



# SOCIALA MEDIER & BARN

Information och tips för fostrare som diskussionsstöd om sociala medier med barn i lågstadieåldern

Trots att många sociala medier riktar sig till 13-åringar och äldre, är det många yngre barn som också använder de här tjänsterna. Genom att känna till möjligheter och risker med sociala medier är det lättare för dig att stöda och vägleda barn i användningen av dem.

- ▶ **Bekanta dig med sociala medier**
- ▶ **Prata med ditt barn om personer och material som barnet har sett eller mött på nätet**
- ▶ **Känn igen och ingrip i nätmobbning**
- ▶ **Begränsa vid behov användningen av medier**
- ▶ **Se fördelarna med sociala medier**
- ▶ **Lär er mediekunskap tillsammans**



### Bekanta dig med sociala medier

- Känn till de sociala medier och miljöer där barnen rör sig. Varje tjänst har egna användarvillkor, åldersgränser och spelregler. Prata med ditt barn om vad som är tillåtet och okej att göra på nätet.
- De tjänster som barn använder växlar och byts ut väldigt snabbt. Lågstadiebarn använder ofta videotjänster som t.ex. YouTube. Olika bildtjänster som Instagram är populära. Det finns också sociala medier som särskilt riktar sig till lågstadiebarn, t.ex. Momio.
- Barn söker nya vänner på sociala medier och håller kontakt med sina kompisar där. Genom olika tjänster följer de också sina egna idoler, vilka är starka åsiktspåverkare nuförtiden.

### Prata med ditt barn om personer och material som barnet har sett eller mött på nätet

- Så gott som alla barn stöter på skrämmande, chockerande eller sexuellt material på nätet, antingen ofrivilligt eller medvetet. Ta redan på förhand upp sådana här saker med ditt barn. Prata också om sådant som barnet redan har sett eller mött på nätet.
- Barn behöver vuxna för att behandla kommentarer som de har fått på nätet. Hjälpt ditt barn att bearbeta de känslor som innehåll på olika nätsidor väcker.
- Genom att veta vem ditt barn pratar med på nätet förebygger du risken för att barnet t.ex. utsätts för sexuella ofredanden. Prata med ditt barn om personer som finns på sociala medier. De är precis lika verkliga som de kompisar som barnet umgås med på skolgården.

### Känn igen och ingrip i nätmobbning

- Nätmobbning kan betyda sårande eller hotfulla meddelanden, ryktesspridning, att uppträda under någon annans namn eller att bli utfryst från en grupp eller diskussion.
- Mobbaren är ofta någon bekant från skolan eller kompiskretsen, men också okända personer kan bete sig osakligt på nätet. Om du vet att mobbningen har med skolan att göra, ska du ta upp saken där.
- Ifall ditt barn blir utsatt för mobbning på nätet ska du spara meddelanden, diskussionstrådar och foton. Prata med ditt barn om att det inte lönar sig att svara på mobbarnas meddelanden. Skriv upp allt som du får reda på och som har med saken att göra.
- Det är inte en bra lösning att ta telefonen eller datorn från ett barn som är utsatt för mobbning, det är att straffa en redan utsatt. Du kan ingripa i mobbningen genom att ta kontakt med upprätthållaren av nättjänsten, nätpolis, med mobbarns själv eller med mobbarns vårdnadshavare.

### Begränsa vid behov användningen av medier

- Användning av medier just före läggdags tid kan göra det svårt att lugna ner sig och att få tag i sömnen. Det lönar sig att stänga av alla skärmar i god tid före läggdags. Du kan begränsa användningen av medier t.ex. under måltider.
- Det är viktigare att se till helheten än att mäta skärmtid. Ifall användning av nätet inte påverkar skolgången, sömnen, relationer eller hobbyer så behöver man inte oroa sig över den tid som används för olika medier.

### Se fördelarna med sociala medier

- Sociala medier är för många barn en viktig plats för att knyta kompisband. Via sociala medier kan man få nya vänner och hitta människor som är intresserade av samma saker som en själv. Som förälder bör man inse nätets möjligheter och känna till olika tjänster för att kunna stöda sitt barn.
- På nätet finns det många vuxna vars uppgift är att finnas till för barnen, och ofta kan de här pedagogerna vara de första vuxna som barn vågar närma sig för att prata om saker som de grubblar över.

### Lär er mediekunskap tillsammans

- För barn är det viktigt att vuxna är delaktiga i deras liv. Genom att öva och lära sig mediekunskap tillsammans bygger barn en bra grund för att på egen hand tryggt röra sig på sociala medier.
- Fundera tillsammans på hur och var man kan dela egna foton och när det är lämpligt att t.ex. ge ut sina kontaktuppgifter.
- Saker som är självklara för en vuxen är det nödvändigtvis inte för ett barn. Förmåga att förstå och handskas med olika medier utvecklas när barnet växer. Ju yngre barnet är, desto mera hjälp och stöd behövs för att bekanta sig med sociala medier.

Källor och mera information: Förebyggande rusmedelsarbete EHYT rf: Närarbete [www.ehyt.fi](http://www.ehyt.fi). KAVI: [www.kavi.fi](http://www.kavi.fi) & media – Kasvattajan opas. [www.kavi.fi/sites/default/files/documents/lapsetjamedia2014.pdf](http://www.kavi.fi/sites/default/files/documents/lapsetjamedia2014.pdf) Mannerheims Barnskyddsförbund: Vanhempainnetti. [www.mil.fi/vanhempainnetti](http://www.mil.fi/vanhempainnetti). Mediakasvatusseura: Lapset hakevat sosiaalisesta mediasta kavereita. [www.mediakasvatus.fi/uutinen/lapset-hakevat-sosiaalisesta-mediasta-kavereita](http://www.mediakasvatus.fi/uutinen/lapset-hakevat-sosiaalisesta-mediasta-kavereita). Rädta Barnen: Netari. [www.netari.fi](http://www.netari.fi) Sällskapet för mediefostran: Lapset netissä – Puheenvuoroja lasten ja nuorten netin käytöstä ja riskeistä. [www.mediakasvatus.fi/files/ISBN978-952-67693-3-2.pdf](http://www.mediakasvatus.fi/files/ISBN978-952-67693-3-2.pdf) Sammanställt 11/2015