

2025

FAU SKJOLD

ORIENTERING

Smarttelefon og oppvekst

Styret FAU

Skjold Skole er som institusjon en smartklokke- / -telefonfri sone i hele skoletiden, inkludert SFO. FAU ved Skjold skole oppfordrer også til en smarttelefonfri hverdag for barn født i 2015 eller senere, med mål om at barna ved Skjold skole skal ha en smarttelefonfri hverdag innen 2027.

Dette er ikke et forbud, men en felles oppfordring til et frivillig samarbeid mellom foreldre. Hver familie velger selv om de vil delta i å følge retningslinjene, men sammen står vi sterkere.



Samarbeidet handler om at mobil og nettilgang uten oppsyn fører med seg en rekke risikoer som ingen forelder kan håndtere alene. Mobbing, utestenging, gruppechatter som løper løpsk og muligheten for at voksne tar kontakt med barna våre, oppstår i nettverk der mange er koblet på samtidig. Selv om du som forelder gjør alt riktig, setter grenser og følger med, kan du aldri fullt ut kontrollere hva andre sender til barnet ditt.



Derfor trenger vi fellesskap. Når foreldre samarbeider om å utsette smarttelefon, beskytter vi ikke bare de som ikke har telefon, men også de som av ulike grunner må ha den. Mange av de største problemene er knyttet til sosial dynamikk, ikke til den enkelte familie.

Noen felles retningslinjer som skal være en støtte og et rammeverk for familier og foresatte. Målet er å gi barna et sterkere sosialt fellesskap, bedre psykisk helse og en barndom der det meste av nettilgangen foregår hjemme, innenfor hjemmets fire vegger, under foreldrenes oppsyn.



FAUs vedtak for smarttelfonbruk ved Skjold skole

Mål:

Vi ønsker at Skjold skole innen 2027 skal være et trygt og inkluderende miljø der smarttelefoner ikke er en del av barns hverdag på barnetrinnet. Dette kan vi klare gjennom å:



Vente med smarttelefon til etter barneskolen

Målet er at barn skal slippe å håndtere sosiale medier, gruppechatter og kontinuerlig tilgjengelighet før de er modne nok til det.



Gi barna tryggere alternativer

Tastetelefon eller telefonklokke gir kontakt med hjemmet uten tilgang til sosiale medier. Da kan barn ringe og sende enkle meldinger, uten å bli dratt inn i digitale miljøer de ikke er klare for. På denne måten kan barna få vokse opp i et mer oversiktlig, lekent og sosialt inkluderende miljø, der nettilgang hovedsakelig skjer hjemme hos foreldrene.



Hjelpe barna med gode vaner

Ingen foreldre får det til hele tiden, men når vi innimellom legger bort mobilen selv, viser vi barna at det går an å være sammen og gjøre andre ting enn å være på skjerm.



”Du kan ikkje få titals millionar av staten og rekne med å få gjere hemmelege avtalar.

Jens Kihl | [Kommentar](#) | 2-3

Bergens Tidende

UKE 7 - NR. 44 - 158. ÅRGANG

Torsdag

13. februar 2025

LØSSALG KR 59,-

Ingen i klassen får smarttelefon



ERIK BREKKE

Foreldrene til elevene på førstetrinnet ved Skjold skole har tatt et felles standpunkt: Barna må vente til ungdomsskolen med å få smarttelefon. – Et kjempegodt initiativ, sier medieforsker Mehri Agai. [Nyheter](#) | 8-9

De siste årene har det vært mange gode samtaler på foreldremøtene om barnas bruk av smarttelefon og sosiale medier. Gjennom disse samtalene har det vokst fram et sterkt ønske om tydelige rammer som vi kan stå i sammen, slik at vi foreldre faktisk har en reell mulighet til å beskytte barna våre mot de mest problematiske sidene ved det digitale livet.

Foreldrene ved Skjold skole var sannsynligvis blant de første i Norge til å inngå en avtale om å utsette smarttelefonen ut barneskolen, og initiativet har siden vært til inspirasjon for mange andre skoler i Bergen og resten av landet. FAU og skolens ledelse stiller seg helhjertet bak initiativet fra foreldregruppen, og ønsker å løfte fram hvor avgjørende det er at vi som foresatte står sammen for barnas beste.

Kjernen i vedtaket er enkel:

- Ingen enkeltfamilie kan regulere bort mobbing, utestenging, ryktespredning eller uønsket kontakt fra voksne så lenge barn har egne, alltid påloggede enheter.
- Selv strenge foreldreinnstillinger og god oppfølging hjemme kan ikke hindre hva andre barn sender videre i gruppechatter eller hva som skjer i digitale “lekeplasser” uten voksent tilsyn.
- Når vi utsetter smarttelefonen, flytter vi det meste av nettilgangen hjem, der vi som voksne har bedre oversikt og kan veilede barna.

Tidsrammen fram til 2027 er valgt fordi det allerede finnes frivillige avtaler mellom et betydelig flertall av foresatte på 1.–5. trinn. Målet er å skape en felles kultur, der vi gradvis bygger opp et miljø der det er normalt å vente med smarttelefon og sosiale medier.

FAU ønsker at barna skal få muligheten til å være fullt til stede i sosiale sammenhenger. Vi oppfordrer derfor til at mobiltelefoner legges bort både på arrangementer i skolens regi og når barna møtes på fritiden. Foreldre kan støtte barna ved å være tydelige og varme rollemodeller, og ved å snakke med dem om hvorfor vi velger å gjøre dette sammen.

Slik beskytter vi ikke bare våre egne barn, men også de andres.



Relevante artikler om barns skjermbruk og digital påvirkning

Medietilsynets rapport Barn og medier 2024

Rapporten viser blant annet:

- 94 % av 9–11-åringer har egen mobil.
- 62 % av 9–10-åringer fikk sin første mobil før fylte åtte år.
- Halvparten av 9-åringer bruker sosiale medier, og nesten alle gjør det når de er 13.
- En tredel av 13–18-åringer har flere ganger sett hatmeldinger eller voldelige og skremmende bilder/filmer det siste året. Rundt to av ti har gjentatt eksponering for innhold om hvordan bli tynn, og over én av ti har flere ganger sett innhold om selvskading.

Dette viser harde tall på hvor tidlig barn får mobil, hvor tidlig de går på sosiale medier, og hvor ofte de eksponeres for innhold som åpenbart kan påvirke psykisk helse. Det viser at barneskolealder er en sårbar fase, selv om selve diagnosene ofte dukker opp senere.



Trykk på bilde for å lese rapporten

Relevante artikler om barns skjermbruk og digital påvirkning

Artikkelen «Digitale overgrep øker» (Magasinet Psykisk helse)

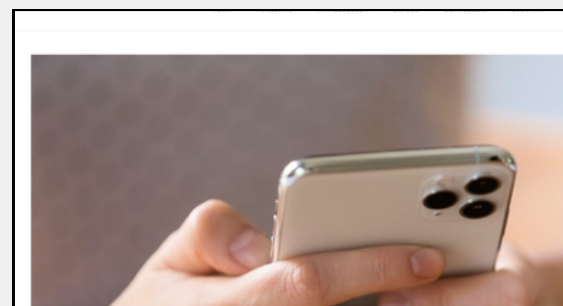
Artikkelen oppsummerer funn fra en NKVTS-rapport om digitale seksuelle overgrep. Her står blant annet at nesten én av tre jenter og én av ti gutter har fått uønskede forespørsler om å snakke om sex eller utføre seksuelle handlinger på nett eller mobil. De viser tydelig at risikoen ikke er “teoretisk”, men noe en stor andel norske barn faktisk opplever.



Trykk på bilde for å lese artikkel

Barnevakten-artikkel om Kripos-rapporten

Artikkelen viser til en Kripos-rapport der politiet i løpet av seks måneder identifiserte nær 100 barn under 14 år som var blitt kontaktet av voksne på nett. Kontakten oppsto først på plattformer som Snapchat, **TikTok, Roblox og Fortnite**, med Snapchat som den mest brukte plattformen for overgripere.



Trykk på bilde for å lese rapporten

Kripos / Regjeringen: Nasjonal strategi mot internettrelaterte overgrep mot barn (2021–2025)

Strategien beskriver en “dramatisk økning” i internettrelaterte overgrep, og viser til at mange av de seksuelle lovbruddene mot barn i dag har en digital komponent.

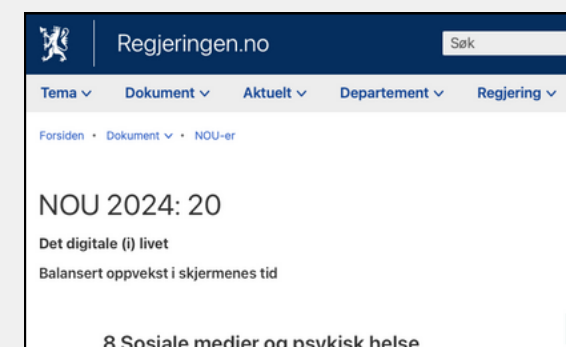


Trykk på bilde for å lese rapporten

NOU 2024:20 (offentlig utredning om deling av overgrepsmateriale m.m.)

Utvalget går gjennom forskningen og peker på at det finnes indikasjoner på at sosiale medier er en av flere faktorer som kan bidra til økning i psykiske plager blant unge, særlig jenter i tidlig ungdomsalder (11–13 år). De vektlegger spesielt negative erfaringer på sosiale medier, som mobbing, kroppspress og seksuell trakassering.

Offentlig faglig gjennomgang som skiller mellom “tid på skjerm” og negative erfaringer på sosiale medier.



Trykk på bilde for å lese rapporten

Dansk undersøkelsen fra Børns Vilkår

Artikkelen viser til en dansk undersøkelse fra Børns Vilkår der forskerne opprettet en fiktiv profil til en 13-åring for å undersøke hva barn eksponeres for på sosiale medier. Resultatene viste at nesten annenhver post i feeden var reklame, ofte rettet direkte mot barn, og at dette skaper et betydelig kjøpepress. Undersøkelsen beskriver hvordan den konstante strømmen av reklame kan påvirke barns selvbilde, trigge behov for å kjøpe produkter for å “passe inn”, og understreker viktigheten av at voksne snakker med barn om markedsføring og kommersielt press på nett.



Trykk på bilde for å lese artikkel