



SUNDE DIGITALE BØRN OG UNGE

Evaluering af pilot- og modningsprojekt
i Slagelse Kommune

INFORMATION OM PUBLIKATIONEN

Udarbejdet af SocialRespons for Slagelse Kommune.

Publiceret februar 2026.



SocialRespons er en analyse- og konsulentvirksomhed, som leverer projektudvikling, evaluering og rådgivning inden for det sociale område. SocialRespons er specialiseret i inddragelse af målgrupper og medarbejdere samt proces- og virkningsevalueringer.

Publikationen kan frit citeres med angivelse af kilden. Ved gengivelse af publikationen modtages produktet gerne af SocialRespons.

www.socialrespons.dk

INDHOLD

OM INDSATSEN	4
OM EVALUERINGEN	6
EVALUERINGENS HOVEDPINTER	7
VÆRDISKABELSE FOR ELEVER, FORÆLDRE OG MEDARBEJDERE	8
VIRKEMIDLER	18
UDVIKLINGSPOTENTIALER & FORANKRING	25

OM INDSATSEN

BAGGRUND

Skærmbrug er en stor del af mange børn og unges hverdag og kan påvirke deres søvn, fysiske aktivitet, stressniveau, sociale relationer og fællesskaber. For at fremme en sund balance og styrke gode digitale vaner igangsatte Sundhedsudvalget i Slagelse Kommune pilot- og modningsprojektet 'Sunde digitale børn og unge'.

Projektet er foregået fra juli 2025 til februar 2026 og afprøvede digitale certificeringsforløb i et dagtilbud, en skole og en klub* i et afgrænset lokalområde. Certificeringsforløbene blev faciliteret af Dansk Behandling for Computerspil- og Onlineafhængighed (Dabeco).

Målgruppen omfattede børn og unge (0-16 år) tilknyttet de deltagende institutioner, samt deres forældre og det omgivende fagpersonale. Projektet skulle teste modellen for certificering for at indsamle erfaringer og på sigt udrulle indsatsen til kommunens øvrige almene institutioner.

**Den deltagende klub er en del af et klubdistrikt med to andre klubber, som ledelse og medarbejdere besluttede også at involvere, og som dermed også er blevet certificeret som led i projektet. Den involverede daginstitution faldt fra undervejs grundet uforudsete ledelsesskift og ressourceudfordringer.*

FORLØB

Certificeringsforløbene har omfattet en række aktiviteter faciliteret af Dabeco i de deltagende institutioner:

- Et **medarbejderkursus** om digitale medier og deres betydning for trivsel, læring og sundhed, herunder om fastholdelsesdesign og effekten på børn og unges neurobiologi. Medarbejderne har undervejs drøftet, hvordan de vil inddrage eller begrænse brugen af digitale medier
- En **ledelsesdag**, hvor der er arbejdet med udformningen af en digital profil for institutionen
- Et **elevoplæg** for udskolings elever* om sunde digitale vaner
- Et **forældreoplæg*** om sunde digitale vaner med både viden og refleksionsøvelser.

Som led i forløbet udarbejdede institutionerne en digital profil, der beskriver deres retningslinjer for eksempelvis anvendelse af digitale medier, overvejelser omkring billeddeling, spil, shopping og sociale medier, håndtering af ubehagelige oplevelser, analoge alternativer til digitale fællesskaber, personalets skærmbrug og generativ AI. Til sidst modtog de et virtuelt emblem og et fysisk messingskilt fra Dabeco som bevis på deres certificering.

*Da klubben deler elev- og forældregruppe med skolen, blev der ikke afholdt separate oplæg i klub-regi.

UDDRAG AF DE UDVIKLEDE DIGITALE PROFILER

Nedenfor kan læses nogle af de punkter, der indgår i de digitale profiler, institutionerne har udviklet i løbet af pilot- og modningsprojektet.

KLUBBEN

- Klubben er ikke mobilfri, men vi har etableret mobilfrie zoner under nogle fælles aktiviteter, spisning osv.
- Online spil er som udgangspunkt pædagogisk drevet. Vores unges spilletid bliver begrænset
- Vi er opmærksomme på unge med et usundt mobil- eller computerforbrug og hjælper dem ind i sunde fællesskaber igen
- Vi mener, at ansvar og medbestemmelse er essentielt. Derfor vil vi skabe aktiviteter og dialog om mobilpolitikken, så vores unge og deres forældre også tager ejerskab
- Digitale aktiviteter er pædagogisk funderede, voksenstyrede og med fokus på fællesskabet
- Vores unge må ikke selv downloade spil. De spil, vi bruger, er fællesskabsorienterede og alderssvarende og udvalgt af pædagogisk personale

SKOLEN

- Hele skolen er mobilfri
- Vi vil gerne arbejde hen imod at blive en smartdevice-fri skole
- Digitale medier inddrages i balance med den analoge undervisning og når det reelt støtter læringen
- Digitale teknologier bruges som støtte til ordblinde, så alle elever kan være med på samme vilkår
- Vi bruger Aula og Meebook som en del af skolens infrastruktur
- I SFO'en kan 3. klasserne spille computer tre gange om ugen i 30 min. Aktiviteten er altid voksenstyret, og der må kun spilles på alderssvarende platforme. Vi prioriterer fællesskabet og oplever, at vi med disse rammer kan skabe god balance mellem det analoge og det digitale
- Vi er tydelige omkring, hvornår og hvorfor vi benytter det digitale, for at mindske forstyrrelser.

OM EVALUERINGEN

EVALUERINGENS FOKUS

Evalueringen er en virkningsevaluering og læringsopsamling af Sunde digitale børn og unge. Den fokuserer på resultater, erfaringer og forbedringspotentialer fra pilot- og modningsprojektet. Der er særligt fokus på de fagprofessionelles oplevelse af arbejdet med at udvikle digitale profiler og deltage i certificeringsforløbet såvel som virkningen for de børn og unge, som er tilknyttet de deltagende institutioner, og deres forældre. Evalueringen har samtidig et fokus på læringer og opmærksomhedspunkter i indsatsen og peger på anbefalinger til videreudvikling af indsatsen.

Evalueringen har fokus på:

- Hvilken betydning har indsatsen for børn og unge?
- Hvilken værdi skabes der for de deltagende medarbejdere, institutioner og forældre?
- Hvilke metoder, greb og tilgange er centrale?
- Hvilke læringer og potentialer er der for udvikling og skalering?

EVALUERINGENS METODER OG DATA

Evalueringen baserer sig på et mixed methods design. Det kvalitative datagrundlag består af dybdegående interviews, herunder både enkelt- og gruppeinterviews, samt logbøger fra klubmedarbejdere. Det kvantitative datagrundlag består af surveybesvarelser fra hhv. forældre, elever og fagpersoner.

DATAGRUNDLAG



12 interviews med i alt 17 interviewpersoner* fordelt på:

- 5 forældre
- 1 lærer
- 1 skoleleder
- 1 klubleder
- 1 daginstitutionsleder
- 1 interview med Dabeco
- 1 fokusgruppe med 3 klubmedarbejdere
- 1 fokusgruppe med 4 elever



3 surveys om oplægget om sunde digitale vaner til hhv. forældre, elever og medarbejdere. I alt **141 besvarelser** fordelt på:

- 35 forældre
- 79 elever*
- 27 medarbejdere

*Heraf har 76 elever besvaret hele spørgeskemaet, mens 3 har besvaret halvdelen af spørgsmålene eller derover.



1 opstartsworkshop med Slagelse Kommune og Dabeco.

1 analyseworkshop med Slagelse Kommune og institutionerne.

1 præsentationsworkshop for kommunale aktører og institutionerne.



8 logbøger udfyldt af klubmedarbejdere

EVALUERINGENS HOVEDPUNKTER

Hovedpunkter

Pilot- og modningsprojektet har vist, at der er stor opbakning til at arbejde med at fremme børns sunde digitale vaner på tværs af indsatsens deltagende elever, forældre og medarbejdere.

Gennem oplæg og dialog om digitale mediers betydning for trivsel, læring og sundhed har målgrupperne opnået en mere nuanceret forståelse af børns skærmbrug og øget bevidsthed om sunde digitale vaner. Særligt medarbejdere og forældre oplever styrket motivation og føler sig bedre rustet til at støtte børnene.

Samtidig har projektet tydeliggjort, at det at ændre børns skærmbrug er en kompleks opgave, som forudsætter bred inddragelse og fælles rammer på tværs af hjem og institutioner. Oplæg og certificering fungerer som et vigtigt og effektivt startskud, men varig forandring kræver strategisk udrulning og fokus, opbakning fra forældre og fagpersoner og systematisk forankring i den enkelte institution.

Evalueringen viser et tydeligt potentiale for at udbrede indsatsen til hele kommunen. I den forbindelse peger erfaringerne på potentialet i at uddanne digitale ambassadører, skabe netværk på tværs af institutioner, arbejde aktivt med forældreinddragelse og udbrede konkrete, praksisnære værktøjer, der kan understøtte dialog og handling i både institutioner og hjem.

Læsevejledning

I de følgende afsnit præsenteres den oplevede værdi af certificeringsforløbet for elever, forældre og medarbejdere. For hver målgruppe beskrives først deres forudsætninger og vurdering af Dabecos oplæg. Dernæst fremhæves tre centrale effekter af forløbet for den pågældende gruppe.

Derefter følger en gennemgang af indsatsens virkemidler, hvor evalueringen analyserer de tilgange og metoder, der har været afgørende for de opnåede resultater. De fem virkemidler præsenteres indeledningsvist i en samlet model og gennemgås derefter et for et.

Evalueringen afsluttes med en drøftelse af udviklingspotentialer og forankring. Her samles erfaringer og opmærksomhedspunkter, som Slagelse Kommune kan trække på i en eventuel videre udrulning af indsatsen kommunen over. Der er identificeret fire centrale udviklingspotentialer, der gennemgås enkeltvist.

Obs: I evalueringen omtales alle fagpersoner fra institutionerne som "medarbejder" for at opretholde anonymitet.



VÆRDISKABELSE

ELEVERNES FORUDSÆTNINGER OG VURDERING AF OPLÆG

DIGITALT INDFØDTE ELEVER

Eleverne er vokset op i en hverdag, hvor computer, internet og smartphones er en naturlig og uomgængelig del af både skole- og fritidsliv. Kontinuerlig adgang til skærme opleves som en selvfølge, og skærmen udgør for eleverne både en central adgang til viden, produktivitet, kreativitet, underholdning og sociale relationer.

Elevernes opgørelse af deres skærmbrug varierer, idet nogle medregner skærmtid i undervisningen, mens andre primært forholder sig til skærmbrug i fritiden. Det samlede billede viser dog, at godt halvdelen angiver et dagligt skærmbrug på 0–5 timer, mens knap halvdelen angiver at bruge skærm i 6 eller flere timer om dagen.

På tværs af elevernes beskrivelser fremstår skærmbrug som en integreret og ofte ureflekteret del af hverdagen både i skolen, i fritiden og som en måde at koble af på. Skærmen bruges ofte i situationer med kedsomhed og fungerer samtidig som en vigtig platform for at opretholde sociale relationer. Selvom eleverne generelt er bevidste om, at deres skærmbrug kan være højt, opleves det for de fleste ikke som et problem, men snarere som en naturlig og accepteret del af deres dagligdag.

BALANCE MELLEM SKÆRMBRUG OG TRIVSEL

Størstedelen af eleverne vurderer, at deres nuværende skærmbrug er tilpas (71%), og at deres trivsel ikke påvirkes negativt af skærmbrug (82%). For hovedparten af eleverne er motivationen for at ændre digitale vaner derfor begrænset.

“Jeg har ikke haft lyst til at ændre vaner, fordi de ikke er særligt slemme” - Elev

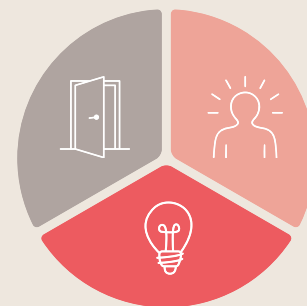
Der ses dog også en mindre gruppe elever, som ønsker at reducere deres skærmtid (23%). For dem hænger ønsket bl.a. sammen med en oplevelse af at blive ‘fanget’ af skærmen og med et oplevet socialt pres, særligt knyttet til sociale medier.

“Jeg har mange gange tænkt over Snapchat. Det fylder ret meget, for du er ret presset til at svare og holde den der streak med dine venner” - Elev

ELEVERNES VURDERING AF OPLÆGGET

Selvom de færreste elever oplever et akut behov for at ændre digitale vaner, er oplægget blevet taget positivt imod og hele 75% af eleverne vurderer oplægget som godt eller rigtig godt. Deres udbytte knytter sig især til øget bevidsthed om digitale mekanismer og egne vaner, en mere nuanceret forståelse af, hvad sunde digitale vaner kan være og en lettere adgang til at tale om digitale vaner og udfordringer i hverdagen.

VÆRDISKABELSEN FOR ELEVER



ØGET VIDEN OG BEVIDSTHED



73 % af eleverne oplever, at oplægget har givet dem ny viden. Endnu vigtigere peger mange elever på, at oplægget har bidraget til en øget bevidsthed om egne digitale vaner, skærmens betydning for trivsel og sociale relationer samt indsigt i de mekanismer, der kan gøre digitale medier vanedannende. Selvom mange elever har en opfattelse af, at de generelt har styr på deres digitale vaner, angiver 28% i nogen eller høj grad, at oplægget har givet dem lyst til at ændre deres digitale adfærd. Dette fund indikerer, at oplægget har potentiale til at igangsætte forandring hos en del af eleverne, også selvom størstedelen ikke oplever et presserende behov for at ændre deres digitale vaner.

NUANCERET FORSTÅELSE



Eleverne vurderer, at oplægget har bidraget til en bevægelse fra en mere snæver forståelse af sunde digitale vaner, primært knyttet til mængden af skærmtid, til en bredere og mere nuanceret forståelse, hvor også *hvordan, hvornår og i hvilken sammenhæng* skærmen anvendes, tillægges betydning. Oplægget har givet eleverne anledning til refleksioner over forskellen mellem bevidst og ubevidst skærnbrug, og de er samtidig blevet mere opmærksomme på, hvordan overdreven skærnbrug kan påvirke søvn, trivsel og helbred. Der ses dermed en øget forståelse for, at digital sundhed i høj grad handler om kontekst og intention snarere end skærmtid alene.

NEMMERE ADGANG TIL DIALOG



Oplægget har bidraget til at skabe en fælles referenceramme for elever, forældre og skole, som gør adgangen til dialog om digitale vaner og oplevelser online mere tydelig og tilgængelig for eleverne. Blandt eleverne er der stor opbakning til, at skolen er med til at sætte rammer for sunde digitale vaner, idet 58 % i nogen til meget høj grad vurderer dette som en god idé. Selvom data er indhentet kort tid efter oplægget, oplever 60 % af eleverne, at digitale vaner i større eller mindre grad er blevet gjort til tema i klassen, og samtidig vurderer 36 %, at oplægget har gjort dem tryggere ved at tale med deres forældre om det, de oplever online.

SAMLET VURDERING AF ELEVERNES UDBYTTTE

Overordnet set har eleverne taget positivt imod oplægget om sunde digitale vaner og oplever et tydeligt udbytte heraf. Flertallet vurderer oplægget som godt eller rigtig godt, og elevernes tilbagemeldinger peger samlet på tre centrale udbytter: øget viden og bevidsthed, en mere nuanceret forståelse af sunde digitale vaner samt nemmere adgang til dialog om digitale vaner og oplevelser online.

Oplægget har bidraget til at styrke elevernes viden om digitale mekanismer og øget deres bevidsthed om egne vaner og skærmens betydning for trivsel og sociale relationer. Samtidig ses en bevægelse fra en snæver forståelse af sunde digitale vaner som et spørgsmål om skærmtid til en bredere og mere nuanceret forståelse, hvor også kontekst, timing og form for brug tillægges betydning. Derudover oplever mange elever, at oplægget har bidraget til en fælles referenceramme mellem elever, skole og forældre, hvilket har gjort adgangen til dialog om digitale vaner mere tydelig og tilgængelig.

Eleverne udtrykker generelt opbakning til, at skolen er med til at sætte rammer for sunde digitale vaner. Denne opbakning peger på en grundlæggende accept af skolens rolle som medansvarlig aktør på området, også selvom rammer og regulering i praksis kan opleves som irriterende. Samtidig har oplægget i mange klasser

givet anledning til opfølgende dialog, hvilket understøtter oplevelsen af et øget fokus på digitale vaner i skolehverdagen.

Selvom 28 % af eleverne angiver, at oplægget har givet dem lyst til at ændre deres digitale vaner, er der tale om en mindre del af elevgruppen. Der ses dog en tydelig sammenhæng mellem de elever, der oplever at have fået ny viden, og de elever, der har fået lyst til at ændre vaner. For denne gruppe har oplægget fungeret som en øjenåbner og som motivation til at arbejde for sundere digitale vaner. Omvendt ses der også en kløft mellem refleksion og handling, idet mange elever på trods af øget viden ikke oplever et aktuelt behov eller en motivation for at ændre deres digitale praksis. Oplægget ser derfor umiddelbart primært ud til at have en bevidstgørende snarere end en direkte adfærdsregulerende effekt.

Det er i denne sammenhæng væsentligt at bemærke, at data er indsamlet kort tid efter oplæggets gennemførelse, og at eleverne derfor har haft begrænset tid til at omsætte ny viden til konkret handling. Samtidig peger elevernes udsagn på, at digitale medier spiller en afgørende rolle i vedligeholdelsen af sociale relationer, hvilket kan gøre det oplevet risikofyldt at skruer ned for sin digitale tilstedeværelse. Dette kan være med til at forklare, hvorfor øget refleksion ikke nødvendigvis fører til umiddelbare ændringer i adfærd.

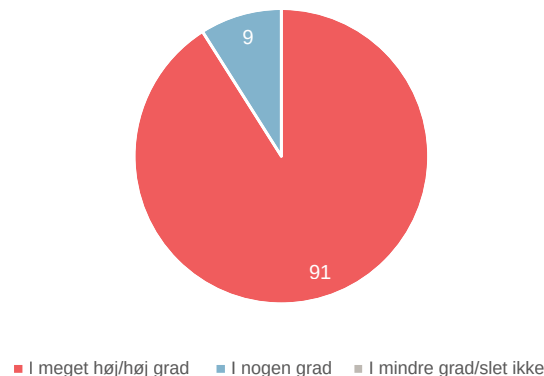
FORÆLDRENE'S UDGANGSPUNKT OG OPLEVEDE DILEMMAER

Forældrene, der har deltaget i evalueringen, giver udtryk for, at digitale medier allerede fylder væsentligt i familiens hverdag, og at de i forvejen forholder sig aktivt og reflekteret til deres børns skærmbrug. Flere beskriver, at skærme både fungerer som et vigtigt socialt redskab for børnene og som en praktisk løsning i en travl hverdag, hvilket skaber et spændingsfelt mellem idealer og hverdagspraksis. Samtidig peger flere forældre på, at skærmbrug i stigende grad er tæt forbundet med børnenes mulighed for at deltage i sociale fællesskaber, og at fravalg af digitale platforme derfor kan opleves som potentielt ekskluderende. Forældrene peger desuden på, at de selv er en del af den digitale kultur, de forsøger at regulere, og at egne vaner derfor spiller en central rolle i arbejdet med at skabe sunde rammer for børnene. Dette medfører for mange en oplevelse af dobbelthed, hvor ønsket om at sætte tydelige rammer udfordres af egne handlinger og hverdagens praktiske hensyn.

☝ *Vi har jo rigtig mange gode intentioner, fordi vi godt ved, hvordan skærmen påvirker dem. Men på den anden side sidder vi jo også selv med den, og den er jo en nem barnepige, når man lige skal lave mad eller nå nogle ting. Og vi ved jo godt, at den kun ligger ét sted, og det er hos os selv. Men det er vi ikke dygtige nok til endnu” - Forælder*

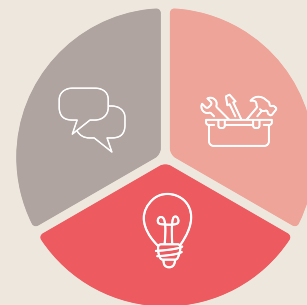
Oplægget vurderes overordnet meget positivt og opleves som relevant og vedkommende.

Hvor udbytterigt var oplægget om sunde digitale vaner? Pct. (n = 35)



Forældrene fremhæver især, at oplægget formidles på en måde, som anerkender de dilemmaer og afvejninger, mange forældre står i. Det gør, at oplægget ikke opleves som moralsk anvisende, men som et fælles refleksionsrum, hvor forældrene kan spejle egne erfaringer. Flere forældre beskriver oplægget som en kærdommen anledning til at stoppe op og genbesøge egne valg og vaner, også selvom de i forvejen oplever at have fokus på området. For nogle har oplægget desuden bidraget til en øget legitimering af allerede eksisterende rammer og regler i hjemmet. Oplægget har således i høj grad fungeret som en anledning til fornyet opmærksomhed og fælles refleksion snarere end som et brud med eksisterende praksis.

VÆRDISKABELSEN FOR FORÆLDRE



NY OG GENOPFRISKET VIDEN



Forældrene oplever, at oplægget har givet dem ny viden, eller genopfrisket eksisterende viden, om de mekanismer, der ligger bag børns brug af digitale medier. Særligt indsigt i algoritmer, afhængighedsskabende design og de kommercielle interesser bag platforme fremhæves som væsentlig, og flere peger på, at denne viden har bidraget til en mere nuanceret forståelse af børns skærmbrug som et vilkår, børn og unge navigerer i, snarere end et rent individuelt valg. Det har for nogle medført en større forståelse for, hvorfor det kan være vanskeligt for børn at regulere deres brug, og mindsker dermed tendensen til entydigt at placere ansvar eller skyld hos barnet alene.

BEDRE RUSTET TIL AT STØTTE BØRN I SUNDE DIGITALE VANER



Samtlige forældre vurderer, at oplægget har gjort dem bedre rustet til at støtte deres børn i udviklingen af sunde digitale vaner. Oplægget har bidraget til en mere nuanceret forståelse af, hvornår forældre med fordel kan sætte tydelige rammer, og hvornår dialog, guidning og fælles refleksion er mere hensigtsmæssig end restriktioner alene. Flere forældre beskriver, at de i højere grad ser deres rolle som støttende og rammesættende frem for kontrollerende, og at de samtidig er blevet mere opmærksomme på betydningen af egne digitale vaner og den rollemodel, de selv udgør for deres børn i hverdagen.

KVALIFICERET OG UDVIDET DIALOG



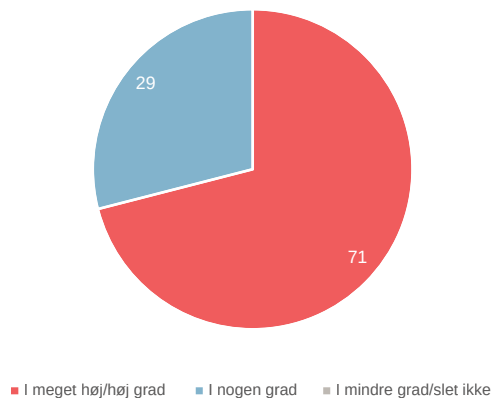
Oplægget har bidraget til at styrke dialogen i familierne. Forældrene oplever, at det er blevet lettere at tale med deres børn om digitale vaner, oplevelser online og grænser for skærmbrug. At børnene samtidig har arbejdet med emnet i skolen, fremhæves som en fordel, da det skaber et fælles sprog og et fælles udgangspunkt for samtalen, og flere forældre beskriver, at dialogen herigennem bliver mere kvalificeret og mindre konfliktfyldt. For nogle familier har oplægget desuden givet anledning til at udvide dialogen til også at omfatte bedsteforældre, hvorigennem samtalen om fælles rammer og forventninger på tværs af generationer er blevet styrket.

SAMLET VURDERING AF FORÆLDRENES UDBYTTE

Evalueringen viser, at forældreoplægget har imødekommet et udtalt behov blandt forældrene for støtte, viden og fælles pejlemærker i arbejdet med børns digitale liv. Forældrene er gennemgående meget positive i deres vurdering af oplægget og fremhæver, at det har styrket deres refleksioner og handleberedskab som forældre i en hverdag, hvor digitale medier fylder stadigt mere. Flere giver udtryk for, at oplægget har øget deres motivation for at arbejde mere aktivt med sunde digitale vaner i familien og for at fastholde fokus på dialog, rammesætning og fælles løsninger i hjemmet.

Forældrenes udbytte knytter sig især til de tre områder: ny viden om digitale mekanismer, oplevelsen af at være bedre rustet til at støtte deres børn i at opnå sunde digitale vaner samt en mere kvalificeret dialog i familierne.

Har oplægget rustet dig bedre til at støtte dit barn i sunde digitale vaner? Pct. (n = 35)



Der er blandt forældrene meget stor opbakning til, at skolen spiller en aktiv og tydelig rolle i arbejdet med sunde digitale vaner. Samtlige forældre vurderer, at det er en god idé, at skolen arbejder med en digital profil, der sætter fælles rammer og retning på området.

“Vi skal det her meget mere. Fedt at skolen og kommunen har taget initiativ” - Forælder

Skolens indsats opleves som et vigtigt fælles anker, der kan skabe en mere ensartet tilgang på tværs af familier og reducere oplevelsen af at stå alene med svære beslutninger om grænsesætning. Flere forældre efterspørger tydelige, kollektive rammer, som fx fælles aftaler, retningslinjer eller anbefalinger, der kan understøtte fælles praksis omkring brug af sociale medier og digitale platforme. Det fremhæves, at fælles standarder kan gøre det lettere at fastholde rammer i hjemmet, fordi børnene oplever, at reglerne gælder bredt og ikke kun i den enkelte familie.

“Der mangler en fælles fremgangsmåde som vi alle kan arbejde ud efter. En form for lov eller regler, for det er svært at fratage ens barn sociale medier, uden at de så føler sig uden for fællesskabet” - Forælder

Endelig peger nogle forældre på, at indsatsen med fordel kan suppleres med alderssvarende oplæg til forældre med yngre børn, så fælles forståelser og forventninger etableres tidligere, inden digitale vaner for alvor sætter sig fast.

MEDARBEJDERNES UDGANGSPUNKT

Medarbejderne i skole og klub træder ind i indsatsen med et højt refleksionsniveau og betydelig erfaring i arbejdet med børn og unges digitale liv. Flere beskriver, at digitale medier allerede før projektet fyldte meget i deres daglige praksis både som pædagogisk redskab, læringsplatform og social arena for børnene. Samtidig peger medarbejderne på, at digitalisering har skabt nye pædagogiske spændingsfelter, hvor skærmen både opleves som et nødvendigt vilkår og en potentiel kilde til mistrivsel, konflikter og opmærksomhedsudfordringer.

☞ *Jeg synes både jeg og os som institution var langt i arbejdet med sunde digitale vaner” - Medarbejder*

Et centralt dilemma for medarbejderne handler om balancen mellem regulering og deltagelse. På den ene side er der et ønske om at beskytte børnene mod afhængighedsskabende mekanismer, uhensigtsmæssigt indhold og sociale dynamikker, der kan skabe pres og eksklusion. På den anden side er der en tydelig bevidsthed om, at digitale medier er dybt integreret i børn og unges sociale liv, og at for restriktive tilgange kan risikere at afkoble børnene fra fællesskaber eller skabe unødigt modstand. Dette stiller store krav til medarbejdernes pædagogiske dømmekraft og deres evne til løbende at foretage nuancerede vurderinger i konkrete situationer.

Medarbejderne peger på en oplevet usikkerhed omkring rolle- og ansvarsfordeling mellem skole, klub og hjem. Det er ikke entydigt, hvor ansvaret for børns digitale dannelse primært ligger, og flere efterspørger en tydeligere fælles forståelse af, hvordan opgaven deles på tværs af arenaer.

☞ *Det er noget, vi har snakket om. Hvad er vores rolle egentlig? Er det ikke forældrene, der skal lære deres børn at have nogle sunde digitale vaner? Men børnene er altså heroppe i 6-7 timer om dagen, og vi er jo med til at forme dem på en eller anden måde og danne dem. Så jeg tænker, at vi har et kæmpe ansvar og en kæmpe opgave, som skal ligge her i skolen også” - Medarbejder*

Flere beskriver et krydspres mellem forældres forventninger, politiske beslutninger og børnenes konkrete behov i hverdagen og peger på behovet for tydelige fælles rammer og retning, der kan understøtte en mere ensartet praksis. Samtidig opleves arbejdet med sunde digitale vaner som både nødvendigt og meningsfuldt og som en naturlig del af deres bredere dannelses- og relationsarbejde.

☞ *Jeg er 100% positiv. Jeg synes, det har været et godt forløb. Jeg synes, det har været givende og vi har fået nogle informationer, som vi måske godt troede, at vi vidste, men alligevel ikke helt vidste” - Medarbejder*

VÆRDISKABELSEN FOR MEDARBEJDERE



FÆLLES VIDENSGRUNDLAG OG SKÆRPET BEVÅGENHED



Oplægget har bidraget til et styrket fælles vidensgrundlag blandt medarbejderne om digitale mekanismer og deres betydning for børn og unges trivsel, læring og sociale samspil. Alle lærere vurderer medarbejderkurset og arbejdet med den digitale profil som udbytterigt og relevant for deres daglige praksis med børn og unge. Den fælles viden har skærpet medarbejdernes opmærksomhed på, hvordan digital adfærd kan komme til udtryk i hverdagen, og har givet et mere nuanceret grundlag for at vurdere, hvornår skærmbrug kræver pædagogisk handling. Medarbejderne oplever dermed at kunne reagere mere bevidst og fagligt begrundet i konkrete situationer.

LEGITIMITET OG PROFESSIONELT HANDLERUM



Et væsentligt udbytte for medarbejderne er oplevelsen af at have fået et fælles sprog og en fælles referenceramme for arbejdet med sunde digitale vaner. Den fælles digitale profil har givet medarbejderne et legitimt og fælles afsæt for at sætte rammer og tage dialogen om digitale vaner med både børn og forældre. Dette har reduceret oplevelsen af at handle på baggrund af personlige vurderinger og i stedet styrket det professionelle handlerum. Medarbejderne oplever, at pædagogiske valg og rammer i højere grad kan begrundes fagligt og institutionelt frem for individuelt og personafhængigt.

ØGET REFLEKSION OG UDVIKLING AF PÆDAGOGISKE GREB



Oplægget har desuden givet anledning til øget refleksion over pædagogisk praksis og inspireret til udvikling og justering af konkrete greb i hverdagen. Medarbejderne beskriver, at arbejdet med sunde digitale vaner i højere grad tænkes ind i eksisterende pædagogiske aktiviteter, herunder skabelse af analoge alternativer, bevidst arbejde med fællesskaber og en mere målrettet brug af digitale interesser som afsæt for relation og læring. Udbyttet af indsatsen opleves ikke som færdige løsninger, men som en igangsættende proces, der styrker medarbejdernes fælles refleksion og understøtter en kontinuerlig udvikling den daglige undervisning og pædagogisk arbejde.

SAMLET VURDERING AF MEDARBEJDERNES UDBYTTE

Medarbejderne vurderer samlet set, at certificeringsforløbet har været fagligt relevant og allerede har sat spor i praksis. Indsatsen har ikke introduceret et helt nyt felt, men har kvalificeret og samlet en praksis, som allerede var i bevægelse. Flere beskriver, at de i højere grad arbejder bevidst og målrettet med at skabe sunde digitale vaner i hverdagen.

☝☝ *Det har gjort os mere bevidste om, hvorfor vi gør, som vi gør, og hvornår vi skal gøre noget andet”* - Medarbejder

Et centralt udbytte er etableringen af en tydeligere fælles retning. Arbejdet med den digitale profil og selve profilen har givet et fælles fagligt referencepunkt, som understøtter mere ensartede vurderinger og pædagogiske valg. Det opleves som en styrke, at medarbejderne ikke skal stå alene med individuelle fortolkninger af digitale dilemmaer.

☝☝ *Det giver en tryghed, at vi har noget fælles at læne os op ad, når vi skal tage beslutninger”* -Medarbejder

Flere peger på, at forløbet allerede har ført til konkrete justeringer i praksis. Skærmbrug planlægges i højere grad ud fra et pædagogisk formål fremfor som en rutinemæssig læsning, og der arbejdes mere aktivt med at skabe attraktive offline alternativer. Medarbejderne beskriver også en øget opmærksomhed på at koble digitale vaner til trivsel, søvn og fællesskab og på at tage dialogen

med børnene om deres digitale liv frem for alene at regulere det.

☝☝ *Vi er blevet bedre til at tage snakken med dem om, hvad det egentlig gør ved dem, i stedet for bare at sige ‘ja’ eller ‘nej’”* - Medarbejder

Derudover fremhæves det, at forløbet har givet anledning til faglige drøftelser og refleksion i personalegruppen, som ellers kan være svære at prioritere i en travl hverdag. Flere beskriver, at de normalt håndterer digitale dilemmaer ad hoc, men at certificeringsforløbet gav tid og struktur til at drøfte konkrete situationer som fx håndtering af konflikter opstået via sociale medier eller brug af skærm som et reguleringsredskab. Denne fælles fordybelse har bidraget til større klarhed om fælles principper og har gjort det lettere at handle ensartet i lignende situationer efterfølgende.

Samlet peger medarbejdernes perspektiver på, at indsatsen allerede har styrket den kollektive faglighed og professionalitet i arbejdet med børn og unges digitale liv. Udbyttet ligger ikke kun i øget viden, men i en mere bevidst, sammenhængende og målrettet praksis, hvor digitale vaner tænkes aktivt ind i arbejdet med trivsel, dannelse og fællesskab.

☝☝ *Tid er vel den bedste ven lige nu, ændringer tager tid og i takt med vi har fokus på dette, vil vi fortsat se udvikling og nye måder og give et bedre tilbud, der er på linje med sunde digitale vaner”* - Medarbejder



VIRKEMIDLER

VIRKEMIDLER

Modellen nedenfor illustrerer fem centrale virkemidler i indsatsen. På de følgende sider udfoldes disse.





INDSIGT I PSYKOOGISKE MEKANISMER

Et centralt virkemiddel i indsatsen er formidlingen af viden om de psykologiske mekanismer bag digitale medier, herunder algoritmer, opmærksomhedsøkonomi og fastholdelsesdesign. Denne indsigt har været et gennemgående fokuspunkt i oplæggene til både medarbejdere, forældre og børn. Ved alle oplæg har en psykolog medvirket som oplægsholder og forklaret, hvordan digitale platforme aktivt konkurrerer om tid og opmærksomhed og bevidst aktiverer hjernens belønningssystemer. Formidlingen har haft stor gennemslagskraft blandt deltagerne. Flere beskriver det som både øjenåbnende og rystende og peger på, at indsigten har ændret deres forståelse af såvel børns og unges digitale adfærd som deres egen.

“Jeg er chokeret over hvor stor effekt den digitale verden har på menneskets kognitive udvikling og evne til at agere i samspil med andre. Jeg tænker over det dagligt, siden kurset.” - Medarbejder

“Er helt skræmt over hvor meget skade vores børn tager af alt det skærm” - Forælder

Flere fremhæver, at viden om teknologiens påvirkning skærper forståelsen af, hvorfor arbejdet er både vigtigt og vanskeligt. Når de psykologiske mekanismer og belønningssystemer bag skærmbrug tydeliggøres, bliver digitale vaner ikke alene et spørgsmål om individuel viljestyrke, men et

strukturelt vilkår, som børn, unge og voksne alle er underlagt. Det legitimerer behovet for fælles regulering og styrker motivationen for at handle. Oplæggene vækker samtidig en tydelig indignation over tech-industriens bevidste udnyttelse af psykologiske mekanismer. Flere giver udtryk for forargelse over den forretningsmodel, der ligger bag sociale medier og spil, og beskriver dette som et afgørende element i oplæggets gennemslagskraft. To forældre fremhæver eksempelvis følgende som særligt udbytterigt:

“Viden om hvilken industri der hersker bag al den afhængighed, så der er bedre grund til at gøre noget.” - Forælder

“Godt men skræmmende omkring techgiganternes udnyttelse af os som mennesker”. - Forælder

Medarbejdere oplever samtidig, at børn og unge i højere grad accepterer rammer og regulering, når de selv har fået viden om, hvordan digitale medier er designet til at fastholde opmærksomhed:

“Efter eleverne selv har hørt om hvor afhængighedsskabende digitale medier er, og hvordan algoritmerne "trækker i bestemte retninger", så er det lettere at få dem til at acceptere, at de kun skal være digitale eller online når det giver mening fagligt.” - Medarbejder



IKKE-FORDØMMENDE TILGANG

Parallelt med den psykologiske og tech-drevne forklaring på skærmbrug anvender oplæggene en tydelig ikke-fordømmende tilgang. Der anvendes personlige anekdoter og fakta om, hvor udbredt skærmbrug er og hvor svært det er at reducere. Målgrupperne oplever, at tilgangen og dialogen er præget af et fravær af fordømmelse:

“Jeg synes jo, at det var et godt oplæg, og der var bestemt ikke nogen løftede pegefingre”

- Medarbejder

Der er et mere eller mindre direkte opgør med skyld og skam, hvilket beskrives som et effektivt virkemiddel, da det åbner for reel refleksion og læring. Tilgangen gør det muligt at engagere sig i dilemmaerne uden at føle sig angrebet. Som en deltager formulerer det:

“Man har jo ikke behov for at blive peget fingre af, at det er vores skyld... Og det synes jeg, at det gjorde han på ingen måde.” - Forælder

Flere beskriver, hvordan de i forvejen bærer rundt på en evigt dårlig samvittighed over eget og/eller deres børns skærmbrug, og at det derfor er en lettelse ikke at blive mødt med yderligere fordømmelse.

“Så havde jeg bare lige brug for at blive mindet om, hvorfor jeg så gerne vil holde mit børns spilletid nede, og hvorfor fanden det så går så dårligt med det.” - Forælder

Den ikke-fordømmende tilgang fungerer som et centralt virkemiddel, fordi den reducerer forsvar og skaber rum for ærlig refleksion over egne og børns vaner. Samtidig smitter tilgangen af på medarbejderes og forældres indgangsvinkel og fremgangsmåde over for børnene, hvilket hjælper dem i at støtte dem bedre i at ændre vaner:

“Vi har fået den der forståelse af, at det [at bruge computer i timerne til ikke-faglige ting] gør de faktisk nok ikke bare fordi, at de vil være nogle provokerende møgunger, men det er faktisk fordi, at vi taler om en afhængighed. De kan simpelthen ikke lade være. Og det er jo et andet blik på det. Ikke fordi det så er okay, men det er stærke kræfter, der er på spil. Og derfor er vi også nødt til at reflektere over det her og træde tre skridt tilbage og sige: Hvad fanden kan vi så gøre ved det?”

- Medarbejder

“Ønsker meget at ændre vaner. Men det kræver overskud og en fælles indsats, uden sure bebrejdende miner, da børnene som sagt ikke selv ved bedre.” - Forælder

Ved at normalisere udfordringerne og anerkende, at både børn og voksne påvirkes af stærke digitale mekanismer, reduceres skyld og modstand. Det skaber et konstruktivt afsæt for dialog, refleksion og handling. Virkemidlet understøtter dermed et pædagogisk og forældremæssigt blik, hvor ændring af vaner ikke bygger på bebrejdelse, men på forståelse og fælles ansvar.



NUANCERET FORSTÅELSE AF "SKÆRM"

Et centralt virkemiddel i indsatsen er udviklingen af en mere nuanceret forståelse af, at "skærm" ikke blot er skærm. I oplæggene skelner Dabeco mellem passive "sukkerskærme" (underholdning) og aktive "grøntsagsskærme" (læring, kreativitet). Denne sondring giver deltagerne et mere differentieret sprog for at tale om digitale vaner og understøtter en bevægelse væk fra enten-eller-positioner.

Særligt medarbejderne fremhæver, at denne nuancering harmonerer med deres erfaringer fra praksis, hvor digitale medier både kan understøtte relationer, fællesskaber og læring:

“Altså der er jo stadig nogen, der skaber relationer og sådan noget derinde, som profiterer af det, så det er jo ikke sådan, at man kan sige, at de må slet ikke være på de sociale medier, for det er skidt. Det er det jo ikke altid.” - Medarbejder

“Derudover tænker vi lærere mere over, hvad der er sukker- og grønssagsskærm for eleverne, samt hvordan vi får det ind i undervisningen på en god måde.” - Medarbejder

Eleverne har også bemærket lærernes øgede fokus på karakteren af skærmbrug.

“Efter det der foredrag begyndte lærerne hele tiden at sige: "sukkerskærm, sukkerskærm, sukkerskærm" (...). Jeg tror, de synes det er irriterende, at vi spiller så meget, for det går ud over deres undervisning også” - Elev

Samtidig giver den nuancerede forståelse af skærmbrug anledning til konkrete pædagogiske justeringer. I en juniorklub er der eksempelvis indført skærmfrie perioder i forbindelse med større analoge aktiviteter for at "nudge" flere børn ind i fællesskaberne. Erfaringen peger dog også på, at nogle børn har brug for aktiv voksenstøtte for at kunne lægge skærmen fra sig og engagere sig i analoge aktiviteter.

“Det lyder egentligt lidt vildt, men det er der, vi er. Der er børn der har ekstremt svært ved at aktivere sig selv uden skærm.” - Medarbejder

Indsatsen bidrager dermed til en øget opmærksomhed på, at børns brug af skærm kan dække over forskellige behov. Målet bliver ikke et generelt forbud, men mere bevidst prioritering og pædagogiske refleksioner:

“Der skal være en arena, som for eksempel klub, hvor vi kan hjælpe dem til at træffe nogle valg og have nogle samtaler om: Hvornår bruger jeg telefonen, og hvornår bruger telefonen mig?” - Medarbejder

Ved at arbejde med skærmens tilstedeværelse frem for blot at fjerne den, skabes der bedre betingelser for pædagogisk håndtering i praksis.

“Vi vil ikke forbyde skærm, men vi vil gerne tale ind i sund brug og til og fravalg.” - Medarbejder



FÆLLES EJERSKAB OG BRED INVOLVERING

Et andet virkemiddel i indsatsen har været den samtidige involvering af både børnene selv, forældrene og medarbejdere. Denne helhedsorienterede tilgang bidrager til at skabe fælles begreber, referencer og et delt ansvar for arbejdet med sunde digitale vaner. Når alle parter får adgang til den samme viden og det samme sprog, styrkes forudsætningerne for dialog og sammenhæng på tværs af hjem og institution.

Forældrene oplever konkret, at det gør en forskel, når børnene også har arbejdet med tematikken i skolen:

“Nu har de jo haft et oplæg i klassen om det også. Så vi ligesom havde noget fælles at snakke ud fra og noget forståelse. Det har faktisk hjulpet ret meget.” - Forælder

Den brede involvering gør sig også gældende internt blandt medarbejderne – særligt i de tre klubber, der aktivt har arbejdet med at udvikle deres digitale profil i fællesskab. Her beskrives den fælles proces som afgørende for ejerskab og implementering.

“Motivationen for at arbejde med vores digitale profil har været rigtig god. Processen med at inddrage alle, og derefter lave en fokusgruppe til at gøre det skarpt har været god. Dette gør at hele personalegruppen kan se sig selv i vores digitale profil og forhåbentligt kan implementere det i vores hverdag.” - Medarbejder

“Vi skal stå på mål for det hver eneste dag. Så det skal ikke komme oppefra.” - Medarbejder

Når medarbejdergruppen samlet udvikler retning og rammer, styrkes sandsynligheden for, at indsatsen omsættes til praksis og ikke bliver et isoleret projekt som kun videreføres af få passionerede bannerførere.

Den brede involvering understøtter samtidig et skifte fra individuelle forklaringer og placering af ansvar til et kollektivt handlingsperspektiv. Som Dabeco formulerer det:

“Der kommer også sådan et fælles sprog, hvor forældre og skoler ikke længere vil stå og pege fingre af hinanden og sige: ”det er derovre, det er derovre” – Til et kollektivt handlingsperspektiv: et problem, som ikke har én afsender, én modtager, men det er ligesom noget, vi står i sammen.” - Dabeco

Denne bevægelse mod fælles ansvar understøttes af et delt vidensgrundlag, som opleves som fagligt forankret og legitimt:

“Jo mere vi udbreder viden om det, jo mere kommer det til at give værdi – et vidensgrundlag, som er sikkert at stå på... funderet i faglighed, etik, erfaringer og videnskab og forskning.” - Medarbejder

Samlet set viser erfaringerne, at bred involvering og fælles ejerskab ikke blot øger opbakningen til indsatsen, men også dens gennemslagskraft og mulighed for forankring.



CERTIFIKAT SOM FORPLIGTELSE

Et centralt virkemiddel i indsatsen er selve certificeringen, som fungerer som en strukturel forpligtelse og et synligt pejlemærke for arbejdet med sunde digitale vaner.

Certificeringen skaber en formel ramme, der rækker ud over enkeltstående oplæg og markerer, at indsatsen er et prioriteret og vedvarende fokusområde. Flere medarbejdere peger på, at certificeringen styrker den eksterne synlighed og gør det lettere at gå i dialog med forældre.

- ☞ *Selve certificeringen gør selvfølgelig noget i forhold til en synlighed for at det er faktisk sådan her vi arbejder. Det vil sige, at det er også nemmere at gå ind i dialog med forældre om.*" - Medarbejder

Certificeringen fungerer samtidig som en intern forpligtelse. Processen med at udarbejde handleplaner og formulere en digital profil opleves som et signal om, at arbejdet skal omsættes til konkret praksis:

- Nu er vi certificeret, så vi også må gøre noget ved det. (...) Så det var også et signal over for personalet om, at det vi arbejder med, det skal vi forholde os til. For ellers er det jo ligegyldigt at være certificeret, hvis vi ikke arbejder med det.*" - Medarbejder

Der peges desuden på, at certificeringen har strategisk betydning i en tid, hvor skoler og klubber i stigende grad skal synliggøre deres

profil. At kunne vise, at man er certificeret i sunde digitale vaner, kan have betydning for forældres skolevalg på linje med en eventuel certificering som idrætsskole eller resultater fra trivselsmålinger eller karaktergennemsnit:

- ☞ *Jeg er sikker på, at det at man udadtil synliggør, at vi har fokus på det, det tror jeg betyder meget. Også i forhold til, når forældre skal finde ud af, hvilken skole deres børn går på. (...) Og vi er jo i en situation, hvor vi også skal sælge os selv som skole, fordi der er masser, der vælger folkeskolen fra i dag og tager privat- og friskoler. Så der tror jeg, at det er positivt for os, at man kan sige, at vi har det stempel."* - Medarbejder

Endelig beskrives certificeringen som noget, der skærper den løbende opmærksomhed og skaber faglig stolthed:

- ☞ *Certificering betyder en skærpet bevågenhed på det hele, hele tiden. Det forpligter på en helt anden måde (...) man måske også vil få en stolthed omkring det, i forhold til, at vi faktisk er nogle klubber, der forholder os aktivt til, hvor meget skærmtid børnene har."* - Medarbejder

Samlet set viser evalueringen, at certificeringen virker som både løftestang og forpligtelse: Den skaber synlighed udadtil, retning indadtil og en strukturel ramme, der øger sandsynligheden for, at arbejdet med sunde digitale vaner fastholdes over tid.



UDVIKLINGSPOTENTIALER OG FORANKRING

OPMÆRKSOMHEDSPUNKTER OG ANBEFALINGER

En central del af evalueringen har været at undersøge opmærksomhedspunkter og potentialer ifm. en eventuel skalering af indsatsen til hele Slagelse Kommune. På baggrund af erfaringer fra pilot- og modningsprojektet peger evalueringen på en række forhold, som er væsentlige at tage højde for i det videre arbejde.

Parathed og strategisk udrulning

Evalueringen viser, at institutionernes parathed og motivation er afgørende for udbyttet af certificeringsforløbet. Parathed handler både om ledelsesmæssig opbakning, medarbejdernes oplevede relevans af indsatsen og institutionens aktuelle situation i forhold til øvrige forandringsprocesser og fokusområder. I pilotprojektet så vi, at daginstitutionen ikke havde kapacitet og ressourcer til at gennemføre certificeringsforløbet på trods af, at ledelse og medarbejdere fandt det relevant. Som lederen fortalte i et kort opkald:

☑☑ *Vi har nogle snakke om skærmbrug, så det fylder jo lidt, og vi vil gerne. Men vi kan ikke rumme det [certificeringsforløbet] oven i alt det andet lige nu” - Daginstitution*

I en skaleringsindsats vil det være afgørende, at de enkelte institutioner er klar og motiverede, når de tager hul på forløbet. Erfaringerne fra pilotprojektet peger i den forbindelse på vigtigheden af tydelig forventningsafstemning forud for opstart, herunder om formål, tidsforbrug og krav til opfølgende arbejde.

Flere medarbejdere i pilotprojektet efterspørger samtidig inspiration fra andre sammenlignelige institutioner for at kunne trække på andres erfaring i udarbejdelsen af egne rammer for sunde digitale vaner - dette kunne fx ske ved at høre om andre institutioners proces, dilemmaer og erfaringer via netværksmøder eller oplæg fra andre, og ved at se deres digitale profiler. Her er det oplagt at trække på de erfaringer, de deltagende klubber har gjort sig i pilotprojektet, da flere klubmedarbejdere har været meget aktive drivkræfter i at skabe nye virkningsfulde tiltag, og gerne vil dele ud af den viden, de har opnået undervejs.

Derudover er der gode potentialer i at gennemføre certificeringsindsatser i et geografisk område på samme tid, så de lokale institutioner kan samarbejde om indsatsen ligesom skolen og klubben har gjort det i pilotprojektet. Derigennem skabes en sammenhængende og helhedsorienteret indsats på tværs af børns hverdag. En sådan tilgang kan styrke fælles sprog, fælles rammer og samarbejde mellem institutioner, børn og forældre, og dermed øge sandsynligheden for varig forankring.

2

Forankring i den enkelte institution

Evalueringen viser, at oplæg og certificering fungerer som et vigtigt startskud for arbejdet med sunde digitale vaner, men at varig forandring forudsætter løbende prioritering, ressourcer og organisatorisk opmærksomhed.

Uden en tydelig forankring risikerer indsatsen at miste momentum over tid.

☞ *Det store arbejde ligger efter kurserne. At tro at det ændrer noget at have kurser og en digital profil i sig selv er utopi. Det er vigtigt at holde gryden i kog og tænke ind i handleplaner om hvordan man konkret arbejder på det.*

- Medarbejder

Et centralt potentiale i den videre udrulning er derfor at arbejde systematisk med forankring i den enkelte institution. Dette kan blandt andet ske gennem udpegning af digitale ambassadører. Ambassadørerne kan være medarbejdere med særlig interesse for og viden om digitale vaner, som tilbydes målrettet kompetenceudvikling. De kan fungere som lokale ressourcepersoner, der understøtter kollegial sparring, bidrager til fælles refleksion og sikrer koblingen mellem oplæg, digitale profiler og den pædagogiske praksis i hverdagen.

Samtidig peger evalueringen på et potentiale i at etablere netværk på tværs af institutioner, hvor ambassadører og ledelse kan dele erfaringer, hente inspiration og udvikle fælles tiltag. Sådanne netværk kan styrke videndeling og bidrage til en mere sammenhængende og bæredygtig implementering på tværs af kommunen.

Endelig kan recertificering med faste intervaller, eksempelvis hvert andet år, fungere som et strukturelt greb til at fastholde fokus, genbesøge praksis og sikre, at arbejdet med sunde digitale vaner forbliver aktuelt og prioriteret over tid.

3 Forældreinddragelse og fælles rammer

Evalueringen viser, at de deltagende forældre er meget positive over for indsatsen, men at det kan være vanskeligt at engagere hele forældregruppen, når deltagelse i oplæg er frivillig. Det var kun en lille andel af forældergruppen, der kom til oplægget. Både de deltagende forældre og medarbejdere peger på, at det nok særligt er de forældre, der i forvejen er optaget af at skabe sunde digitale vaner, der dukker op.

☞ *For mig var det at der kun mødte ca. 40 af over 1000 inviterede forældre op, et øjebliksbillede af, hvor svært det er at nå ud til alle forældre. Hovedparten af de få forældre der var, er jo nok også de mest ressourcestærke forældre, som prioriterer sådan et arrangement. Det har fået mig til at tænke over hvordan vi kan styrke dannelsen af de mere udsatte børn og forældre her i klubben"*

- Medarbejder, logbog

Dette peger på et vigtigt opmærksomhedspunkt i forbindelse med skalering. En idé er at placere forældreoplæg i forlængelse af eksisterende arrangementer såsom forældremøder eller elevfremvisninger, hvor deltagelsen er høj. En sådan rammesætning kan samtidig understøtte dialog og fælles refleksion på tværs af forældregrupper og skabe grundlag for fælles aftaler om børns skærmbrug. Det kan bidrage til at mindske oplevelsen af socialt pres blandt forældre, fx i relation til tidspunktet for at give deres børn smartphone eller adgang til bestemte spil og sociale medier, og styrke oplevelsen af et fælles ansvar. Med fælles aftaler bliver det også lettere for de enkelte forældre at modstå argumenter fra deres børn om at "alle de andre må".

4

Udvikling af understøttende værktøjer

Et af de konkrete udviklingstiltag, medarbejderne har peget på i forbindelse med evalueringen, er redskaber, der kan understøtte dialogen om digitale vaner i hverdagen. Dette kan både være konkrete dialogredskaber til anvendelse kollegialt og i arbejdet med børn, unge og forældre.

For medarbejderne kan praksisnære redskaber, såsom dialogkort, refleksionsøvelser eller fælles cases, understøtte interne drøftelser og bidrage til et fælles sprog om digitale vaner, dilemmaer og pædagogiske greb. Dette kan styrke den fælles faglige forståelse og gøre det lettere at omsætte intentioner fra oplæg og digitale profiler til konkret pædagogisk praksis i hverdagen.

Samtidig peger evalueringen på et potentiale i at udvikle redskaber målrettet forældre, som kan understøtte samtaler i hjemmet – både mellem forældre indbyrdes og mellem forældre og børn. Sådanne værktøjer kan skabe rammer for fælles refleksion over digitale vaner, forventninger og grænser og kan bidrage til at styrke dialogen om et område, som for mange familier er præget af ambivalens og modstridende hensyn. Som en forælder skriver som svar i surveyen:

☑ *Mangler en guide til at kunne forklare mine børn at det ikke er godt for dem, når "alle andre" må".*
-Forælder

Ved at give børn og voksne et sprog for sunde digitale vaner kan værktøjerne bidrage til øget

bevidsthed, refleksion og fælles forståelse på tværs af hjem, skole og fritid.

Et yderligere potentiale er at afsøge og eventuelt videreudvikle eller målrette eksisterende materialer fra relevante aktører på området frem for at udvikle nyt fra bunden. Her kan man fx trække på den Skærmguide, Børns Vilkår har udviklet, og som kan tilgås via dette link: [Link](#). Skærmguiden indeholder både aldersspecifikke anbefalinger til forældre og materiale til brug på forældremøder samt guides til institutioner og skoler.

Samlet set kan udvikling og/eller udbredelse af understøttende værktøjer gøre det lettere at skabe og fastholde fokus på sunde digitale vaner og styrke indsatsens samlede og vedvarende effekt.

“

Det er vigtigt, at man først får en telefon, når man har snakket med sine forældre om det.

Altså hvad der kan ske på internettet, så man er klar over det. Og så skal man først have den, når man ligesom forstår det. Fordi at jo længere tid, du kan holde børnene væk fra det, jo bedre er det jo, for så er du ikke afhængig af den.

Så du ligesom bare kan være barn i så lang tid som muligt.

- Elev

”

