

Hvilke aftaler kan vi lave om mediebrug i vores hjem? Gælder aftalerne både for børn og voksne, og overholder du dem selv?

### INTERESSÉR DIG FOR, HVAD DE LAYER!

Som forælder kan du være med til at hjælpe – simpelthen ved at tale med dit barn om, hvad det laver online. Det gør en stor forskel for børn at vide, at du følger lidt med i denne del af deres liv, og at de kan dele tanker og problemer med dig.

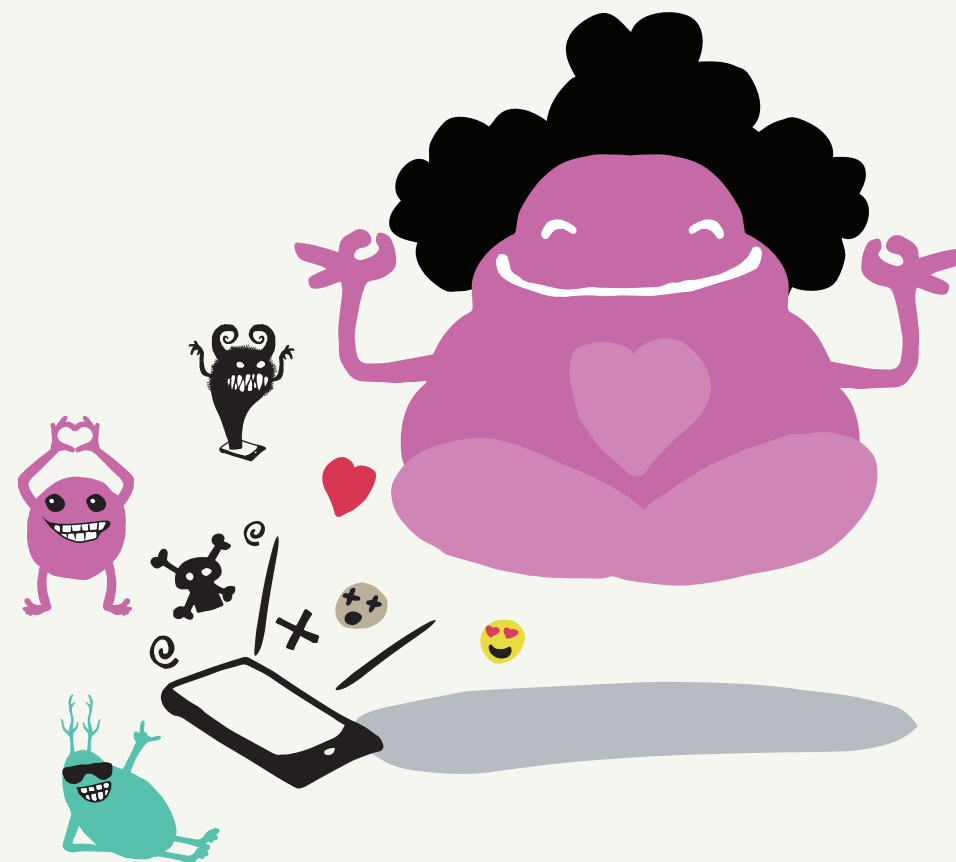


#### Når du taler med dit barn:

- Anerkend, at medierne måske er vigtigere for dit barn end for dig.
- Prøv selv de apps og spil, som dit barn bruger, og prøv dem gerne sammen med dit barn.
- Vær åben og interesseret – ikke fordømmende.

# Er du OK på nettet?

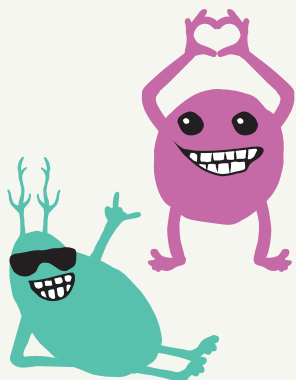
Gode råd til at skabe dialog med dit barn om mobil og computer



Få mere viden om børns digitale liv på: [sikkerchat.dk](http://sikkerchat.dk)

Kære forældre

Mobil og computer fylder ofte meget i børns liv. Derfor arbejder vi med, hvordan man er sammen med andre på sociale medier og i spil online.



### Emojis som symboler:

En emoji-hero er et billede på situationer, hvor børn behandler andre pænt og passer på sig selv.

En emoji-troll er et billede på situationer, hvor børn taler grimt og skaber problemer for sig selv og andre.

### STYR PÅ FØLELSERNE ONLINE

Der er mange søde beskeder, men også en del grimme ord, når børn og unge skriver eller spiller på nettet. Der opstår hurtigt misforståelser, når man ikke kan se hinanden eller høre tonen i stemmen.

*Du kan hjælpe ved at tale med dit barn*

Hvad synes dit barn, der er en dum besked? Og hvad er en god besked?

Hvornår oplever dit barn at få dumme beskeder?

Hvad gjorde barnet i situationen?

Hvor går dit barn hen for at få hjælp?

### HVAD DELER DU?

Et billede siger mere end mange ord. Billeder kan hurtigt deles videre, og man kan 'like' dem (synes godt om). Men man kan også hurtigt miste kontrol over et billede.

*Du kan hjælpe ved at tale med dit barn*

Kig på telefonen, og snak om, hvilke billeder du selv og dit barn deler.

Hvad er OK at dele?

Hvad betyder det at få likes for dit barn?

Husk selv at spørge om lov, inden du deler billeder af dit barn.

### KONTAKTER PÅ NETTET

Dit barn skal være forberedt på at møde mange forskellige mennesker på nettet. Det kræver overblik at sortere i gode og dårlige kontakter, og alle børn har brug for hjælp fra voksne.

*Du kan hjælpe ved at tale med dit barn*

Hvilke kontakter er dit barn glad for?

Hvad skal der til, for at dit barn blokerer en kontakt på nettet? Og ved dit barn, hvordan man blokerer eller anmelder en kontakt?

Hvilke profilbilleder og brugernavne bruger dit barn – hvilke signaler sender de?

### STYR PÅ TIDEN

Tiden flyver, når man er i gang med noget spændende og sjovt. Man kan lære meget online, og det er sjovt og hyggeligt at lege med de digitale medier sammen med børnene. Men vi mennesker har også brug for at være sammen, uden at det foregår via en computer.

*Du kan hjælpe ved at tale med dit barn*

Hvordan mærker dit barn, at det har siddet for længe foran skærmen (uro i benene, trætte øjne)?



### Du er rollemodel

Hvor mange gange tjekker du din mobil i løbet af en søndag?

Du er rollemodel for dit barn, så den måde, som du bruger mobil og computer på, viser vejen for dit barn.