

Fælles skærmregler i klassen



Det kan være en god idé for en forældregruppe i en klasse at gå sammen om at skabe fælles rammer og regler for skærmaktiviteter i fritiden. Det kan handle om, hvilke medier børnene må bruge, samt hvornår, hvor længe, og hvilket indhold de må se eller spille.

Guiden kan anvendes på f.eks. forældremøder og bør revideres løbende.

1 Find en mødeleder

Det kan f.eks. være en af jer kontaktførelse, en lærer eller en anden forælder, der er god til den slags – eller en professionel person udefra.

2 Hvilke regler har flertallet?

Lav en øvelse med forældrene, der afdækker børnenes sociale overdrivelser. Nogle gange tror barnet selv på, at alle de andre må. Andre gange kan det være et trick til at overtale forældrene.

Ligegyldigt hvad, kan det være let for forældre at hoppe i med begge ben og ændre reglerne for sit barn eller sine egne holdninger, hvis man tror på, at alle de andre må.

Start med at bede forældrene komme med eksempler på, hvad deres børn siger, at alle de andre må. Det kunne f.eks. være:

- “Alle de andre må spille/være på sociale medier efter aftensmaden.”
- “Ingen af de andre har regler for brug af skærme derhjemme.”
- “Alle de andre har deres egen smartphone.”

Ved håndsoprækning afgøres hvor mange der må. På den måde, kan I som forældre se, om jeres børn overdriver og få en fornemmelse for, hvilke regler flertallet af familierne har.

3 Diskussion i grupper

Inddel forældrene (eventuelt sammen med eleverne) i grupper med 4-5 personer i hver gruppe. F.eks. ved at give hver forælder et tal fra 1-5 og få alle 1'erne til at gå sammen, 2'erne til at gå sammen osv.

Uddel 3 tændstikker til alle (der kan også bruges legoklodser, centicubes eller lignende).

Bed forældre (og elever) om at tage stilling til en række udsagn. I kan have forberedt nogle udsagn, men lad jer også gerne inspirere af de ting, der er kommet frem i løbet af mødet. Det kan f.eks. være:

- "Man må ikke se på skærm eller spille efter aftensmad."
- "Regler for brug af skærm skal gælde for både børn og voksne."
- "Børn må højst se på skærm 1 time om dagen i hverdagene."
- "Man må kun spille spil, der er godkendt til alderen."
- "Det er en god idé at lave fælles regler for skærmbrug i klassen."

For hvert udsagn lægger hver deltager 0, 1, 2 eller 3 tændstikker for, hvor enig vedkommende er i udsagnet. 0 hvis man er meget uenig – og 3 hvis man er meget enig.

På skift forklarer personerne deres holdning for de andre i gruppen. Herefter diskuterer gruppen, om de kan komme frem til et fælles svar. Efter et passende antal minutter (5-10 minutter) fremlægger grupperne deres svar for resten af klassen.

4 Hvad kan I blive enige om?

Mødelederen samler op og det diskuteres i plenum om man kan komme frem til en fælles regel. Det kan også være, at der er forældre, der har gode idéer til regler eller retningslinjer, som ikke er blevet diskuteret.

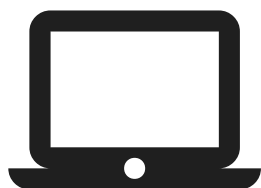
Det kan være svært at blive enige om noget meget konkret i en klasse, så det er også en mulighed, at en fælles regel kan være mere overordnet. F.eks. at man ringer til de andre forældre, hvis man oplever udfordringer eller konflikter mellem børnene.

5 Tag det løbende op

Virkeligheden i en klasse ændrer sig hele tiden, og det er svært at forudse, hvor børnene bevæger sig hen ad. Du kan som kontaktforælder sørge for, at I løbende tager aftalerne op til diskussion. Her kan du bl.a. spørge:

- "Hvor er vi nu?"
- "Hvad er svært?"
- "Skal vi revidere vores aftale?"

Forslag til klasseregler



Sociale medier og onlinespil

Børnene får først en profil på sociale medier, når de starter i X klasse/i år 20XX eller senere.

Aldersgrænsen for de forskellige online spil overholdes i klassen.

Børnene må kun game/spille sammen i spil, som er lukkede for personer, de ikke kender.

Børnene må ikke game online sammen på hverdage.

På hverdage må børnene game/spille online sammen i maks. X minutter om dagen.



Legeaftaler og fysiske sociale arrangementer

Børnene må ikke bruge skærme på legeaftaler, medmindre det er en del af en fælles aktivitet.

Børnene må ikke bruge mobiltelefoner/skærme under legeaftaler.

OBS. Undtagelser ved lektier.

På legeaftaler må børnene kun spille online spil, som overholder aldersgrænsen.

Børnene må se på skærme maksimalt X minutter i løbet af en legeaftale.

Børnene må gerne bruge skærme på legeaftaler, hvis det er en del af en fysisk aktivitet.



Digital kommunikation mellem børnene

I klassen må børnene kun kommunikere via følgende platforme X, X og X.

Børnene må ikke game/spille online eller kommunikere med hinanden efter et bestemt tidspunkt – f.eks. efter kl. 18:00.

Vi, som forældre, snakker med vores børn om deling af billeder af andre børn.

Vi som forældre, snakker med vores børn om hensigtsmæssig onlinekommunikation.

[illegible]