

## Handledning till bildmaterial om familjeliv, små barn och medier

Statens medieråd är en expertmyndighet som arbetar med att ta in, tolka och sprida forskning om barns och ungas mediesituation. Myndigheten arbetar för att stärka barn och unga som medvetna medieanvändare och skydda dem från skadlig mediepåverkan och producerar även informations- och undervisningsmaterial i medie- och informationskunnighet, MIK.

2015 inledde Barnhälsovårdsenheten i Stockholms län ett pilotprojekt med Statens medieråd för att öka BVC-sjuksköterskornas kunskap kring barn och unga i relation till medier. Syftet var att personalen skulle få lättare att stödja och vägleda föräldrar när det gäller medierelaterade frågor.

Inom projektet arrangerades två eftermiddagar med föreläsningar om barn och medier samt medielandskapets utveckling. Texten *Digitala medier* författades av barnpsykolog, med dr, Malin Bergström på Barnhälsovården i Stockholms län och publicerades i *Rikshandboken*. För att stödja BVC i mötet med föräldrarna togs även detta bildmaterial om familjeliv, små barn och medier fram.

Materialet är tänkt att användas för diskussion om livsstil och medier i BVC:s föräldragrupper för att skapa medvetenhet och stärka föräldrarna i att vägleda barnen i deras medievardag. Bilderna kan öppna upp för reflektion och diskussion om barnets vardag, stimulans och behov. Det kan även användas för erfarenhetsutbyte i föräldragrupper eller vid enskilda möten med föräldrar. En kartläggning av familjens medievanor under en vecka kan vara en bra utgångspunkt för samtalet som sedan kan utgå från slumpmässigt valda bildkort som illustrerar olika mediesituationer. Illustrationerna finns även på Statens medieråds hemsida [www.statensmedierad.se](http://www.statensmedierad.se) där de kan laddas ned, printas ut eller visas som Power Point.

Frågor som kan ställas till föräldragruppen är t. ex:

- Känns den här situationen bekant?
- Hur gör ni i er familj?
- Vad väcker bilden för tankar? (Positiva/negativa)
- Vad är "lagom" mycket medietid?
- Vad tänker ni om balansen mellan det barnet gör framför en skärm och övriga aktiviteter?
- Vad tänker ni om er egen medieanvändning?
- Hur påverkar medieanvändningen samspelet mellan dig som förälder och barn samt mellan familjemedlemmar?
- Hur och när använder man medier i den egna familjen?
- Hur sätter man gränser?
- Vad kan man lära av varandra?
- Finns det något man vill ändra på?

Vid sidan om detta material finns även en plansch som kan skrivas ut och sättas upp i väntrummet för att öppna upp för samtal om familjeliv, små barn och medier.



Prata gärna med  
BVC om ditt barns  
medieanvändning.

