



Övning: Att visa hur man använder sociala medier

Varför?

Du följer med, övervakar och stödjer ditt barns användning av sociala medier för att hålla kontakten med kompisar.

Du skyddar ditt barns säkerhet och ser till att hen agerar respektfullt mot andra.

Du visar ditt barn för- och nackdelarna med sociala medier.

Hur?

Bekanta dig med sociala medier och tjänsterna som ditt barn använder regelbundet.

Prata med ditt barn om hens användning av sociala medier, såsom

- vilka appar hen använder för att hålla kontakten med kompisar
- vem hen är i kontakt med
- om hen är medveten om datasäkerhet vilka som kan se ett inlägg eller meddelande som hen skickat till en kompis vilka som kan skicka meddelanden till hen
- om sociala medier ersätter fysiska träffar med kompisar i alltför hög utsträckning

Diskutera för- och nackdelarna med sociala medier med ditt barn, såsom

- hur och när det gör det lättare att hålla kontakten med kompisar
- hur och när det kan få hen att jämföra sig med andra och få hen att känna sig osäker eller ensam
- hur det kan leda till missförstånd jämfört med konversationer ansikte mot ansikte

Lär ditt barn att vara kritisk i fråga om innehållet på sociala medier

- Vet ditt barn att sociala medier ofta ger en ensidig och förbättrad bild av verkligheten?

Uppmuntra ditt barn att berätta ifall hen utsätts för mobbning på sociala medier. Det kan vara lättare att mobba någon på sociala medier än i kommunikation som sker ansikte mot ansikte. Prata med ditt barn





- om vad mobbning är och hur man känner igen det på sociala medier
 - i vilken typ av situationer det är viktigt att berätta för en vuxen om meddelanden som hen får eller vad hen ser.
-

