



Åbn Padlet'en her!  
Du får brug for den senere ...

<https://shorturl.at/avwZ4>

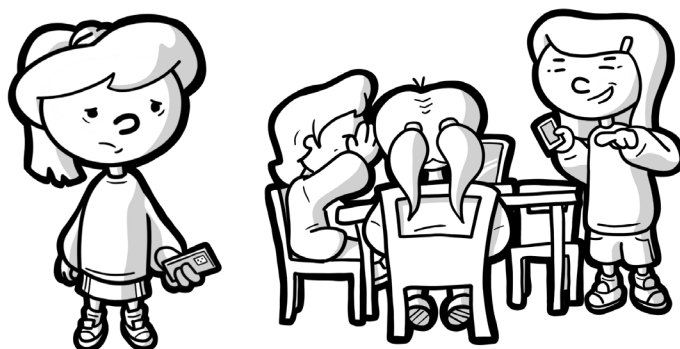
## NOBE-faktor: Digital eksklusion og barrierer for social deltagelse

Forskning viser, at mange børn og unge har følt digital udelukkelse. Oplevelsen af, at de andre har adgang, eller at der foregår noget bag éns ryg, er forbundet med frustration og ensomhed.

Nogle trækker sig efter dårlige oplevelser, hvilket giver barrierer for social deltagelse i andre sammenhænge.

Elever, der bruger digitale medier usædvanlig lidt for deres alder, er (ligesom dem der bruger dem usædvanligt meget) i øget risiko for mistrivsel.

## Sofie fra 4. klasse var ikke med i klassens chat-gruppe



Det var lidt vildt for eleverne, da de begyndte at skrive sammen. Emil var den første. Han fik en aflagt iPhone i 2. klasse for at kunne ringe, når han var på vej hjem. Han begyndte også at skrive til et par venners iPads, når de spillede Roblox. Om sommeren lavede pigerne trampolinvideoer på lånte telefoner. Det var Sofies ide.

Leonora skulle ikke stå tilbage, så hun fik sin egen telefon i fødselsdagsgave. I 3. klasse havde de fleste enten en iPhone eller iPad, og klassen startede en chat-tråd, "De søde børn".

Der var bare et problem. Sofie fik en Android-telefon.

Da Sofies mor hørte om klassechatten til et forældremøde, spurgte hun Sofie, om hun var med. Nej, hun gad ikke. De andre skrev bare om åndssvage ting. Hun ville hellere have Snapchat, og skrive med sin kusine. Et par af de seje drenge havde faktisk Tiktok. Det fik hun så også.

Men de fleste forældre sagde nej til Tiktok og Snap. Ungerne var for små. Familierne var mere trygge ved klassechatten, hvor mange voksne havde lært at snakke med børnene om, hvordan man skriver sammen.

Men klassechatten kørte på Apples iOS "beskeder"-app. Der gik næsten et år, før nogen opdagede, at Sofie ikke var med, fordi hun var den eneste med en Android-telefon.

Sofie havde aldrig haft det nemt i klassen, men hun var stolt da hun startede trampolinvideotrenden. I det følgende år gled hun atter ud i en yderposition, og faldt ind i mønstre, hvor hun undgik fællesskabet efter skole, og bedst kunne finde vej ind i skolegårdssnakken ved at opsnappe sladder og optrappe konflikter.

## Spørgsmål til diskussion i gruppen

- Hvor er hønen og ægget? Starter vanskeligheder som dem i casen online eller offline?
- Knytter vanskelighederne sig primært til barnet, konteksten eller indholdet jf. BKI-princippet?
- Kan I kende mønstrene fra jeres egen hverdag?



Åbn Padlet'en her!  
Du får brug for den senere ...

<https://shorturl.at/avwZ4>

## NOBE-faktor: Konflikter involverende digitale medier hjemme og blandt kammerater

Forskning viser, at konflikter står for en af de få klare forbindelser imellem skærmbrug og trivselsproblemer.

Det kan være, når noget går galt eller mønstre, der kører i grupper, eller følger individer.

Elever, der ofte har konflikter i skolen, er mere tilbøjelige til at blive mobbet, mobbe, og havne i konflikt online – også med fremmede.

## ”Dagen efter kunne vi ikke snakke sammen”



Knud fra 7B har oplevet, at andre på Fortnite og Call of Duty er toxic. De råber fx. ”simp” eller ”russerfuck”.

Engang var der også én, der råbte hans IP-adresse og en masse racistiske ting. Knud kommer nogen gange selv til at råbe, når han er oppe at køre i spillet. Også af mor, hvis hun forstyrres midt i en fight. Når gamere er lidt for gode, har han hørt Youtubere sige, at de hacker. I onsdags, da de spillede fodbold, sagde han, at Abdalla hackede, og også nogle af de andre ting. Så kom de op at skændes.

Nogle af eleverne har også en Snap-gruppe sammen. En dag delte Kaja nogle videoer, som de andre synes, var sus(pekter – red.). Da hun prøvede at forklare, at det var ironisk, smed de hende ud af gruppen. Hun ved godt, at hun ikke skulle have rettet deres stavfejl ved samme lejlighed, men hun var sur, fordi de ikke fattede noget. Da hun prøvede at ringe og skrive, svarede de ikke, og næste dag troede alle, at de andre var sure. De snakkede ikke sammen i en uge, før der kom en lærer ind over.

Klassens lærer er lidt træt af intriger og konflikter online. De sniger sig med hen i skolen. De har mobilfri skole. Men hun har ikke mobilfri elever.

## Spørgsmål til diskussion i gruppen

- Hvor er hønen og ægget? Starter vanskeligheder som dem i casen online eller offline?
- Knytter vanskelighederne sig primært til barnet, konteksten eller indholdet jf. BKI-princippet?
- Kan I kende typerne fra jeres egen hverdag?



Åbn Padlet'en her!  
Du får brug for den senere ...

<https://shorturl.at/avwZ4>

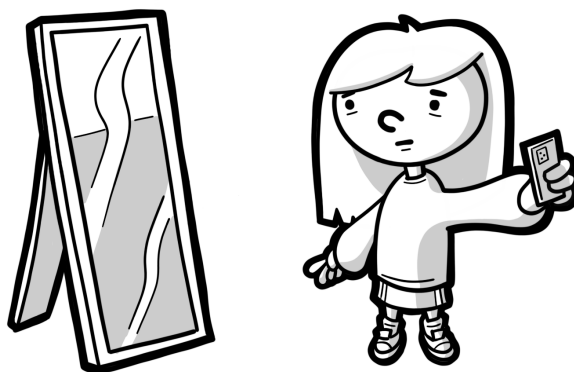
## NOBE-faktor: Urealistisk normdannelse og pres for uautentisk selvfremsstilling

Forskning viser, at børn og unge, der fremstiller et urealistisk eller redigeret onlinebillede af sig selv, kan have det dårligt med den, de er i virkeligheden.

At følge kanaler med indhold om sundhed, skønhed eller præstation kan også forme billeder af, hvad der er normalt.

Dem, der deler om det sure, såvel som søde, er gladere og har bedre adgang til social støtte

## ”Jeg håber ikke, mine følgere ser mig i virkeligheden”



Njall har næsten 2000 followers på både Tiktok, sin public profile på Snap og på sin Youtube-kanal. Mange af dem er han også blevet friendet af.

Det er ikke alle de andre fra 8U, der ved det. Men han lavede en ny Snapchat-konto, for at dele videoer, da han var på ”Gamefit”-lejr sidste sommer. Han vidste slet ikke, at fysisk motion var så vigtigt for hans hjerne og game-rank, men nu går han til No Gi Jiu Jitsu og crossfit og deler mange flere videoer om dét, end om spil. Det var dér, følgerne begyndte at komme.

Han har streaks-kørende med followers. Særligt siden han begyndte at sende et ”daily abs” masse-billede.

Han var lidt tyk før, men nu har han næsten vaskebræt, når han sætter filter på. De profiler, han følger, lærer ham en masse om den rigtige træning, og hvorfor andre folk er så usunde.

Njall er lidt bange for, at de andre på skolen skal drille. Han spiller op på sin kanal. Og det føles sygt med views og kommentarer. I klassen er han ikke med i fodboldslænget og ikke en ”sportsfy” i pigernes øjne. Han kan blive helt stresset, når folk beder om billeder. Så bruger han gamle fotos fikset med filtre, eller træner for at få ”pump” og tager sygt mange billeder, før han fanger en god vinkel.

Han håber aldrig, at han møder nogle af sine followers i virkeligheden. Tænk hvis de ser, hvordan han normalt ser ud.

### Spørgsmål til diskussion i gruppen

- Hvor er hønen og ægget? Starter vanskeligheder som dem i casen online eller offline?
- Knytter vanskelighederne sig primært til barnet, konteksten eller indholdet jf. BKI-princippet?
- Kan I kende typerne fra jeres egen hverdag?



Åbn Padlet'en her!  
Du får brug for den senere ...

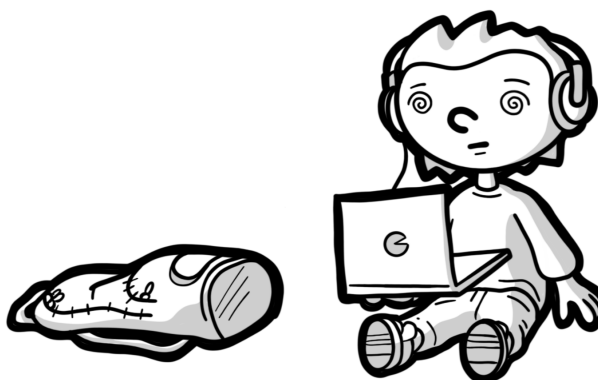
<https://shorturl.at/avwZ4>

## NOBE-faktor: Passivt forbrug fremfor aktiv brug

Forskning viser, at aktiv brug på digitale medier, hvor man bruger sine evner, eller deler af sig selv og har kontakt med andre, er mere positivt forbundet med trivsel, og endda med karakterer og kognitiv udvikling, end passiv brug, hvor man "bare kigger på".

Nogle unge vil fx ikke dele af sig selv, fordi de i forvejen trives dårligt.

## "Jeg har måske bare ikke så meget at vise. Jeg swiper bare. Og så går tiden"



Lad os se på to elever fra 3. og 7. klasse. De bruger begge en del tid på deres "skærme". Mere, end forældrene helt billiger.

Mo ser mindre til sine venner i 7P, siden familien flyttede. På den lange bustur stener han tilfældige shorts og videoer om Fifa og Fortnite, som automatisk kører efter hinanden. Når han gamer, fungerer andre spillere mest som skydeskiver. Han checker Tiktok og klassens chatråd. Men det er svært at mødes inde i byen, hvis nogen lægger planer, og Mo synes ikke, at han har noget at skrive eller lave til video, så han lader mest være.

Esther og de fleste andre i 3A spiller Minecraft for tiden. Thorvalds far har sat en fælles verden op, hvor de bygger en landsby. Nogle gange har de gamingaftale. I weekenden ringer børnene måske sammen, mens de spiller, eller skriver beskeder på en klassetråd. Esther deler nogle gange videoer, hun har klippet, og kan godt lide, når de andre giver smiley'er. Da Esthers kat døde, ville hun ikke sige det, men hun sendte et billede af graven. Næste dag vidste klassen, hvad der var sket, og så var det ligesom nemmere at snakke om.

### Spørgsmål til diskussion i gruppen

- Hvor er hønen og ægget? Starter vanskeligheder som dem i casen online eller offline?
- Knytter vanskelighederne sig primært til barnet, konteksten eller indholdet jf. BKI-princippet?
- Kan I kende typerne fra jeres egen hverdag?



Åbn Padlet'en her!  
Du får brug for den senere ...

<https://shorturl.at/avwZ4>

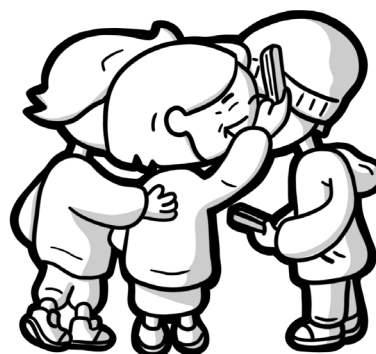
## NOBE-faktor: Udefrastyret brug med begrænset social/psykologisk gevinst

Forskning viser lavere trivsel og større adfærdsproblemer hos børn og unge, hvis skærmb brug er styret mere udefra end af egentlig lyst.

Udefrastyret brug kan skyldes rådighedspress, oplevede krav om at deltage på bestemte måder, eller automatiserede vaner, der ikke giver socialt eller psykologisk udbytte

Fx. at checke sociale medier, uden at der egentlig er gode poster, eller at game, selvom man bliver i dårligt humør.

## ”Jeg ved ikke hvad jeg får ud af det. Men jeg er ligesom nødt til at være på”



Klokken er 6.21 om morgenen. Stella fra 3U er sygt sur på sin far. Han har taget hendes mobil, og hun må ikke få den igen, før hun kommer hjem fra skole.

Det startede for tre-fire måneder siden, da klassen begyndte at skrive beskeder sammen. Emil var den første, der fik en telefon. Han skulle ringe, når han cyklede hjem. Det var sejt, og flere andre fik telefoner i julegave. Først sendte de bare billeder og smilies.

Nu er tråden fyldt med beskeder. ”Hvad laver i?”. ”svar nu!”, ”stop med a skriv”, ”Er dar non dar kan spille Roblox”, ”Skal vi ta rødt tøj på i dag?”, ”Stop. jeg gider ik høre om hva piger ska ha på”.

Nogle gange er de andre sure i skolen, hvis man ikke har svaret. Men der er også nogen, der skriver ”STOP” eller ”SPURGT”.

Stellas far tog telefonen væk, da han blev vækket af bip fra hendes seng. Hun behøver ikke at stå til rådighed hele tiden, siger han. Der er kun to andre, der er vågne. De skal ikke op endnu. Men de andre skriver, og Stella bliver ængstelig ved tanken om alt det, der foregår, uden hende.

### Spørgsmål til diskussion i gruppen

- Hvor er hønen og ægget? Starter vanskeligheder som dem i casen online eller offline?
- Knytter vanskelighederne sig primært til barnet, konteksten eller indholdet jf. BKI-princippet?
- Kan I kende typerne fra jeres egen hverdag?