



*Lykke Møller Kristensen,  
rådgiver i sociale medier*



# DIGITAL DANNELSE

[ er almen dannelse ]

Hvordan hjælper du dit barn med at begå sig i den digitale verden? På samme måde, som du hjælper dem i den fysiske verden.

Hængt ud på en Facebookgruppe. Ubehagelige anonyme sms'er, der tikker ind hele døgnet. Tarvelige bemærkninger i kommentarfeltet. Uanset hvor værdifuld den digitale verden er, byder den også på cybermobning og manglende empati bag skærmen.

Problemer som disse har givet liv til begrebet *digital dannelse*, en form for

etikette i onlinelivet. Men du kan ikke adskille det digitale og det fysiske liv, mener Lykke Møller Kristensen, rådgiver i sociale medier.

*"Ved at tale om digital dannelse distancerer man sig. Man lader som om, at det dér digitale er isoleret fra resten af hverdagslivet. Men der gælder ikke særlige regler for det digitale. >>*



*AI forskning viser, at de regler, vi bruger i den fysiske verden, som sikkerhed, sprog og kildekritik, kan konverteres direkte over i den digitale verden,” siger hun.*

I stedet for digital dannelse taler hun om *skærpelse af almindelig sund fornuft, når man sidder bag en skærm*. Ligesom der står voksne på sidelinjen på legepladsen, der kan hjælpe børn med at forstå, at det ikke er i orden at tage legetøj ud af hånden på en anden eller slå sin kammerat i hovedet med en skovl, bør de voksne stå på sidelinjen, når det gælder digitale adfærdsregler, så vi kan hjælpe vores børn med at forstå, at det online liv også kan slå.

#### **Er der sket noget sjovt på mobilen i dag?**

Mange forældre er usikre over for at blande sig i deres børns digitale liv. Men voksne skal turde blande sig.

*“Vi blander os for lidt som voksne, og dermed stopper vi også med at have en betydningsfuld rolle i en stor del af vores børns og unges liv. Vi spørger tit: Hvordan er det gået til fodbold, og hvordan gik det med at løse den dér konfliktovre i skolen. Men når det kommer til det digitale, så taler vi ikke om det. Vi spørger ikke: skete der noget sjovt på mobilen i dag?,”* siger Lykke Møller Kristensen.

Dermed spiller vi os selv af banen og forsømmer at hjælpe vores børn med at lære at takle situationer i den digitale verden.



*“Vi er så småt begyndt at tale om regler og rammer i dag, men det er stadigvæk meget, meget lidt, i forhold til hvor meget tid børn bruger på sociale medier eller på gaming”*

Hvis vi ikke har dialogen om det digitale, må børnene klare det på egen hånd. Børn spejler typisk opad mod ældre børn. De ser, hvad der giver likes på Youtube, og hvis de ser, at det giver mange likes at skrive ‘fuck en ringe video’ i kommentarfeltet, så gør de det samme. Fordi det virker, og fordi der ikke er voksne til at sige: Har du tænkt på, at ham her kan blive ked af det.

Og glem i øvrigt konfliktskyheden, for du behøver ikke selv at være en digital tusindkunstner for at rådgive dine børn.

*“Det vigtigste er, at vi ved, hvad vi vil med vores børn, og hvordan vi gerne vil danne dem,”* understreger Lykke Møller Kristensen.

### **Regler skal tales igennem**

Ud over at opdragelsen og dialogen skal være tilstede, er en af de allervigtigste ting at sætte regler og rammer op.

*“Vi er så småt begyndt at tale om regler og rammer i dag, men det er stadigvæk meget, meget lidt, i forhold til hvor meget tid børn bruger på sociale medier eller på gaming.”*

Den dovne tilgang vil være bare selv at sætte reglerne. Men så skyder du dig selv i foden, mener Lykke Møller Kristensen. Det er langt bedre at aktivere en forståelse hos barnet om, hvordan tiden bag skærmen bliver brugt, og hvorfor det nogle gange er en pointe at holde igen. De voksne skal sætte sig ind i deres børns digitale verden, for eksempel ved at vide hvilke spil de spiller, og hvor lang tid et spil tager, så der kan sættes realistiske tidsrammer, hvilke YouTube-kanaler de følger, og hvordan jargonen er på Instagram og Snapchat.

Lykke Møller Kristensen er også fortaler for at sætte en tidsramme op for tomgangstid på sociale medier. Tomgangstid er den tid, man bruger indadvendt på for eksempel at kigge på Instagram, se kattevideoer, like og swipe. Det er anderledes, end når der foregår en social aktivitet, eller når man bruger internettet til at søge efter konkret information. >>

# 3

## **GODE RÅD:**

### **Digital adfærd:**

Ligesom enhver anden form for opdragelse, der handler om, hvordan vi behandler hinanden i det fysiske liv, kan vi også tale med vores børn om, hvordan vi behandler hinanden på internettet. Hvis de ikke skal sige grimme ting til hinanden i skolegården, skal de heller ikke gøre det bag en skærm.

### **Dialog:**

Tal med dit barn om, hvad der foregår i det digitale liv, ligesom du ville tale om skole eller fritidsinteresser. Lad det være en åben og nysgerrig dialog. Ligesom du ikke behøver selv at vide noget om fodbold for at spørge til, hvordan dagens træning gik, behøver du heller ikke være et digitalt geni for at spørge til deres digitale oplevelser.

### **Regler og rammer:**

Sørg for, at der er klare rammer for, hvilke situationer der inkluderer skærm. Skal mobilen lægges væk, når I spiser, eller skal der slukkes et stykke tid inden sengetid? Tal med dit barn om, hvorfor du mener, det kan være en god ide at slukke, så du aktiverer deres forståelse for deres eget digitale forbrug. Aftal eventuelt en tidsramme for digital tomgang.



*”Vi blander os for lidt som voksne, og dermed stopper vi også med at have en betydningsfuld rolle i en stor del af vores børns og unges liv”*

*”Når du har aktiveret den her tomgangs-tankegang hos børn og unge, kommer de tit selv og siger, 'i dag har jeg kun haft 27 minutters tomgang, og mit mål er 20 minutter'. Det er fordi, du har aktiveret forståelsen for, hvorfor det kan give mening at slukke,” mener Lykke Møller Kristensen.*

### **Din teenager vil gerne snakke**

Jo tidligere du begynder at have en åben og nysgerrig dialog med dine børn om deres digitale liv, jo mere naturligt vil det være for dem at komme til dig, hvis de oplever noget, som gør dem kede af det eller usikre. Og det gælder helt op i teenagealderen, hvor de fleste forældre ellers oplever, at deres børn synes, at de skal blande sig udenom. Men lige på det digitale område vil de gerne have hjælp.

*”Større undersøgelser af unge op til 18 år viser, at de gerne vil dele og have hjælp til deres digitale problemer, men at de oplever, at deres forældre har fordomme. Når de ikke*

*kommer til os med de her ting, er det fordi, de er bange for, at vi bagatelliserer deres problemer eller siger: Jamen så slukker vi bare. Og deres problemer er ikke løst ved, at de slukker,” forklarer Lykke Møller Kristensen.*

*”Børn og unge holder ikke op med at gå op i likes bare fordi, vi siger det. Det eneste, de holder op med, er at bede om hjælp, hvis de oplever, at holdningen til det digitale er negativ.” ■*