

## Ny guide klæder forældre på til børnenes online-liv

**”Der er så meget forældre ikke forstår...” er titlen på en ny forældreguide, der i dag udgives af bl.a. Medierådet for Børn og Unge, Red Barnet og Center for Digital Pædagogik. Guiden er målrettet forældre til 7-12-årige og indeholder viden, vejledning og inspiration til, hvad de skal have fokus på, når børnene går online. Den giver desuden anledning til, at forældre tænker over egne medievaner i forhold til at være en god rollemodel.**

Forældreguiden er et online-magasin, som tilbyder viden om børnenes liv, leg og læring med internettet, sociale medier og spil. Forældre kan i guiden bl.a. finde ti gode råd til, hvordan de håndterer børnenes online-liv samt en række animationsvideoer og podcasts med situationer fra hverdagslivet, som de kan spejle sig i. Hvordan forholder man sig fx til regler for skærmtid, den gode tone online og aldersgrænser på sociale medier?

”I en verden fuld af Snapchats, avatars og likes bliver mange forældre usikre på, hvordan de skal involvere sig og understøtte deres børns udvikling. Det kan være en udfordring at rådgive børnene, hvis man ikke selv har tilstrækkelig indsigt i de nye medier og forstår børns liv online. Derfor håber vi, at guiden kan hjælpe samtalen på vej mellem børn og voksne og afhjælpe nogle af de problemer, der kan opstå ved børns brug af disse medier”, siger Lisbeth Brunebjerg Holmegaard, projektleder i Medierådet for Børn og Unge.

### Mange timer foran skærmen

De 7-12-årige bruger dagligt godt 3 timer på skærme, hvilket dækker over det samlede timetal for brug af smartphone, tablet, computer, spillekonsol og tv. Tendensen er, at jo ældre de bliver, desto mere skærmtid har de. De 10-12-årige har mere end 3 1/2 timers skærmtid dagligt. Det oplyser DR Medieforskning med resultaterne af deres undersøgelse fra 2014, som indgår i forældreguiden.

Medieforsker og ph.d. ved Aarhus Universitet, Stine Liv Johansen bidrager til forældreguiden og skriver bl.a.:

”Det er vigtigt, at man som voksen tør tale med børnene om det, de ser og oplever online. Selvom man er vokset op med digitale medier, er man ikke nødvendigvis superbruger. Man kan stadig have brug for råd og vejledning fra en voksen, som er oprigtigt interesseret i det, man selv er optaget af.”

### 10 gode råd om at tackle børns online-liv

1. Interesser 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, løse opgaver, 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. Vær selv en god rollemodel i forhold til fx tidsbegrænsning og at være nærværende.
6. Lær dit barn gode online-vaner som at tale pænt, ikke dele private oplysninger som fx koder, CPR-nr. og at blokere ubehagelige personer.
7. Hjælp dit barn med at løse konflikter, ligesom du ville gøre i den fysiske verden.
8. Opsøg information om de sociale medier og de spil, dit barn ønsker en profil på.
9. Hjælp dit barn med at indstille privatindstillinger på de sociale medier.
10. Lav regler om køb af apps og køb i apps.

**NB! Fakta om guiden og links på side 2**

# Pressemeddelelse

21. oktober 2015

## Fakta om guiden

### Se online-guiden:

<http://issuu.com/detfi/docs/foraeldreguide?e=0>

Guiden fås også i en kortere version som pjece.

### Se animationsvideoer:

Søndagshygge: <https://vimeo.com/141519362>

Legen: <https://vimeo.com/142883470>

### Hør podcasts:

Podcast 1 - Medieforsker, ph.d Stine Liv Johansen fortæller om børns liv og leg med medier:

<https://vimeo.com/142891617>

Podcast 2 - Tre forældre taler om deres børns mediebrug og aldersgrænser på spil og sociale medier:

<https://vimeo.com/142891616>

Podcast 3 - Tre 10-årige taler om spil og sociale medier – regler og aldersgrænser:

<https://vimeo.com/142891620>

Podcast 4 - Tre forældre taler om regler for deres børns mediebrug og køb af spil og apps:

<https://vimeo.com/142891619>

### Læs mere om børn og unge og deres mediebrug:

[medieraadet.dk](http://medieraadet.dk)

### Foto: (vedhæftet)

Fotograf Christine Louw Nielsen

### Om initiativet:

Bag guiden står Medierådet for Børn og unge, Center for Digital Pædagogik og Red Barnet i samarbejde med Legetøjsbranchen LEG, LEGO® Koncernen, Microsoft, MovieStarPlanet, Stofa/SE, TDC, Teleindustrien, Telenor, teleselskabet 3, Telia og watAgame. Projektet er støttet af The Animation Workshop og EU Kommissionen under programmet Connecting Europe Facility.

### For yderligere information til medierne:

Lisbeth B. Holmegaard, Medierådet for Børn og Unge på tlf. 3374 3607 eller [lisbethh@dfi.dk](mailto:lisbethh@dfi.dk)