



TALER DU MED **DIT BARN** OM UBEHAGELIGE OPLEVELSER PÅ NETTET?

Vi ved, at digitale krænkelser sker. Men vi ved også, at der ikke bliver talt nok om det. Derfor har Red Barnet i samarbejde med en gruppe børn og unge udarbejdet gode råd til, hvordan du som forælder kan tale med dit barn om digitale krænkelser. Disse råd er særligt henvendt dig, der har børn i alderen 9-12 år.

HVAD ER **DIGITALE KRÆNKELSER?**

Digitale krænkelser er enhver form for uønskede kommentarer eller handlinger, som foregår på digitale medier. Herunder kan du se fire eksempler på almindelige digitale krænkelser:

- At bruge emojis eller tekst til at redigere billeder, så de får seksuel karakter
- At mobbe eller drille nogen online, fordi de er anderledes end andre af samme køn
- At skrive sårende eller stødende kommentarer om andres udseende på nettet
- At dele andres nøgenbilleder på nettet uden tilladelse

HVAD KAN DU **GØRE** SOM FORÆLDER?

Måske kan du genkende bekymringen over, at dit barn ikke fortæller dig om sine oplevelser eller problemer online. Der er mange grunde til, at det kan være svært for dit barn at tale om, hvad der sker på nettet.

Dit barn kan for eksempel:

- Føle sig flov over situationen
- Være bekymret for, hvordan situationen vil blive håndteret
- Være nervøs for at komme i problemer
- Være bekymret for, at dem, som har gjort det, vil gøre gengæld
- Ikke synes, at det er noget alvorligt

Selvom det kan være et svært emne at tale om – både for børn og for forældre – så viser vores samlede erfaringer, at børn gerne vil tale om digitale krænkelser og have støtte fra deres forældre.



Red Barnet



Børn og unges egne råd til forældre – sådan kan du starte dialogen med dit barn:

1. Vær nysgerrig på dit barns digitale liv i dagligdagen. Spørg til, hvad dit barn laver med sine venner på nettet, ligesom du spørger til, hvordan det er gået i skolen eller til fritidsaktiviteten.
2. Vær opmærksom på, hvornår dit barn har tid og lyst til at tale sammen, og vis, at du også er tilgængelig til en snak.
3. Vær beroligende, og lad dit barn vide, at det altid kan komme til dig, og at du altid vil være der for dem. Dit barn kan godt have brug for at høre dig sige det indimellem.
4. Støt dit barn i, at det er godt at sige det højt til en voksen, hvis man oplever noget ubehageligt på nettet, så barnet kan få hjælp til at løse situationen på en god måde.
5. Hjælp dit barn til at færdes trygt på nettet, og lav fælles aftaler om barnets brug af digitale medier.

SÅDAN SÆTTER DU SKUB I DIALOGEN MED DIT BARN:

- Hvis du skulle lave en YouTube-kanal, hvad skulle den så handle om?
- Hvad vil du helst have: Syv dages ferie med din mobil eller 14 dages ferie uden din mobil?
- Du havner pludselig i en fremmed europæisk by, hvor ingen forstår dig. Hvilke tre apps vil du først bruge?
- Hvis du fik lov til at hacke Aula en enkelt dag, hvad ville du så skrive til alle skolens forældre? Husk, at de ikke kan se, at det er dig, der skriver.

Find flere gode dialogstartere i Red Barnets dialogspil "SoMeDigMig", som er en gratis app, der kan hentes i App Store og Google Play.

HAR DU BRUG FOR MERE INFORMATION?

Red Barnets forældresite: [KLIK HER](#)

Red Barnets rådgivning: [KLIK HER](#)

ER DU PLEJEFORÆLDER?

Anbragte børn kan have udviklingsmæssige og sociale udfordringer, som gør, at de befinder sig i en særlig udsat position i forhold til at blive udsat for krænkelser på nettet. Du kan finde mere information om, hvordan du som plejeforælder bedst kan støtte og vejlede samt medvirke til, at dit plejebarn færdes trygt på nettet gennem:

- Plejefamiliernes Landsforening: [KLIK HER](#)
 - Socialstyrelsens 'Faglig vejledning til socialtilsynene om sociale medier': [KLIK HER](#)
 - Din kommunes familieplejekonsulenter
-