



Mor, jeg vil også  
ha' en mobil!

– en guide til  
voksne om  
mobiltelefoner  
og internet  
i børnehøjde



MEDIERÅDET  
FOR BØRN OG UNGE

# EN GUIDE TIL VOKSNE OM MOBILTELEFONER OG INTERNET I BØRNEHØJDE

Kan internettet andet end at stjæle børns tid? Computerspil på nettet – er det noget for små børn? Og skal min datter på otte år have lov til at gå rundt med en mobiltelefon? Spørgsmålene er mange, og der findes ingen entydige svar. Men fælles for alle spørgsmålene er, at de ofte bunder i usikkerhed og måske endda manglende viden om børn og unges elektroniske hverdag. Og at spørgsmålene kommer fra de voksne.

Med denne folder vil Medierådet for Børn og Unge gerne give forældre, pædagoger, lærere og alle andre voksne med jævnlig kontakt til børn og unge en hjælpende hånd – en mulighed for at blive lidt klogere på, hvordan børn og unge bruger de nye medier. Find tips, vejledning og gode råd til, hvordan du bedst muligt ruster dig selv til at møde børnene der, hvor de er. Nemlig midt i en ny og omsiggribende medievirkelighed. Målet er at give dig redskaberne til at kunne fungere som en støtte og sparringspartner, når færdselsreglerne i de elektroniske medier skal læres.

”Mine forældre har altid sagt, at dem, der bruger nettet til at finde venner eller kærester, enten ikke har noget liv eller er psykopater. Så jeg blev rigtig glad for, at jeg fandt nogle gode venner og en enkelt kæreste, for så kunne jeg afkræfte deres fordomme!”  
*Signe, 14 år*

## INDHOLD

- 3** Den nye skolegård
- 4** Social networking – eller bare fællesskab på nettet
- 5** 10 gode råd, når ungerne går online
- 8** Gode råd om computerspil
- 9** Børn og mobiltelefoner
- 10** PEGI: Mærkningsordninger til spil
- 11** Gode links til mere information

## DEN NYE SKOLEGÅRD

Måske oplever du, at børn og unge er langt mere hjemmevante i de nye medier, end du selv er. Og det er ikke så mærkeligt. For dem er internettet og mobilen en helt naturlig forlængelse af deres fysiske hverdag. Internettet er ikke et medie, det er et sted – ligesom skolegården, legepladsen og teenageværelset er det. Grænserne for ude & hjemme og offentligt & privat rum er udflydende, og efterhånden er mange af de yngste vokset op med de nye medier. De har aldrig oplevet andet.

”Jeg mødte en masse af dem, jeg skulle gå på efterskole med, på nettet og lærte dem godt at kende, inden skoleåret startede.” *Lukas, 14 år*

Men selvom børnene færdes hjemmevant online, betyder det ikke, at de ikke har brug for de voksne. De har måske nok de tekniske færdigheder, når der skal sendes sms'er eller blogges på nettet, men når det kommer til at få udviklet de sociale og etiske kompetencer, så kan de stadig have brug for hjælp og støtte fra en voksen. Børnene bruger nettet konstruktivt til at hente informationer og hjælp til for eksempel lektierne. Men internettet indeholder også ubehagelige, skræmmende og deciderede ulovlige sider, som de kan støde på.

Det ligger i børns natur at være nysgerrige og at afsøge grænser, og her er der ofte brug for en guidende voksenhånd, der med engagement og interesse kan hjælpe med at sætte rimelige grænser. Og en voksen, som de kan tale med om det, de oplever. Gennem en åben og tryk dialog kan du hjælpe børnene med at lære færdselsreglerne og støtte dem i at udvikle en sund kritisk sans. Og en naturlig følelse af ansvarlighed, når de færdes online.

”Jeg har haft nogle sjove snakke med nye mennesker, men kunne godt tænke mig at finde en kæreste eller en god veninde måske. Men det kræver, man stoler på folk og giver sig tid til at lære hinanden at kende. Det er lidt nemmere i virkeligheden.” *Sofie, 12 år*

”Det var som om, man lærte en person at kende, og alligevel kunne man jo ikke være sikker på, hvem det var, der sad i den anden ende og skrev. Så derfor var jeg også opmærksom på ikke at give oplysninger om mig selv.” *Anders, 13 år*

## SOCIAL NETWORKING – ELLER BARE FÆLLESSKAB PÅ NETTET

- 4 I dag taler man om social networking og Web 2.0. Internettet er blevet et forum for tovejskommunikation – et sted, hvor man både kan finde og blive fundet, lytte og blive hørt – og specielt børn og unge har taget nettet til sig på de præmisser.

På profilsider som Arto.dk og MySpace.com deler man sine oplevelser, billeder og kontakter med hinanden i netværk. Hver bruger har en personlig profilside, og profilerne linker indbyrdes til hinanden. De unge bruger primært deres profiler til at holde kontakten med deres venner.

Habbohotel.dk og Netstationen.dk er begge velbesøgte eksempler på mødesteder på nettet, hvor børnene bruger en stor del af tiden på at lege, deltage i events eller chatte.

### **Tip! Hjælp dit barn med at passe på sit password!**

For at redigere i sin profil eller blog og åbne sin personlige mail eller Messenger profil skal man bruge et password/kodeord. Nogle børn oplever, at deres profiler på nettet bliver ”hacket”. Måske har de glemt at logge ud, da de gik fra computeren i frikvarteret? Eller også har de været uforsigtige med deres password. De kan selv have givet det videre til en kammerat, eller de kan være blevet overtalt til at give det fra sig via et snydesite. Fortæl dit barn, at et password er personligt, og at man ALDRIG må give det videre til andre.

De fleste netmødesteder har chatrum, alle har adgang til. Her kan man bevæge sig rundt og tale med gamle og nye venner. Der findes også private chatrum kun for inviterede.

Med programmer som Messenger og Skype installerer man software på computeren og taler med andre via nettet men uden at besøge et eksternt site. Med den type chatprogrammer taler man kun med brugere, som man selv har inviteret indenfor.

Fra Backgammon til World of Warcraft – onlinespil bliver stadig mere populære og udbredte. Der findes et meget stort antal spil, og fælles er, at spillerne har kontakt med andre, mens de dyster. Onlinespil handler i stigende grad også om socialt samvær med venner og nye bekendtskaber.

### **Tip! Lær dit barn chat-reglerne**

- ▶ *Mød aldrig en chatven alene*  
Fortæl dine forældre, hvis du skal mødes med en chatven og aftal at mødes et sted med mange mennesker. Gå aldrig alene.
- ▶ *Giv ikke personlige oplysninger væk*  
Giv for eksempel ikke navn, adresse eller mobilnummer til en fremmed.
- ▶ *Brug webcam med omtanke*  
Husk kun at tænde for dit webcam, når den, du snakker med, også har tændt sit. Så er du sikker på, at det er den rigtige, du snakker med.

## 10 GODE RÅD, NÅR UNGERNE GÅR ONLINE

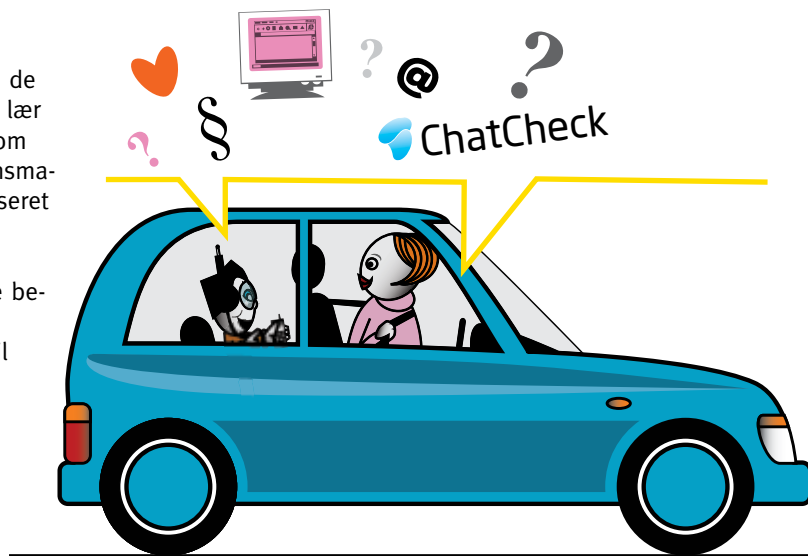
Hvis du gerne vil spille en aktiv rolle i børnenes hverdag, så tag udgangspunkt i, hvordan internettet og mobilen opleves i børnehøjde. At internettet er et sted, hvor børn og unge finder og udvikler relationer, hvor de køber ind og henter musik, film, viden og underholdning. Og at mobilen er en vigtig tråd, når det hele skal bindes sammen. Her følger 10 gode råd til, hvordan du lærer børn færdselsreglerne på internettet og mobiltelefonen.

- ▶ **ACCEPTER**, at medierne er en del af børn og unges virkelighed. Mobilen og internettet forsvinder ikke, så du kan lige så godt tage børnene i hånden og følge med derud. Vis dem vejen – ligesom ude i trafikken.
- ▶ **TAL** med børnene om, hvilke sider de besøger, hvad de laver derude, og hvordan de bruger mobilen. Lyt og lær og skab dialog, så de er trygge ved at fortælle dig om deres oplevelser. Brug for eksempel tiden over aftensmaden eller i bilen og vær aktivt spørgende og interesseret uden at virke spionerende.
- ▶ **ORIENTER** dig og følg med. Besøg de sider, de unge besøger – gerne sammen med dem – og find ud af, hvad det egentlig går ud på. Chat, send en sms, spil med – prøv selv! Vis interesse i stedet for frygt, der ofte bunder i manglende viden om de nye medier.

### Tip! Hold øje med ChatCheck-mærket

Det er rart at vide, hvor man sender børn hen på nettet. Chatcheck-mærket kan her bruges som et pejlemærke. Det er et mærke, som danske netmødesteder for børn og unge kan ansøge om at måtte bruge på deres portal. Det er en betingelse for at bruge mærket, at netmødestedet for eksempel har maskinel overvågning af chatten døgnet rundt, og at det har en anmelderknap, hvor man kan anmelde kriminel og uetisk adfærd. Se mere på [www.chatmaerket.dk](http://www.chatmaerket.dk)

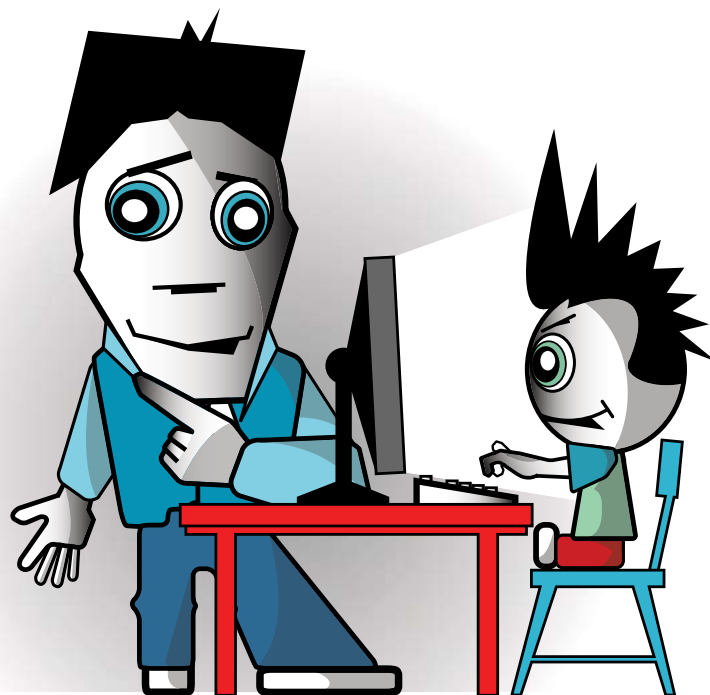
5



- 6 ▶ **UNDGÅ** forbud – sæt i stedet realistiske grænser. Hvis du selv følger med, så er det lettere at sætte grænser, som alle kan leve med. Lav en mediepolitik for brug af mobil, internet, webcams, spil osv. Og lav den gerne i fællesskab med børnene.
- ▶ **HUSK** på, at nysgerrighed og grænsesøgning er naturlig, og at dit ansvar ikke kun går ud på at sige NEJ, men i høj grad på at være den voksne og ansvarlige sparringspartner, når grænserne skal prøves af.
- ▶ **LYT** til børnene, når de prøver at inddrage dig. Og lyt også til det, der ikke bliver sagt. Læg for eksempel mærke til forandringer i deres adfærd. Er de kedede af det? Virker de bekymrede? Tag initiativ og vis, at de kan tale med dig om det, der optager dem.

”Når børnene sidder ved computeren, så er det let at blive doven som forældre. Det er let at sige, at hvis de passer deres, så passer jeg mit.” *Susanne, 41 år*

”De skal ikke bestemme, hvad jeg render og laver. Jeg kan godt selv styre det.” *Mads, 12 år*



#### **Tip! Webetik og mobiler på skoleskemaet**

Hvis du er lærer og gerne vil tage de nye medier op med eleverne, så besøg [www.emu.dk/webetik](http://www.emu.dk/webetik). Søgning og kildekritik, etik og god opførsel, sikker chat og surf – der er masser af inspiration og materialer til undervisningen. På <http://andk.medieraadet.dk> under Undervisning finder du ligeledes inspiration til undervisning i computerspil, internet og mobiltelefoner.

- ▶ **REAGÉR** på ulovligt indhold eller adfærd. Lær dit barn, hvad der er rigtigt og forkert på nettet, så de lærer at skelne og reagere på ulovligt indhold og adfærd. Det kan for eksempel være ulovlig download af musik og film, identitetstyveri eller hacking.
- ▶ **UDVEKSL** erfaringer med andre voksne. Du er ikke alene med dine problemstillinger, udfordringer, og det er oplagt at dele erfaringer.
- ▶ **LÆR** børnene at bruge den sunde kritiske sans. At de bør være varsomme med at dele informationer eller møde nye mennesker – på nettet, og hvis de vil mødes i virkeligheden. Nettet indeholder desværre også ubehagelige og ulovlige ting, som de bør være på vagt overfor.
- ▶ **BRUG** tekniske hjælpemidler som for eksempel software med omtanke. Filtre, der sorterer i de sider, børnene kan besøge, kan være en meget unuanceret måde at sætte grænser på, hvis de ikke sættes rigtigt op og målrettes den rigtige aldersgruppe. Kontakt din internetudbyder for dine muligheder og deltag aktivt i at indstille filtrene.

### **Tip! Anmeld materiale med misbrug af børn på hotline hos Red Barnet**

Hvis du eller dine børn støder på billeder eller andet materiale på nettet, der viser børn i seksuelle sammenhænge, så kan du anmelde det hos Red Barnet. Du finder deres hotline på [www.redbarnet.dk](http://www.redbarnet.dk) eller på Medierådets hjemmeside på [www.medieraadet.dk](http://www.medieraadet.dk).



**Red Barnet**

Save the Children Denmark

”I skolen har de filtre på, hvilke sider, man kan gå ind på. Det er helt nytteløst, for nu kan man ikke gøre noget som helst derinde. Dem, som satte filtret ind, fatter ingenting.” *Maria, 15 år*

”Mine forældre tror på mig og sætter ikke direkte regler. De ved, jeg selv ved, hvor langt man kan gå og den slags. Og det ved jeg også godt.” *Naja, 12 år*

## GODE RÅD OM COMPUTERSPIL

8 Der kan synes langt fra Lille Per til Lara Croft, og for en voksen, der ikke er vant til at spille computerspil, kan det være svært at forstå, hvad det egentlig handler om. Og hvorfor det skal tage så lang tid. Her følger et par tips til, hvordan du får spillet dig selv på banen, når det handler om spil – både online og offline.

- ▶ **VIS** interesse og prøv selv sammen med børnene. Lad børnene forklare dig spillet, så du får en fornemmelse af det på deres præmisser. Tal sammen om det, de oplever.
- ▶ **PLACÉR** en computer i stuen – inddrag spillet i familiens rum.
- ▶ **LAV** aftaler med børnene. Hvis du ved lidt mere om, hvad spillene går ud på, er det nemmere for jer at sætte grænser for spilletiden i fællesskab, så det ikke opleves som diktatur. Indfør for eksempel spillestop en time før sengetid eller et par spilfrie aftener om ugen.
- ▶ **SØRG** for alternative aktiviteter, så pauserne bliver interessante. For pauserne er vigtige, selvom det kan være meget sjovere at spille løs uden stop.
- ▶ **SELVOM** du ikke selv spiller, kan du godt være et forbillede. Dan dig din egen mening om det at spille og de forskellige spil og tal med børnene om det.
- ▶ **TJEK** aktivt aldersmærkninger på spillene og sæt dig ind i, hvad de forskellige kategorier dækker over. Se mere på side 10.

▶ **SÆT** grænser for hvilke typer spil børnene må spille, og om spillene passer til deres alder. Tjek for eksempel om spillene har voldeligt eller skræmmende indhold.

Se mere om børn og unges brug af computerspil på <http://spil.medieraadet.dk>

”Nogle gange kan jeg godt finde på at sige til min mor, at det kunne være meget sjovt, hvis hun kunne finde på at spille et computerspil sammen med mig. Men så siger hun sikkert bare, at jeg spiller for meget.” *Emil, 14 år*



Gå ind på Medierådets website og se debatfilmen "50 timer", der handler om to 13-årige drenge, som spiller op til 50 timer computerspil om ugen.



## BØRN OG MOBILTELEFONER

”Hvad skal min otte-årige datter med en mobiltelefon?”

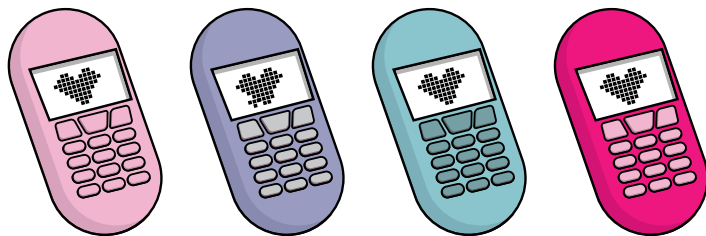
Et spørgsmål mange voksne i dag kan nikke genkendende til. Det vil altid være en personlig beslutning i den enkelte familie, hvorvidt og hvornår børnene skal have mobiltelefon. Uanset hvad, er det vigtigt at forstå, at mobilen i dag spiller en vigtig rolle i børnenes sociale liv. SMS er blevet den lim, der holder det sociale netværk sammen, og uden en mobil kan det være svært at være en del af fællesskabet. Derfor er det vigtigt, at man gør sig overvejelser og lytter til børnenes ønsker og argumenter. Tænk for eksempel over:

- ▶ **HVORDAN** bruges mobilen i lige præcis dine børns hverdag og netværk?
- ▶ **HVILKE** konsekvenser vil det få, hvis dine børn har/ikke har en mobil til rådighed?
- ▶ **HVILKE** forventninger har børnene selv?
- ▶ **HAR** børnenes jævnaldrende mobiler, og hvilke regler har man sat i deres familier?
- ▶ **HVAD** kan du gøre for at følge med i, hvordan og til hvad dit barn bruger mobilen?
- ▶ **HVORDAN** kan du hjælpe med at sikre, at børnene bruger mobilen rigtigt og ikke til mobning, happy slapping og andre kedelige ting?

Andre forældre står i samme situation, så tag eventuelt initiativ til, at emnet bliver diskuteret på forældremødet.

### Tip! Hjælp dit barn med at holde styr på mobilforbruget

Du kan hjælpe dit barn med at holde styr på mobilforbruget, så det ikke løber løbsk. Kontakt dit mobilselskab og hør nærmere om dine muligheder for at spærre specifikke tjenester, som for eksempel indholdstakserede SMS eller sætte et loft på det beløb, der kan tales for. Lav en aftale med dit barn om dets mobilforbrug.



### Tip! Tal med dit barn om, hvordan mobilen skal bruges

At mobning på mobilen kan være meget værre end i virkeligheden, hvor man kan se hinanden og hinandens reaktioner. Og at det er forkert at misbruge sin telefon til at tage billeder af andre uden at spørge om lov først og at sende billederne videre på sms eller online, uden de pågældende ved det.

## PEGI: MÆRKNINGSORDNINGER TIL SPIL

- 10 Alle nye pc- og konsolspil er mærket med Pan European Games Information (PEGI). Aldersmærkerne 3+, 7+, 12+, 16+ og 18+ fortæller om et spil indeholder elementer, der vurderes som skræmmende for børn og unge. På bagsiden af spilæskerne uddybes spillenes aldersmærker med et eller flere indholdsikoner. De fortæller, at et spil for eksempel er mærket med 16+ pga. voldeligt indhold, stødende sprog eller nøgenhed.

I dag bliver det stadig mere almindeligt med spil, der spilles i netværk over nettet, og hvor man ikke har samme kontrol over spillets indhold som i offlinespil. Mange onlinespil henvender sig udelukkende til voksne, så der er ekstra grund til at være opmærksom. Her kommer PEGI Online til hjælp. PEGI Online er en tilføjelse til PEGI-systemet, der har til formål at beskytte børn og unge mod upassende indhold i onlinespil. Og at lære forældre, hvordan de sikrer sikrere spil på nettet. PEGI Online-mærket kan ses på websteder, der overholder retningslinjerne i PEGI Online-Sikkerhedskodekset. Det handler om, at webstedet for eksempel skal forbyde upassende materiale samt sikre en acceptabel adfærd blandt brugere.

Se mere om spil og onlinespil, mærkning og PEGI-mærkernes betydning på Medierådets hjemmeside: <http://spil.medieraadet.dk>.



## GODE LINKS TIL MERE INFORMATION

På [www.medieraadet.dk](http://www.medieraadet.dk) kan du læse meget mere om børn og deres medievaner og finde materiale og inspiration til din egen hverdag med børn og unge. Få gode redskaber til hverdagen som for eksempel en samling af de mest almindelige spørgsmål og svar om internettet, 10 gode råd til den første mobil og en tjekliste med inspiration til den gode samtale med børnene om deres brug af internettet.

### **Børne- og forældreundersøgelsen 2007**

På [www.medieraadet.dk](http://www.medieraadet.dk) finder du også Medierådets Børne- og forældreundersøgelse fra 2007, der fortæller om børn og unges faktiske medieforbrug og sætter fokus på, hvordan forældrene oplever børnenes færden i de nye medier.

### **Andre gode steder med tips, information og inspiration**

Red Barnets sikker chat kampagne: [www.sikkerchat.dk](http://www.sikkerchat.dk)

Undervisningsmaterialer i webetik og IT-sikkerhed:  
[www.emu.dk/webetik](http://www.emu.dk/webetik)

Børns Vilkår: [www.bornsvilkar.dk](http://www.bornsvilkar.dk)

Red Barnet: [www.redbarnet.dk](http://www.redbarnet.dk)

Antimobbekonsulenterne: [www.mobbeland.dk](http://www.mobbeland.dk)

Insafe: [www.saferinternet.org](http://www.saferinternet.org)

'Børn og Mobiltelefoner' er en pjece til forældre om køb af mobiltelefoner til børn. Find den her: [www.teleindustrien.dk](http://www.teleindustrien.dk)

### **Om Medierådet for Børn og Unge**

Medierådet for Børn og Unge er nedsat af Kulturministeriet i 1997. Dets primære opgave er at klassificere film og dvd'er for børn og unge over henholdsvis 11 og 15 år. Derudover har Medierådet en forpligtigelse til at vejlede og informere forældre m.fl. om børns brug af film og computerspil. Formand for Medierådet for Børn og Unge er Professor Birgitte Holm Sørensen.

Medierådet har status som videncenter for børns brug af internet og mobil (Awareness Node) under EU's Safer Internet Plus program og arbejder i den forbindelse sammen med partnere fra hele verden i netværket Insafe. Formålet er at skabe opmærksomhed om børn og unges brug af internet og mobil og at give forældre og undervisere relevante redskaber til at støtte børn og unge i det moderne netværks-samfund. Medierådet har fungeret som Awareness Node siden 2004.

Medierådet står blandt andet bag den årlige kampagne Sikker Internet Dag, der i februar måned sætter fokus på børn, unge og deres færden i de nye medier.

”Min mor sagde i går, at jeg bare skal sige det, hvis jeg vil tale om det, jeg laver på nettet. Men det er lidt svært, når hun ikke engang aner, hvad Messenger er.” *Louise, 11 år*

”Mine forældre har naturligvis fortalt mig, at en gammel mand med to tivobilletter til mig og ham, ikke er en af de bedste at snakke med på nettet...” *Mette, 12 år*

**For yderligere information, kontakt:**

- ▶ Sekretariatschef Susanne Boe  
Tlf. +45 33 74 34 76, mail: [sub@medieraadet.dk](mailto:sub@medieraadet.dk)
- ▶ Projektmedarbejder Gry Hasselbalch  
Tlf.+45 33 74 36 02, mail: [gh@medieraadet.dk](mailto:gh@medieraadet.dk)

Citaterne i denne folder kommer fra Medierådets undersøgelser af børn og unges mediebrug og deres forældres holdninger og adfærd i forbindelse med denne.

© 2007 Medierådet for Børn og Unge



Co-funded by  
the European Union

