

1.-2. trinn

Skjermbruk (og mobiltelefon):

- Noen gir barnet en mobil/digital klokke i denne alderen av hensyn til trygghet eller for å lette hverdagen.
- Mange barn har en digital enhet tilgjengelig hjemme
- Strengt rammer fra start er lettere enn å stramme inn senere. Innfør foreldrekontroll fra starten.

Diskuter:

- Hva er positivt med digitale enheter i 6-7 års alderen?
- Hva kan være utfordrende?
- Hvordan påvirker ditt eget skjermbruk barnet ditt?
 - Barn kan oppleve at de ikke er like viktige som mobilen/ det du gjør på mobilen/de du snakker med på telefonen
 - Man er ikke til stede/er utilgjengelig for barna
- Hvordan kan man lage gode digitale familievaner allerede fra denne alderen?
 - Sett av tid til «telefon-ting» når du ikke er med barna, og legg telefonen helt bort og sett den på lydløs når du samhandler med barna. Da føler de seg sett og prioritert – det er en god følelse! Tenk selv på når venner/kolleger hører på noe du forteller, men plutselig forsvinner de inn i mobilen: det er ikke en god følelse
 - Skjermtid for hele familien anbefales. Skjermtid for barn = skjermtid for voksne
 - Forklar barna hva du gjør på mobilen, og bli mer bevisst på når/hvorfor du bruker den
 - Øv på å bruke internett sammen
- Hvordan løser man utfordringen med eldre søsken?
 - Alder til den yngste må styre når andre er på besøk

Nettvett og foreldresamarbeid:

- Innfør en rutine i klassen at man snakker om digitale enheter på et foreldremøte hvert år. På den måten starter man tidlig, får en vane om å diskutere dette, og forhåpentligvis også et godt samarbeid.
- I denne alderen kan man diskutere spill og apper barna bruker, og oppfordre hverandre til å spille sammen med barna, i stede for å bruke digitale enheter som barnevakt.
- Innfør en vane nå om alltid å sjekke hvilket spill/app barnet ønsker å bruke. Forsøk å ikke la trender styre avgjørelsen din, men din egen oppfatning av hva som er passende for ditt barn og din familie. Det kan være lurt å tenke på at noen som har mer kunnskap om dette enn oss har satt den aldersgrensen, og at den høyst sannsynlig er til å stole på. Sjekk kilder som barnevakten før du lar barnet ditt få et spill/app.
- Lær barn om aldersgrenser på spill og apper, og forklar hvorfor det er slik (muligheten for pengebruk, personverninnstillinger, modenhetsgrad, markedsføring, skadelig innhold osv.)
- Barn bør læres opp til å si fra hvis de opplever noe ubehagelig på nett.