

FAU LJAN SKOLES DIGITALE VEILEDER

FAU ønsker å gjøre det mulig for oss foreldre på Ljan skole å stå mest mulig samlet lokalt, i møte med krevende digitale problemstillinger. Erfaringer fra foreldre som har gått foran oss tilsier at et tydeligere fellesskap rundt dette kan gjøre det lettere å opprettholde rammer mange kanskje ønsker, men som kan være vanskelig i praksis. Derfor inviterer FAU med denne veilederen til et frivillig samarbeid.

Veilederens bruksområde

Under angis hvilke retningslinjer FAU anbefaler. Veilederen omhandler det vi vurderer som de mest sosialt relevante aspektene. Den er ikke ment å mene mer enn nødvendig om hvordan de ulike hjemmene løser digitale problemstillinger generelt. Vi ønsker med disse retningslinjene å legge til rette for at flest mulig kan dra i samme retning på en enklere måte, men kan ikke pålegge noen eventuelt uønskede tiltak.

Veilederen anbefales som utgangspunkt for relevante samtaler på foreldremøter.

Veilederen vil tas opp til årlig redigering, i FAU.

De ulike trinnene står i dag i så ulike problemstillinger, at vi i det følgende har valgt å dele veilederen i to separate kapitler; *før* og *etter* anskaffelse av smarttelefon.

FØR ANSKAFFELSE AV SMARTTELEFON

- Det anbefales at egen smarttelefon til barna utsettes så lenge som mulig, fortrinnsvis til etter barneskolen.
- Dersom barnet av ulike grunner likevel har behov for telefon, vurder:
 - Enkel mobiltelefon (begrenset til tale- og SMS-funksjon)
 - Smartklokke
 - Telefon liggende hjemme som “fasttelefon”

Det finnes gode ikke-digitale løsninger for funksjoner mange i dag bruker telefon til, som Ruter reisekort, og bankkort (som kan fylles via Vipps).

ETTER ANSKAFFELSE AV SMARTTELEFON

For de som allerede har en smarttelefon, anbefales det:

- At barna ikke har tilgang til telefonen på natten (*kan defineres ut fra et felles spesifikt klokkeslett*).
- At barna formidles at andres meldinger og bilder ikke skal deles videre.
- At foreldre følger med på barnas telefon, inkludert meldinger og eventuell chat jevnlig. Aktiver gjerne foreldrekontroll, og/eller still krav om deling av PIN.
- Å ikke opprette kontoer på sosiale medier for barn før gjeldende aldersgrense. (*Vær oppmerksom på at barn også kan benytte sosiale medier via andres enheter*). Det anbefales så langt det går også å unngå apper med tilsvarende chatfunksjon/grupper som sosiale medier.
- Å snakke jevnlig med barnet om hva som skjer på meldinger, og i eventuelle chatter. Trygg på at det er viktig å involvere voksne når noe oppleves ubehagelig. Snakk med andre barns foreldre der det vurderes nødvendig/riktig.

Det kan samtidig være fint å presisere at det å involvere voksne ikke alltid må bety at andre barn/voksne involveres. Det viktigste er at de får støtte, og veiledning i å løse konflikter osv. Mange barn i dag opplever veldig sterke normer om lojalitet til jevnaldrende, og frykt for å bli oppfattet som "snitcher" med ekskludering som resultat. De kan også hemmes av en opplevelse av at voksne ikke egentlig forstår deres kultur, som jo kan være helt sant. Slik har unge alltid vært, men det digitale gjør i dag unges subkultur enda mer skjult, samtidig som den endres raskere.

- At større sosiale sammenkomster som bursdager, klassefester, turer osv. avholdes uten telefoner. Om behov for at de medbringes kan voksne organisere at de legges vekk, slik barna er kjent med fra skolen.
- At det legges opp til voksenstyrt/avtalt mobil- og skjermfri deler av tiden barna er på besøk hjemme hos hverandre. Snakk gjerne med foreldrene til barnas venner om en felles praksis, så det blir enklere.
- Snakk gjerne også foreldre i mellom om hvilke andre situasjoner det kan være aktuelt at de voksne tar ledelse mtp. å legge vekk telefoner, f.eks ved samkjøring til og fra fritidsaktiviteter.

Kilder

- Helsedirektoratet sine skjermråd for barn og unge: helsedirektoratet.no
- **smarttelefonfribarndom.no** – råd, erfaringer og eksempler fra foreldre og skoler.
- [Barnevakten.no](https://barnevakten.no)
- Trygg nettbruk | Politiet.no