



# Anbefalinger til 0-6 års området omkring medieforbrug

**I en tid hvor digitale redskaber bliver mere og mere inddraget i både vuggestue/dagpleje og børnehaver, mener vi, fra fagudvalget for digital dannelse, at vi bør have en drøftelse om, hvordan og hvornår det kan være gavnligt at bruge de redskaber, vi har til rådighed i kommunen.**

Mange kommuner udleverer tablets og ipads til institutioner og skal derfor tage et medansvar for at klæde personale og forældre på til det ansvar det er at skabe nogle gode vaner og en god digital dannelse. Både i fællesskabet i institutionen, men også i hjemmet.

Kommunens institutioner skal sætte rammen for en dialog med forældre om vigtigheden af sammen at skabe en god digital kultur mellem børn/børn – forældre/forældre – børn/forældre og bedsteforældre.

På baggrund af et stigende antal henvendelser til kommunernes SSP-konsulenter fra 0-6 årsområdet og et ønske om tidligere forebyggende indsatser har SSP-samrådets fagudvalg for digital dannelse samlet en række anbefalinger og overvejelser, man kan gøre sig i SSP-samarbejdet på området.

Nogen vil måske tænke, at det ikke er en SSP-opgave, men når vi skriver om det i SSP-regi er det fordi, grundstenene til god

online adfærd og kompetent anvendelse af digitale redskaber lægges, når børnene er små. Samtidig ved vi, at børns udvikling af f.eks selvkontrol sker i spejlingen og nærværet med de primære voksne, forældre og fagprofessionelle. Selvkontrol nævnes som en af de beskyttende faktorer i et menneskes liv.

Se Balvigs KNAP-model: [www.ssp-samraadet.dk/media/1452/balvig-og-holmberg-udvalgte-slides.pdf](http://www.ssp-samraadet.dk/media/1452/balvig-og-holmberg-udvalgte-slides.pdf)

Hvis fagprofessionelle og forældre kan skabe gode vaner og god adfærd fra fødslen og vænne sig til at tale med børn om deres mediebrug, er det noget, børnene tager med ind i deres ungdomsliv. Det kan bidrage til, at de unge bliver mere reflekterede og opmærksomme på, hvad de bruger de digitale værktøjer til og ikke mindst at kunne bede om hjælp, hvis der skulle forekomme ubehagelige oplevelser.

De børn, som er sammen med voksne om digitale medier, bruger digitale medier mere varieret og mener også oftere, at man kan være aktiv og kreativ med digitale medier. Børn bruger også digitale medier mere varieret, hvis der er regler for deres brug af digitale medier derhjemme.<sup>1</sup>

I det følgende afsnit har vi samlet et overblik over, hvad man som SSP konsulent kan have af overvejelser, når et samarbejde skal opstartes med kommunens institutioner på 0-6-årsområdet samt praksiserfaringer fra SSP-kolleger.

<sup>1</sup> [www.medieraadet.dk/files/docs/2019-02/Digital-Dannelse-Del-1.pdf](http://www.medieraadet.dk/files/docs/2019-02/Digital-Dannelse-Del-1.pdf) (side11)

# Hvordan kommer vi igang?

## Gode råd og erfaringer

**Når man som SSP-konsulent/-koordinator bevæger sig ind på dagtilbud er det vigtigt at orientere sig i forhold til den digitaliseringsstrategi, der muligvis ligger på 0-6 årsområdet eller for børn og unge-området generelt.**

Har alle vuggestuer og dagplejere digitale devices, apps, programmer, robotter el. til rådighed, og hvordan arbejder man allerede pædagogisk med området? Dette for at afklare, hvilke fagpersoner i ens egen kommune, der kunne være relevante at samarbejde med – pædagogiske it-konsulenter, it-pædagog-netværk, dagtilbudsledere, sundhedsplejersker (fx familieiværksætterne), ressourcepersoner fra PPR eller hvem der nu viser sig at have interesse i tidlig indsats i forhold til digitale dannelse i ens kommune.

SSP kan særligt byde ind med hvilke emner, der er interessante at starte tidligt ud med i forhold til vores praksis i skolerne.



# Eksempler på fokusområder

Undgå at trøste/få ro på og dermed **følelsesregulere** med uledsaget skærmbrug. Børn, der bliver vrede, frustrerede, opkørte el., har brug for voksnes hjælp og spejling til at forstå deres følelser og øve sig i at nedregulere sig selv igen.

Lade børnene være med til at tage **billeder** af dagligdagen og tal med dem om dem bagefter. Det kan være med til at give dem en forståelse for hvilke billeder, det er i orden at tage/dele af andre.

Lad også børnene være med til at **researche** på nettet om det kommende tema, der skal være i børnehaven – forholde sig lidt kritisk til, hvad kan være sandt og falsk, hvad er godt og hvorfor mv.

Italesæt, at de spil og apps, børnene må spille og bruge derhjemme også giver nogle **nye muligheder**. Man kan sagtens bruge spil og divers apps til at blive klogere på verden, hvis man som voksen sætter sig ind i, hvad spillet går ud på og vurderer kvaliteten af spillet. Samtidig er det vigtigt at forholde sig til, hvilke data spillene indsamler om brugerne.

**Producér og redigér** små videoer – fx stopmotion om månedens tema, "årstiderne", legolegen mv. Hvem må se dem?

Hav altid styr på **GDPR :-)** (se evt. Medierådets guide "Der er så meget forældre ikke forstår")

Sæt løbende digital dannelse på dagsordenen til **forældremøder**, drøft det i **personalegruppen**, og spørg gerne ind til **digitale vaner og adfærd i familien til forældresamtaler**.

# Erfaring fra andre kommuner

1. Oplæg til dagtilbudspersonale, bestyrelser og forældre i et trivsels perspektiv med flere af ovenstående anbefalinger ved SSP-konsulentens kombineret med et producerende, inddragende og kreativt perspektiv på anvendelse af de digitale værktøjer, som personalet (og måske forældrene) har til rådighed, ved kommunens pædagogiske it-konsulent. (Viborg)
2. SSP-konsulentens som en del af Sundhedsplejens "familieiværksætterne", hvor mor, far med baby (6 mdr) får nogle grundlæggende perspektiver på, hvordan de som nybagt familie kan træffe nogle bevidste valg om hvordan, hvornår og i hvilke sammenhænge digitale medier skal fylde i deres nye liv som familie – både i relation til deres barn, hinanden og alle de andre forældre/fagprofessionelle de kommer til møde som forældre til et barn i Danmark. (Viborg)
3. SSP-konsulentens har holdt møde med dagtilbudslederne og skal nu til at udvikle en forældreguide til 0-6 år om digital dannelse – med kyndig sparring fra Medierådet – en guide vi glæder os til at se (Bl.a Jammerbugt)

Alle SSP-konsulenter må endelig dele deres gode erfaring fra området med fagudvalget, så vi kan dele videre.

# Emner til forældrebestyrelser og forældremøder

Forældrene er naturligvis de tætteste og vigtigste rollemodeller, også når det gælder sunde medievaner. Derfor er det vigtigt at klæde forældre bedst muligt på i forhold til, hvordan de vejleder deres børn i den digitale verden.

I den "digitale opdragelse" skal alle fagprofessionelle, der arbejder med småbørn, forholde sig aktivt til, hvordan de i samarbejde med forældrene opnår en god og sikker digital adfærd sammen med børnene. Forældrebestyrelserne kan sikre, at børnehaverne forholder dig aktivt til deres arbejde med digital dannelse og at emnet regelmæssigt kommer på dagsorden til forældremøderne.

Forældre og fagprofessionelle, som digitale rollemodeller, er helt fundamentalt i forhold til, hvordan små børn træder ind i den digitale arena. Børn gør ikke altid, som vi siger, de gør, som vi gør. Monkey See – Monkey Do. Småbørns grundlæggende behov for at blive set og spejlet i deres adfærd og følelser gennem de primære voksne er livsvigtigt i opbygningen af det selvværd, de skal stå på fremadrettet. Derfor er voksne som rollemodeller et godt fundament at bygge forældremøder i 0-6 års-området op omkring.

Hvis man har glemt hvorfor, så er Dr. Edward Tronicks "The Still Face Experiment" oplagt at søge frem på Google.

# Eksempler på emner til forældremødet

- Hvordan er man den bedste rollemodel for sine børn, med hensyn til egen og fælles brug af digitale devices, når man er sammen med sine børn?
- Hvilke aftaler kan man i familien lave, for at sikre nærværet – både med og uden medier?
- Skal skærmtid have sin tid? Her tænker vi særligt den stillesiddende, uledsagede skærmtid (uden voksne).
- Brug dilemmakort i grupper – lav jeres egne eller brug evt EVAs materiale "Sammen om digital dannelse"
- Hvad der lykkes, hvad der er svært og være med til at inspirere andre.

# Tips til forældre

## Overordnede anbefalinger

- Det anbefales, at man undgår digitale medier (herunder tv) under måltiderne, da det kan svække kroppens signaler om sult og mæthed og fjerne fokus fra fællesskabet. Hvis man alligevel tænker, at skærmen skal frem, så bør det være noget fælles, man kan tale om som familie, så man bevarer nærværet.
- Det anbefales at amning, måltider og pusling også er fri for mediebrug. Barnet får dyrebare kompetencer, når det er den fortrolige voksne, der hjælper barnet ud af frustrationer over f.eks. spise- eller pusle situationer. Det er den fortrolige voksnes nærvær, der skal trøste og hjælpe barnet til ro igen – ikke en mobiltelefon eller iPad. I denne spejling mellem et barn og den fortrolige voksne trænes børns evne til selv at regulere følelser, når verden udfordrer.
- Det anbefales at skabe tydelige rammer for hvor, hvordan og hvornår man kan spille og lege med medierne. Rammerne skaber ro i barnet til også at beskæftige sig med andre ting.
- Vær sammen med barnet omkring legen og sæt ord og værdier på det, de oplever.
- Det anbefales at lukke ned for skærmbrug 30-60 min før sengetid for børn mellem 0-6 år. Dette for at få hjernen og kroppen til at slappe af, inden barnet skal sove.
- Det er i disse år, at kimen til de gode medievaner og medieforståelse grundlægges. Hvis man som voksne formår at være troværdige, nysgerrige og interesserede legekammerater i børnenes leg med digitale medier, er der også større chance for at de vil søge råd, når der opstår problemer omkring digitale medier senere i livet.



# Øvrige anbefalinger til SSP konsulenter

Det anbefales at sundhedsplejerske, evt. kommunens pædagogiske it-konsulent, PPR og øvrige ressourcepersoner på 0-6 års området, indtænkes for at samstemme fælles retningslinjer på området. Derudover bør man også tænke overlevering af erfaringer fra børnehaver til skoler, så den røde tråd bevares.

Pædagogseminariet kunne også være en mulighed for at få udbredt budskabet om den digitale strategi og det vigtige fokus på forældreledelsen. De studerendes observationer og refleksioner både teoretisk og i deres praktikker kunne være interessante perspektiver at få med i egne overvejelser og arbejde.

Dagtilbuddets ledelse og forældrebestyrelse er vigtige at bringe i spil som aktive deltagere på forældremøder, da det er dem, der til dagligt står med ansvaret for det gode forældresamarbejde.

## Supplerende læsning

### **iPads og digital dannelse i børnehaven – DCUM**

<https://dcum.dk/artikler-og-debat/ipads-og-digital-dannelse-i-boernehaven>

### **Sammen om digital dannelse – EVA**

<http://www.eva.dk/dagtilbud-boern/sammen-om-digital-dannelse-dagtilbud>

### **Digital dannelse i Børnehøjde – Medierådet (Del 1)**

<http://www.medieraadet.dk/files/docs/2019-02/Digital-Dannelse-Del-1.pdf>

### **Digital dannelse i Børnehøjde – Medierådet (Del 2)**

[http://www.medieraadet.dk/files/docs/2019-09/BV\\_Digital\\_Dannelse\\_Del\\_2\\_Final\\_2.pdf](http://www.medieraadet.dk/files/docs/2019-09/BV_Digital_Dannelse_Del_2_Final_2.pdf)

### **Digitale medier i småbørnshøjde – om 0-8 årige brug af medier i hjemmet**

[https://sikkertinternet.dk/sites/default/files/digitale\\_medier\\_i\\_smaaboernshoejde.pdf](https://sikkertinternet.dk/sites/default/files/digitale_medier_i_smaaboernshoejde.pdf)

### **“Vælger du mobilen eller barnet?”**

<https://sundhedsplejersken.dk/boern/kontakt-og-samvaer/valger-du-mobil-eller-born/>

**Anbefalinger til 0-6 års området omkring medieforbrug**  
er udarbejdet af SSP Samrådets Fagudvalg for digital dannelse.

**Jesper Mørkholt**

Jammerbugt Kommune | jem@jammerbugt.dk

**Marianne Grønbech**

Svendborg Kommune | marianne.groenbech@svendborg.dk

**Louise Ørum Skytt**

Viborg Kommune | looe@viborg.dk

[www.ssp-samraadet.dk](http://www.ssp-samraadet.dk)

