2-årige børn
- Placer skærme (fx til check-in) steder, hvor de ikke distraherer eller forstyrrer samværet
- Spil musik fra platforme uden billedside og uden reklamer
- Tag kun billeder af børnene i begrænset omfang, fx for at understøtte fællesskabet ved at dokumentere særlige begivenheder eller fælles oplevelser
- Del ikke billeder af børnene på digitale platforme, fx Aula
- Hvis billeder/videoer af børn deles på digitale platforme (fx Aula), bør forældre opfordres til ikke at dele billederne/videoerne videre



## SKÆRMANBEFALINGER - BØRNEHAVE

- Lav en skærm- og billedpolitik
- Placer skærme (fx til check-in) steder, hvor de ikke distraherer eller forstyrrer samværet
- Spil musik fra platforme uden billedside og uden reklamer
- Tag kun billeder af børnene i begrænset omfang, fx for at understøtte fællesskabet ved at dokumentere særlige begivenheder eller fælles oplevelser
- Del ikke billeder af børnene på digitale platforme, fx Aula
- Hvis billeder/videoer af børn deles på digitale platforme (fx Aula), bør forældre opfordres til ikke at dele billederne/videoerne videre
- **Brug af digitale medier skal altid kobles op på pædagogisk aktivitet**
- **Vis kun film på større skærme og som en fælles aktivitet ved særlige lejligheder**

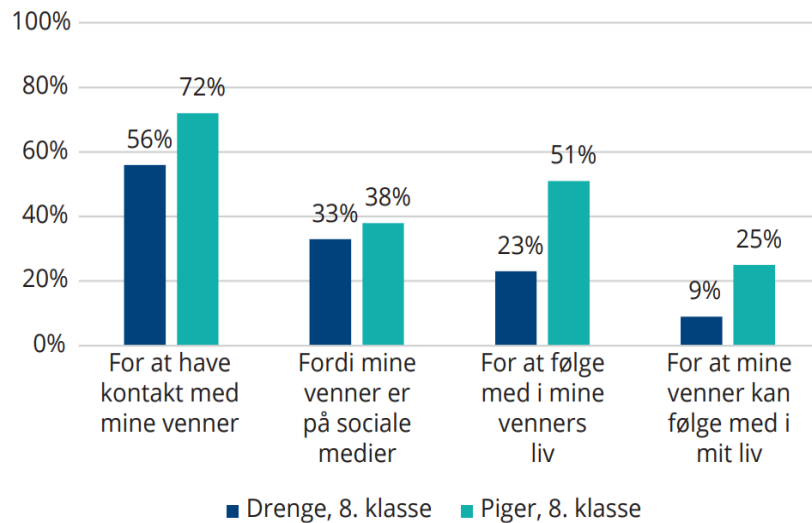
# Børn og unge på digitale medier – hvor meget og hvor mange?

- 99 pct. af eleverne i 5. og 8. kl. på sociale medier hver dag
- Elever i 8. kl. typisk på 7 forskellige sociale medier – 4 af dem dagligt
- 3 ud af 4 elever i 8. kl. gamer
- (Børns Vilkår & TrygFonden, 2023)
- 9-14-årige bruger dagligt 97 min. på YouTube og 78 min. på TikTok
- (DR Medieudviklingen, 2022)

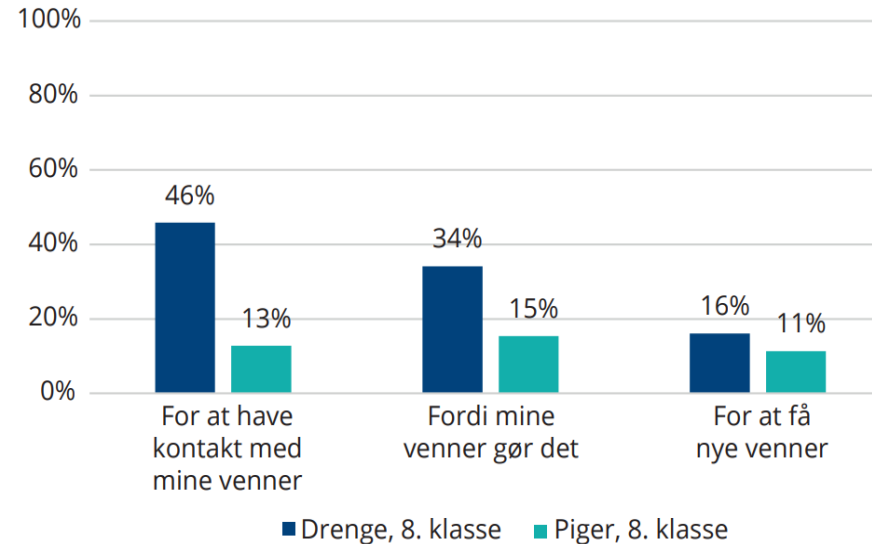


# Børn og unges digitale fællesskaber

Andel børn i 8. klasse, der er på sociale medier for at dyrke venskaber, fordelt på køn



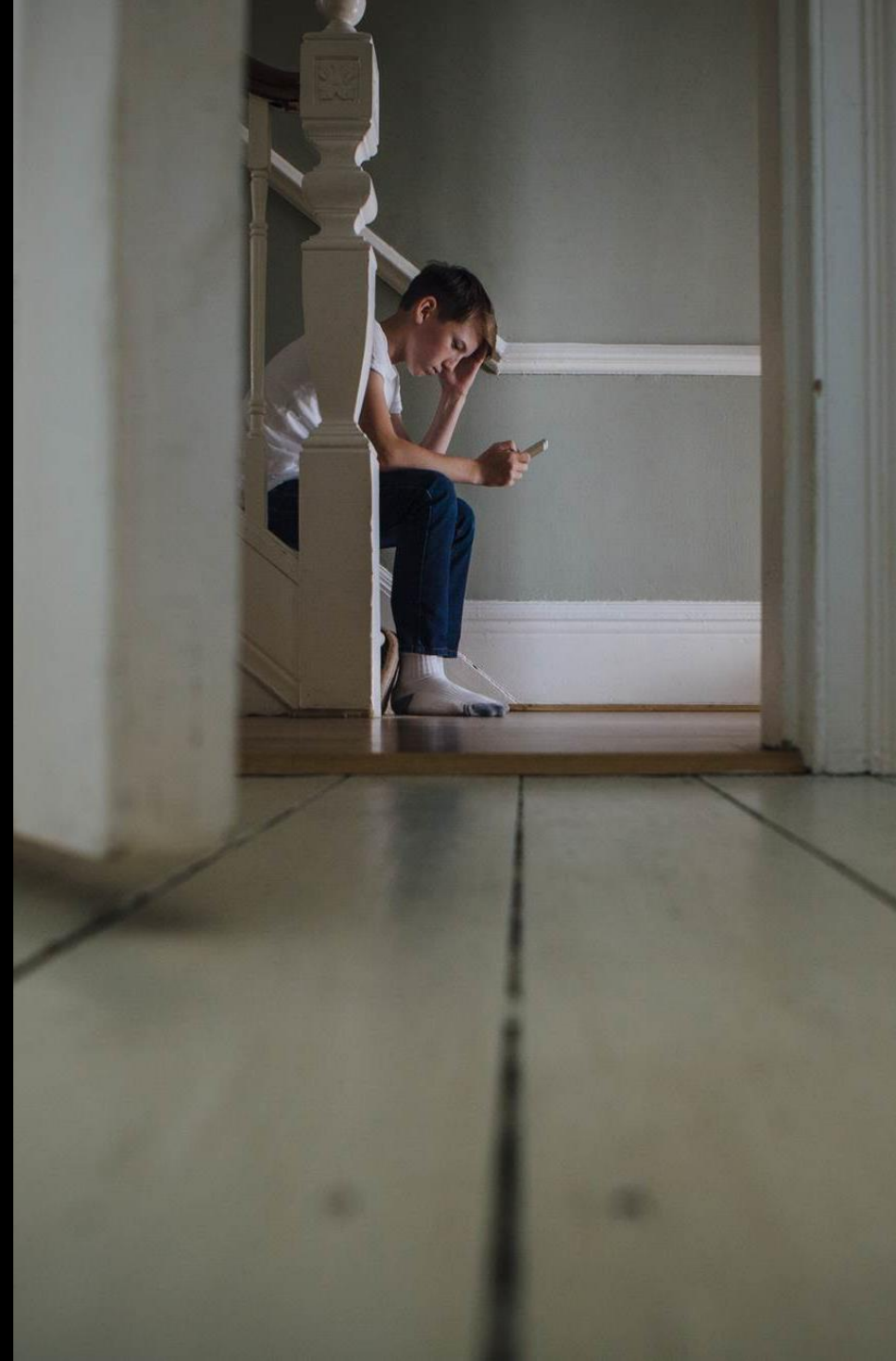
Andel børn i 8. klasse, der gamer for at dyrke venskaber, fordelt på køn



(Børns Vilkår og TrykFonden, 2022)

- Dyrke og opbygge venskaber, relationer og flirts
- Interessefællesskaber
- Uafhængige af tid og rum
- Udforske identitet og seksualitet
- Viden og hjælp
- Adgang til inspirerende indhold

# Henvendelser på BørneTelefonen og HØRT i 2023



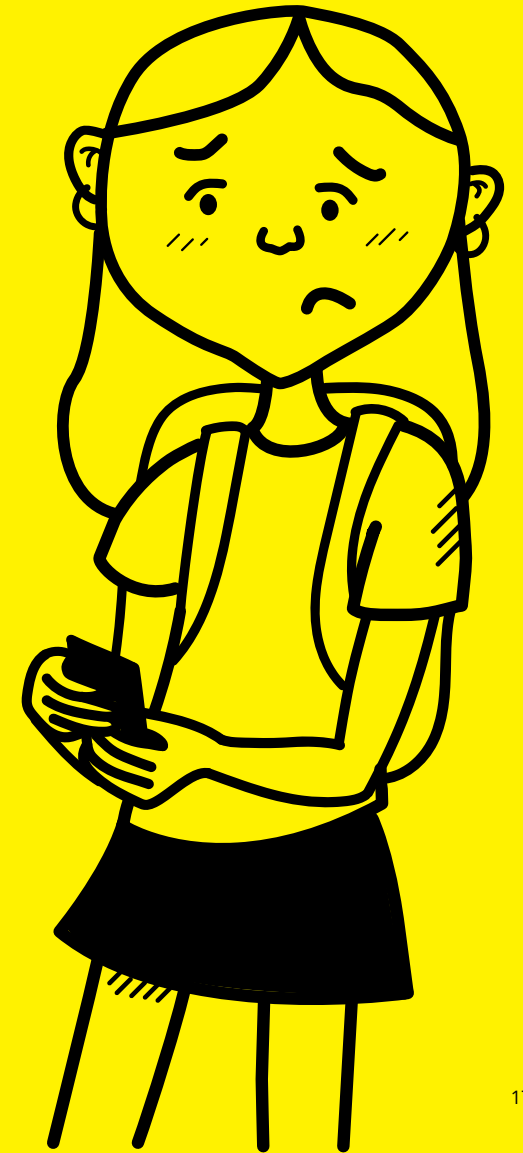


”Mig og min ven lavede en fake snap for sjov. Jeg havde den på min telefon, begyndte at skrive med en, vi sendte nogle nøgenbilleder. Jeg vidste ikke han gemte dem og nu har han truet med at ligge dem op hvis jeg ikke gør som han siger. Har rapporteret ham til snapchat men de kan jo ikke slette hans billeder. Hvad skal jeg gøre? Jeg siger det altså ikke til mine forældre eller nogen der ved hvem jeg er.”

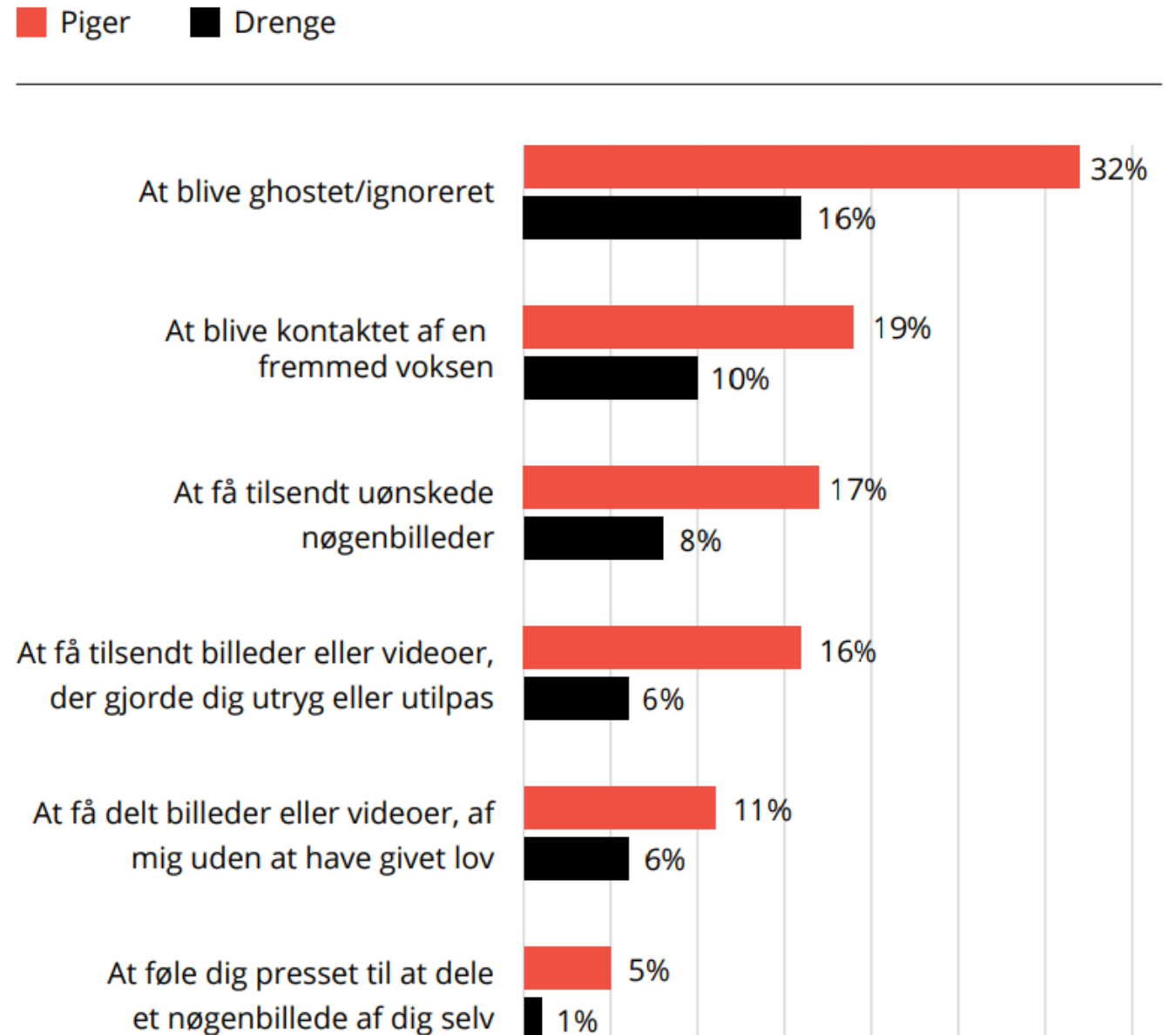
**Pige, 13 år**

”Har været et klamt svin på snapchat og gjort ting der potentielt kunne give mig fængselstid. Har det forfærdeligt og overvejer at tage mit eget liv. Hvad fanden gør jeg?”

**Dreng, 15 år**



# Andel børn i 8. klasse som har haft forskellige uønskede oplevelser, fordelt på køn



(Børns Vilkår og TrygFonden, 2023)



(ADD-rapport, 2023)

# Ulighed ses også inden for det digitale

Stor **ulighed og skævhed** ift.:

- Hvem der har **ubehagelige oplevelser** online
- Hvem der benytter **strategier til at håndtere** ubehagelige oplevelser online
- Hvem der **involverer** deres forældre
- Hvem der oplever at **have det sjovt** med deres klassekammerater på sociale medier

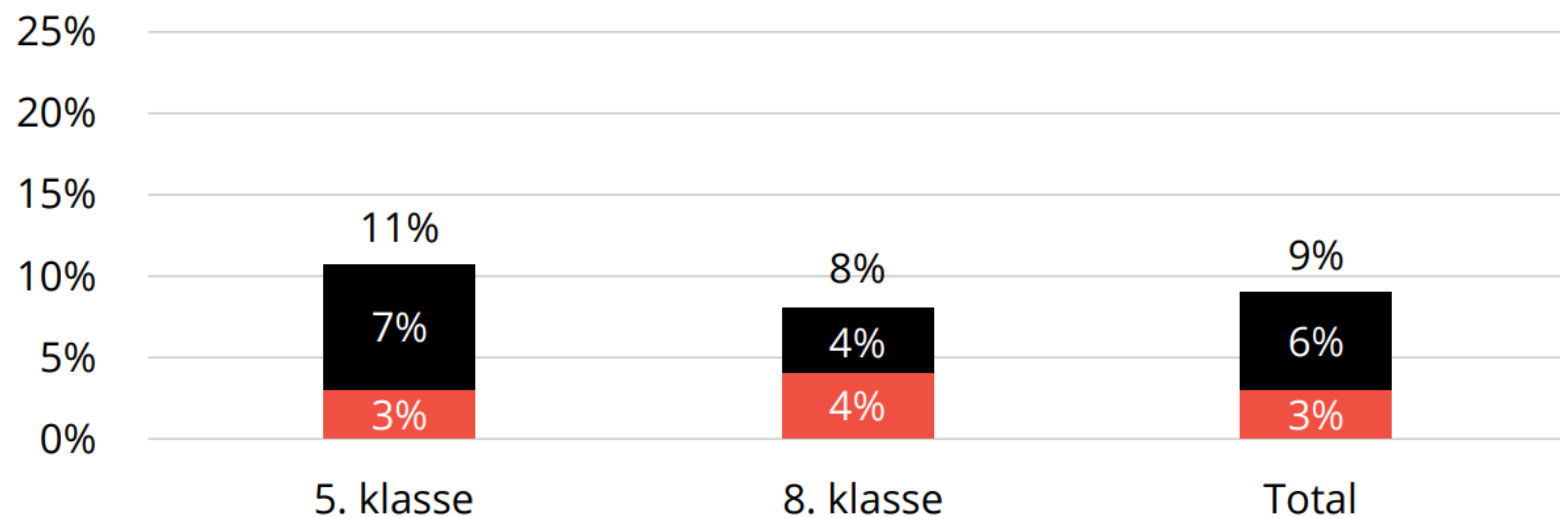
72 % af landets grundskoler har haft sager med digital mobning blandt eleverne

(Det Kriminalpræventive Råd, 2023)

# Digital mobning

## Andel børn i 5. og 8. klasse, der bliver mobbet digitalt

■ Meget ofte/ofte ■ En gang imellem



# Digital mobning

- Uden for voksnes søgelys
- Man har ikke fri fra mobningen
- Mange tilskuere
- Synlig
- Subtil/skjult



”

”Jeg bliver drillet af min klasse med noget ret personligt, og jeg ved ikke hvem der har fortalt det, for jeg har aldrig sagt det til nogle. Det er vildt ubehageligt fordi at alle snakker om det når jeg er i skole, og folk laver memes omkring det og sender til klassegruppen på Snapchat.”

**Pige, 14 år til BørneTelefonens brevkasse**

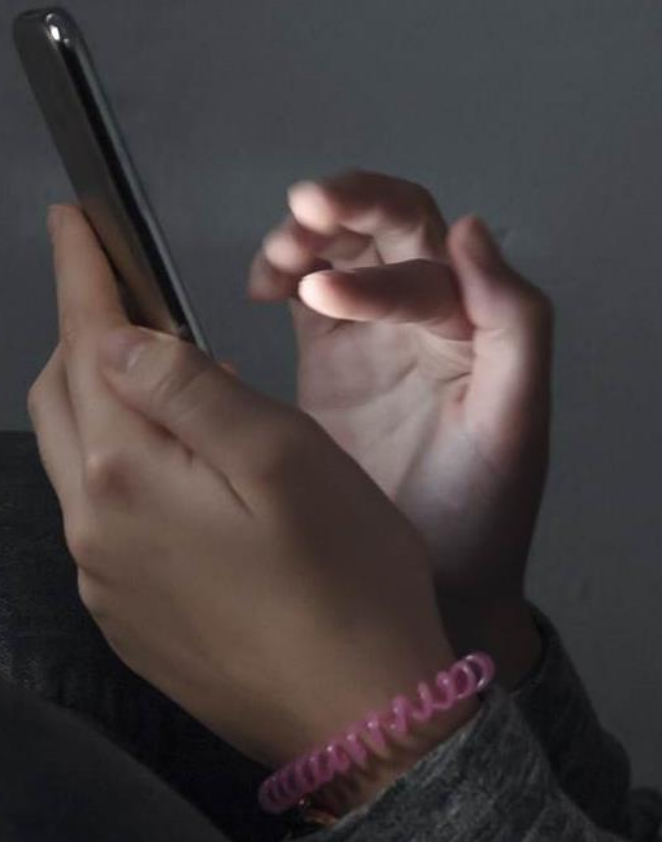
”

”Altså det har i hvert fald en virkning på en. Sådan en negativ en, vil jeg sige. For så kan man se, om folk har læst den, og så kommer man til at tænke sådan ’okay, har de ikke lyst til svare mig?’.”

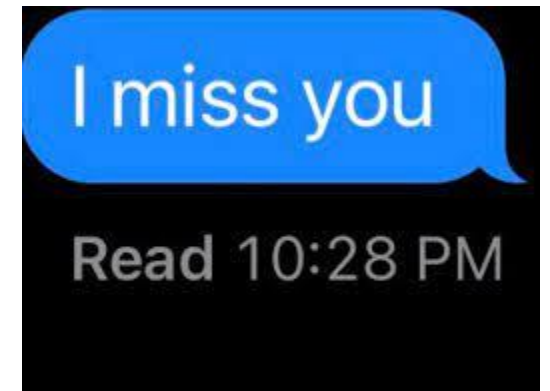
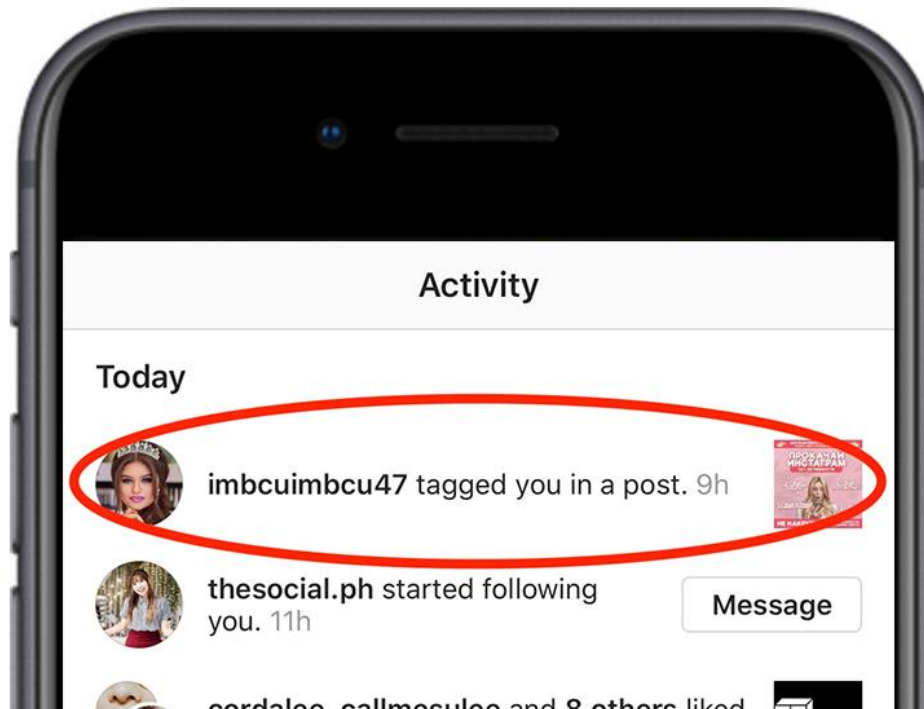
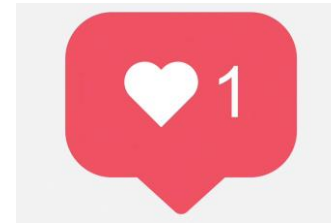
**Pige, 8. klasse**

# Subtil digital mobning – fx eksklusion og ghosting

- Tagging og mentions
- Lokaltetstjenester og trackingfunktioner
- Set/læst/åbnet funktionen
- Kommentarer, likes og reaktioner





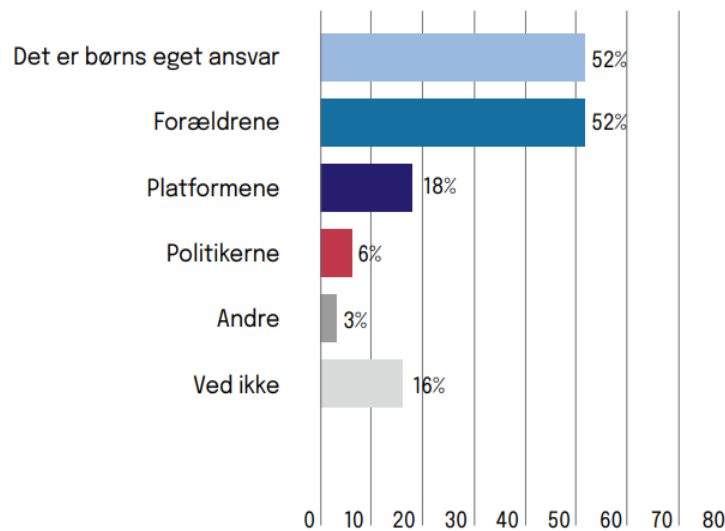


420 🔥 😄 😊

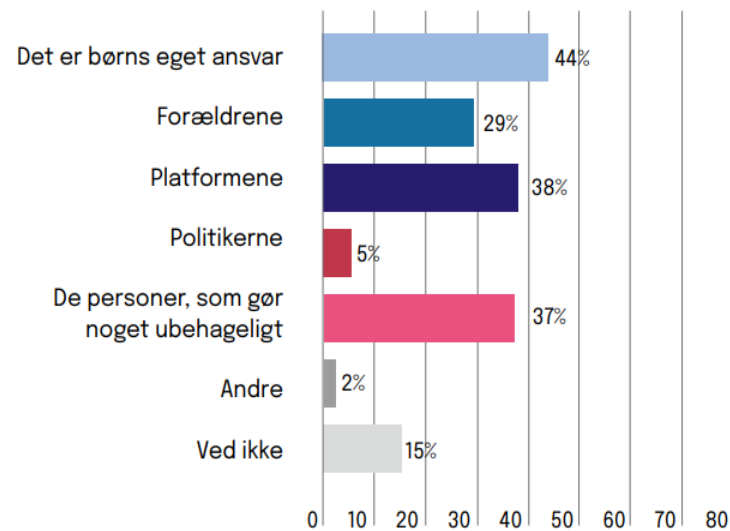
# Børn oplever, at det er deres eget ansvar, at de trives online

- Krænkelser, ubehageligt indhold, mobning → **et vilkår**
- Skyld og skam – **skal flyttes** fra børnene

Hvem synes du har ansvaret for at sikre, at du eller andre børn og unge under 18 år ikke har et problematisk overforbrug af computerspil?  
*Du kan vælge så mange svar, du har brug for.*



Hvem synes du har ansvaret for at sikre, at du eller andre børn og unge ikke oplever noget ubehageligt på internettet? F.eks. at blive talt grimt til i et spil eller en Snapchatgruppe, få delt intime billeder eller lign.  
*Du kan vælge så mange svar, du har brug for.*

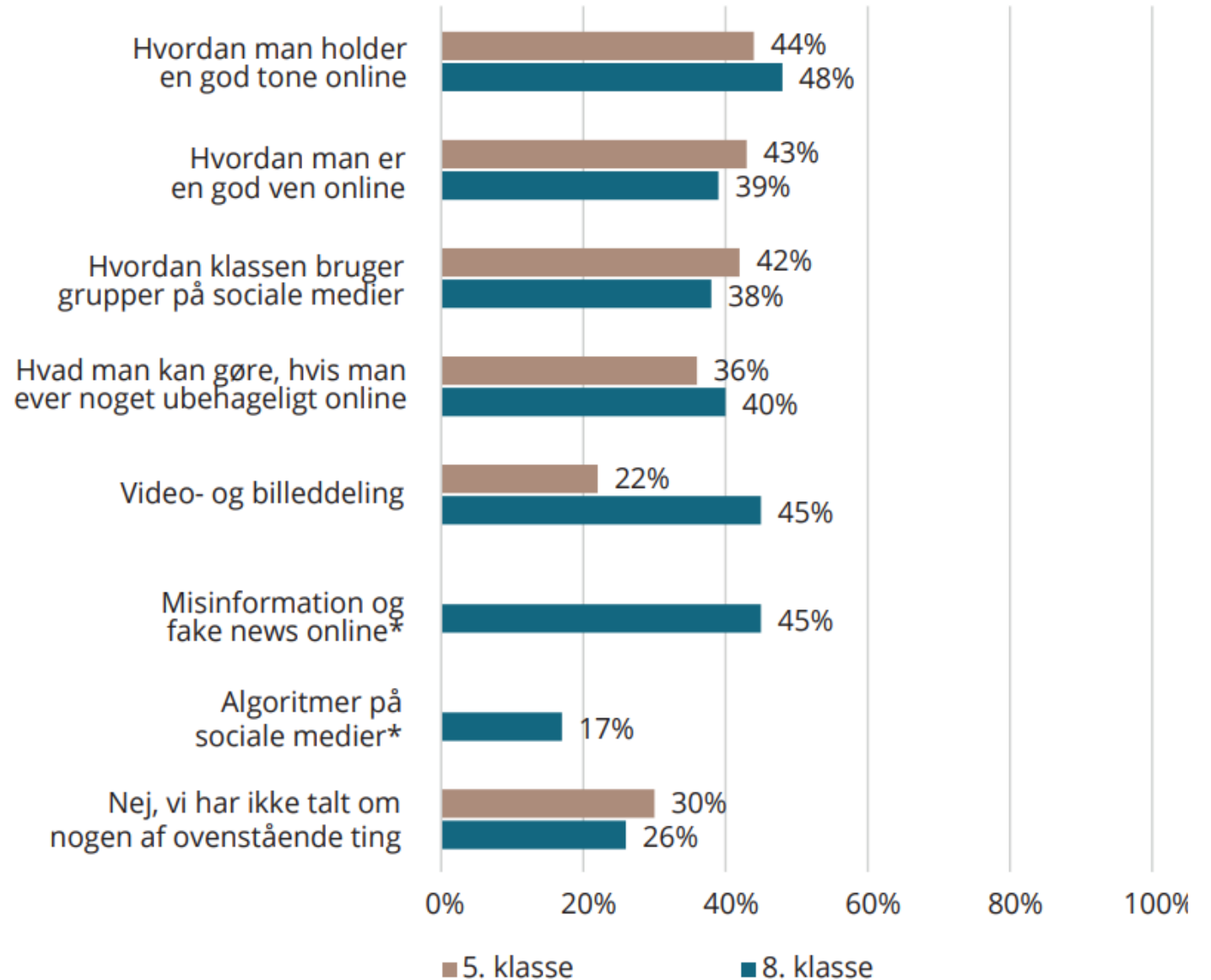


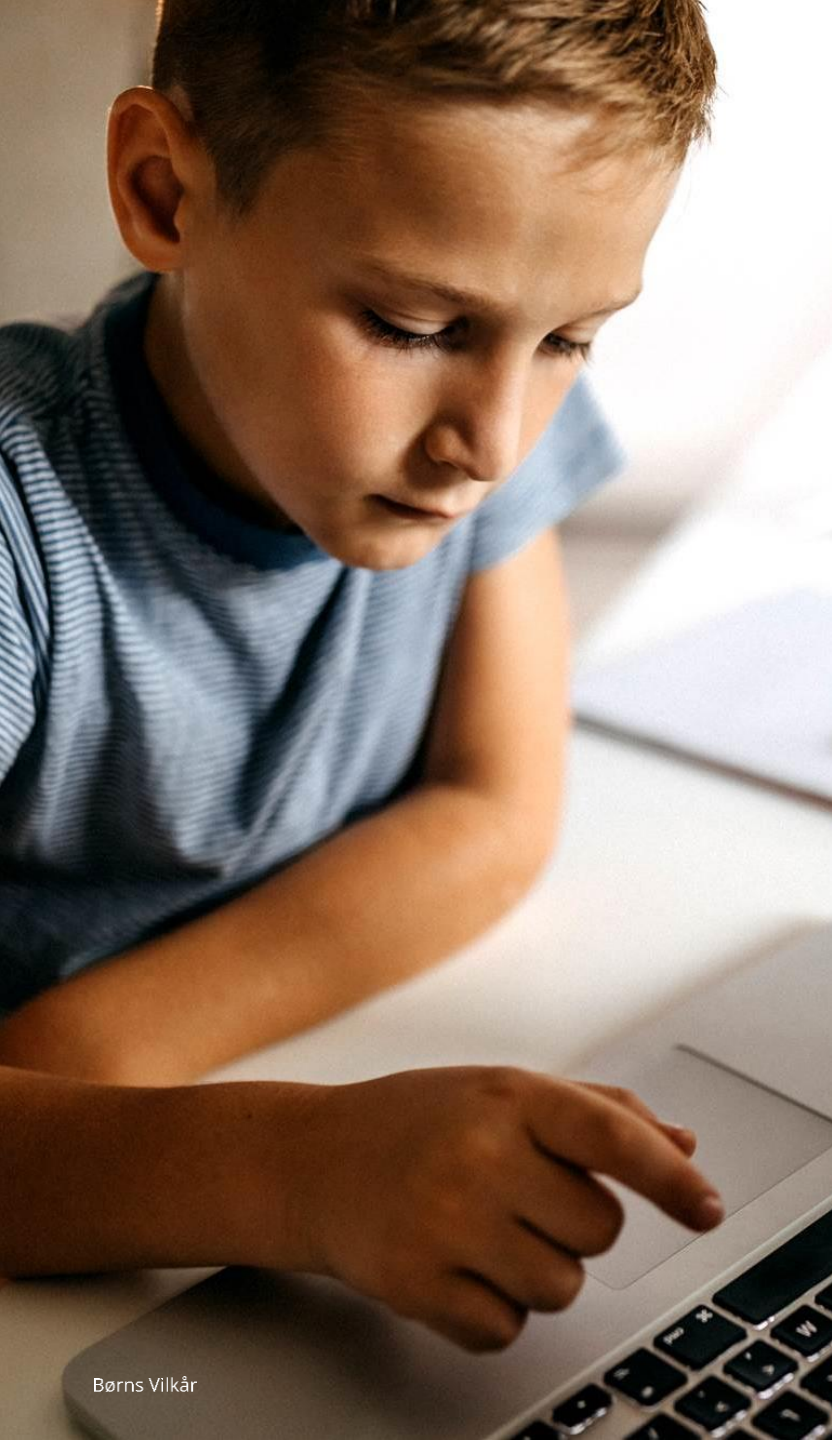
# Mange børn føler skyld og skam

*”Men bare sådan prøve at forstå det i det mindste, fordi at måske de har ikke så meget forståelse selv for sociale medier, og så begynder de bare at hakke ned på det og måske sige, at det er din skyld. At det er dig, der har skrevet et eller andet, og så er det ligesom kørt op på den måde. Men bare sådan forstå det, der er foregået på det, og så måske spørge nogle andre om hjælp eller et eller andet. Bare sådan tale om det.”*

**(Pige, 8. klasse)**

## Andel børn i 5. og 8. klasse, der har talt med en lærer om online-liv





# SKÆRMANBEFALINGER – INDSKOLING

- Eleverne bør ikke have egne mobiltelefoner i skole- og SFO-tiden
- Vis kun film på større skærme og som en fælles aktivitet ved særlige lejligheder
- Brug af digitale medier skal altid kobles op på pædagogisk aktivitet
- Tag kun billeder/videoer af børnene i begrænset omfang, fx ved særlige lejligheder og med henblik på at styrke fællesskabet
- Spørg altid børnene om lov, før I tager billeder af dem – og respekter svaret
- Undlad eller begræns deling af billeder/videoer af børnene på digitale platforme, fx Aula
- Hvis billeder/videoer af børn deles på digitale platforme (fx Aula), bør forældre opfordres til ikke at dele billederne/videoerne videre

# SKÆRMANBEFALINGER – MELLEMTREIN

- Vis kun film på større skærme og som en fælles aktivitet ved særlige lejligheder
- Tag kun billeder/videoer af børnene i begrænset omfang, fx ved særlige lejligheder og med henblik på at styrke fællesskabet
- Spørg altid børnene om lov, før I tager billeder af dem – og respekter svaret
- Begræns eller undlad deling af billeder/videoer af børnene på digitale platforme, fx Aula
- Hvis billeder af børn deles på digitale platforme (fx Aula), bør forældre opfordres til ikke at dele billederne videre
- **Brug kun elevernes egne mobiltelefoner i løbet af skoledagen, hvis der er et klart fagligt eller pædagogisk formål**
- **Gør god digital kommunikation til en del af undervisningen og trivselsarbejdet**
- **Lav konkrete tiltag for at styrke den digitale trivsel med udgangspunkt i antimobbestrategien**
- **Undgå at kommunikere til børn og forældre på sociale medier (udover Aula)**



# SKÆRMANBEFALINGER – UDSKOLING

- Lav konkrete tiltag for at styrke den digitale trivsel med udgangspunkt i antimobbestrategien
- Undgå at kommunikere til børn og forældre på sociale medier (udover Aula)
- Spørg om lov, før I tager billeder/videoer af børnene og deler dem på digitale platforme (fx Aula)
- Begræns fotografering af eleverne til særlige lejligheder og med henblik på at styrke fællesskabet
- **Inddrag eleverne i at udarbejde retningslinjer for brug af egne telefoner i skolen, og sørg for, at de håndhæves af alle medarbejdere**
- **Forhold jer til, om elevernes egne telefoner i skoletiden bidrager positivt til børnenes fællesskaber**
- **Tal om fordele og ulemper ved de tekniske funktioner og deres sociale betydning (fx lokaliseringstjenester, streaks, set/læst-funktionen)**
- **Tal med eleverne om hvad god billeddelingsetik og god tone online er**
- **Sørg for at arbejde aktivt med digital trivsel og dannelse, hvis eleverne må have egne telefoner i skoletiden**
- **Støt eleverne i at udvikle digital dømmekraft og kritisk sans (i forhold til AI, digitale designs, fake news, mis- og desinformation osv.)**



# Hvad efterspørger børn og unge?

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

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

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

"Stol på os!"

(Børns Vilkår, 2023)

BØRNS  
VILKÅR

TAK FOR I DAG!

STOP  
SVIGT