



Hvordan hjælper vi bedst
børn og unge i Aarhus med at
bruge **sociale medier** og **spille
computer** på en god måde?



Hvordan hjælper vi bedst børn og unge i Aarhus med at bruge sociale medier og spille computer på en god måde?

De seneste 10-15 år har udviklingen af digitale devices - og de mange muligheder de byder på - været enorm. Vores liv er på mange måder blevet meget lettere. Vi kan betale regninger, tjekke bustider og få adgang til timevis af underholdning og nyheder bare ved at gribe vores telefon eller iPad. Vi kan også finde og holde kontakt med gamle venner og meget lettere følge med i, hvad der rører sig i vores omgangskreds, i resten af byen og for den sags skyld i verden.

Men udviklingen har haft en pris – især for børn og unge. Vi kan se, at mange har svært ved at skelne mellem fup og fakta på nettet. Vi kan se, at nogen bliver pressede af alle nettets perfekte billeder. Gaming tager overhånd for nogen unge, og de mange timer foran skærmen går ud over indlæring, søvn, trivsel, sociale relationer og motion. En lille del bliver reelt afhængige af brugen af digitale medier og spil.

Det vil vi gerne hjælpe de aarhusianske børn og unge med at undgå.

Derfor har Aarhus Byråd bestemt sig for at blive lidt klogere på, hvordan man mindsker psykisk sårbarhed blandt børn og unge, når de bruger nettet.

Byrådet har lavet et udvalg, (en arbejdsgruppe) der har diskuteret hvad man kan gøre, for at hjælpe børn og unge med at passe på sig selv og hinanden på nettet. Hvordan kan man styre det pres, der kan komme fra sociale medier og hvordan sikrer man at gaming ikke løber løbsk?

Udvalget har også snakket om, hvad man kan gøre for at hjælpe forældrene derhjemme - og voksne i vuggestuer, børnehaver, skoler og fritidstilbud. Der kan være brug for hjælp både til at sætte rammer for brugen og til at beskytte børn og unge når de bruger nettet.

Når udvalgets arbejde er afsluttet, skal Byrådet beslutte hvad Aarhus Kommune skal gøre. Men før udvalget gør arbejdet færdigt vil vi gerne vide lidt mere om hvad helt almindelige aarhusianske unge og forældre mener.

Vi kan vælge flere veje, når vi skal hjælpe vores børn og unge. Måske er der behov for flere regler? Eller måske skal vi satse på at gøre børn, unge og deres forældre klogere på, hvordan nettet virker og hvad man selv kan gøre? Måske skal det være lidt af begge dele? Måske kan vi gøre tilbuddene i "den virkelige verden" så gode, at børnene dropper telefonen og computeren?

Derfor vil vi gerne tale med jer om de spørgsmål I finder på de næste sider. Det er ikke sikkert, vi når omkring dem allesammen; men de giver en idé om, hvad vi gerne vil blive klogere på,

Vi håber, I vil hjælpe os med arbejdet.

Udvalget for mindre psykisk sårbarhed.



Børnene og de unge

Udvalget er foreløbigt kommet frem til, at sociale medier og spil især er et problem når de fylder så meget, at man vælger andre ting fra. Eller når man bliver presset af de sociale mediers billede af "andres perfekte liv og udseende".

Spørgsmål:

- 1 Der skal være gode alternativer til telefonen og computeren, så alle børn og unge skal have adgang til fysiske fællesskaber. Men hvordan? Og hvordan får vi alle til at vælge dem til?
- 2 Det er vigtigt for unge at have rum, hvor de ikke skal præstere, ikke "være på" og ikke se perfekte ud. Hvordan skaber vi dem?
- 3 Hvilken hjælp skal vi give børn og unge selv, og hvem kan være gode rollemodeller for dem?





Forældrene

De fleste forældre trækker i høj på erfaringer fra deres egen barndom og opdragelse, når de skal guide deres børn og sætte rammer for dem. Det gør det svært for mange forældre at håndtere brug det digitale univers. De har simpelthen ikke den samme erfaring at trække på og ved måske ikke nok om, hvorfor sociale medier og gaming trækker så meget i deres børn.

Spørgsmål:

- 1 Kan I kende billedet af, at forældre mangler viden og erfaring og kender I til det materiale, der findes på området?
- 2 Hvornår tror I forældrene er mest i tvivl – når børnene er i børnehavealderen, i indskolingen eller noget helt tredje?
- 3 Hvad kan vi gøre for at hjælpe forældrene?

Voksne i vuggestuer, børnehaver, skoler og fritidstilbud

Udvalget er foreløbigt kommet frem til, at det vigtigste pejlemærke er, at når der bruges digitale devices i kommunens tilbud, skal det ske bevidst og tjene et formål.

Spørgsmål:

- 1 Udvalget er foreløbigt kommet frem til, at det vigtigste pejlemærke er, at når der bruges digitale devices i kommunens tilbud, skal det ske bevidst og tjene et formål.
- 2 Hvad kan personalet gøre for at sætte rammer og hjælpe børnene og de unge at bruge sociale medier og spil på en god måde? Tror I de ved nok til at hjælpe?
- 3 Hvordan kan vi hjælpe personalet med gøre brug af devices bevidst og formålsbestemt?



Fælles for hele Aarhus Kommune

Når man vil have nogen til at gøre noget andet end de plejer, kan man vælge (mindst) to veje. Man kan lave ens regler, der gælder for alle. Eller man kan fortælle om hvad man kunne gøre og lade vuggestuer, børnehaver, skoler og fritidstilbud vælge deres egne regler. Man kan også lade nogen regler være fælles og ens - og andre frivillige.

Spørgsmål:

- 1 Er der nogen emner, hvor I tænker: Det burde være ens regler i alle tilbud i hele kommunen?
- 2 Eller er der omvendt emner, hvor I tænker: Det er bedst, hvis man taler sig frem til den løsning, der passer bedst lige til mit eller mit barns tilbud?





Lovgivning

Aarhus Byråd kan ikke lovgive; men Byrådet kan henvende sig til regeringen og folketinget med gode ideer, hvis man mener der er behov for at justere landets love.

Spørgsmål:

- 1 Tænk på jeres svar på de foregående spørgsmål – er der nogen emner, hvor I tænker: Der burde være ens regler i hele landet?

