

RAPPORT

2025

SYSTEMATISK OVERSIKT

Hva foreldre sier om sin egen
involvering i barnas digitale
aktiviteter i hverdagen

En flermetodisk systematisk oversikt

Utgitt av	Folkehelseinstituttet Område for helsetjenester
Tittel	Hva foreldre sier om sin egen involvering i barnas digitale aktiviteter i hverdagen: en flermetodisk systematisk oversikt.
English title	What parents say about their own involvement in children's digital activities in everyday life: a mixed method systematic review
Ansvarlig	Guri Rørtveit, direktør
Forfattere	Ingeborg Beate Lidal prosjektleder (teamleder) Trine Bjerke Johansen Heid Nøkleby Hans Bugge Bergsund Gyri Hval
ISBN	978-82-8406-502-1
Publikasjonstype	Systematisk oversikt
Antall sider	96 (110 inklusiv vedlegg)
Oppdragsgiver	Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet
Emneord(MeSH)	Parents; Digital Technology
Sitering	Lidal IB, Johansen TB, Nøkleby H, Bergsund HB, Hval G. Tittel på rapport. Hva foreldre sier om sin egen involvering i barnas digitale aktiviteter i hverdagen: en flermetodisk systematisk oversikt. What parents say about their own involvement in children's digital activities in everyday life: a mixed method systematic review – 2025. Oslo: Folkehelseinstituttet, 2025.

Innhold

INNHold	3
HOVEDBUDSKAP	5
SAMMENDRAG	6
KEY MESSAGES	9
EXECUTIVE SUMMARY (ENGLISH)	10
FORORD	13
INNLEDNING	15
Foreldres tilnærming til barnas digitale aktiviteter i hverdagen	16
Hvorfor er kunnskapsoppsummeringen viktig?	18
Mål og problemstilling	19
Temaer og forskningsspørsmål	19
Avgrensninger for kunnskapsoppsummeringen	20
METODE	21
Om flermethodisk kunnskapsoppsummering	21
Prosjektplan og avvik	22
Inklusjonskriterier	22
Litteratursøk	24
Utvelging av studier	25
Vurdering av studienes interne validitet	26
Uthenting av data	28
Analyser av kvalitative data	28
Analyser av kvantitative data	30
Syntese av resultatene	30
Vurdering av tillit til resultatene	31
Refleksivitet	31
Presentasjon av resultater og diskusjon	32
RESULTATER	34
Resultater av litteratursøket og utvelgelse av studier	34
Beskrivelse av kunnskapsgrunnlaget	35
Beskrivelse av intern validitet i de inkluderte studiene	41
Funn fra studier med kvalitative data	42
Resultater fra studier med kvantitative data	56

DISKUSJON	61
Diskusjon av funn i lys av ungdommers råd	61
Er kunnskapsgrunnlaget dekkende og anvendelig?	79
Kan vi stole på kunnskapsgrunnlaget?	80
Overensstemmelse med andre litteraturoversikter	81
Styrker og svakheter ved denne kunnskapsoppsummeringen	82
Kunnskapshull	84
Resultatenes betydning for praksis	86
KONKLUSJON	88
REFERANSER	89
BEGREPSAVKLARINGER	95
VEDLEGG 1: SØKESTRATEGI	97
VEDLEGG 2: BRUK AV MASKINLÆRING	103
VEDLEGG 3: VURDERING AV STUDIENES INTERNE VALIDITET	104
VEDLEGG 4: STUDIER SOM RAPPORTERER EFFEKT AV TILTAK	107
VEDLEGG 5: RELEVANTE EKSKLUDERTE STUDIER LEST I FULLTEKST	109

Hovedbudskap

For mange barn og unge er digitale aktiviteter en sentral del av hverdagen. Foreldre har en viktig rolle i å følge opp barnas aktiviteter på nett, og sørge for at deres behov og interesser ivaretas. Foreldre kan ha behov for informasjon eller veiledning relatert til dette.

I en flermetodisk systematisk oversikt med forskning fra Skandinavia, inkluderte vi 29 studier om hva foreldre rapporterer om deres tilnærming til barns (0 -18 år) digitale aktiviteter i hverdagen (fritid) de siste 10 årene. Majoriteten var kvalitative studier, og inkluderte 769 foreldre, og to var spørreundersøkelser med henholdsvis 1001 og 94 foreldre.

Temaene i studiene omhandlet foreldres involvering, regulering, bekymringer, positive aspekter og kompetanse knyttet til barnas digitale aktiviteter. De fleste foreldre så både muligheter og utfordringer ved barnas digitale aktiviteter. De involverte seg og regulerte barnas aktiviteter på mange måter, og uttrykte bekymringer om skjermtid og innhold. Mange var usikre på det å regulere barnas digitale aktiviteter. En del erfarte en generasjonskløft og utilstrekkelighet i å veilede barna og ungdommene, særlig med hensyn til gaming og sosiale medier, men også hva skjermbruken kunne føre til på sikt og hvordan de kunne beskytte barna. Foreldre så også positive sosiale aspekter og mange læringsmuligheter for barna med digitale medier.

Vi tok ikke for oss barns digitale aktiviteter i barnehage og skole. Dette er arenaer som bidrar til den samlede digitale aktiviteten til barn.

Vi avdekket mange forskningshull, og oppfordrer til mer forskning i et felt som er i stadig utvikling.

Tittel: Hva foreldre sier om sin egen involvering i barnas digitale aktiviteter i hverdagen: en flermetodisk systematisk oversikt.

Hvem står bak denne publikasjonen?

Folkehelseinstituttet, på oppdrag fra Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet (Bufdir)

Når ble litteratursøket avsluttet?

November, 2024

Fagfellevurdering:

Liv Giske, seniorforsker, FHI
Elisabeth Staksrud, Professor, Universitetet i Oslo
Jens Christoffer Skogen, seniorforsker, Avd. Helsefremmende arbeid, FHI

Godkjent av:

Rigmor Berg, avd.direktør, FHI
Kåre Birger Hagen, fagdirektør, FHI

Sammendrag

Innledning

«Digitalt foreldreskap» handler om hvordan foreldre forholder seg til barnas bruk av digitale verktøy og medier. En hverdag som inkluderer digitale verktøy og medier gir barna muligheter for utvikling, læring og sosial samhandling, men det gir også noen utfordringer og bekymringer. Foreldre, det vil si personer i alle typer roller som foresatte, har et avgjørende ansvar i det å sørge for at barn og unges behov og interesser blir ivaretatt. På lik linje med alt barna foretar seg i hverdagen, fordrer også barnas digitale aktiviteter foreldreinvolvering.

Hensikt

Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet ønsket kunnskapsstøtte til utarbeidelse av målrettet informasjon, veiledning og råd til foreldre om digitalt foreldreskap. Hensikten vår var å utarbeide en flermetodisk systematisk oversikt over norske, svenske og danske studier som undersøker hva foreldre sier om deres tilnærming til barns (0-18 år) digitale aktiviteter i hverdagen, utenom skole- og barnehagetiden. Målet var å belyse følgende problemstilling: Hva sier foreldre om deres involvering i, og bekymringer knyttet til, barns digitale aktiviteter i hverdagen?

Metode

Vi utførte systematiske søk etter skandinaviske primærstudier publisert mellom 2015 og november 2024. Studier som undersøkte hva foreldre selv rapporterer om deres tilnærming til barns digitale aktiviteter i hverdagen utenom skole-/barnehagetiden, ble inkludert. Alle typer utfall om foreldres involvering i-, bekymringer knyttet til-, eller måter å regulere barns digitale aktiviteter i hverdagen (utenom helseutfall, slik som relatert til foreldres psykiske helse) ble inkludert. Vi har hatt til hensikt å favne alle typer involvering. Det innebærer at vi inkluderte foreldres positive og negative holdninger, erfaringer/opplevelser, foreldres samspill med barna, engasjement, og liknende aspekter som kan forstås som foreldreinvolvering.

To prosjektmedarbeidere vurderte («screenet») referanser, valgte ut fulltekstpublikasjoner og vurderte disse uavhengig av hverandre. Vi vurderte intern validitet av de inkluderte studiene med sjekkliste iht. studiedesign. Vi hentet ut data, analyserte og presenterte kvalitative og kvantitative data separat, og deretter diskuterte vi funnene samlet. For kvalitative data utførte vi tematiske analyser i flere steg. For kvantitative data gjorde vi ingen egne analyser, men hentet ut resultater slik de var fremstilt i publikasjonene, og presenterte informasjonen deskriptivt. Vi utførte ingen meta-analyser.

Resultater

Søket resulterte i 2801 unike referanser. Etter screening av referanser, leste vi 139 publikasjoner i fulltekst og inkluderte 29 studier (presentert i 35 publikasjoner), hvorav majoriteten var kvalitative studier. Nitten studier var norske, seks var svenske, og fire var danske. De 12 nyeste studiene gjorde datainnsamling mellom 2019 og 2023. De kvalitative studiene (N=27 + kvalitative data fra én flermetodisk studie) inkluderte 769 foreldre til barn 0 -18 år. De fleste var foreldre til barn i barneskole- og ungdomsskolealder. De kvantitative studiene (N=1 + kvantitative data fra én flermetodisk studie) omfattet en spørreundersøkelse, besvart av 1001 foreldre og en studie med 94 foreldre til ungdommer med kognitiv funksjonsnedsettelse. Majoriteten av barna i de kvantitative studiene var tenåringer, med gjennomsnitt på hhv. 13,2 og 16,5 år.

Gjennom tematisk analyse av kvalitative data på tvers av studiene, utarbeidet vi fem hovedtemaer med 32 undertemaer om foreldres tilnærming til barns digitale aktiviteter. De fem hovedtemaene var: involvering, regulering, bekymringer, positive aspekter og kompetanse. De kvantitative dataene ble hentet rett fra publikasjonene uten videre analyser. Her inkluderte vi prosentandeler av foreldre som oppga involvering, bekymringer, regulering og ønsker med tanke på egen kompetanse om barns digitale aktiviteter. Vi inkluderte også informasjon om muligheter og risiko ved internettbruk slik foreldre til ungdommer med (alle grader av) kognitiv funksjonsnedsettelse så det.

Funnene fra 29 studier viste at foreldrene var opptatt av muligheter og utfordringer ved barns (0 -18 år) digitale aktiviteter – og de ga mange ulike perspektiver på hvordan familiehverdagen preges:

Involvering: Foreldrene interesserte seg og involverte seg i barnas digitale aktiviteter på ulike måter og i ulike grad. Mange foreldre beskrev hvordan de interagerer med barna gjennom samtaler om det digitale, at de spiller digitale spill sammen med dem, eller at de ser på digitale medier i fellesskap. En del foreldre hadde ønsker om å involvere seg mer i barnas digitale aktiviteter.

Regulering: Foreldrene var opptatt av å praktisere regler for barnas skjermbruk, og for eksempel svarte 67 % i en spørreundersøkelse at de hadde regler om hvor lenge eller når barnet får lov til å være på nettet. Konflikter med barna rundt reguleringen kunne være krevende. Foreldrene sa imidlertid lite om hvorvidt de lager reglene for skjermbruk sammen med barna. Mange foreldre benyttet seg av digital foreldrekontroll og overvåking.

Bekymringer: Foreldrene bekymret seg for barnas tidsbruk med skjerm og innholdet barna ble eksponert for, og de løftet frem usikkerhet rundt egne avgjørelser om regulering i lys av barnets alder og modenhet. Negative konsekvenser av skjermbruk, som dårligere språkutvikling, konsentrasjon og skoleresultater, samt sosialt press, utenfor-skap og mobbing, var blant de tingene som foreldrene bekymret seg for.

Positive aspekter: Et funn i vårt datamateriale var at foreldre så mange positive muligheter med barnas bruk av digitale medier, slik som at det kan være en plattform for sosial interaksjon og læringsarena for barna. Mange foreldre anerkjente digitale aktiviteter som en fritidsinteresse barna hadde.

Kompetanse: Foreldres kunnskap og kompetanse ble berørt i studiene, og det kom frem at mange foreldre var usikre på hvordan de skulle regulere barnas digitale aktiviteter. Særlig trakk de frem gaming og bruk av sosiale medier, og hvordan de kunne beskytte barn og unge. Foreldre erfarte en forskjell mellom generasjonene og en rask digital utvikling, og en del mente at de hadde dårlige forutsetninger for å veilede og følge opp barna og ungdommene med hensyn til både gaming og bruk av sosiale medier.

Foreldrene hadde ulike perspektiver og det varierte hvordan de opplevde forståelse og samarbeid seg imellom rundt temaer knyttet til barns digitale aktiviteter. Mange sa også at det å være god rollemodell mht. tidsbruk ikke alltid var så lett i praksis. I studiene fant vi lite fokus på ved hvilken alder (på barnet) foreldrene ga barna tilgang til ulike digitale verktøy (TV, data, nettbrett og mobil). Mange snakket med barna sine om ulike aspekter ved sosiale medier i oppstartsfasen når barna fikk tilgang, og med økende alder ville foreldrene at ungdommen skulle ta mer ansvar i å regulere egen bruk av sosiale medier.

Diskusjon og konklusjon

Denne flermetodiske systematiske oversikten omfatter 29 studier publisert de siste 10 årene der skandinaviske foreldre selv svarer på spørsmål angående sin tilnærming til barns digitale aktiviteter i hjemme-hverdagen. De fleste foreldrene var opptatte av muligheter og utfordringer ved barnas digitale aktiviteter. De involverte seg og regulerte barnas digitale aktiviteter på mange måter.

Det er viktig for oss å påpeke at vi ikke har inkludert barn og ungdommers perspektiver og at disse bør hensyntas når man fatter beslutninger som vil påvirke foreldre-barn-forholdet. Vi mangler også innsyn i aspekter knyttet til barnas bruk av digitale enheter i barnehage og skole, som også er arenaer som bidrar inn i den helhetlige digitale aktiviteten til et barn.

Selv om det er visse begrensninger ved denne oversikten, slik som manglende vurdering av tillit til resultatene og fokus på andre arenaer i barnas liv, viser funnene våre at foreldre har behov for støtte i håndteringen av barns digitale aktiviteter og at det trengs en balansert tilnærming som tar hensyn til både positive og negative sider ved barns digitale liv.

Vi avdekket viktige forskningshull, blant annet relatert til foreldre til små barn (før skolealder), eldre tenåringer (17-18 år) og barn med funksjonsnedsettelse, lavinntektsfamilier, kjønnsforskjeller (foreldre og barn), informasjon om hvor mye (grader/omfang) foreldre regulerer og bekymrer seg, om foreldre tar perspektivet om barns rettigheter i betraktning, og om effekt av tiltak (for eksempel foreldreopplæring/veiledning).

Key messages

For many children and young people, digital activities are a central part of everyday life. Parents have an important role in monitoring their children's online activities and ensuring that their needs and interests are met. Parents may need information or guidance related to this.

In a mixed method systematic review of research from Scandinavia we included 29 studies about what parents say about their approach to children's (0 -18 years) digital activities in everyday life (leisure) over the past 10 years. The majority were qualitative studies, and included 769 parents, and two were questionnaires with 1001 and 94 parents, respectively.

The themes highlighted across the qualitative studies concerned parents' involvement, regulation, concerns, positive aspects and competence related to their children's digital activities. Most parents were concerned with the opportunities and challenges of their children's digital activities. They involved themselves and regulated their children's activities in many ways and expressed concerns about screen time and content. Many were unsure about regulating their children's digital activities. Some experienced a generation gap and that they had insufficient conditions to guide and follow up on children and young people, especially with regard to gaming and the use of social media, but also what screen use could lead to in the long term and how they could protect their children.

This overview did not consider children's digital activities in kindergarten and school. These are arenas that contribute to the overall digital activity of children. We identified many research gaps and therefore encourage more research in a field that is constantly evolving.

Title: What parents say about their own involvement in children's digital activities in everyday life: a mixed method systematic review

Publisher: The Norwegian Institute of Public Health conducted the review based on a commission from The Norwegian Directorate for Children, Youth and Family Affairs

Updated:
Last search for studies: November, 2024.

Peer reviewers:
Liv Giske, Senior researcher, NIPH
Elisabeth Staksrud, Professor, University of Oslo.
Jens Christoffer Skogen, Senior researcher, Department of Health Promotion, NIPH

Approved by:
Rigmor Berg, Department Director, NIPH
Kåre Birger Hagen, Specialist Director, NIPH

Executive summary (English)

Introduction

"Digital parenting" refers to how parents relate to their children's use of digital tools and media. A daily life that includes digital tools and media gives children opportunities for development, learning and social interaction, but it also presents some challenges and concerns. Parents, i.e. people in all types of roles as caregivers, have a crucial role in ensuring that children and young people's needs and interests are taken care of. Like everything children do in their everyday lives, children's digital activities also require parental involvement.

Objective

The Norwegian Directorate for Children, Youth and Family Affairs wants knowledge support for the preparation of targeted information, guidance and advice for parents about digital parenting. The purpose was to do a mixed-method systematic review of Norwegian, Swedish and Danish studies that examine what parents say about their approach to children's (0 -18 years) daily digital activities outside of school and kindergarten. The aim was to shed light on the following question: What do parents say about their involvement in-, and concerns related to, their children's digital activities in everyday life?

Method

We conducted systematic searches for Scandinavian primary studies published between 2015 and November 2024. Studies that examined parents' statements about their approaches to their children's digital activities in everyday life outside of school/ kindergarten, were included. All types of outcomes about parents' involvement in, concerns with, or ways of regulating children's digital activities in everyday life (excluding health outcomes, such as those related to parents' mental health) were included. We aimed to encompass all types of involvement. This means that we included parents' positive and negative attitudes, experiences, parents' interactions with their children, engagement, and similar aspects that can be understood as parental involvement.

Two people screened references, selected full-text publications, and assessed these independently. We assessed the internal validity of the included studies using checklists that corresponded to each study's design. We extracted data, analysed and presented qualitative and quantitative data separately, and then discussed the findings together. For qualitative data, we performed thematic analyses in several steps. For quantitative data, we did not perform our own analyses. We have not performed meta-analyses.

Results

The search resulted in 2801 unique references. After screening references, we read 139 publications in full-text and included 35 publications that represented 29 studies. The majority of which were qualitative studies. Nineteen studies were Norwegian, six were Swedish, and four were Danish. The most recent were twelve studies that collected data between 2019 and 2023.

The qualitative studies (N=27 + qualitative data from one mixed-methods study) included 769 parents of children 0 -18 years old. Most were parents of children of primary and secondary school age. The quantitative studies (N=1 + quantitative data from one mixed-methods study) included a survey, answered by 1001 parents and a study with 94 parents of adolescents with cognitive impairment. In the quantitative studies most were parents of teenagers, with average ages of 13.2 and 16.5 years, respectively.

Through thematic analysis of qualitative data across studies, we developed 32 findings and came to five main themes about parents' approaches to children's digital activities: involvement, regulation, concerns, positive aspects and competence. The quantitative data were extracted directly from the publications without further analysis. Here, we included percentages of parents who stated involvement, concerns, regulation and wishes in terms of their own competence about children's digital activities. We also included information about the opportunities and risks of internet use as seen by parents of young people with (all degrees of) cognitive impairment.

The findings from the 29 studies showed that parents were concerned about the opportunities and challenges of children's (0 -18 years) digital activities – and they provided many different perspectives on how family life is characterized:

Involvement: Parents took an interest in and became involved in their children's digital activities in different ways and to different degrees. Many parents described how they interact with their children through conversations about digital, playing digital games with them, or watching digital media together. Some parents wanted to be more involved in their children's digital activities.

Concerns: Parents were concerned about their children's screen time and the content they were exposed to, and they expressed uncertainty about their own decisions considering their child's age and maturity. Negative consequences of screen use, such as poorer language development, concentration and school performance, as well as social pressure, exclusion and bullying, were among things parents were concerned about.

Regulation: Parents commonly practiced rules for their children's screen time, and for example reported 67% of parents in one survey that they practiced rules about how long time or when their child was allowed to be online. Conflicts with children about regulation could be demanding. However, parents said little about whether they create the rules for screen use together with their children. Many parents used digital parental controls and monitoring.

Positive aspects: A finding in our data was that parents saw many positive opportunities with their children's use of digital media, such as it being a platform for social interaction and a learning arena for their children. Many parents recognized digital activities as a leisure interest their children had.

Competence: Parents' knowledge and competence were touched upon, and many parents seemed to be unsure about how to regulate their children's digital activities. They particularly highlighted gaming and the use of social media, and how they could protect children and youth. Parents experienced a difference between generations and the rapid digital development, and some believed that they lacked competence to guide or follow up on their children and youth regarding gaming and the use of social media.

The parents had different perspectives, and it varied how they experienced cooperation between themselves and common understanding around several topics related to children's digital activities. Many also said that being a good role model regarding time use with digital media was not always easy in practice. In the studies, we found little focus on at what age (of the child) the parents gave the children access to various digital tools (TV, computer, tablet and mobile). Many talked to their children about different aspects of social media in the start-up phase when the children got access, and with increasing age the parents wanted the youth to take more responsibility in their use of social media.

Discussion and conclusion

This mixed method systematic review includes 29 studies published in the last 10 years in which Scandinavian parents themselves answered questions about their approach to children's digital activities in everyday life at home. Most parents were concerned with the opportunities and challenges of their children's digital activities. They involved themselves and regulated their children's activities in many ways.

It is important for us to point out that we have not included the perspectives of children and adolescents and that these should be considered when making decisions that will affect the parent-child relationship. We also lack insight into aspects related to children's use of digital devices in kindergarten and school, which are also arenas that contribute to a child's overall digital activity.

Although there are certain limitations to this review, such as lack of assessment of our confidence in the results and focus on other arenas in children's lives, our findings show that parents need support in managing their children's digital activities and that a balanced approach is needed that considers both positive and negative aspects of children's digital lives.

We identified important research gaps, including those related to parents of young children (pre-school age), older teenagers (17-18 years) and children with disabilities, low-income families, gender differences (parents and children), information on how much (degree/extent) parents regulate and worry, whether parents take the perspective of children's rights into account, and on the effect of interventions (for example, parent training/guidance).

Forord

Område for helsetjenester, Folkehelseinstituttet (FHI), fikk i september 2024 i oppdrag av Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet (Bufdir) å utarbeide en systematisk oversikt over norsk eller skandinavisk forskning som belyser hva foreldre sier om deres involvering i barnas digitale aktiviteter i hverdagen utenom skole-/barnehagetiden. Den systematiske oversikten er relevant for Bufdir, forskere, fagfolk og alle andre som er interessert i denne problemstillingen.

Område for helsetjenester, FHI, følger en felles framgangsmåte i arbeidet med kunnskapsoppsummeringer, dokumentert i håndboka «Slik oppsummerer vi forskning». Det innebærer blant annet at vi kan bruke standardformuleringer når vi beskriver metode, resultater og i diskusjon av funnene. Vi har også gjenbrukt mye av innledningen og beskrivelser av metoder fra prosjektplanen som er publisert på www.fhi.no (1).

Finansiering

Bufdir finansierte arbeidet med oversikten. I samarbeid med FHI tydeliggjorde Bufdir problemstillingen og inklusjonskriteriene, men de hadde ingen rolle i selve utarbeidelsen av oversikten.

Bidragstydere

Prosjektleder: Ingeborg Beate Lidal

Interne prosjektmedarbeidere ved FHI: Heid Nøkleby; Trine Bjerke Johansen; Hans Bugge Bergsund; Gyri Hval (bibliotekar).

Tusen takk til eksterne fagfeller Elisabeth Staksrud, Professor ved Universitetet i Oslo, og Jens Christoffer Skogen, Seniorforsker ved Avd. Helsefremmende arbeid, FHI, som har gjennomgått og gitt innspill til prosjektplanen og kunnskapsoppsummeringen. En stor takk også til kollega Liv Giske, Seniorforsker ved FHI for bistand med intern fagfellevurdering og til Anne Martina Kraus som bidro i deler av arbeidet med oversikten.

Tusen takk til referansegruppen for innspill til prosjektplanen og til drøfting av resultatene i kunnskapsoppsummeringen. Referansegruppen bestod av: Elfrid Krossbakken, Line C. Slettemyr, Kjellaug Tonheim Tønnesen, Gaute Godager, Maja Enerhaug Egge, Ståle Kalvik, Yngve Söderholm-Nodland.

Oppgitte interessekonflikter

Forfattere og fagfeller har fylt ut et skjema som kartlegger mulige interessekonflikter. Ingen oppgir interessekonflikter.

Folkehelseinstituttet tar det fulle ansvaret for innholdet i rapporten.

Kåre Birger Hagen
fagdirektør

Rigmor C. Berg
avdelingsdirektør

Ingeborg Beate Lidal
prosjektleder

Innledning

Digitale verktøy og medier (se begrepsavklaringer side 95) er en del av hverdagen i norske hjem, skoler og på arbeidsplasser. På 2010-tallet økte tilgangen til og bruken av digitale verktøy mye blant barn og unge, mens det kan se ut som bruken i 2022/23 var omtrent lik (2;3). Ifølge Medietilsynet (2024, basert på data fra [GallupPanel](#)) har 20 % av barn i alderen 5–8 år og 75 % av barn i alderen 9–10 år tilgang til mobiltelefon. Mange småbarn i 1–4 års alderen har tilgang til tv og nettbrett og denne tilgangen øker når de blir eldre, men få av de yngste barna har tilgang til mobiltelefon (4). I Ungdata junior-undersøkelsen 2024 (5), med totalt 65 252 barn på mellomtrinnet (5.–7. trinn; svarprosenten på 84) i 161 kommuner, kommer det frem at det er vanlig at barna ser på serier og YouTube, men også mange bruker mye tid på dataspill eller på spill på mobilen. For tidsbruken på skjermaktiviteter svarer 28 % at de bruker mindre enn to timer, 25 % bruker 2–3 timer, 22 % bruker 3–4 timer, og 25 % bruker mer enn fire timer daglig (5). En god del av barna på mellomtrinnet bruker sosiale medier, men Ungdata junior fant at det er langt vanligere blant dem på 7. trinn enn dem på 5. trinn (5). Ifølge Ungdata-undersøkelsen, som baserer seg på svar fra 150 600 elever fra 8. trinn til siste trinn i videregående skole (samlet inn i 212 kommuner og på Svalbard våren 2023 og 2024), brukte 74 % mer enn tre timer daglig foran en skjerm utenom skoletiden. Undersøkelsen viser også at tidsbruken øker gjennom årene på ungdomstrinnet, men flater ut fra 10. trinn (3).

En hverdag som inkluderer digitale verktøy og medier, gir barna muligheter for utvikling, læring og sosial samhandling, men det gir også noen utfordringer og bekymringer. Foreldre, herunder også andre foresatte med ansvar for barnets omsorg og oppdragelse, har en avgjørende rolle i det å sørge for at barn og unges behov og interesser blir ivarettatt. På lik linje med alt barna foretar seg i hverdagen, fordrer også barnas digitale aktiviteter foreldreinvolvering.

Moderne familiers hverdagsliv favner både analoge og digitale aktiviteter. Opplevelser og erfaringer fra de ulike aktivitetene glir ofte naturlig inn i hverandre og visker ut skillelinjene mellom dem. De fleste foreldre er vokst opp med tv, mange med tv- og dataspill, og yngre foreldre er selv vokst opp med digitale verktøy og medier i hverdagen. I dag lever barn, unge og voksne liv hvor digitale verktøy og medier er en naturlig og integrert del og måten de for eksempel bruker spill og medier på er i kontinuerlig endring. Når vi bruker uttrykk som digital hverdag og digitalt liv, mener vi derfor ikke å sette skarpe skiller mellom det analoge og det digitale fordi disse (vanligvis) eksisterer

sammen i hverdagslivet. Likevel fokuserer denne flermetodiske systematiske oversikten på det foreldre sier om deres tilnærming til den digitale delen av barnas hverdag. Derfor velger vi å omtale dette med begreper som digital hverdag, digitale liv, digital oppvekst, og digitalt foreldreskap.

Samtidig som digitale verktøy og digitale medier er i økende bruk (6), blir det også klarere at barn og unge er spesielt utsatt for de negative konsekvensene som disse også kan medføre (5). Det har i de senere årene kommet ulike offentlige utredninger og planer som tar for seg dilemmaer med barns digitale aktiviteter i oppveksten. Det er etter spørsmål etter satsninger som er ment å beskytte barn og unge mot skadelige effekter av bruk av digitale teknologier og medier, og som legger til rette for en trygg og god digital oppvekst der barna lærer å bruke de digitale mediene på en sikker måte (7;8). I 2021 la Medietilsynet frem strategien *Rett på nett* for en trygg digital oppvekst på bestilling fra regjeringen (9). I oktober 2024 ble strategien fulgt opp med en handlingsplan for trygg digital oppvekst (10). Et annet initiativ fra regjeringen er etablering av Skjermbrukutvalget, som fikk i oppgave å gi et bedre kunnskapsgrunnlag om hvordan barn og unges skjermbruk i barnehage, skole og fritid påvirker helse, livskvalitet, læring og oppvekst. Utvalget skulle blant annet, basert på kunnskapsgrunnlaget, gi innspill til politikkutvikling og gi råd om behovet for tiltak på områder der de avdekker særlige utfordringer (11). I november 2024 fremla utvalget NOU 2024:20 med tittelen *Det digitale (i) livet — Balansert oppvekst i skjermenens tid* (7). Som en del av dette arbeidet kom utvalgets ekspertgruppe av ungdom med ni råd til foreldre om hvordan de bør forholde seg til skjermbruk i familien. Disse rådene var blant annet: «Søk kunnskap og hold deg oppdatert», «Ha en åpen dialog med barna dine om skjermbruk», «Gi oss råd, men ikke overvåk oss» og «Balanser din egen skjermbruk og vær et godt forbilde» (7)(side 86).

Foreldres tilnærming til barnas digitale aktiviteter i hverdagen

Foreldre står i en sentral posisjon til å støtte og veilede barnas hverdag, men den digitale utviklingen går raskt, reguleringer på samfunnsnivå pågår, og det florerer av debatter om barns teknologi- og mediebruk. Dette kan gjøre det krevende for dagens foreldre å navigere sitt digitale foreldreskap. Det er trolig store forskjeller i foreldrenes involvering i, bekymring om og regulering av digitale aktiviteter, avhengig av barnets alder og kjønn, foreldrenes kjønn og hvilke typer digital aktivitet det dreier seg. Det er en utfordrende balansegang å gi barna en trygg og god hverdag med digitale aktiviteter – herunder balansen mellom deltakelse, retten til tilgang og grunnleggende menneskerettigheter, og retten til beskyttelse. For forskningen på det digitale foreldreskapet er det en utfordring å favne kompleksiteten i dette og hva som er digitale og ikke-digitale problemstillinger.

Hvordan foreldre og barn kommuniserer om digitale medier og verktøy, og hvordan foreldrene tilnærmer seg den digitale delen av barnas liv, kan ha stor betydning for barnas opplevelse av den digitale delen av oppveksten. Dette omtales ofte som «digitalt foreldreskap», og handler om hvordan foreldre forholder seg til barnas bruk av digitale verktøy og medier (12). Ved å støtte og styrke foreldre i denne rollen, kan det bidra positivt til barns og unges oppvekstvilkår. Barn og unge er og lever i den digitale

verden, hvor internett, sosiale medier, smarttelefoni, smartklokker, tv, nettbrett, pc og spillkonsoll er en del av deres hverdag, enten de er hjemme, på skolen, eller deltar i fritidsaktiviteter. I denne sammenhengen spiller foreldrene en viktig rolle ved å veilede barna i deres digitale aktiviteter, støtte deres sosiale interaksjoner, og hjelpe dem til trygg digital navigering, eller rett og slett beskytte små barn til de er modne nok. Foreldre bidrar også til barnas utvikling ved å forstå og engasjere seg i deres digitale univers, som inkluderer alt fra læring og kreativitet til sosial deltakelse og selvutforskning. Det å ha kjennskap til barnas digitale univers betyr at foreldrene har orientert seg. Å involvere seg kan innebærer noe mer enn å orientere seg, slik som å være delaktig/være en aktiv part i den digitale delen av barnas hverdag – og det favner også det større spekteret av engasjement og foreldremediering.

Foreldremediering i denne sammenhengen handler om hvordan foreldre velger å involvere seg og hvordan de regulerer det digitale i barnas hverdag (12). Det dreier seg om hvilke strategier foreldre bruker overfor barna for å motvirke de negative effektene av bruk av digitale verktøy og medier. Vanlige strategier blant foreldre for å regulere barnas digitale aktiviteter kan ofte passe under beskrivelser som aktiv, restriktiv, passiv, eller teknologiske metoder/mediering eller overvåkning (12).

Et notat fra NOVA fra 2023 (13) belyser foreldres tilnærming til barnas dataspilling i hverdagen, inkludert foreldrenes holdninger, erfaringer og kunnskap om dataspill, regler, tidsbegrensninger og konflikter. Notatet fremhever at det å ha noe mer informasjon å støtte seg på, og et rådgivende organ å kunne rådføre seg med ville vært nyttig for mange foreldre for å trygge dem i sin tilnærming til barnas dataspilling.

Foreldrenes plikter er nedfelt i barneloven, som krever at de tar vare på barna, beskytter dem mot risiko, og tar avgjørelser på deres vegne inntil barna blir gamle nok og modne nok til å gjøre egne valg (14). Samtidig er det viktig at foreldrene inkluderer barna i beslutningsprosesser ved å informere dem og lytte til deres synspunkter. Artikkel 18 i Barnekonvensjonen understreker at foreldre har hovedansvaret for barns oppvekst og alltid skal handle ut fra hva som er til barnets beste (15). Dette ansvaret omfatter også å sørge for barnas trygghet på internett. Artikkelen påpeker at myndighetene har en plikt til å støtte foreldrene i dette ansvaret. Videre har FNs barnekomité en generell kommentar om at barns rettigheter gjelder fullt ut i den digitale verden og at stater må sikre: Likeverdig tilgang til digitale teknologier; beskyttelse av barn mot digitale risikoer; respekt for barns privatliv og ytringsfrihet i digitale miljøer; og muligheter for digital deltakelse og medvirkning (16).

Aktører/tjenesteapparatet som arbeider med å gi støtte og veiledning til foreldre har ansvar for å bidra til at foreldre får styrket sin digitale kompetanse (15). Kunnskapsinnhenting som kan tilrettelegge for høy kvalitet på informasjon og veiledning til foreldre om og for barn og unges digitale liv, er svært viktig. Mange foreldre vil gjerne få informasjon og råd fra nasjonale eller lokale myndigheter, men andelen som opplever at de får dette er altfor lav (12). Mange foreldre opplever at det er krevende å veilede barna i deres digitale liv (10), og råd til foreldre om digital oppvekst tilgjengeliggjøres av mange ulike aktører på forskjellige nettsider.

Ved å få kvalifiserte råd om digitalt foreldreskap, kan foreldre bidra til en trygg digital hverdag for barna. I NOU 2021:3, *Barneliv foran, bak og i skjermen*, ga utvalget råd om at myndighetene også bør arbeide for å øke foresattes kompetanse til å veilede barna sine i møte med de muligheter, utfordringer og risikofaktorer som den digitale medievirkeligheten innebærer (8). I den ferske handlingsplanen for trygg digital oppvekst trekkes tjenesten *foreldrehverdag.no* frem som ett av flere innsatsområder som skal videreutvikles for å styrke foreldres kompetanse om og for barns digitale aktiviteter i hverdagen (10). I punkt 2.3.1 i handlingsplanen står det at: «*Foreldrehverdag.no skal videreutvikles og være den foretrukne kanalen for informasjon om digitalt foreldreskap. Foreldrehverdag.no skal ha en kunnskapsbasert rådgivnings- og veiledningsfunksjon, og samle informasjon og råd til foreldre på ett sted. Foreldrehverdag.no skal utarbeide lett tilgjengelig informasjon og gi svar på spørsmål foreldre har. Nettsiden skal bidra til å skape større bevissthet og trygghet i møte med barns digitale hverdag*» (10). Denne satsningen blir også støttet av skjermbrukutvalget: "Myndighetene bør ha samstemte råd om barn og unges skjermbruk, rettet mot ulike grupper. Utvalget støtter arbeidet i DigiUng-samarbeidet og regjeringens satsing på ung.no og foreldrehverdag.no." (side 17; (7)).

Hvorfor er kunnskapsoppsummeringen viktig?

Det overordnede målet for en trygg digital oppvekst generelt er å beskytte barn og barns rettigheter på nett. Ved å styrke foreldres innsikt og kompetanse om dette, kan de lettere bidra til en trygg og god digital oppvekst.

I Nasjonal strategi for trygg digital oppvekst inngår mål om at informasjon og veiledning som er relevant for barn og unges digitale liv skal være av høy kvalitet og lett tilgjengelig, og at kunnskap og forskning skal formidles og gjøres offentlig tilgjengelig (9). Strategien omfatter også mål om å gi foreldre informasjon og råd om barn og unges digitale mediebruk, informasjon om digitalt foreldreskap, og at foreldre skal engasjere seg i hva barn og ungdom gjør på internett (9).

Ved å utarbeide en systematisk oversikt til anvendelse som del av dokumentasjonsgrunnlaget når det skal utarbeides informasjon, legges det til rette for at målet om høy kvalitet på informasjon som er relevant for barn og unges digitale liv, kan nås (10). Denne systematiske oversikten vil imidlertid ikke gi informasjon som kan omsettes til konkrete råd, men en del av det å kunne gi målrettet informasjon, veiledning og råd for å hjelpe er å bedre forstå målgruppens meninger, erfaringer og behov. En systematisk oversikt over norske, svenske og danske studier som undersøker hva foreldre sier om deres tilnærming til barns digitale aktiviteter i hverdagen, kan gi innsikt som er verdifull for å forstå foreldrenes behov bedre. Men selv om forskning finnes, betyr det ikke nødvendigvis at man vil få gode svar. Forskningen må også være godt gjennomført, funnene må være til å stole på og relevante for den aktuelle konteksten.

Oversikten vil kunne identifisere forskningshull for ett eller flere av spørsmålene den skal søke å besvare. Fravær av forskning, eller for lav kvalitet på eksisterende forskning, betyr ikke at man ikke skal gi informasjon, veiledning eller råd til foreldre, men kan heller fungere som en indikasjon på hvor man bør prioritere videre forskning.

Mål og problemstilling

Hensikten var å utarbeide en flermetodisk systematisk oversikt over norske, svenske og danske studier som undersøker hva foreldre sier om deres involvering i, og bekymringer knyttet til, barns (0-18 år) digitale aktiviteter i hverdagen utenom skole- og barnehagetiden. Den skal benyttes som del av kunnskapsgrunnlaget når Bufdir skal utarbeide målrettet informasjon, veiledning og råd om digitalt foreldreskap.

Målet var å belyse spørsmål som faller inn under følgende problemstilling: Hva sier foreldre om deres involvering i- og bekymringer knyttet til barns digitale aktiviteter i hverdagen?

Temaer og forskningsspørsmål

Denne flermetodiske oversikten omhandler *hva foreldre sier om deres involvering i- og bekymringer* relatert til barns digitale aktiviteter i hverdagen. Vi har operasjonalisert oppdraget i tre overordnede forskningsspørsmål, fordi oppdragsgiver er spesielt interessert i *involvering*, inkludert den formen for involvering som kan beskrives som *regulering* (grensesetting), samt foreldres *bekymringer*. Innretningen på oppdraget har vært å favne alle former og grader av involvering, regulering og bekymringer, det vil si fra mye til lite/fravær av involvering, regulering og bekymring knyttet til den digitale delen av barns hverdag.

Vi benytter begrepet *hva sier foreldrene* i spørsmålsstillingen, og tolker dette som et vidt begrep som inkluderer kvantitative og kvalitative perspektiver, inkludert erfaringer, holdninger og ønsker/behov. For alle de aktuelle spørsmålene, har det også vært viktig å undersøke om studiene kunne bidra til informasjon om (forskjeller i) sosioøkonomiske forhold, foreldrenes kjønn og alder, og barnas kjønn og alder.

Under presenteres de tre overordnede forskningsspørsmålene. Vi har hatt mange underspørsmål under arbeidet med kunnskapsoppsummeringen, og disse presenteres som del av resultatene.

Hva sier foreldre om deres involvering i barnas digitale aktiviteter i hverdagen?

Med foreldres involvering menes hvordan og hvor mye foreldre rapporterer at de deltar i barnas digitale liv og hva som påvirker deres involvering og engasjement. Spørsmålet er ikke begrenset til aktiv involvering, men favner det større spekteret av engasjement og foreldremediering.

Hva sier foreldre om deres regulering (grensesetting) knyttet til barnas digitale aktiviteter?

Dette spørsmålet setter søkelys på hvordan foreldre setter grenser for barns digitale aktiviteter, og hva som påvirker disse grensene.

Hva sier foreldre om deres bekymringer knyttet til barns digitale aktiviteter i hverdagen?

Dette spørsmålet setter søkelys på hva forskningen beskriver om foreldres bekymringer rundt barnas digitale liv.

Sekundært forskningsspørsmål

Vi kartla ett sekundært forskningsspørsmål, og dette kommer som et tillegg til den systematiske oversikten over temaene listet over. Spørsmålet var: Finnes det skandinavisk forskning på tiltak rettet mot foreldres tilnærming til barns digitale aktiviteter i hverdagen som undersøker effekt på foreldres involvering, regulering eller bekymringer relatert til barns digitale aktiviteter?

Slik som skissert i vår prosjektplan, har vi beskrevet effektstudiene kort i tekst og tabell uten videre vurderinger i et vedlegg til oversikten. Det betyr at vi ikke har formidlet resultater fra disse. Hensikten var å få informasjon om hvilke skandinaviske studier om effekt av tiltak som finnes, og å synliggjøre forskningshull for dette spørsmålet.

Avgrensninger for kunnskapsoppsummeringen

Studien ble skalert etter rammene som ble gitt for oppdraget. Det innebærer at den systematiske oversikten ikke har tatt for seg andre innsikter enn foreldrenes *egne* perspektiver og erfaringer rapportert i empiriske primærstudier for de aktuelle problemstillingene. Oversikten tar likevel ikke for seg foreldres egen bruk av digitale verktøy og medier. Videre har forskning som også har inkludert data fra barn og unge og fra fagpersoner, ikke bare foreldrene, også gitt viktige innsikter og perspektiver på hvordan foreldre involverer seg og regulerer barns digitale aktiviteter i hverdagen. Siden denne oversikten begrenset seg til foreldreperspektivene, er det viktig å understreke at en helhetlig forståelse av digital foreldremediering fordrer kunnskapsinnhenting utover det dette prosjektet har favnet.

Fra undersøkelsen *EU Kids Online* (17), ser man at foreldres bekymringer, og hva de er bekymret for, avhenger av faktorer som sosioøkonomiske forhold, andre forhold rundt barnet og ikke minst foreldrenes kontroll over egen digital bruk. Foreldre som har «andre» bekymringer rundt barnet (helse, fattigdom osv.) har mindre bekymring knyttet til det digitale «livet» (17). I denne oversikten har vi ikke inkludert forskning som setter søkelys på foreldres *andre typer* bekymringer enn de som er direkte knyttet til barns digitale aktiviteter i hverdagen. Der forskningen omhandler en bredere tilnærming til hva foreldre bekymrer seg for, har vi likevel inkludert studier når det også fremkommer rapportering om foreldres tilnærming til barns digitale aktiviteter (så langt vi klarte å identifisere denne informasjonen).

Metode

Vi utførte en flermetodisk systematisk oversikt, det vil si en forhåndsplanlagt, systematisk, transparent og (så langt som mulig) etterprøvbart oppsummering av alle kvalitative, kvantitative og flermetodiske empiriske primærstudier som falt inn under våre inklusjonskriterier. Dette er et uavhengig arbeid av forskergruppen ved FHI om foreldres involvering i- og bekymringer knyttet til barns digitale aktiviteter i hverdagen. Vi har konsultert med oppdragsgiver og fremtidig bruker av kunnskapsoppsummeringen når vi har utarbeidet både prosjektplanen og underveis i prosessen med kunnskapsoppsummeringen, men oppdragsgiver har ikke hatt en innvirkning på vår analyse og utarbeidelse av funn, eller vår presentasjon av funnene i denne kunnskapsoppsummeringen. I denne kunnskapsoppsummeringen har vi lagt vekt på en inngående diskusjon av resultatene, der vi har integrert kvalitative og kvantitative hovedfunn om foreldres involvering, regulering og bekymringer knyttet til barns digitale aktiviteter i hverdagen. Det var også sentralt å identifisere og beskrive forskningshull. Vi har fulgt de generelle metodiske anbefalingene fra Folkehelseinstituttets metodehåndbok *Slik oppsummerer vi forskning* (18), *Cochrane Handbook* (19) og spesifikke anbefalinger for flermetodisk kunnskapsoppsummering beskrevet i litteraturen (20-22).

Om flermetodisk kunnskapsoppsummering

I denne systematiske kunnskapsoppsummeringen er problemstillingene formulert på en måte som gjør at vi har sammenstilt kunnskapsgrunnlaget etter prinsippene for flermetodisk kunnskapsoppsummering (20;21). Arbeidsprosessen har omfattet systematiske søk i databaser og etter grå litteratur, utvelging av studier av to uavhengige personer og med hjelp av maskinlæring, vurdering av studienes interne validitet (det vil si metodebegrensninger i kvalitative studier og risiko for systematiske skjevheter i kvantitative studier) av én person og kontrollert av en annen, rapportering av kvalitative og kvantitative funn hver for seg, og diskusjon av alle hovedresultatene samlet. Fremgangsmåten for flermetodisk kunnskapsoppsummering skiller seg ut fra andre typer systematiske kunnskapsoppsummeringer når det gjelder stegene der vi analyserer, sammenstiller og presenterer kunnskapsgrunnlaget. I annen metodelitteratur er det beskrevet flere ulike fremgangsmåter for denne delen av arbeidet. Vi tok utgangspunkt i en såkalt «parallel-results convergent synthesis», altså at vi først gjennomgikk og analyserte kvalitative og kvantitative data separat, og deretter sammenliknet og diskuterer funnene samlet (20;21). Det er en måte å gjennomføre syntesen (sammenstillingen) på som passer når det er flere problemstillinger som kan besvares av både kvalitative og kvantitative data, slik som i denne kunnskapsoppsummeringen.

Prosjektplan og avvik

Vi avklarte prosjektplanen med oppdragsgiver Bufdir før vi utførte oppsummeringen. Kunnskapsoppsummeringen er gjennomført i tråd med [prosjektplanen](#) (1) med noen unntak listet under. Vi var nødt til å forenkle fremgangsmåten en del underveis av ressurshensyn (både flere og mer omfangsrike publikasjoner enn forventet og som vi ikke kunne skalere for fullt ut). Forenklingene har medført en risiko for introduksjon av systematiske skjevheter, disse beskrives i sin helhet i diskusjonen om kunnskapsoppsummeringens styrker og svakheter. Forenklinger og avvik fra prosjektplanen:

- **Inklusjon av studier:** Vi kontaktet forfattere av fem publikasjoner for å kunne gjøre tilstrekkelige vurderinger med tanke på inklusjon og eksklusjon, eller for informasjon om tilhørende publikasjoner.
- **Vurdering av intern validitet** ble foretatt med de sjekklister som vi fant best egnet iht. studiedesign. Vi benyttet ikke sjekklister for flermetodiske studier slik skissert i prosjektplanen (se under avsnittet om vurdering av intern validitet). Under håndtering og presentasjon av kunnskapsgrunnlaget har vi ikke vektet funnene etter den interne validiteten. Vi har vært transparente på hvilke studier vi har lagt til grunn for funnene, men i liten grad vist hvilke studier som «dominerte» bak funnet.
- **Dataauthenting:** Vi justerte vår fremgangsmåte slik vi åpnet opp for i prosjektplanen. Det betyr at dataauthenting fra hver enkelt studie er gjort av en av oss (IBL, TBJ, HBB, HN), mens kontroll av en annen kun ble gjennomført for halvparten av de inkluderte publikasjonene.
- **Analyser og syntese:** Vi hentet ut et omfangsrikt datamateriale med 102 sider tekstutdrag. En av oss kodet i første steg, en annen kodet det neste steget, og det siste steget ble kodet av en av de to forskerne.
- **Andre vurderinger:** Vi har ikke prioritert å innlemme og drøfte aksept, likeverd, juridiske- eller andre aspekter i diskusjonen slik vi åpnet opp for i prosjektplanen.

Inklusjonskriterier

Vi hadde følgende inklusjonskriterier:

Populasjon	Foreldre til barn i alderen 0-18 år bosatt i Norge, Sverige og Danmark*
Temaområde	Foreldres - involvering i egne barns digitale aktiviteter i hverdagen (utenom skole-/barnehagetiden) - grensesetting for egne barns digitale aktiviteter i hverdagen (utenom skoletiden) - bekymringer knyttet til barnas digitale aktiviteter i hverdagen (utenom skole-/barnehagetiden**)

Utfall	Alle typer utfall som kan karakterisere eller beskrive foreldres involvering i-, bekymringer knyttet til-, eller måter å regulere barns digitale aktiviteter i hverdagen (utenom helseutfall slik som relatert til foreldres psykiske helse). Vi har hatt til hensikt å inkludere alle typer involvering. Det innebærer at vi inkluderte aspekter som foreldres positive og negative holdninger, erfaringer/opplevelser, inkludert foreldres samspill med barna, engasjement, og liknende som kan forstås som foreldreinvolvering.
Studiedesign og publikasjonstype	Alle typer empiriske primærstudier*** som rapporterer kvalitative og/eller kvantitative data. Studiene skulle være publisert som vitenskapelige artikler, vitenskapelige rapporter, mastergradsoppgaver, doktorgradsavhandlinger eller bokkapitler.
Publikasjonsår	01.01.2015 til 10.11.2024
Land/kontekst	Studier av populasjon bosatt i Norge, Sverige, Danmark* (eller europeiske studier der norske, svenske, og/eller danske data er tilgjengelig gjort separat).
Språk	Avgrensning til norsk, engelsk, svensk og dansk

* Vi prioriterte norske studier i søk etter grå litteratur. Det betyr at vi har inkludert svenske og danske studier som vi identifiserte gjennom databasesøk, og at vi ikke har søkt like omfattende etter danske og svenske studier i andre kilder som vi har gjort for norske.

** Vi har presisert i inklusjonskriteriene at det her er snakk om barns digitale hverdag utenom *skole-/barnehagetiden*. I prosjektplanen hadde vi uteglemt å nevne/presisere barnehagetiden.

*** Med empiriske primærstudier mener vi kunnskap innhentet ved hjelp av observasjoner og undersøkelser (empirisk dokumentasjon), og der den vitenskapelige metoden og analyser som er benyttet er presentert i den aktuelle publikasjonen sammen med tilhørende resultater <https://no.wikipedia.org/wiki/Empiri>.

Utdyping av inklusjonskriteriene

- For alle de aktuelle spørsmålene, har vi formidlet informasjon fra studiene om (forskjeller i) sosioøkonomiske forhold, foreldrenes kjønn og alder, og barnas kjønn og alder der slik informasjon var oppgitt. Der det var mulig, rapporterte vi om det var assosiasjoner eller indikasjoner på om sosioøkonomiske, demografiske eller andre relevante faktorer som er undersøkt i inkluderte studier, har betydning for foreldres opplevelser knyttet til barns digitale hverdag.
- Med hensyn til resultatene, uansett studiedesign, kan vi ikke si noe om årsakssammenhenger.
- Å identifisere studier som omhandler effekt av tiltak var et sekundært forskningsspørsmål. Disse ble listet i en tabell i vedlegg med informasjon om

referanse, land, populasjon og tiltak. Vi gjorde ingen ytterligere vurderinger eller presentasjon av disse fordi det ikke var innenfor rammene til prosjektet.

Eksklusjonskriterier

Vi ekskluderte følgende typer studier og publikasjoner:

- Studier av andre populasjonene enn foreldre eller der foreldre ikke var informanter, slik som studier om andres (barn, lærere, eller andre fagpersoner) erfaringer om foreldres involvering, grensesetting eller bekymringer.
- Studier som ikke omhandlet foreldre bosatt i Skandinavia.
- Studier om digitale verktøy og medier brukt som hjelpemidler til personer med funksjonsnedsettelse eller i opplæringsøyemed/ skole- og barnehagesammenheng.
- Publikasjoner som ikke passet til definisjonen for empiriske primærstudier, for eksempel ikke-vitenskapelige rapporter som ikke inneholdt tilstrekkelig beskrivelse av forskningsmetoden som ble brukt eller vi ikke fikk tilgang til slik informasjon. Det er vanskelig å vurdere intern validitet i slike rapporter. Alle typer ikke-vitenskapelige publikasjoner som for eksempel avisartikler, debattinnlegg, kronikker, informasjon på nettsider, kursmaterieell med mer, ble ikke inkludert i kunnskapsgrunnlaget. Vi ekskluderte også bacheloroppgaver, konferansesammendrag, og studieprotokoller.
- Studier som ikke rapporterte relevante utfall for dette oppdraget. Ikke-relevante utfall er for eksempel foreldres helseutfall, utfall målt på barn, eller dersom foreldres involvering i- eller bekymringer var begrenset til å være en uavhengig variabel (forklaringsvariabel) i analyser for å forklare utfall målt på barn.
- I oppdraget inngikk ikke å undersøke effekt av skjermbruk på barnas helse. Forskning om effekt av skjermbruk på barn og unges utvikling og helse er nylig gjennomgått i tre systematiske oversikter som grunnlag til NOU'en om skjermbruk (Det digitale (i) livet) (7;23-25). Vi viser til disse rapportene for informasjon om hvordan skjermbruk virker på barna.
- Publikasjonsår før 2015.

Andre forbehold

For å unngå forsinkelser i leveransen av kunnskapsoppsummeringen, tok vi forbehold i tilfelle uforutsette kapasitetsvansker som følge av mange inkluderte studier. Da ville vi ha prioritert norske studier fremfor svenske og danske studier. Det ble imidlertid ikke behov for å gjøre slike prioriteringer.

Litteratursøk

Søk i databaser

Bibliotekar (GH) utarbeidet en søkestrategi (vedlegg 1) i samarbeid med prosjektgruppen og utførte søkene. Søket inneholdt relevante emneord, tekstord, og avgrensninger som gjenspeilet inklusjonskriteriene. En annen bibliotekar (Marit Johansen) fagfelle-vurderte søkestrategien. Søket ble avsluttet i november 2024 og inkluderte søk i følgende databaser:

- Epistemonikos

- Medline
- Scopus
- PsycINFO

Søk i andre kilder

BASE, NORA, Kudos, Cristin, Diva, Norart, Bibliotek.dk

Av ressursshensyn gikk vi ikke gjennom relevante norske, svenske eller danske organisasjoners publikasjonslister og tidsskrifter. Vi gjennomgikk ikke referanselistene til de inkluderte studiene.

OpenAlex

En av prosjektmedarbeiderne (HBB) gjennomførte et søk i kunnskapsgrafen OpenAlex (26) som er tilgjengelig i EPPI-Reviewer (27). Her benyttet allerede relevante studier – såkalte «kjernestudier» – som utgangspunkt for søk fremfor en søkestreng. Vi benyttet 20 relevante studier inkludert på fulltekstnivå (se vedlegg 1) som utgangspunkt for søk etter nye relevante publikasjoner. Søkeperioden var 1. januar 2015 – 18. november 2024. Søketreffet var på 329 referanser. For mer detaljer om OpenAlex, se vedlegg 1.

Utvelging av studier

Prosjektmedarbeiderne (IBL, TBJ, HN, HBB, AMK) gjorde vurderinger («screening») av titler og sammendrag fra litteratursøket opp mot inklusjonskriteriene. Vi piloterte inklusjonskriteriene på de 150 første referansene for å sikre at prosjektmedarbeiderne hadde en felles forståelse for inklusjonskriteriene. Vi brukte maskinlæringsfunksjoner i det elektroniske verktøyet EPPI-Reviewer (27) for å hjelpe oss med å vurdere titler og sammendrag mer effektivt. Enkelt sagt betyr maskinlæring at vi tar i bruk algoritmer som gjør at programvaren er i stand til å lære fra og utvikle sin beslutningsstøtte basert på empiriske data som vi fører den med. Se strategi for bruk av maskinlæring i vedlegg 2.

Uenighet om vurdering av tittel/sammendrag løste vi ved diskusjon i fellesskap. Studiene som vi var enige om at var relevante innhentet vi i fulltekst. To av prosjektmedarbeiderne (IBL, TBJ, HN, HBB) gjorde uavhengige vurderinger av fulltekstene opp mot inklusjonskriteriene. Uenighet om vurderingene av titler/sammendrag og fulltekster løste vi ved diskusjon eller ved å konferere med en tredje prosjektmedarbeider.

For relevante referanser der vi fant begrensninger i metodebeskrivelsen som gjorde oss i tvil om publikasjonen representerte en empirisk studie, valgte vi å kontakte forfatterne for å be om supplerende informasjon. Dette gjaldt i alt fem publikasjoner (4;12;28-30) og vi fikk tilbakemelding fra alle forfatterne som bidro med informasjon som gjorde at vi kunne avgjøre for inklusjon eller eksklusjon i kunnskapsoppsummeringen.

Vurdering av studienes interne validitet

Når vi vurderer den interne validiteten, ser vi på om forskningsspørsmålet er besvart på en måte som gjør at resultatene er mest mulige frie for systematiske feilkilder (bias). Validiteten er høy hvis undersøkelsens data er relevante eller adekvate for å belyse den problemstillingen eller de fenomenene som skal undersøkes (31). For kvalitative studier (kvalitative data) brukes gjerne begrepet *metodebegrensninger*, og for kvantitative studier (kvantitative data) (*vurdering av*) *risiko for systematiske skjevheter*, om intern validitet.

Vurdering av metodebegrensninger (kvalitative studier og kvalitative data i fler-metodisk studie)

Vi vurderte den interne validiteten i de kvalitative studiene/dataene til å være enten lav, middels eller høy ved hjelp av en liste av spørsmål utviklet av Cochrane EPOC group (32-34)), som bygger på Critical Appraisal Skills Programme (CASP)(35). Sjekk-listen inneholder følgende spørsmål:

1. Er settingen og konteksten til studien tilstrekkelig beskrevet? (*Er kontekst og valg av setting beskrevet og begrunnet?*)
2. Er utvalgsstrategien hensiktsmessig for å besvare problemstillingen? (*Er det gjort rede for hvem som ble valgt ut, eventuelt ikke valgt ut samt hvorfor?*)
3. Er datainnsamlingsstrategien beskrevet og tilstrekkelig begrunnet? (*Går det klart frem hvilke metoder som ble valgt for å samle inn data, samt hvorfor og hvordan dette er utført?*)
4. Er dataanalysen/analysen av data beskrevet og hensiktsmessig? (*Er det gjort rede for analysemetode og hvordan denne er gjennomført?*)
5. Er påstandene/funnene støttet med tilstrekkelig evidens? (*Viser forfatterne sammenhengen mellom funnene de fremsetter og datamaterialet, f.eks. ved sitater, detaljer, forklaringer, mm.?*)
6. Viser studien/forfatterne refleksivitet? (*Har forfatterne reflektert rundt egen bakgrunn og posisjon og hvordan det kan virke inn på resultatene?*)
7. Er etiske forhold vurdert? (*Har forfatterne diskutert etiske spørsmål og beskrevet håndteringen av disse, inkludert eventuelle etiske godkjenninger?*)
8. Andre bekymringer? (*Andre forhold som gjør leseren usikker på studien og dens konklusjoner?*)

For alle de kvalitative publikasjonene konkluderte vi med én samleskåre: høy, middels og lav intern validitet, bortsett fra én publikasjon som fikk middels/lav.

I våre vurderinger la vi følgende til grunn for samleskårene:

- Høy intern validitet/få metodiske begrensninger: studien skulle innfri (ja/+) i seks eller flere av sjekklistens punkter eller i fem dersom de øvrige punktene kvalifiserte til delvis/0
- Middels intern validitet/moderate metodiske begrensninger: studien skulle innfri (ja/+) i 4-5 av sjekklistens punkter og ikke mer enn to nei/-

- Lav intern validitet/store metodiske begrensinger: studien har ja/+ i 3 eller færre av sjekklstens punkter

Vurdering av risiko for systematiske skjevheter (kvantitative data)

For kvantitative data benyttet vi en sjekklste for vurdering av risiko for systematiske skjevheter (intern validitet) i prevalensstudier (36) med følgende spørsmål:

1. Var befolkningen (populasjonen) utvalget er hentet fra, klart definert?
2. Var utvalget representativt for befolkningsgruppen?
3. Er det gjort rede for om (og ev. hvordan) respondentene skiller seg fra dem som ikke har respondert?
4. Er svarprosenten høy nok? Vi har lagt til grunn at svarprosent over 70 % er høy, 50 – 70 % er medium, mens lav svarprosent er under 50 %. Vi trakk for svarprosent under 50.
5. Var datainnsamlingen standardisert?
6. Er objektive kriterier benyttet for vurdering av utfallsmålene?
7. Har man i dataanalysen brukt adekvate metoder?

For vurderingene av kvantitative studier/data konkluderte vi med én samleskåre tilsvarende det som ble gjort for kvalitative data (beskrevet over) selv om sjekklsten for prevalensstudier ikke har en anbefaling om å sette én samleskåre. Det gjorde vi for å kunne sidestille vurderingene selv om dataene baserte seg på studier med ulikt design. Hvis en kvantitativ studie har lav risiko for systematiske skjevheter, er den interne validiteten høy.

Vurdering av intern validitet i flermetodiske studier

I denne kunnskapsoppsummeringen inkluderte vi to flermetodiske studier. I den ene (28) var det kun kvalitative data som var relevante for vår problemstilling, og den vurderte vi derfor med sjekklsten for vurdering av metodebegrensinger i kvalitative studier. Den andre studien var rapportert i to publikasjoner, hvorav én med rene kvantitative data og én med flermetodiske data (12;17). Vi valgte å vurdere risiko for systematiske skjevheter med sjekklsten for prevalensstudier for publikasjonen som rapporterte rene kvantitative data og for de kvantitative dataene i den flermetodiske rapporten. Delstudien som var basert på kvalitative intervjuer, ble vurdert for metodebegrensinger med sjekklsten for kvalitative studier.

Én medarbeider gjorde vurderingene, mens en annen medarbeider gjennomgikk vurderingene den andre hadde gjort. Ved uenighet diskuterte vi oss frem til enighet eller trakk inn en tredje prosjektmedarbeider for å bidra til den endelige vurderingen.

Vurderingene av den interne validiteten framgår både i denne rapportens resultatdel og i vedlegg (se vedlegg 3).

Uthenting av data

Én av prosjektmedarbeiderne (IBL, TBJ, HN, eller HBB) hentet ut data fra de inkluderte studiene og en annen av oss kontrollerte dataene opp mot publikasjonen. Ved uenighet om uthentet data diskuterte vi oss frem til enighet eller trakk inn en tredje prosjektmedarbeider.

Vi brukte like datauthentingsskjemaer i Excel for alle studiedesign. Vi piloterte det på én publikasjon etterfulgt av justeringer og hentet ut følgende informasjon:

- Bibliografiske data om publikasjonen, land, når studien ble utført, kontekst, studiedesign, hensikt og metode for datainnsamling (f.eks. fokusgrupper, individuelle intervjuer, spørreskjema).
- Publikasjonstype, dvs. vitenskapelig artikkel, vitenskapelig rapport eller mastergradsoppgave.
- Karakteristika om populasjon og om deres barn (sosioøkonomiske og demografiske data, inkludert etnisitet-/ minoritetsbakgrunn). Eventuelt annen relevant informasjon som var oppgitt om studiepopulasjonen som for eksempel informasjon om foreldres egen erfaring, kompetanse, holdninger til-, eller bruk av digitale verktøy og digitale medier der det var spesielt oppgitt.
- Informasjon om typer digitale aktiviteter og mediebruk som var omhandlet.
- Vi registrerte også hvilke typer fag/forskningsbakgrunn som stod bak publikasjonene, fordi det kan bidra til et innblikk i hvor den aktuelle forskningen har vært gjort og bredden av forskningsmiljøer som er opptatt av denne tematikken.

Kvalitative funn (dvs. all tekst merket som «funn» i publikasjonene), som var relevant for forskningsspørsmålene våre, ble hentet ordrett ut av de inkluderte studiene og lagt inn i et Word-dokument. Alle funn som omhandlet foreldres opplevelser relatert til barns digitale aktiviteter i hverdagen ble hentet ut. Vi foretok dermed ingen vurdering om hvorvidt funnene omhandlet involvering, grensesetting eller bekymringer ved dette stadiet. Funn som omhandlet barns digitale aktiviteter i skole- eller i barnehagesammenheng, informasjon rapportert av andre enn foreldrene, eller utfall målt på barn, ble ikke hentet ut.

Informasjon fra kvantitative studier (deskriptive data, utfallsmål, resultater) ble hentet ut og lagt inn i et eget Word-dokument. Vi hentet også ut informasjon om hvordan utfallsmålene ble analysert og oppgitt (deskriptivt, statistiske verdier), inkludert dersom det var oppgitt faktorer som var undersøkt som kan ha betydning for foreldres involvering i- eller bekymringer knyttet til barns digitale hverdag, og eventuelle variabler som det ble justert for i analyser.

Analyser av kvalitative data

Alle forskerne i prosjektet jobbet med å kode og å analysere materialet. Analysen av studienes resultater ble utført i tre trinn, basert på tematisk syntese utviklet for bruk i

kunnskapsoppsummeringer (37), men tilpasset våre forskningsspørsmål og metode. Vi valgte denne tilnærmingen fordi det hjalp oss å holde oss nærme funnene i de inkluderte studiene, samtidig som det gjorde det mulig å sammenfatte dataene på en transparent måte.

Tematisk analyse kan gjøres enten deduktivt, induktivt eller som en blanding av de to (38). I vår analyse brukte vi en blanding, der vi startet med en induktiv tilnærming der vi kodet dataene ut ifra likheter og mønstre i dataene, uten å ta hensyn til eksisterende rammeverk eller teorier. Deretter brukte vi en mer deduktiv tilnærming, der vi tok i bruk de tre overordnede forskningsspørsmålene våre for å sortere funnene våre etter hvorvidt de omhandlet henholdsvis foreldres involvering, grensesetting eller bekymring, eller falt utenfor disse kategoriene. Vi beskriver denne tilnærmingen i mer detalj under.

Trinn 1: Kode tekst

Vi tok utgangspunkt i rådataene som var hentet fra de inkluderte primærstudiene og la inn i et skjema i Word. Vi hentet ut fra alle inkluderte studier uansett intern validitet. Én av prosjektmedarbeiderne (IBL, TBJ, HN eller HBB) kodet innholdet, mens en annen sjekket at kodingen samsvarte med dataene. Ved dette stadiet var vi mindre opptatt av å finne mønstre på tvers av studier og mer fokusert på å beskrive tekstutdragene på en kondensert måte. Kodene kunne bestå av en kort beskrivelse på noen få ord (f.eks. «iPad som barnevakt») eller lengre stikkordsform dersom det var mer dekkene (f.eks. «Barn mer kompetente i bruk av sosiale medier enn foreldre»). Alle utdrag fikk tildelt minst én kode og flere fikk tildelt mer enn én.

Trinn 2: Utvikle deskriptive temaer

Ved dette trinnet så prosjektmedarbeiderne etter likheter og forskjeller mellom kodene, for å kondensere kodene om til temaer. Her begynte vi å lete etter mønstre på tvers av tekstutdrag og studier, og brukte flere av de samme deskriptive temaene for å beskrive forskjellige utdrag og studier (f.eks. temaet «Gode rollemodeller» kunne brukes for å beskrive et utdrag fra Aders 2017 og et annet utdrag fra Kapella 2021), samtidig som vi forholdt oss tett til formuleringene i primærstudiene. I likhet med kodene kunne det også være én eller flere deskriptive temaer for hvert tekstutdrag.

Trinn 3: Kategorisering og generering av analytiske temaer

Frem til dette trinnet ble analysen gjennomført induktivt, i den forstand at vi forsøkte å holde oss så tett til de originale funnene i primærstudiene som mulig. Ved dette trinnet introduserte vi imidlertid en deduktiv tilnærming, der vi tok i bruk forskningsspørsmålene som et rammeverk for gruppering av temaer. Vi tok utgangspunkt i de deskriptive temaene fra Trinn 2 og plasserte dem under følgende kategorier som samsvarte med de overordnede forskningsspørsmålene våre: 1) Involvering; 2) Regulering (grensesetting); og 3) Bekymring. I tillegg benyttet vi oss av en fjerde kategori (Annet), som var forbeholdt alle deskriptive temaer som ikke passet inn i de tre andre kategoriene. Dette ble gjort for å belyse eventuelle temaer som var betydningsfulle i den relevante litteraturen, men som ikke direkte omhandlet involvering, grensesetting eller bekymring. Kategoriseringen av deskriptive temaer ble gjennomført i Excel.

Etter at kategoriseringen av de deskriptive temaene var gjennomført, gikk prosjektmedarbeiderne individuelt gjennom temaene som var lagt under de fire kategoriene. Deretter diskuterte vi innholdet i kategoriene i fellesskap, og kom frem til hvilke abstrakte eller analytiske temaer som best beskrev disse dataene. Vi benyttet oss av en hierarkisk organisering der undertemaene hørte inn under hver av de overordnede kategoriene (Involvering, Regulering (grensesetting) og Bekymring). For eksempel hørte det analytiske temaet 'Avhengighet' inn under kategorien Bekymring. Parallelt med denne deduktive tilnærmingen beholdt vi en induktiv tilnærming på alle temaer som falt under kategorien Annet. Her utarbeidet vi etter hvert to nye kategorier: 'Positive aspekter' og 'Kompetanse'. Gjennom hele prosessen gikk vi tilbake til de originale dataene og kritisk vurderte dem opp mot temaene våre for å sikre at de samsvarte godt med hverandre. Denne prosessen gjentok vi frem til alle temaer og undertemaer var tilstrekkelig dekkende til å beskrive de tilhørende dataene. Vi endte dermed opp med fem analytiske hovedtemaer med tilhørende undertemaer: 'Involvering', 'Regulering' (grensesetting), 'Bekymring', 'Positive aspekter' og 'Kompetanse'.

Analyser av kvantitative data

Siden studiene med relevante kvantitative data var svært få (n=2, presentert i 3 publikasjoner), og dessuten baserte seg på tverrsnittsdata som for det meste var analysert og presentert deskriptivt med bruk av andeler (prosent), egnet grunnlaget seg best for en enkel beskrivelse av resultatene. Derfor har vi beskrevet resultatene narrativt. Først sorterte vi publikasjonene med kvantitative data iht. populasjon, det vil si om det var foreldre til barn i ulike aldersgrupper eller med spesifikke karakteristika som foreldre til barn med funksjonsnedsettelse. Vi kartla hvilke temaer studiene omfattet, og hvordan resultatene var presentert. Vi har ikke foretatt noen ytterligere analyser. Vi har presentert de kvantitative funnene deskriptivt i form av beskrivelser og andeler (rapportert i prosent) slik de fremkommer i publikasjonene.

Syntese av resultatene

I denne flermetodiske kunnskapsoppsummeringen la vi [en](#) plan om å analysere og presentere funnene for ulike studiedesign for seg og å integrere funn fra hele kunnskapsgrunnlaget i diskusjonskapitlet i tråd med såkalt «parallel-results convergent synthesis»(20;21). Vi valgte altså å ikke integrere kvalitative og kvantitative resultater sammen i syntesen, men å sammenstille og presentere dem hver for seg. Det er fordi de aller fleste publikasjonene var basert på kvalitative studier og at vi kun inkluderte to studier med relevante kvantitative data.

Syntesen av de kvalitative dataene bygger på overordnede temaer, undertemaer og med tilhørende funn vi har gjort på tvers av studiene. Vi presenterer resultatene for hvert tema og undertema etter samme type oppsett, gjennomgående i resultatdelen av denne kunnskapsoppsummeringen. For de overordnede temaene har vi først gitt en innledning om hvordan vi har tolket temaet og hvilken del av kunnskapsgrunnlaget som ligger til grunn for de aktuelle resultatene. Innenfor hvert av de fem overordnede

temaene har vi undersøkt og beskrevet innholdet i undertemaene i tabell sammen med tilhørende studier.

Vi har beskrevet kontraster i funnene der det var aktuelt, men vi har ikke beskrevet fravær av kontraster. Vi har ikke vektet studiene som ligger til grunn for funnet. Det betyr at det ikke kommer frem om det er studier av høy, middels eller lav intern validitet som dominerer funnet. Vi har brukt uttrykk som mange, noen, enkelte foreldre, basert på hva mange, noen eller enkelte foreldre fra flere ulike studier mente/opplevde. Vi har ikke bedømt resultatenes konsistens mellom studier.

De kvantitative dataene er presentert under egen overskrift. Disse er presentert deskriptivt i tabell og med beskrivende informasjon om resultatene. Den ene publikasjonen omhandler ikke foreldre generelt, men kun foreldre til barn med kognitiv funksjonsnedsettelse.

Vurdering av tillit til resultatene

I denne kunnskapsoppsummeringen har vi ikke vurdert tillit til resultatene. Med vurdering av tillit til resultatene, mener vi en bedømmelse av i hvor stor grad vi kan stole på at forskningsresultatene viser «sannheten» eller den «virkelige» effekten av tiltakene vi undersøker i kvantitative data, eller å estimere hvor sikker en er på et funn i en kunnskapsoppsummering av kvalitative data. En annen måte å uttrykke det på er hvor godt dokumentert forskningsresultatene er. Når vi vurderer tillit til dokumentasjonen bruker vi GRADE-tilnærmingen (Grading of Recommendations Assessment, Development and Evaluation) for kvantitative data og GRADE-CERQual når vi vurderer resultater fra kvalitative studier. Det finnes ennå ikke en omforent anbefaling om hvordan man skal gå frem for å vurdere tilliten til resultatene i en flermetodisk kunnskapsoppsummering slik det gjør for kunnskapsoppsummeringer som enten benytter kvantitative eller kvalitative data.

I denne kunnskapsoppsummeringen valgte vi kun å undersøke metodiske begrensinger eller risiko for systematiske skjevheter (intern validitet) for alle inkluderte studier. Resultater for intern validitet er kun den første komponenten i GRADE-/GRADE-CERQual-vurderingene. Vi har foretatt vurdering av intern validitet av inkluderte studier, rapportert den interne validiteten sammen med resultatene, og diskuterer betydningen av studiebegrensninger i diskusjonen.

Flere beskrivelser av hvordan man bruker GRADE og GRADE-CERQual finnes i Guyatt og medarbeidere (39), Lewin og medarbeidere (40) og www.gradeworkinggroup.org.

Refleksivitet

Kvalitativ forskning forutsetter at forskerne, ved planlegging, underveis, i analyse og i oppskrivning tar i betraktning hvordan deres egen bakgrunn, posisjon og interesse kan virke inn (41).

Vi har igjennom denne prosjektperioden diskutert i fellesskap våre erfaringer og forståelser knyttet til temaet foreldres involvering i barns digitale hverdag og hvordan disse kunne virke inn på våre tolkninger. Vi er fire forskere med ulike fagbakgrunn (medisin, folkehelsevitenskap, psykologi og pedagogikk), og ingen av oss har arbeidet spesifikt med digital oppvekst. Derimot har vi alle hatt ansvar for barn og deres oppvekst i en digital verden, men på ulike tidspunkt, i det barnas alder i dag spenner fra 1 til 26 år. Vi har reflektert rundt våre opplevelser med barn med ulike aldre, kjønn, personligheter og utvikling. Våre egne digitale erfaringer og holdninger har også hatt betydning for vår inngang i prosjektet.

Underveis i arbeidet har vi snakket om hva vi har kjent oss igjen i og hva som har overrasket oss. Flere er blitt *overrasket* over hvor mye som er *gjenkjennelig*, fra generell regulering av skjermbruk for barn, gutter og gaming eller jenter og utfordringer på sosiale medier, til digital barnevakt og mangel på kunnskap og veiledning.

Det slo oss tidlig hvor homogene utvalgene er i de aller fleste studiene; etnisk norske middelklasseforeldre ser ut til å danne det store flertallet. Etter hvert har vi blitt mer oppmerksomme på hvilke foreldre som er lite representert i materialet og som vi har forsøkt å løfte frem, for eksempel innvanderforeldre, foreldre til ungdommer med funksjonshemninger og foreldre med små barn. Andre stemmer er helt fraværende, som foreldre fra andre fra minoritetsgrupper eller som har barn med andre, særlige utfordringer.

Aspekter som overrasket var for eksempel omfanget av foreldre som har erfart en form for *parentshaming*, altså en opplevelse av å bli sett ned på av andre foreldre på grunn av annen digital praksis enn majoriteten eller opinionsdannerne. Et annet funn som overrasket var graden av foreldres «overvåking» av egne barn eller ungdommer, utført på ulike måter. Underveis i analysearbeid og oppskrivning har vi hatt mange diskusjoner som har bidratt til flere perspektiver og forståelser av dataene.

Til sist har vi alle, etter hvert som prosjektet skred frem, reflektert rundt hvordan oppdragsgivers spørsmål syntes å ta utgangspunkt i sterk vekt på regulering og grensesetting, og at materialet fremsto med langt rikere funn.

Presentasjon av resultater og diskusjon

Resultatene er presentert slik:

Vi har først beskrevet overordnet om funn fra seleksjonsprosessen og om kunnskapsgrunnlaget, inkludert beskrivelse av de 29 studiene som vi analyserte og presenterer funn fra. Deretter er resultatkapitlet inndelt i én overskrift om funn fra studier med kvalitative data og én overskrift med funn fra kvantitative studier. Vi har ansett publikasjoner som tilhørte samme studie (som har samme studieutvalg) som én studie og refererer funn og intern validitet fra studier og ikke fra enkeltpublikasjoner. Studier om effekt av tiltak er kort presentert i vedlegg 4.

Presentasjon av funn fra studier med kvalitative data

Presentasjon av funnene er gjort etter fem overordnede tema som vi identifiserte gjennom analysene. For hvert overordnede tema gir vi først en innledning der vi beskriver temaet, hva vi legger i begrepene vi benytter, og hva vi eventuelt ikke har inkludert som del av det aktuelle temaet. Funn fra alle tilhørende undertemaer er presentert i tabell sammen med tilhørende studier. I alle tabeller fremkommer også den interne validiteten på studier som funnet bygger på.

Presentasjon av resultater fra kvantitative data

Presentasjon av resultatene er gjort etter et enkelt oppsett. Resultatene er beskrevet i både tekst og tabell, der også vår vurdering av den interne validiteten på studiene fremkommer.

Diskusjonen

I diskusjonen tar vi for oss hovedfunnene fra kvalitative og kvantitative studier, sammenlikner og diskuterer funnene samlet.

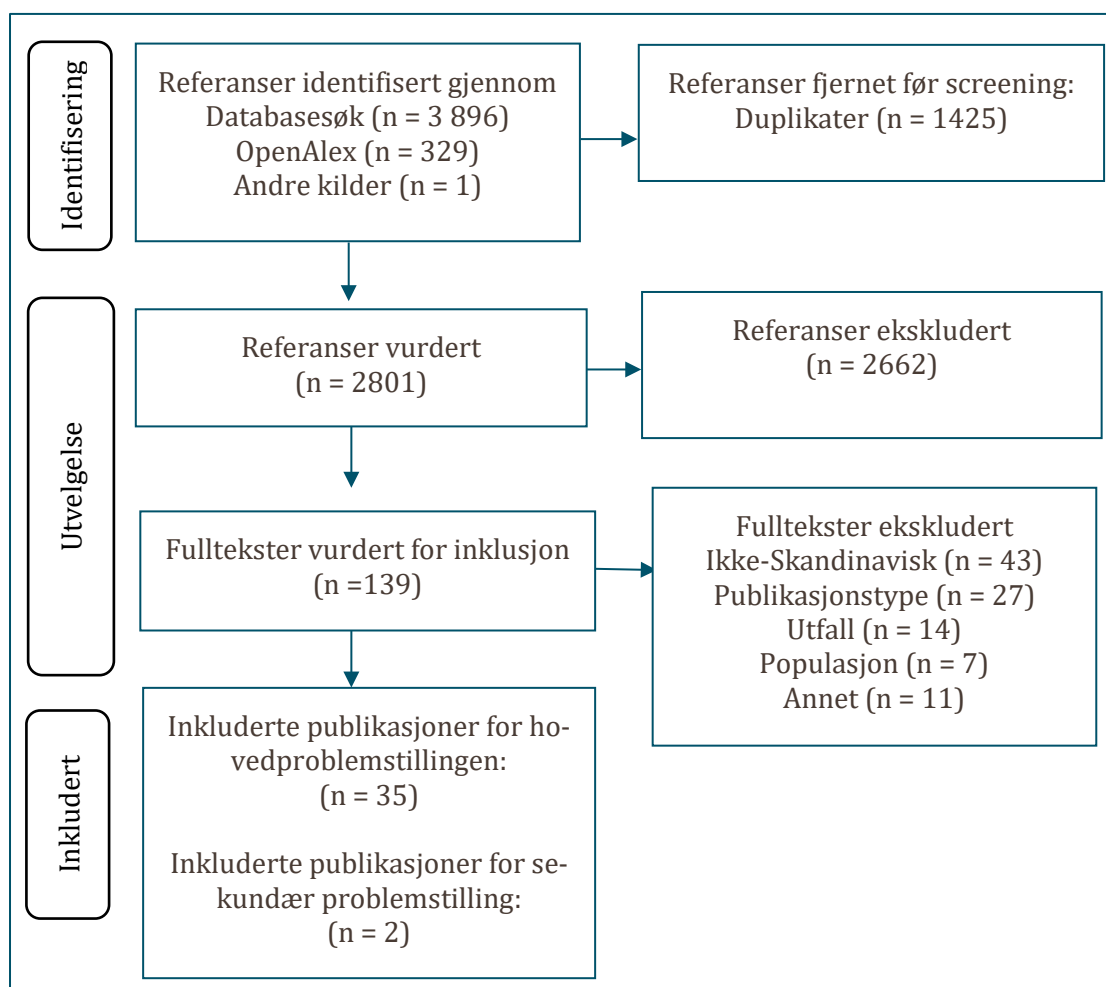
Vi ønsket å diskutere hovedfunnene våre inngående, men også å se på de i et nytt perspektiv. Derfor valgte vi å se til NOU 2024:20 Det digitale (i) livet, kapittel 6 *Digitale dilemmaer i familien* og tok utgangspunkt i Boks 6.2 *Råd til foreldre fra Skjermbrukutvalgets ekspertgruppe av ungdom*. <https://skjermbrukutvalget.no/barnepanel/>. Vi fant at rådene kunne benyttes som en måte å strukturere hovedfunnene i diskusjonen, og at det var en fin måte å plassere og diskutere det brede spekteret av funn som vi kom frem til. Vi har vært bevisst på at rådene og våre funn ikke nødvendigvis favnet den samme tematikken, men fant likevel en naturlig plass til alle hovedfunn og at denne inndelingen skapte rom for en rik og anvendelig måte å diskutere resultatene på. En målsetning med å ta i bruk rådene var også å anerkjenne de unges perspektiver, men ikke å «fargelegge» de ved for eksempel å tillegge dem ny mening.

Diskusjonen består også av delkapitler om kunnskapsgrunnlaget er dekkende og anvendelig, om vi kan stole på kunnskapsgrunnlaget, overenstemmelse med andre litteraturoversikter, styrker og svakheter ved kunnskapsoppsummeringen, kunnskapshull og resultatenes betydning for praksis.

Resultater

Resultater av litteratursøket og utvelgelse av studier

Databasesøkene ga 3896 treff, søk i kunnskapsgrafen OpenAlex ga ytterligere 329, og i tillegg mottok vi én referanse fra kollega (figur 1). Etter fjerning av dubletter (figur 1), satt vi igjen med 2801 referanser fra databasesøkene. Av disse ekskluderte vi 2662 referanser som åpenbart ikke oppfylte inklusjonskriteriene våre. Vi fikk tak i og vurderte 139 publikasjoner i fulltekst, hvorav vi ekskluderte 102. De mest sentrale ekskluderte studiene er presentert i vedlegg med eksklusjonsårsaken (vedlegg 5). Vi inkluderte 31 unike studier beskrevet i 37 publikasjoner (12;17;28;42-75).



Figur 1: Flyttdiagram over utvelgelse av studier

To av oss (IBL, TB, HN, HBB, og kollega Anne Martina Kraus) vurderte tittel og sammendrag av de første 1053 referansene uavhengig av hverandre, før vi besluttet å fortsette å screene med kun én person. Beslutningen ble tatt basert på skjønn, fordi vi leste ut av rapporter i Eppi-Reviewer at maskinlæringen etter stor sannsynlighet hadde presentert alle aktuelle referanser blant de første 600 referansene, og vi identifiserte kun noen få aktuelle referanser etter det.

Blant de 102 ekskluderte referansene vurderte og diskuterte vi 17 publikasjoner mer inngående, og disse er listet i vedlegg 5 med begrunnelse for eksklusjon.

Til sammen, for hovedproblemstillingen og sekundær problemstilling (se figur 1), inkluderte vi 31 unike studier i denne kunnskapsoppsummeringen, beskrevet i 37 publikasjoner (12;17;28;42-75). De to studiene (72;73) som undersøkte effekt av tiltak (vår sekundære problemstilling) ble, i henhold til prosjektplanen, ikke vurdert eller innlemmet ytterligere i kunnskapsgrunnlaget, og disse er derfor kun presentert med en kort beskrivelse i vedlegg 4. I videre presentasjon av kunnskapsgrunnlaget vil vi forholde oss til de 29 studiene i 35 publikasjoner som vi har hentet data fra, analysert og rapportert funn fra.

Disse 29 studiene er fordelt på atten artikler publisert i vitenskapelige tidsskrift, elleve mastergradsoppgaver, og seks vitenskapelige rapporter. Én studie var rapportert i tre publikasjoner (45;67;68), mens fire studier var rapportert i to publikasjoner hver (12;17;61-63;75). To publikasjoner rapporterte delvis på den samme populasjonen (55;56). Nitten studier var norske, seks var svenske, og fire fra Danmark. De nyeste var tolv studier som oppga at de gjorde datainnsamling mellom 2019 og 2023.

Kunnskapsgrunnlaget består av en overvekt av publikasjoner med kvalitative data ($n=33$) (12;28;42-70;74;75) og to studier i tre publikasjoner som baserte seg på kvantitative data fra tverrsnittsstudier (12;17;71).

Beskrivelse av kunnskapsgrunnlaget

Studiene utgikk fra mange ulike fagområder: Journalistikk/Medievitenskap/Mediepedagogikk/Media og kommunikasjon/Teknologi og samfunn/Informatikk/Pedagogikk/Lærerutdanning/Sosiologi/Barnevern/Sykepleie/Fysioterapi/Folkehelsevitenskap/Lingvistikk.

Tabell 1 under gir detaljer om de inkluderte studienes hensikter, metoder og populasjoner. Her gir vi en overordnet oppsummering av dette:

Studiernes hensikter

Alle studiene utenom to hadde som hovedhensikt å studere ulike aspekter ved foreldres tilnærming til barns digitale aktiviteter i hverdagen. De to studiene som ikke hadde dette som hovedformål, hadde likevel viet mye plass til det aktuelle overordnede temaet for denne kunnskapsoppsummeringen (28;44). Se tabell 1 med studienes hensikter.

Populasjon

De studerte populasjonene omfatter foreldre til barn i alle aldre (0-18 år). Kun to studier inkluderte spesielt foreldre til småbarn (0-3 år), to studier inkluderte barn 3-6 år spesielt, og vi mener det også er få foreldre til ungdommer i 17-18 årsalderen i datamaterialet, selv om det ikke kommer helt tydelig frem hvor mange disse var. De aller fleste studiene hadde inkludert foreldre fra den generelle populasjonen. I én studie var det et mål å studere etniske minoritetsforeldre, i én annen studie var populasjonen foreldre til barn med kognitiv funksjonsnedsettelse (utviklingshemming), mens i én studie som omfattet tre publikasjoner var populasjonen foreldre med spesiell digital spill-kompetanse («gamere»). En stor overvekt av studiene indikerer at populasjonen deres har flest foreldre med høy eller middels sosioøkonomisk status, og datamaterialet må derfor regnes å ha begrenset grunnlag til å si noe om foreldre i lavinntektsfamilier.

Totalt antall deltakere som bidro til de kvalitative dataene var 769 foreldre, hvorav 12 studier som inkluderte mellom to og ti foreldre, ni studier inkluderte 11-20 foreldre, fem som inkluderte 20-45 foreldre, mens én inkluderte 386 foreldre. I de to kvantitative studiene var henholdsvis 94 og 1001 foreldre inkludert.

Studiernes metoder

De fleste av de kvalitative studiene var basert på fokusgruppeintervjuer eller individuelle intervjuer. Én baserte seg på åpne spørsmål i skriftlige besvarelser, mens to var etnografiske studier, hvorav en med videoobservasjoner. I alt vurderte vi syv studier til å ha få metodiske begrensninger (høy intern validitet), seks med moderate (middels intern validitet), 15 studier vurderte vi til å ha store metodiske begrensninger, og for én studie vurderte vi den kvalitative studiedelen til å ha store metodiske begrensninger (lav intern validitet) og den kvantitative delen til å ha liten/middels risiko for systematiske skjevheter, altså høy/middels intern validitet (12;17).

Begge de to studiene med kvantitative data baserte seg på tverrsnittsundersøkelser med spørreskjema, den ene ble besvart på nettbrett med intervjuer til stede og den andre ble besvart med spørreskjema som kom i posten.

Tabell 1: Beskrivelse av de inkluderte publikasjonene (N=35) med henvisning til hvilke studier de tilhører der studiene er presentert i flere publikasjoner; hensikt, metode, utvalg, og studiens overvordende interne validitet*.

Referanse (utført år) Land	Hensikt	Metode Utvalg	Intern validitet*
Aders (2017) Norge	Forskningsspørsmålene er sentrert rundt begrepet digital mobbing med et mål om å få fram hva sentrale deltakere i skolens praksisfelt forbinder med fenomenet	<u>Metode:</u> kvalitativ; fokusgruppeintervju <u>Utvalg:</u> • 2 foreldre • Barnas alder: 6.-7. klasse	Lav
Alfredsson (2020) Sverige	Muligheter og risikoer ved bruk av internett. Spørsmål rettet mot: (i) internettaktiviteter og	<u>Metode:</u> Tverrsnittsstudie (spørreundersøkelse)	Lav

	andre fritidsaktiviteter; (ii) muligheter med internettbruk og iii) risikoer med internettbruk.	sendt pr post) og sammenlikning med referansedata. <u>Utvalg</u> 94 (72 mødre; 21 fedre) til ungdom med nedsatt kognitiv funksjonsevne Barnas alder: 13-20 år; gj.snitt 16,5 (sd ± 2 år)	
Amrén (2020) Sverige	Å beskrive foreldres oppfattelse av sine barns skjermbruk	<u>Metode:</u> kvalitativ; spørreskjema med kun åpne spørsmål <u>Utvalg</u> • 29 foreldre; flest mødre (studenter) • Barnas alder: grunnskolealder	Lav
Andermo (2021) Sverige	Å utforske variasjonen i foreldres opplevelse av sin rolle og sitt ansvar ift barns fysiske aktivitet/- og inaktivitetsvaner	<u>Metode:</u> Kvalitativ; motiverende intervjuer <u>Utvalg</u> • 21 foreldre • Barnas alder: 5-7 år	Lav
Ask (2021) Norge Se også Sørensens 2021 og 2023	Å undersøke hvordan gamere/foreldre medierer gaming i familien, hvilke utfordringer de møter, og hvordan de arbeider med dette.	<u>Metode:</u> Kvalitativ; intervjuer <u>Utvalg</u> • 29 foreldre • Barnas alder: 0-17 år	Middels/lav*
Azam (2023) Norge	Å undersøke hvordan familier med barn oppvokst i et digitalt miljø der PEGI alltid har vært tilstede, opplever og bruker videospill-vurderinger og identifiserer eventuelle utfordringer med dette.	<u>Metode:</u> Kvalitativ; semi-strukturerte intervjuer <u>Utvalg</u> • 18; 10 mødre/8 fedre (gamere) • Barnas alder: 9-17 år	Middels
Bønnhoff (2021) Norge	Å utforske spørsmålet: Hvordan reflekteres norsk digital danselse i hvordan mødre som har migrert til Norge i voksen alder erfarer det å håndtere deres barns bruk av digitale medier?	<u>Metode:</u> Kvalitativ; dybdeintervjuer <u>Utvalg</u> • 6 mødre (innvandrere) • Barnas alder: 0-19 år	Lav
Dralega (2023) Norge	Hovedmålet var å få frembringe ny kunnskap om kritisk medieforståelse i familiekontekster i Norge, både blant de unge og blant deres foreldre.	<u>Metode:</u> Kvalitativ; fokus-gruppeintervju <u>Utvalg</u> • 14; 11 mødre/3 fedre • Barnas alder: 10-19 år	Lav
Egeland (2021) Norge	For å få innblikk i hvordan hverdagslivet i barnefamilier oppleves er det bruk for beskrivelser av erfaringer, følelser og tanker som foreldre gjør seg om dette.	<u>Metode:</u> Flermetodisk studie; semistrukturerte intervjuer og nettbasert spørreskjema. Relevant her er de kvalitative dataene: <u>Utvalg</u> • Foreldre: 35 familier	Middels

		Barnas alder: 0-10 år	
Ekmann (2024) Norge	Hvordan opplever gutter i alderen 9-12 år og deres foreldre at barns bruk av sosiale medier kan påvirke hverdagslivet?	<u>Metode:</u> Kvalitativ; semi-strukturerte intervjuer <u>Utvalg</u> - Foreldre: 5 (begge kjønn) - Barnas alder: 9-12 år	Høy
Elvestad (2021) Norge	Rapportens hovedfokus er på hvilken rolle foreldre i Norge spiller for barns bruk av digitale medier. Rapporten presenterer noen overordnede resultater om norske foreldres kunnskap om, og holdninger til, egne barns bruk av digitale medier	<u>Metode:</u> Flermetodisk; semistrukturerte intervjuer og spørreskjema <u>Kvalitativt utvalg</u> 10 familier - Barnas alder: Minst 1 barn i 5. Klasse <u>Kvantitativt utvalg</u> - Foreldre: 1001 foreldre - Barnas alder: 9-17 år; 13,2 år, (sd 2,7); 47 % jenter	Lav (kvalitative data)* Høy/middels (kvantitative data)*
Se også Staksrud & Ólafsson (2020)			
«EUKids-Online»-studien			
Johansen (2016) Danmark	Å utforske unge barns og deres familiers opplevelser med nye teknologier. Forskerne ønsket å undersøke om, hvis noen, barn og familiene blir styrket ("empowered") av å bruke nettbaserte teknologier.	<u>Metode:</u> Kvalitativ; semi-strukturerte intervjuer <u>Utvalg</u> - Foreldre: 10 kvinner; 8 menn - Barnas alder: 3-8 år	Lav
Kapella (2021) Norge/multinasjonal «DigiGen»-studien	Studien adresserte bruken av IKT av enkeltpersoner og i familiesammenheng med fokus på tilgjengelige enheter i- og deres bruk i hjemmet og utenfor skolen, og typen aktiviteter familiedlemmer bruker applikasjoner for. Å undersøke forhandlinger, regler og konflikter rundt IKT-bruk. Å forstå både de potensielle skadelige og fordelaktige effektene av digital teknologi på familiesystemet og enkeltpersoner.	<u>Metode:</u> Kvalitativ; individuelle intervjuer <u>Utvalg</u> - Foreldre: 10 (?) mødre og 4 fedre - Barnas alder: 8-10 år	Høy*
Se også Lafton 2024			
Lafton (2024) Norge	På hvilke måter påvirker familieverdier og foreldremediering barns læring og tilfredshet i en digital verden?	<u>Metode:</u> Kvalitativ; 9 individuelle intervjuer <u>Utvalg</u> - Foreldre: 10 kvinner og fire menn - Barnas alder: 5-6 og 8-10 år	Høy *
Se også Kapella 2021			
Lindqvist (2018) Sverige	Å utforske hvordan barn og foreldre opplever å spille Pokemon GO for å bestemme hvilke spillkomponenter som gjør fysiske aktivitetsspill attraktive.	<u>Metode:</u> Kvalitativ; fokusgruppeintervju <u>Utvalg</u> Foreldre: 7 mødre, 2 fedre	Middels

		Barnas alder: 7-12 år	
Lundtofte (2021) Danmark	Å undersøke strevet med å utøve foreldreskap når barn bruker nettbrett.	<u>Metode:</u> Kvalitativ; Etnografi med videoobservasjoner <u>Utvalg</u> - Foreldre: 12 - Barnas alder: 4-6 år	Lav
Mekhail (2024) Sverige	Å utforske små barns skjermbruksvaner og beskrive første gangsforeldres refleksjoner over barns skjermbruk i sosioøkonomisk vanskeligstilte svenske omgivelser.	<u>Metode:</u> Flermetodisk studie; semistrukturerte intervjuer og spørreskjema <u>Utvalg</u> Foreldre: 386; 78 % kvinner Barnas alder: 14-23 måneder, snitt 17,7 mnd	Lav
Mjåvatn (2023) Norge	Hvordan forholder foreldre seg til sin ungdoms bruk av sosiale medier?	<u>Metode:</u> Kvalitativ; individuelle intervjuer <u>Utvalg</u> - Foreldre: 4 kvinner og 4 menn - Barnas alder: ungdomsskolealder	Høy
Moberg (2022) Norge Se også Moberg (2023)	Studien undersøker hvordan et utvalg middels-/høyt presterende gutter på videregående skole balanserer tidsbruk mellom dataspill og skolearbeid	<u>Metode:</u> Kvalitativ; individuelle intervjuer <u>Utvalg</u> Foreldre: 4 mødre Barnas alder: 16-18 år	Høy/middels
Moberg (2023) Norge Del av samme utvalget som Moberg 2022	Hvordan håndterer foreldre til et utvalg gutter mellom 6 og 19 år dataspill i hverdagen?	<u>Metode:</u> Kvalitativ; individuelle intervjuer <u>Utvalg</u> - Foreldre: 9 mødre og 5 fedre - Barnas alder: 6-19 år	Lav
Nielsen (2015) Norge	Å utforske hvordan foreldre vurderer risiko og internettregulering på vegne av sine barn	<u>Metode:</u> Kvalitativ; semistrukturerte intervjuer <u>Utvalg</u> - Foreldre: 15; 8 mødre, 7 fedre - Barnas alder: 14-16 år	Middels
Nordal (2022) Norge	Å øke kunnskapen om foreldres erfaring med barns skjermbruk, noe som kan være nyttig i arbeidet med å støtte og veilede foreldrene. Problemstillingen er: Hvilken erfaring har foreldre til barn mellom 6 og 9 år med deres skjermbruk på fritiden.	<u>Metode:</u> Kvalitativ; semistrukturerte intervjuer <u>Utvalg</u> - Foreldre: 2 fedre, 7 mødre - Barnas alder: 6-9 år	Høy
Omeland (2024) Norge	Problemstilling: "Hvilke perspektiver har ungdom og foreldre på unges bruk av sosiale	<u>Metode:</u> Kvalitativ; semistrukturerte intervjuer <u>Utvalg</u>	Middels

	medier?"	- Foreldre: 5 mødre, 1 far - Barnas alder: 14-16 år	
Quayyum (2021) Norge Se også Quayyum 2023	Å utforske barns behov for bevissthet om nettsikkerhet sett fra foreldrenes perspektiv. Å utforske hvordan barn lærer om nettsikkerhet og om foreldre møter noen utfordringer med å besørge nettsikkerhet hjemme.	<u>Metode:</u> Kvalitativ; semi-strukturerte intervjuer <u>Utvalg</u> Foreldre: 25, 17 mødre/8 fedre Barnas alder: 10-15 år	Lav
Quayyum (2023) Norge Se også Quayyum 2021	Å undersøke om foreldres bekymringer rundt nettsikkerhet og meklingsstrategier har noen sammenheng med kjønn (både barnets kjønn og eller foreldrens kjønn).**	<u>Metode:</u> Kvalitativ; semi-strukturerte intervjuer <u>Utvalg</u> Foreldre: 25, 17 mødre/ 8 fedre Barnas alder: 10-15 år	Lav
Sandberg (2021 og 2024) Sverige	Å få vite hvordan ulike typer medier introduseres for barnet, hvordan de brukes og håndteres, og hvordan foreldre forholder seg til digital medieteknologi som en del av barnets oppvekst	<u>Metode:</u> Kvalitativ; fokus-gruppeintervju <u>Utvalg</u> Foreldre: 16, 8 mødre/7 fedre (mangler informasjon om én forelders kjønn) Barnas alder: 0-3 år	Høy
Staksrud & Ólafsson (2020); Norge Se også Elvestad (2021); Norge «EUKids-Online»-studien	Å utforske hvordan ulike typer bekymringer er distribuert blant foreldre og om det er spesielle kjennetegn på foreldre som er bekymret, spesielt rundt bekymringer rundt media/media panikk og regulering/restriksjoner.	<u>Metode:</u> Tverrsnittsstudie, spørreundersøkelse. Del av studien EU Kids Online. <u>Utvalg</u> 1001 foreldre; 49 % mødre Barnas alder: 9-17 år; 13,2 år, (sd 2,7); 47 % jenter	Høy/middels*
Stensland (2023) Norge	Hva styrer fedres beslutningsprosesser om mediering av barnas bruk av digitale medier?	<u>Metode:</u> Kvalitativ; semi-strukturerte intervjuer <u>Utvalg</u> Foreldre: 10 fedre Barnas alder: 6-16 år	Høy
Stæhr (2024) Danmark	Å ta for seg hvordan mobil-teksting gjør det mulig for foreldre og tenåringer å ivareta familieforhold og forhandle atferdsmessige og kommunikative normer mens de er fra hverandre.	<u>Metode:</u> Kvalitativ; Etnografi gjennom tekstanalyser <u>Utvalg</u> Foreldre: 14 Barnas alder: 15-18 år	Lav
Strandénæs (2015) Norge	Barnets omgivelser; Hvem setter premissene for barnets mediebruk? Har jevnaldrende noe å si, eller er det regler fra for-	<u>Metode:</u> Kvalitativ; semi-strukturerte intervjuer <u>Utvalg</u> Foreldre: 3 mødre Barnas alder: 11-12 år	Lav

	eldre som styrer barnets mediebruk eller er det samfunnsutviklingen og teknologien selv som er med og setter disse premisene?		
Sørenssen (2022) Norge Se også Ask 2021 og Sørensen 2024	Å utforske hvordan det oppleves å ha to "motsettende identiteter" i kraft av både å være gamer og å være forelder.	<u>Metode:</u> Kvalitativ; individuelle intervjuer av foreldrepar <u>Utvalg</u> Foreldre: 29/11 kvinner/18 menn Barnas alder: 0-17 år, median 8 år	Mid-dels/lav*
Sørenssen (2024) Norge Se også Ask 2021 og Sørensen 2022	Å studere hvordan gamerforeldre posisjonerer seg i relasjoner utenfor familien til andre foreldre, relevante institusjoner, og til normer for godt foreldreskap.	<u>Metode:</u> Kvalitativ; individuelle intervjuer av foreldrepar <u>Utvalg</u> Foreldre: 29/11 kvinner/18 menn Barnas alder: 0-17 år, median 8 år	Mid-dels/lav*
Walstad (2021) Norge	«Hvordan blir ulike digitale teknologier brukt i barnefamilier?»	<u>Metode:</u> Kvalitativ; semi-strukturerte intervjuer <u>Utvalg</u> Foreldre: 1 far, 1 mor Barnas alder: 8-9 år	Lav
Widmer (2021) Danmark	Å utforske foreldres syn på å bruke eller ikke bruke elektronisk app for lokalisering av barna	<u>Metode:</u> Kvalitativ; semi-strukturerte intervjuer <u>Utvalg</u> Foreldre: 17 Barnas alder: ikke oppgitt	Lav

*Intern validitet: Her har vi brukt *studiens* interne validitet. Der flere publikasjoner inngår i en studie, har vi valgt å rapportere intern validitet samlet for studien og ikke enkeltpublikasjonene. Et unntak er EUKids-Online, der vi har skilt mellom den kvalitative studien og den kvantitative studien.

**Hensikt ikke eksplisitt beskrevet i studien, slik at dette er vår tolkning

Beskrivelse av intern validitet i de inkluderte studiene

Vi viser til tabell i vedlegg 3 der detaljene kommer frem for hver enkelt av *publikasjonene*. Videre i presentasjonen har vi brukt *studiens* interne validitet, det vil si metodiske begrensninger i kvalitative studier og risiko for systematiske skjevheter i kvantitative studier. Der flere publikasjoner inngår i én studie, har vi valgt å rapportere intern validitet samlet for studien og ikke for enkeltpublikasjonene.

For de 29 studiene konkluderte vi med følgende:

I alt vurderte vi seks av studiene til å ha høy intern validitet, to til høy/middels intern validitet, fem vurderte vi til å ha middels intern validitet og for én konkluderte vi med middels/lav vurdering. For de resterende 15 studiene fant vi store metodiske begrensninger og vi konkluderte med lav intern validitet. Det betyr ikke at resultatene er feil,

men at vi anser at det er *høy risiko for* at de metodiske svakhetene kan ha påvirket resultater og konklusjon.

For én flermetodisk studie (to publikasjoner) vurderte vi den interne validiteten for de kvalitative dataene for seg med egnet sjekkliste og de kvantitative dataene for seg med tilhørende sjekkliste for tverrsnittsstudier – istedenfor å bruke én sjekkliste for begge samlet. Vi mener det ga en bedre vurdering av de metodiske begrensningene. Det betyr at de kvantitative dataene beskrevet i Staksrud (2020)(17) sin artikkel og i rapporten til Elvestad (2021), og også basert på tilhørende teknisk/metodisk rapport (76), fikk høy/middels samleskåre med sjekklisten for tverrsnittsstudier, mens den kvalitative delen i Elvestad (2021) (12) fikk lav skåre. For den andre flermetodiske studien hentet vi kun ut kvalitative data, og den ble derfor vurdert med sjekkliste for kvalitative studier (Egeland) (28).

For studiene som var rapportert i flere publikasjoner, ble først hver publikasjon vurdert for seg. I resultatene har vi presentert alle publikasjoner fra samme studie samlet og benyttet den samleskåren for intern validitet som var best, om det var forskjell mellom studiens publikasjoner. Det betyr at samlet sett har vi gitt publikasjonene til Kappella 2021 og Lafton 2024 vurdering til høy intern validitet (50;51), Ask 2021, Sørensen 2022 og Sørensen 2024 middels/lav (45;67;68), mens studien til Quayyum (2021/2023) (61;62) fikk lav skåre.

For studiene med kvalitative data der vi trakk for metodiske begrensninger hadde majoriteten manglende rapportering av refleksivitet og etiske vurderinger, og mange hadde også for svak rapportering av setting, utvalgsstrategi, metoder for datainnsamling og dataanalyser. Se vedlegg 3.

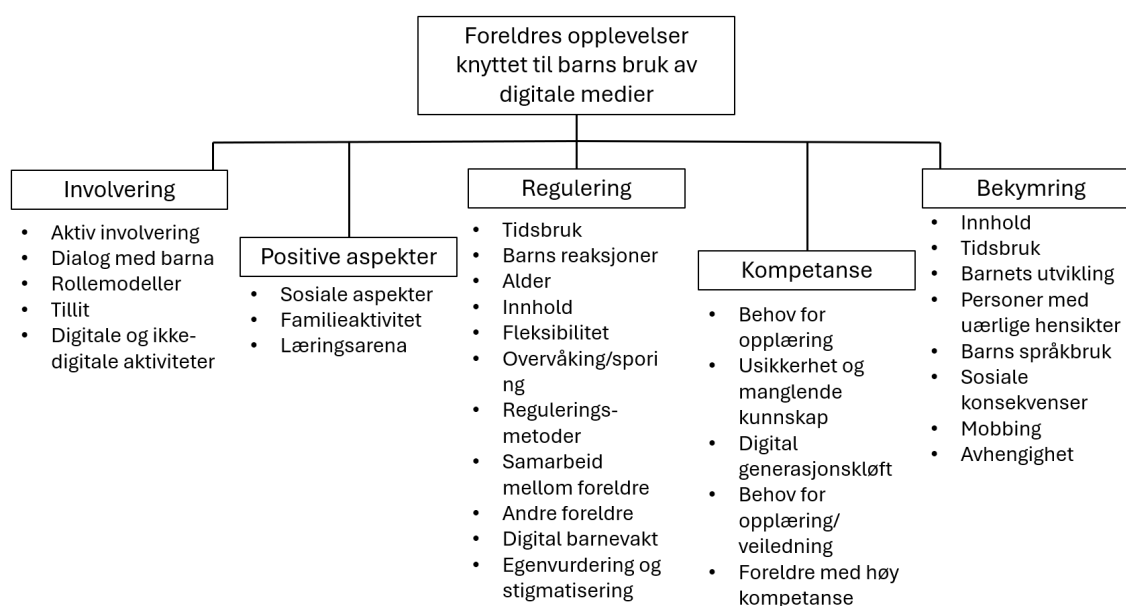
For studiene med kvantitative data der vi vurderte risiko for systematiske skjevheter, var populasjonens representativitet, svarprosent og hvordan respondentene skiller seg fra ikke-responderer svak i den ene studien. I den andre fant vi relevant metodeinformasjon i en tilhørende metode-rapport (76), men vi mener fortsatt at informasjon om svarprosent er uklart, samt informasjonen om metoder for dataanalyser. Se vedlegg 3.

Funn fra studier med kvalitative data

Totalt 28 studier (27 kvalitative og én flermetodisk studie) bidro til funn som vi kategoriserte i fem overordnede temaer, som er: involvering, regulering, bekymringer, positive aspekter og kompetanse (figur 2). For presentasjonen av funnene fra hvert av de fem temaene, gir vi først en innledning som også inkluderer hva vi legger i temaene og tilhørende undertemaer, og hva vi eventuelt ikke har inkludert under det aktuelle temaet. Oppsummerte funn på tvers av studier er presentert i «prosa» i tabell for hvert undertema sammen med tilhørende studier. I alle tabeller fremkommer også den interne validiteten på studier som det konkrete funnet bygger på.

Vi har presentert funnene fra temaer med tilhørende undertemaer (figur 2) deskriptivt i tabeller i følgende rekkefølge uten rangering:

- *Involvering*: Digitale versus ikke-digitale aktiviteter, dialog, rollemodell, aktiv involvering, tillit
- *Regulering*: Tidsbruk, barns reaksjoner, barnas alder, innhold, fleksibilitet, metoder, overvåking, samarbeid mellom foreldre, andre foreldre, digital barnevakt, egenvurdering/stigmatisering
- *Bekymringer*: Innhold, tidsbruk, barnets utvikling, personer med uærlige hensikter, atferd/ språkbruk, sosiale konsekvenser, mobbing, avhengighet
- *Positive aspekter*: Sosiale aspekter, familieaktivitet, læringsarena
- *Kompetanse*: Foreldreopplæring- og veiledning, usikkerhet og manglende kunnskap, generasjonskløft, foreldre med høy digital kompetanse, opplæring- og veiledning av barna



Figur 2: Oversikt over kvalitative temaer

Involvering knyttet til barns bruk av digitale medier

For temaet involvering identifiserte vi fem undertemaer av foreldres involvering i barns bruk av digitale medier. Undertemaene handler om foreldres balanse eller holdninger til barnas digitale aktiviteter opp mot ikke-digitale aktiviteter, om foreldres dialog med barna og ungdommer, om foreldres tillit til barna, om foreldre som rollemodeller med tanke på tidsbruk med skjermaktiviteter, og om aktiv involvering i barnas bruk av digitale medier. Under presenterer vi hvert undertema med tilhørende funn.

Tabell 2: Oversikt over funn fra alle undertemaer identifisert om involvering (hovedtema) med tilhørende studier og studienes interne validitet

Undertema, funn	Studie (Intern validitet)
Aktiv involvering	

Flere foreldre så regelmessig på skjerm sammen med barnet. Mange foreldre undersøkte aktivt innholdet i apper og spill, de fleste foreldre gjorde dette sammen med barnet. Noen foreldre observerte barnas skjermbruk uten å aktivt involvere seg sammen med barnet. Enkelte foreldre mente det er dårlig gjort overfor barna ikke å involvere seg i deres gaming, i likhet med ikke å involvere seg i andre aktiviteter barna bruker mye tid på og synes er viktige.	Ask 2021, Sørenssen 2022/24 (Middels/lav) Azam 2023 (Middels) Kapella 2021 /Lafton 2024 (Høy) Lundtofte 2021 (Lav) Nordal 2022 (Høy) Quayyum 2021/23 (Lav) Sandberg 2024 (Høy)
Dialog med barna og ungdommene	
Enkelte foreldre hadde åpen dialog (forhandlet) med sine barn/ungdommer om hvor grensene for skjermbruk skulle settes. Flere foreldre ønsket å ha dialog med sine barn rundt hva som skjer, f.eks. på sosiale medier, men de opplevde at dette var vanskeligere når barna ble eldre. Noen foreldre la vekt på at det var viktig å fortsatt ha dialog med barna om livet på skjerm (sosiale medier, gaming) også når de ble ungdommer. En del foreldre fortalte at de snakket med sine ungdommer om f.eks. bilde- deling på nett eller om ubehagelige situasjoner som kunne oppstå. Hensikten med slike samtaler kunne både være advarsel og det å legge til rette for at ungdommen kom til dem med eventuelle vansker. Noen foreldre med innvandrerbakgrunn hadde mindre erfaring med dialog med sine barn om gaming og kilde- kritisk nettbruk. Noen av disse foreldrene vektla dialog om 'tabuiserte tema' for å gi barna bedre forståelse for hva de kunne møte på nettet.	Andermo 2021 (Lav) Bønnhoff 2021 (Lav) Dralega 2023 (Lav) Mjåvatn 2023 (Høy) Nielsen 2015 (Middels) Ekman2024 (Høy) Omland 2024 (Middels) Quayyum2021/23 (Lav)
Rollemodeller	
Mange foreldre så behovet for og ønsket å være gode rollemodeller for sine barn ved å begrense tiden de selv brukte på skjerm. Foreldre var opptatt av tilstedeværelse/kommunikasjon i situasjonen, av barnas utvikling, av barnas nettpraksis og av tidsbruk. Samtidig påpekte mange foreldre at det å være god rollemodell mht. tidsbruk ikke alltid var så lett i praksis.	Aders 2017 (Lav) Amrén 2020 (Lav) Andermo 2021 (Lav) Bønnhoff 2021 (Lav) Johansen 2016 (Lav) Kapella 2021 /Lafton 2024 (Høy) Nordal 2022 (Høy)
Tillit	
Når barna ble eldre, ville mange foreldre vise mer tillit til deres bruk av sosial medier. De stolte på at barna/ungdommene kunne håndtere personvern, var kildekritiske og generelt fornuftige. Flere foreldre fortalte også at barna/ungdommene viste dem tillit tilbake ved å f.eks. å fortelle om problematiske hendelser på sosiale medier.	Aders 2017 (Lav) Nielsen 2015 (Middels) Mjåvatn 2023 (Høy) Omland 2024 (Middels) Stæhr 2024 (Lav)
Digitale og ikke-digitale aktiviteter	

Mange foreldre beskrev hvordan de skiller det digitale fra det ikke-digitale i livet til sitt barn. Svært mange foreldre beskrev hvordan de forsøker å balansere barnets digitale aktiviteter opp mot barnets ikke-digitale aktiviteter, de fleste slik at det ikke blir overvekt av skjermtid i barnets hverdag. Enkelte foreldre til ungdommer beskriver hvordan de fortsatt forsøker å balansere digitale og ikke-digitale aktiviteter også når barnet har blitt ungdom og styrer mer av sitt digitale liv selv. Mange foreldre opplevde at digitale medier var en stor del av barnets hverdag, og noen foreldre opplevde at det har blitt en for stor del av hverdagen, og noe som enten ikke er mulig å forby eller som foreldrene må lære seg å leve med. Enkelte foreldre opplevde at barnet ikke deltok tilstrekkelig i ikke-digitale aktiviteter, og enkelte foreldre ønsket mer fysisk kontakt med venner fremfor digital kontakt.	Aders 2017 (Lav) Andermo 2021 (Lav) Ask 2021, Sørenssen 2022/2024 (Middels/lav) Bønnhoff 2021 (Lav) Dralega 2023 (Lav) Ekmann 2024 (Høy) Johansen 2016 (Lav) Kapella 2021 /Lafton 2024 (Høy) Lundtofte 2021 (Lav) Mekhail 2024 (Lav) Moberg 2023 (Lav) Ommland 2024 (Middels) Sandberg 2024 (Høy) Stensland 2023 (Høy) Walstad 2021 (Lav)
--	---

Regulering (grensesetting) knyttet til barns bruk av digitale medier

For dette temaet identifiserte vi elleve undertemaer på tvers av studiene. Vi har valgt å kalle undertemaene for tidsbruk, barns reaksjoner, alder, innhold, fleksibilitet, overvåking/sporing, reguleringsmetoder, samarbeid mellom foreldre, andre foreldre, digital barnevakt og egenvurdering/stigmatisering. Temaene handler om hva foreldre beskriver om det å regulere barnas tidsbruk og innhold på skjerm, hvilke metoder foreldrene bruker for regulering generelt, om behov for fleksibilitet og unntak i reguleringen, hva de fortalte om overvåking og sporing av barnas digitale aktiviteter, om foreldres opplevelser knyttet til barns reaksjoner på regulering, samarbeid om reguleringen mellom foreldre og med andre foreldre, regulering etter alder på barna og det å forholde seg til aldersgrenser, digital barnevakt, samt funn der foreldre beskriver skyld og skam (egenvurderinger) og opplevelse av stigmatisering fra andre.

Tabell 3: Oversikt over funn fra alle undertemaer identifisert om regulering (hovedtema) med tilhørende studier og studienes interne validitet

Undertema, funn	Studie (Intern validitet)
Tidsbruk	
Å regulere barnas tidsbruk med digitale medier var noe foreldrene var opptatt av. Mange regulerte tidsbruken, men det kunne være vanskelig og konfliktskapende, spesielt idet barnet skulle avslutte den digitale aktiviteten. Regulering var ofte avhengig av setting, tidspunkt og plattform. Hva man la i begrepet skjermtid var litt ulikt, ikke alle inkluderte TV. Skjermbruk skulle balanseres med tid brukt på ikke-digitale aktiviteter, og noen trakk frem kriterier som «lekser først» eller praktiserte skjermfrie tidspunkt i hverdagen. Det kunne være rundt måltider, ved besøk av venner, eller på kvelden. Enkelte foreldre syntes det var en utfordring å fylle barnas tid med annet enn skjerm. Det ble også trukket frem at det var ressurskrevende for foreldrene å følge opp, men at fravær av tidsbegrensninger ville gitt for mye bruk. Det var ulike perspektiver. Noen mente at skjermtid ikke var et godt «mål» og praktiserte ikke slike grenser.	Amrén 2020 (Lav) Andermo 2021 (Lav) Ask 2021, Sørenssen 2022/2024 (Middels/lav) Bønnhoff 2021 (Lav) Dralega 2023 (Lav) Egeland 2021 (Middels) Ekmann 2024 (Høy) Elvestad 2021 (Lav) Johansen 2016 (Lav) Kapella 2021 /Lafton 2024 (Høy) Moberg 2022 (Høy/middels) Moberg 2023 (Lav) Nielsen 2015 (Middels) Nordal 2022 (Høy) Omland 2024 (Middels) Quayyum 2021/2023 (Lav) Stensland 2023 (Høy) Strandenæs 2015 (Lav) Walstad 2021 (Lav)
Barns reaksjoner	
Mange foreldre sa at konflikter med barnet om skjermbruk var gjentakende, utfordrende og energitappende, og at det var vanskelig å være konsekvent og å motstå presset fra barna. Barnas reaksjoner kunne være ignorering eller høylytte protester som førte til at foreldrene ga etter. Noen foreldre opplevde aksept og lite motstand for grensene de satte. Mange foreldre prøvde å finne en balanse mellom å være strenge og imøtekomende for å unngå konflikter med barnet. Noen foreldre lempet på å begrense skjermbruk når barna kjedet seg.	Amrén 2020 (Lav) Andermo 2021 (Lav) Ask 2021, Sørenssen 2022/2024 (Middels/lav) Dralega 2023 (Lav) Egeland 2021 (Middels) Ekmann 2024 (Høy) Elvestad 2021 (Lav) Johansen 2016 (Lav) Lindqvist 2018 (Middels) Nielsen 2015 (Middels) Nordal 2022 (Høy) Omland 2024 (Middels) Strandenæs 2015 (Lav) Walstad 2021 (Lav)
Alder	
Alder på barnet for når foreldre tilgjengeliggjorde ulike typer digitale verktøy (TV, iPad, mobiltelefon) kom kun frem sporadisk i studiene. Regulering av digital aktivitet ble ofte tilpasset barnas alder, der økt alder fulgte mindre regulering av tidsbruk og innhold og mer tillit. Det ble også nevnt at små barn begrenser seg selv fordi de har begrensede medievaner og behov. Småbarnsforeldre hadde intensjon om tett dialog og veiledning når barnet blir eldre.	Amrén 2020 (Lav) Ask 2021, Sørenssen 2022/2024 (Middels/lav) Azam 2023 (Middels) Dralega 2023 (Lav) Ekmann 2024 (Høy) Johansen 2016 (Lav) Kapella 2021 /Lafton 2024 (Høy)

Foreldrene (til barn i førskole- og barneskolealder) hadde ulike praksiser på hvorvidt de fulgte aldersgrenser på spill og sosiale medier. Noen mente det var fint å støtte seg på anbefalte aldersgrenser, noen brukte ikke aldersgrenser, mens andre fant det mer utfordrende å overholde aldersgrenser enn forventet – spesielt på sosiale medier. Press fra barnet og andre foreldre, barnets modenhet og frykt for utenforskap påvirket beslutninger om grensesetting. Mange foreldre trakk også frem at med økende alder på barna ga de dem også mer tillit, og for tenåringer var det viktig å la dem finne ut av ting på egenhånd som del av løsrivelsesfasen. Mange foreldre la vekt på å forklare barna/ungdommene hvorfor de hadde satt bestemte grenser mht skjermbruk. Noen foreldre opplevde guttene som umodne og utforskende på internett. For noen foreldre kan det synes som om regulering av jentene i større grad handlet om forebygging, samtaler og tillit, mens regulering av guttene var rettet mot tekniske begrensninger/innstillinger.	Mjåvatn 2023 (Høy) Moberg 2023 (Lav) Nielsen 2015 (Middels) Nordal 2022 (Høy) Omland 2024 (Middels) Quayyum 2021/2023 (Lav) Sandberg 2024 (Høy) Stensland 2023 (Høy) Widmer 2017 (Lav)
Innhold	
De fleste foreldrene hadde meninger om hva som er bra digitalt innhold, og valgte ut og tilpasset hvilket innhold barna skulle ha tilgang til. Studiene oppga i liten grad om reguleringen var ulik for kjønn. Mange syntes regulering var utfordrende fordi innholdet kommer i så mange kanaler. For de yngste barna (smårollinger og førskole) uttrykte foreldrene usikkerhet når det gjaldt å bedømme hva som er bra innhold (på iPad; TV), og de styrte gjerne barna mot innhold de kunne lære noe av eller som ikke var passiviserende, men få/ingen brukte digital foreldrekontroll. For barna i grunnskolealder hadde foreldre ulike strategier som å bruke digital foreldrekontroll, regler, og mange samtalte/veiledet barna om uønsket innhold som « tenåringsinnhold », vold, blod. Noen nevnte konkrete informasjonskanaler for å søke etter passende innhold i spill eller apper til barna. Foreldre som selv gamer testet gjerne innholdet i spillene selv for å avgjøre om barna burde ta det i bruk. For tenåringer sa mange foreldre at de « slapp opp » på reglene generelt og ga ungdommene mer ansvar for å regulere innhold selv. Her uttrykte foreldrene mer bekymringer for innhold enn å praktisere foreldreregulering.	Ask 2021, Sørenssen 2022/2024 (Middels/lav) Dralega 2023 (Lav) Elvestad 2021 (Lav) Johansen 2016 (Lav) Lundtofte 2021 (Lav) Mjåvatn 2023 (Høy) Quayyum 2021/2023 (Lav) Sandberg 2024 (Høy) Walstad 2021 (Lav)
Fleksibilitet	

Mange foreldre hadde faste regler for barnas skjermtid, men praktiserte ofte unntak fra reglene. Begrunnelsen for unntakene kunne være sykdom, barnas oppførsel, helger, ferier, foreldres medbruk eller foreldres behov for ro. Noen vektla barnas velbefinnende, humør og interesser eller prioriterte at barnet var rolig fremfor å praktisere strikte tidsgrenser for digitale aktiviteter. En del tok også balansen mellom barnas skjermbruk og ikke-digitale aktiviteter med i betraktning når de vurderte regulering av skjermtid. Noen foreldre hadde ikke faste regler i det hele tatt og syntes at barnet regulerte tiden godt selv.	Andermo 2021 (Lav) Ask 2021, Sørenssen 2022/2024 (Middels/lav) Azam 2023 (Middels) Egeland 2021 (Middels) Johansen 2016 (Lav) Lindqvist 2018 (Middels) Mekhail 2024 (Lav) Moberg 2022 (Høy/middels) Nordal 2022 (Høy) Sandberg 2024 (Høy) Stensland 2023 (Høy)
Overvåking/sporing	
Noen foreldre benyttet ulike digitale medier eller sosiale medier til å følge med på barnets geografiske plassering, andre til å følge med hva barnet gjør på internett, mens enkelte foreldre hadde tatt et bevisst valg om ikke å monitorere barnet. Flere av foreldrene fikk hjelp fra andre personer de kjenner til å følge med på hva barnet gjør, for eksempel ved å rapportere til hverandre om hva barna legger ut på nett/sosiale medier. Flere foreldre opplevde et dilemma mellom monitorering av barnet og barnets rett til frihet/privatliv.	Amrén 2020 (Lav) Elvestad 2021 (Lav) Kapella 2021 /Lafton 2024 (Høy) Lindqvist 2018 (Middels) Mjåvatn 2023 (Høy) Moberg 2022 (Høy/middels) Nielsen 2015 (Middels) Omland 2024 (Middels) Quayyum 2021/2023 (Lav) Strandenæs 2015 (Lav) Stæhr 2024 (Lav) Widmer 2017 (Lav)
Reguleringsmetoder	
Foreldre brukte ofte digital foreldrekontroll for å begrense skjermtid, tilgang til innhold og nedlastinger, og flere sa de overvåket enheter og netthistorikk. Noen anvendte også fysiske tilnærminger, som å holde seg i nærheten for å observere, fjerne nettbrett eller ikke gi barnet telefon. Noen ganger kunne dette være som straff for dårlig oppførsel. Enkelte sa at de aldri brukte tilgang til digitale medier som en belønning til barnet. Mange foreldre mente at økt bevissthet og samtaler med barnet er viktigere enn streng kontroll, og en del foreldre deltok også aktivt i barnas nettaktiviteter.	Aders 2017 (Lav) Amrén 2020 (Lav) Bønnhoff 2021 (Lav) Dralega 2023 (Lav) Johansen 2016 (Lav) Kapella 2021 /Lafton 2024 (Høy) Nordal 2022 (Høy) Quayyum 2021/2023 (Lav) Strandenæs 2015 (Lav)
Samarbeid mellom foreldre	
En del foreldre praktiserte regulering ulikt og det ble beskrevet som vanskelig. Par som samarbeidet som et team, tok med seg sine ulike erfaringer og verdsatte hverandres kompetanse. Noen trakk frem at felles regler for barnet var bra, og at dette gjorde det lettere å være konsekvent når den ene forelder ikke var hjemme. Foreldre som ikke bodde sammen, beskrev ulike regler seg imellom for barnets bruk av digitale medier. Noen sa de ikke snakket med den andre forelder om tidsbegrensinger, at de ikke visste hva barnet fikk lov til - eller hvordan den andre forelder praktiserte grensesetting. Enkelte foreldre ga uttrykk for at	Andermo 2021 (Lav) Dralega 2023 (Lav) Johansen 2016 (Lav) Mjåvatn 2023 (Høy) Nordal 2022 (Høy) Stensland 2023 (Høy) Strandenæs 2015 (Lav) Walstad 2021 (Lav)

barnet virket å ha mye skjermtid hos den andre forelderen, og valgte å kompensere med mindre skjermtid for barnet hos seg.

Andre foreldre

Foreldres regulering av barnas digitale aktiviteter ble påvirket av andre foreldre på ulike måter. Noen følte seg usikre eller kritisert av andre foreldre. Det var vanlig å tro at man hadde strengere regulering enn andre. Mange snakket positivt om å samtale med andre foreldre om barns bruk av digitale medier. Flere opplevde å få støtte til ens egne valg eller å komme frem til nye regler i fellesskap med andre foreldre. Dilemmaer for noen var om man skulle følge sine egne regler for grensesetting eller tilpasse seg andres. Reglene for skjermbruk sprikte mellom familier og mange mente at det gjorde reguleringen utfordrende. Noen sa det ville vært enklere om alle fulgte anbefalingene, mens andre var imot felles regler og ønsket å håndtere skjermbruk individuelt for sine barn. Det var ulike erfaringer rundt det å samarbeide med andre foreldre om å sette felles grenser. Noen kviet seg for å diskutere med andre foreldre fordi de var bekymret for å bli dømt for hva de stod for, og flere sa de hadde følt seg lite respektert eller blitt møtt med lite forståelse for sine synspunkter om regulering. Noen foreldre kritiserte andres kompetanse og foreldremediering.

Ask 2021, Sørensen 2022/20223 (Middels/Lav)
Amrén 2020 (Lav)
Azam 2023 (Middels)
Ekmann 2024 (Høy)
Elvestad 2021 (Lav)
Kapella 2021 /Lafton 2024 (Høy)
Mekhail 2024 (Lav)
Mjåvatn 2023 (Høy)
Moberg 2023 (Lav)
Nordal 2022 (Høy)
Omland 2024 (Middels)
Stensland 2023 (Høy)
Walstad 2021 (Lav)

Digital barnevakt

Mange foreldre brukte iPad og andre digitale medier som avlaster og «digital barnevakt» enten hjemme eller i bilen. Begrunnelser var forelders behov for ro, hvile eller for å aktivisere barna mens de selv gjorde andre nødvendige oppgaver for å få dagen til å gå opp. Noen foreldre var ambivalente til digital barnevakt, mens andre syntes det var praktisk og helt greit siden barna koste seg.

Andermo 2021 (Lav)
Ask 2021, Sørensen 2022/2024 (Middels/lav)
Bønnhoff 2021 (Lav)
Egeland 2021 (Middels)
Johansen 2016 (Lav)
Mekhail 2024 (Lav)
Nordal 2022 (Høy)
Sandberg 2024 (Høy)
Stensland 2023 (Høy)

Egenvurdering og stigmatisering

En del foreldre følte på skyld eller følte seg som en dårlig forelder når de ikke klarte å følge opp barnet tilstrekkelig, overholde regler eller generelle anbefalinger. En del foreldre var selvkritiske eller kjente seg usikre rundt hvordan de tilnærmet seg barnas digitale aktiviteter, mens noen følte seg stigmatisert eller sviktet av andre foreldre.

Ask 2021, Sørensen 2022/20223 (Middels/Lav)
Ekmann 2024 (Høy)
Mjåvatn 2023 (Høy)
Moberg 2023 (Lav)
Omland 2024 (Middels)
Sandberg 2024 (Høy)
Stensland 2023 (Høy)

Bekymringer knyttet til barns bruk av digitale medier

For temaet bekymring indentifiserte vi åtte undertemaer av bekymringer som foreldrene har for sitt barns bruk av digitale medier. Foreldrene bekymret seg for innholdet på ulike digitale medier som barna benytter, for barnas tidsbruk på skjerm og utvikling av skjermavhengighet. Foreldrene bekymret seg også for hvilke konsekvenser barnas bruk av digitale medier medfører, slik som barnas utvikling, barnas språkbruk, sosiale konsekvenser og digital mobbing. Under presenterer vi hvert undertema med tilhørende funn.

Tabell 4: Oversikt over funn fra alle undertemaer identifisert om foreldres bekymringer (hovedtema) med tilhørende studier og studienes interne validitet

Undertema, funn	Studie (Intern validitet)
Innhold	
Mange foreldre var bekymret for at barnet skal utsettes for uønsket innhold via digitale medier, som pornografi, vold, krig, uekte innhold, selvmord, selvskading, kjøpepress og usunne idealer.	Ask 2021, Sørenssen 2022/2024 (Middels/lav)
Mange foreldre var bekymret for om innholdet barnet eksponeres for kan påvirke barnet på en uheldig måte, virke skremmende, oppskakende, føre til psykisk uhelse eller gi konsentrasjonsvansker.	Bønnhoff Egeland 2021 (Middels)
Flere foreldre var bekymret for barnets evne til å forstå hva som er ekte og uekte på internett, mens enkelte foreldre mente barnet var i stand til å skille på dette.	Ekmann 2024 (Høy) Johansen
Noen foreldre trakk frem utfordringer med algoritmedrevet innhold, som eksponerer barnet for ensidig innhold, og at det gjør det vanskeligere for foreldre å ha kontroll over hva slags innhold barnet ser på egenhånd.	Kapella 2021 /Lafton 2024 (Høy)
Enkelte foreldre beskrev at det var vanskelig å støtte eller hjelpe barna når de som foreldre ikke vet hva barnet har sett på sosiale medier.	Mjåvatn 2023 (Høy)
Mange foreldre opplevde at barnets aktivitet på sosiale medier, og innholdet barnet eksponeres for er skjult for omverdenen, at mye av eksponeringen foregår i lukkede grupper.	Nielsen 2015 (Middels)
Enkelte foreldre opplevde at det var enklere å kontrollere innholdet barnet utsettes for i spill enn på sosiale medier, og at innholdet barnet utsettes for på sosiale medier kan være mer skadelig for barnet.	Nordal 2022 (Høy)
Noen flere foreldre til gutter beskrev bekymringer for og vurderinger av risiko knyttet til voldelig innhold, bruk av penger på internett, eksponering for pornografi og risiko for avhengighet til dataspill, mens noen flere foreldre til jenter beskrev bekymringer knyttet til hvordan jenter fremstiller seg selv på nettet, deling av bilder og bli lurt av fremmede personer med uærlige hensikter.	Omland 2024 (Middels) Quayyum 2021/23 Strandenæs 2015 (Lav) Walstad
Tidsbruk	

Svært mange foreldre uttrykte bekymring for at deres barn eller ungdommer brukte for mye tid på skjerm, spesielt på gaming eller sosiale medier. Noen foreldre så dette i sammenheng med at de selv syntes de brukte for mye tid på skjerm (mobiltelefon, e-post). Noen foreldre med yngre barn var også bekymret for barnas bruk av spill/film på IPad. Noen foreldre sa de var mer bekymret for tidsbruk enn for innhold, andre foreldre sa det motsatte.	Aders 2017 (Lav) Bønnhoff 2021 (Lav) Egeland 2021 (Middels) Ekmann 2024 (Høy) Elvestad 2021 (Lav) Johansen 2016 (Lav) Kapella 2021 /Lafton 2024 (Høy) Mekhail 2024 (Lav) Mjåvatn 2023 (Høy) Moberg 2022 (Høy/middels) Nielsen 2015 (Middels) Omland 2024 (Middels)
Barnets utvikling	
Flere foreldre (til småbarn-barn-ungdommer) var bekymret for skjermbrukens betydning for utvikling av kommunikasjonskompetanse, mer spesifikt språkutvikling, kroppsspråkforståelse og kommunikasjonsferdigheter. Mange foreldre (til barn) var bekymret for kognitiv utvikling, bla. mht. konsentrasjon. Noen foreldre (til barn-ungdommer) bekymret seg for negativ påvirkning på skolegangen. Mange foreldre (til barn) bekymret seg også for at skjermbruken skulle være passiviserende og føre til mindre kreativitet og selvinitiert lek med andre barn og på egenhånd. Noen foreldre (til ungdommer) uttrykte også bekymring for hvordan sosialt press i sosiale medier over tid kunne føre til psykisk uhelse. Konsekvenser for fysisk helse, på kort eller lengre sikt, bekymret også mange foreldre (til småbarn-barn-ungdommer). Dette inkluderte fysisk aktivitet, overvekt, motorisk utvikling, syn, søvn og helse generelt.	Aders 2017 (Lav) Amren 2020 (Lav) Andermo 2021 (Lav) Egeland 2021 (Middels) Ekmann 2024 (Høy) Elvestad 2021 (Lav) Mekhail 2024 (Lav) Mjåvatn 2023 (Høy) Nielsen 2015 (Middels) Nordal 2022 (Høy) Omland 2024 (Middels) Strandenæs 2015 (Lav) Walstad 2021 (Lav)
Personer med uærlige hensikter	
Svært mange foreldre var bekymret for at barnet skal kontaktes av eller kontakte personer med uærlige hensikter gjennom digitale medier. Bekymringene gjaldt frykt for pedofili, motta nakenbilder, lurt til å dele nakenbilder, utnyttelse, deling av personlig informasjon, lokasjon, identitet og passord. Ingen foreldre fortalte om uønskede opplevelser på nett for sitt barn.	Amrén (2020) (Lav) Johansen 2016 (Lav) Mjåvatn 2023 (Høy) Moberg 2023 (Lav) Nielsen 2015 (Middels) Omland 2024 (Middels) Quayyum 2021/2023 (Lav) Stensland
Barn og unges språkbruk	
Flere foreldre bekymret seg for språket mellom barn/unge når de gamet. Foreldrene karakteriserte språkbruken som hard og stygg med hyppig bruk av banneord og kjønnsord. Foreldrene opplevde at dette var en sjargong, og mange snakker med sine barn og ungdommer om språkbruken. Enkelte foreldre påpekte	Moberg 2022 (Høy/middels) Dralega 2023 Aders 2017

at anonymitet generelt på internett fjernet et filter som kunne føre til grovere og potensielt sårende språkbruk.	
Sosiale konsekvenser	
Mange foreldre var bekymret for at barnets fravær på digitale medier skapte utenforskap, mens noen foreldre også var tydelige på at deres barn hadde opplevd dette. Noen foreldre var bekymret for at barns tilgang på sosiale medier kunne eksponere barnet for utenforskap. Flere foreldre opplevde et dilemma mellom egne verdier, fastsatte aldergrenser og frykt for barnets plass i et sosialt fellesskap som for det meste var digitalt. Flere foreldre opplevde at barnets bruk av digitale medier påvirket familielivet på en uheldig måte.	Egeland 2021 (Middels) Ekmann 2024 (Høy) Elvestad Mjåvatn 2023 (Høy) Moberg 2023 (Lav) Nordal 2022 (Høy) Omland 2024 (Middels)
Mobbing	
Mange foreldre var bekymret både for at egne barn eller ungdommer (8-16 år) skulle bli utsatt for mobbing på sosiale medier og for at deres barn/ungdommer skulle mobbe andre. Mobbingen på sosiale medier kunne være mindre synlig for foreldre, hvilket kunne gjøre dem enda mer bekymret. Det gjaldt også eventuell foreldresjekk av barnas konti på sosiale medier, fordi på f.eks. Snapchat forsvinner tekst og bilder hurtig. Foreldre løftet frem Jodel og Snapchat som sosiale plattformer der mobbing og ekskludering lettere kunne skje pga. muligheten hhv for å sende meldinger og bilder anonymt og for å danne eksklusive grupper.	Aders2017 Dralega2023 Johansen2016 Kapella 2021 /Lafton 2024 (Høy) Mjåvatn 2023 (Høy) Nielsen 2015 (Middels) Quayyum2023 (21) Walstad2021
Noen foreldre snakket med barna/ungdommene sine om hvordan tekst og bilder kan oppleves av andre som mobbing, selv om barnet/ungdommen ikke mente det slik. Enkelte foreldre hadde opplevd ikke-digital mobbing av deres barn, hvilket kunne gjøre dem enda mer bekymret for digital mobbing. Flere foreldre omtalte jenter enn gutter når de snakket om mobbing på sosiale medier. Noen foreldre til yngre barn (3-9 år) trakk frem at mobbing på nett var noe av det de fryktet når barna ble eldre.	
Avhengighet	
Mange foreldre var bekymret for barnets bruk av digitale medier og avhengighet, særlig gjaldt det barnets skjermbruk og mulig utvikling av avhengighet frem i tid. Enkelte foreldre opplevde barnets reaksjoner på begrensninger i skjermbruk som et uttrykk for avhengighet, og enkelte foreldre opplevde at barnet hadde en avhengighet til skjermbruk som var vanskelig å håndtere for foreldrene og for barnet. Flere foreldre var bekymret for hvordan algoritmer bidrar til å eksponere barnet for tilpasset innhold som skal vekke personlig interesse hos barnet over tid.	Bønnhoff Egeland 2021 (Middels) Ekmann 2024 (Høy) Johansen Kapella Mekhail 2024 (Lav) Nielsen 2015 (Middels) Nordal 2022 (Høy)

Positive aspekter knyttet til barns bruk av digitale medier

For temaet positive aspekter indentifiserte vi tre undertemaer som foreldrene trakk frem. Temaet belyser at foreldrene i mange studier var opptatt av muligheter de så i de digitale aktivitetene som barna var engasjerte i. Foreldrene så mange positive faktorer relatert til barnas sosiale liv (sosiale aspekter), de gjorde digitale aktiviteter i fellesskap i familien (familieaktivitet), og mange foreldre mente at digitale medier var bra læringsarena for barna (læringsarena). Under presenterer vi hvert undertema med tilhørende funn.

Tabell 5: Oversikt over funn fra alle undertemaer om foreldres opplevelser av positive aspekter knyttet til barns bruk av digitale medier (hovedtema) med tilhørende studier og studienes interne validitet

Undertema, funn	Studie (Intern validitet)
Sosiale aspekter	
Mange foreldre opplevde at gaming og sosiale medier er arenaer som kan bidra til fellesskap og muligheter for nye vennskap for barna og ungdommene. De beskrev at barna kan oppleve mestring og inkludering, men også at det er vanskelig å stå utenfor. Noen fikk nye venner fra fjern og nær. Foreldre mente at bruk av digitale medier var viktig for sosialisering under pandemien, gjorde at barna aldri kjedet seg, og at barna tar med seg opplevelsene inn også i fysisk lek og møter med andre. De beskrev også at gaming ofte omtales [urettmessig] negativt i «storsamfunnet».	Ask 2021, Sørensen 2022/20223 (Middels/Lav) Dralega 2023 (Lav) Egeland 2021 (Middels) Ekmann 2024 (Høy) Johansen 2016 (Lav) Lindqvist 2018 (Middels) Moberg 2022 (Høy/middels) Moberg 2023 (Lav) Nordal 2022 (Høy)
Familieaktivitet	
Mange foreldre opplevde gaming som en positiv familieaktivitet og noen så det å game med barna som en del av sin familieidentitet. Foreldrene fremhevet det som en måte å dele interesser og opplevelser med barna på, og syntes at gaming hadde for lav «status» i samfunnet sammenliknet med andre familieaktiviteter som for eksempel å gå på ski. Andre digitale spill engasjerte til familieaktiviteter utendørs (Pokemon Go), mens en del foreldre brukte tid med barna for å se TV-programmer eller film. Noen brukte digitale medier til å holde kontakten mellom barna og familie lang unna.	Ask 2021, Sørensen 2022/20223 (Middels/Lav) Dralega 2023 (Lav) Egeland 2021 (Middels) Elvestad 2021 (Lav) Johansen 2016 (Lav) Kapella 2021 /Lafton 2024 (Høy) Lindqvist 2018 (Middels) Lundtofte 2021 (Lav) Mekhail 2024 (Lav)
Læringsarena	
Foreldrene så mange læringsmuligheter for barna med digitale medier, som å spille mer komplekse eller pedagogiske spill og å øve på fremmedspråk (engelsk). Enkelte foreldre utnyttet kravet om betalingsapper til å lære barna sine om økonomi. Noen familier sjekket i fellesskap opp informasjon på nettet for å lære sammen, og mange oppfordret barna til å lære fra spill og apper.	Ask 2021, Sørensen 2022/2023 (Middels/Lav) Dralega 2023 (Lav) Elvestad 2021 (Lav) Johansen 2016 (Lav) Lundtofte 2021 (Lav)

Kompetanse knyttet til barns bruk av digitale medier

For temaet kompetanse identifiserte vi fem undertemaer. Disse undertemaene omhandler foreldres behov for informasjon og kunnskap, samt foreldres behov for opplæring og veiledning av egne barn som digitale aktører. Temaet omhandler også foreldres usikkerhet og manglende kunnskap til å veilede barn og unge om deres digitale aktiviteter og om foreldre som beskriver en digital generasjonskløft mellom seg og barnet. Under presenterer vi hvert undertema med tilhørende funn.

Tabell 6: Oversikt over funn fra alle undertemaer identifisert om foreldres opplevelser av egen kompetanse (hovedtema) med tilhørende studier og studienes interne validitet

Undertema, funn	Studie (Intern validitet)
Foreldres behov for å lære opp og veilede barna	
Flere foreldre hadde en oppfattelse om at barn som vokser opp i et digitalt samfunn bør ha gode digitale ferdigheter for ikke å falle utenfor, og at barnet bør tilegne seg slike ferdigheter i tidlig alder. Mange foreldre var opptatte av å lære barna om fordeler og farer ved å bruke digitale medier, og om cybersikkerhet, for å styrke barnets digitale ferdigheter, nå og frem i tid. Flere foreldre beskrev hvordan de var opptatte av å lære barnet om nettvett, om å være kritiske til innhold og til kilder, om mulige fallgruver, om feilinformasjon, om algoritmer, om hva som er lov å gjøre og ikke på digitale medier. Flere foreldre var opptatte av å veilede barnet om sin deltakelse og deling av bilder/tekst på sosiale medier, enkelte foreldre beskrev hvordan de veiledet barnet fra tidlig alder, mens andre foreldre trakk frem viktigheten av å veilede barnet når barnet ble eldre og handlet mer på egen hånd på sosiale medier. Enkelte foreldre som beskrev manglende digitale ferdigheter opplevde å ikke kunne gi barnet de digitale ferdighetene de mente barnet burde ha, eller opplevde å ikke kunne veilede barnet om sosiale medier.	Ask 2021, Sørensen 2022/2023 (Middels/Lav) Bønnhoff 2021 (Lav) Dralega 2023 (Lav) Egeland 2021 (Middels) Elvestad 2021 (Lav) Johansen 2016 (Lav) Kapella 2021 /Lafton 2024 (Høy) Lundtofte 2021 (Lav) Mekhail 2024 (Lav) Mjåvatn 2023 (Høy) Moberg 2023 (Lav) Nielsen 2015 (Middels) Omland 2024 (Middels) Quayyum 2021/2023 (Lav) Sandberg 2024 (Høy) Stensland 2023 (Høy)
Foreldre med usikkerhet og manglende kunnskap	
Mange foreldre følte seg rådville og ønsket mer kunnskap om barnas og ungdommenes digitale praksis, hvordan praksisen kunne påvirke brukerne og hvordan foreldrene kunne regulere og veilede. Spesielt gaming og sosiale medier ble omtalt. Noen foreldre beskrev at de stadig måtte tenke seg om når det kom til regulering av skjermbruk. Flere foreldre følte seg usikre på hvordan de kunne beskytte barna sine på nettet. Noen var usikre på om atferd de så hos barna skyldtes skjermbruken eller noe annet. Noen ble usikre av medieoppslag om skadelig skjermbruk.	Bønnhoff 2021 (Lav) Dralega 2023 (Lav) Kapella 2021 /Lafton 2024 (Høy) Moberg 2023 (Lav) Nielsen 2015 (Middels) Nordal 2022 (Høy) Omland 2024 (Middels) Quayyum 2021/2023 (Lav) Strandenæs 2015 (Lav) Walstad 2021 (Lav)
Nyankomne innvandrere kunne føle seg usikre på den nye digitale hverdagen og noen hadde ingen å diskutere	

dette med. Mange var usikre på hvor de kunne tilegne seg pålitelig kunnskap om barnas og ungdommenes skjermbruk.

Foreldre med opplevelse av digital generasjonskløft

Mange foreldre uttrykte at ettersom de ikke selv hadde vokst opp med f.eks. sosiale medier eller gaming, så hadde de dårlige forutsetninger for å veilede og følge opp barna/ungdommene. Flere fortalte at de forsøkte å holde seg oppdaterte da barna var yngre, men at de raskt ble hengende etter i kunnskap og ferdigheter, både fordi barna/ungdommene lærer hurtigere og fordi den digitale utviklingen skjer raskt. En del foreldre forsøkte å dekke kunnskapshullene ved å spørre egne barn/ungdommer, men samtidig undret noen seg om de var naive fordi barna/ungdommene ikke fortalte alt.

Bønnhoff 2021 (Lav)
Ekmann 2024 (Høy)
Moberg 2023 (Lav)
Nielsen 2015 (Middels)
Omeland 2024 (Middels)
Kapella 2021 /Lafton 2024 (Høy)
Nordal 2022 (Høy)

Foreldre med behov for opplæring og veiledning

Mange foreldre etterlyste opplæring og veiledning i hvordan de kunne følge opp og regulere skjermbruk hos sine barn og ungdommer. Mangelen på informasjon, rådgivning eller retningslinjer knyttet til skjermbruk, gaming og sosiale medier skapte usikkerhet og frustrasjon. Noen foreldre uttrykte at de tidligere hadde fått informasjon på foreldremøter på skolen, hos Barnevakten.no, på internett/massemedier eller hos andre foreldre. Noen foreldre hadde Facebook-gruppe med foreldre fra klassen der barnas digitale praksis ble reflektert rundt, men det var få klare råd. Flere foreldre ønsket ikke å ha felles klasseregler for f.eks. gaming, men snarere individuelle råd for sitt barn. Av den grunn ønsket de mer veiledning fra myndighetene. Andre foreldre foreslo foreldremøter på skolen f.eks. med helsesykepleiere som undervisere, besøk på skolen av et rådgivende organ og diskusjonsmøter blant foreldrene. Ikke alle foreldre var like interessert i å lære mer om selve gamingen eller hvordan regulere denne.

Bønnhoff 2021 (Lav)
Ekmann 2024 (Høy)
Elvestad 2021 (Lav)
Kapella 2021 /Lafton 2024 (Høy)
Moberg 2023 (Lav)
Nielsen 2015 (Middels)
Walstad 2021(Lav)

Foreldre med høy digital kompetanse

Noen foreldre som selv gamet, fortalte at de opplevde å bli sett som ressurspersoner om barn og gaming for andre foreldre. Noen av gamerforeldrene opplevde dette som å få et ubehagelig ansvar for andres barns praksiser. Noen gamerforeldre likte posisjonen der de kunne fortelle andre foreldre om hvorfor og hvordan de burde involvere seg i barnas gaming.

Ask 2021, Sørensen
2022/2023 (Middels/Lav)
Nielsen 2015 (Middels)

Enkelte foreldre med høy ekspertise innen IT fremsto med bevissthet rundt sine valg om det digitale i hverdagen samt med de strengeste reglene for barnas nettbruk.

Resultater fra studier med kvantitative data

To studier med relevante tverrsnittsdata i tre publikasjoner ble inkludert (12;17;71;76): én norsk studie og én svensk studie.

Den største studien med 1001 foreldre (49 % mødre) fra Norge var rapportert som en flermethodisk studie i den ene publikasjonen (Elvestad og medarbeidere) (12), mens den andre publikasjonen fra den samme studien analyserte og rapporterte kvantitative data (Staksrud & Ólafsson) (17). Dataene var samlet inn fra en representativ norsk populasjon med familier med barn på 9 til 17 år (i gjennomsnitt 13,2 år; sd 2,7; 47 % jenter) i forbindelse med EUKids Online-studien i 2018. Vi har valgt å hente funn fra begge publikasjonene om hva foreldre rapporterte om bekymringer, regulering og involvering (12;17). Forfatterne oppga også data som vi ikke hentet ut fordi disse ikke var en del av problemstillingen i denne kunnskapsoppsummeringen, slik som foreldres bekymringer generelt, foreldres egen bruk av digitale medier og besvarelser fra barna. Vi viser til de to originalpublikasjonene for mer informasjon (12;17). Vi har presentert resultatene som er relevant for denne kunnskapsoppsummeringen i tabell 7 under om foreldres bekymringer relatert til barns digitale aktiviteter, involvering (aktiv foreldremediering), regulering, overvåking og teknologisk foreldremediering, mobbing på nett, foreldres kjennskap til barns ubehagelig opplevelser på nett, hvor foreldrene søker hjelp med tanke på medieoppdragelsen. Hovedfunn fra publikasjonene er presentert.

I tillegg til funn presentert i tabellen, har vi følgende deskriptive informasjon fra studien:

- Foreldre som svarte på spørreskjemaet mens de tenkte på en datter, var mindre bekymret enn foreldre som svarte i forhold til en sønn når det gjaldt tidsbruk på dataspill, sosial isolasjon og å lære å hacke/nettkriminalitet.
- Foreldre som svarte på spørreskjemaet mens de tenkte på en datter var mer bekymret enn foreldre som svarte i forhold til en sønn for at en fremmed skal kontakte barnet på internett, at barnet skal bli kontaktet av fremmede for seksuelle formål, eksponert for pornografi eller bli bedt om å sende seksuelle bilder/nakenbilder av seg selv til noen.
- Bivariate korrelasjonsanalyser viste at verken barnets alder eller kjønn så ut til å være spesielt forbundet med at foreldre svarte at de bekymrer seg svært mye om barnas tidsbruk med mobiltelefonen.
- Bivariate korrelasjonsanalyser fant at sannsynligheten for at foreldrene svarte at de bekymret seg mye om at barnet brukte telefonen for mye, ikke så ut til å ha statistisk signifikante sammenhenger med foreldrenes kjønn, om de selv var hyppige brukere av internett eller ikke, eller med om de følte seg fortrolige med å bruke internett.
- Analysene indikerte at yngre (40 år eller yngre) foreldre var mer bekymret enn de eldre foreldrene (over 40 år), og at foreldre med lengre utdanning var mer bekymret enn de med kortere utdanning, mens de med høyere inntekt var mer bekymret enn foreldre med lavere inntekt (statistisk signifikante funn).
- I en multivariat logistisk regresjonsanalyse fant man en statistisk signifikant sammenheng mellom de som oppga en generell holdning om at internett stjeler

for mye tid og det å være svært bekymret for at barnet brukte mobiltelefonen for mye.

Den andre kvantitative studien var en svensk studie som omfattet 94 foreldre (77 % kvinner) til ungdommer med gjennomsnittsalder 16,5 år (sd $\pm$ 2; 45 % jenter) med kognitiv funksjonsnedsettelse (71). Den undersøkte muligheter og risiko ved internettbruk slik foreldre til ungdommer med (alle grader av) kognitiv funksjonsnedsettelse så det, og sammenliknet resultatene med en referansegruppe. Studien var en spørreskjemaundersøkelse sendt til alle foreldre til elever ved spesialskoler i to kommuner. Dataene fra referansegruppen var hentet fra en nasjonal undersøkelse distribuert til tilfeldig valgte svenske foreldre i 2016, og i den aktuelle studien var kun foreldre som sa at barnet deres ikke hadde en kognitiv funksjonsnedsettelse (n=828) inkludert.

Studien, som undersøkte muligheter og risiko ved internettbruk slik foreldre til ungdommer med (alle grader av) kognitiv funksjonsnedsettelse så det, hadde store metodiske begrensninger. Overordnet var funnene:

- En høyere andel foreldre med ungdom med kognitiv funksjonsnedsettelse sammenliknet med referansegruppen vurderte at internett og spilling er «moro og avslappende for ungdommen sin» og at internett «stimulerer ungdommens fantasi», mens flere i referansegruppen var enige i at internett «får ungdommen til å lære gode ting» enn blant foreldre til ungdom med kognitiv funksjonsnedsettelse.
- Færre foreldre til ungdom med kognitiv funksjonsnedsettelse oppfattet at det var en risiko for negative konsekvenser ved å bruke internett eller å spille spill og flere var mer positive til at deres ungdom spilte spill på nett enn foreldrene i referansegruppen.
- Det var også betydelig færre foreldre i studien som bekymret seg for ulike former for nettrisiko (mobbing, dårlig oppførsel på nett, bli oppsøkt av personer som søker seksuell kontakt, komme over upassende bilder) sammenliknet med foreldre i referansegruppen, mens få foreldre i begge gruppene mente at slike tilfeller hadde skjedd.
- En større andel foreldre til ungdom med kognitiv funksjonsnedsettelse oppga at ungdommen deres brukte så mye tid på internett eller å spille spill at de risikerte å bli sosialt isolert, sammenliknet med referansegruppen.
- Nesten alle foreldre i begge gruppene oppfattet at de har det viktigste ansvaret for å støtte trygg internettbruk blant ungdommene, etterfulgt av skolen og institusjoner. Imidlertid var det forskjeller når det gjaldt opplevd informasjon og veiledning, der færre foreldre til ungdom med kognitiv funksjonsnedsettelse oppga at de fikk den informasjonen og veiledningen de trengte angående internettbruk sammenliknet med referansegruppen.

I analysene kontrollerte de for bakenforliggende (konfunderende) faktorer som foreldres kjønn, utdanningsnivå, og tenåringeres aldersgrupper. Dette ga kun små endring i de estimerte assosiasjonene for noen få av variablene. Dette indikerer at de demografiske variablene ikke endret resultatene.

Tabell 7: Resultater fra kvantitative studier (n=2)

Resultater for tema	Studie (Intern validitet)
Bekymringer (for barna)	
Andel foreldre som bekymret seg svært mye:	EUKids Online* (2021)(Høy/middels)
- 56 % bruker mobiltelefonen for mye - 51 % kontakt med fremmed over internett - 51 % spille for mye dataspill - 36 % eksponering for pornografi - 34 % se upassende innhold på nett (48 % av foreldre med 9-10 åringer) - 33 % bli bedt om å sende seksualiserte bilder av seg selv til noen (41% jenteforeldre/25 % gutteforeldre) - 26 % sosial isolasjon pga teknologi-bruk - 21 % se innhold som oppfordrer til selvskading - 14 % lære «hacking» eller involvering i nettkriminalitet - 48 % om hvorvidt eget barn skulle bli behandlet av andre barn på en sårende eller ekkel måte (størst andel var blant foreldre med veldig lav inntekt (57 %).	
Involvering	
Andel aktiv foreldremediering:	EUKids (2021)(Høy/middels)
- 53 % av mødre/42 % av fedre snakket ofte eller svært ofte med barnet om hva han/hun gjør på internett (yngre foreldrene og de med yngre barn (9-10 år), snakket oftere med barnet om dette enn eldre foreldre og foreldre med eldre barn. Foreldre i familier med høy/middels inntekt snakket i mindre grad med barna enn foreldre med lavere utdanning og i familier med lavere inntekt). - 31 % av de i høyinntektsgruppen svarte at de ofte eller svært ofte oppmuntret barna til å utforske og lære ting på nett, mens det samme var tilfelle for 22-24 % i de lavere inntektsgruppene. - 29 % av foreldrene er enige i at de er et dårlig forbilde for barna når det gjelder medie-og teknologivaner	
Regulering	
Andel foreldre som sier at barnet deres får lov til dette når som helst:	EUKids Online (2021)(Høy/middels)
- 93 % - bruke internett til skolearbeid, - 84 % - lese/se på nyheter på nettet - 81 % - se videoklipp (f.eks. YouTube). De eldste barna fikk lov til alle disse aktivitetene på nett i større grad enn de yngre - 81 % av foreldrene er enige i at de vanligvis er enige med partneren/ekspartneren vedr. å bestemme barnets mediebruk - 51 % av oppgir at de vanligvis er enige med barnet sitt om barnets mediebruk	
Overvåking og teknologisk mediering**	
Andel foreldre som praktiserte:	EUKids Online (2021) (Høy/middels)
- 67 % - regler om hvor lenge eller når barnet får lov til å være på nettet - 27 % - av fedre /19 % av mødre brukte teknologi som sporer hvor barnet er	

- 54 % - av fedre /46 % av mødre brukte foreldrekontroll som varsler når barnet ønsker å kjøpe innhold (kjøp i app)
- 38 % - av fedre /32 % av mødre brukte foreldrekontroll o.l. for oversikt over nettsteder eller apper som barnet besøker
- 40 % av fedre / 32 % av mødre brukte foreldrekontroll for å begrense apper som kan lastes ned
- 16 % av fedre /9 % av mødre brukte en tjeneste (f.eks. app) eller kontrakt som begrenser tiden barnet bruker på internett
- 44 % av foreldrene er enige i at de prøver å begrense eller stå imot familiens bruk av digitale medier

Mobbing på nett**

- | | |
|--|---------------------|
| Andel foreldre - om barnet har blitt mobbet på nettet: | EUKids Online(2021) |
| - 5 % ja; 84 % nei; 11 % vet ikke. | (Høy/middels) |
| Andel foreldre - om noen har opprettet en side om barnet, eller et bilde som var fiendtlig eller sårende (så vidt de vet): | |
| - 1 % ja; 95 % nei; 4 % vet ikke | |
| Andel foreldre - om barnet har behandlet andre på en sårende eller ekkel måte på internett i løpet av det siste året: | |
| - 6 % ja; 67 % nei; 27 % vet ikke | |

Andel foreldre om barns ubehagelige opplevelser på nett**

- | | |
|--|----------------------|
| 20 % sa ja og 68 % sa nei - at eget barn har hatt en ubehagelig opplevelse på nettet i løpet av det siste året | EUKids Online (2021) |
| - Yngre foreldre oppgir i større grad enn eldre foreldre at barnet har opplevd noe på nettet som har plaget dem eller gjort dem opprørt | (Høy/middels) |
| - Foreldre i familier med lav inntekt oppgir i større grad enn familier med høyere inntekt at barnet har opplevd noe på nettet som har plaget dem eller gjort dem opprørt. | |
| 22 % av de med høy utdanning, 23 % med middels utdanningsnivå og 16 % av foreldrene med lavest utdanningsnivå svarte at barnet hadde opplevd noe på nettet | |
| - 45 % sa at barnet har blitt bedt om å foreta et kjøp mens de spilte et nettspill, | |
| 9 % oppga at barnet hadde brukt for mye penger på nettspill eller kjøp i app | |

Behov for informasjon og råd om barns digitale aktiviteter

- | | |
|--|--------------------|
| Andel foreldre som gjerne vil få informasjon og råd | EUKids Online 2021 |
| - 91 % fra barnets skole (12 prosentpoeng mer enn andelen som opplever at de får dette) | (Høy/middels) |
| - 83 % fra familie og venner (5 prosentpoeng mer enn andelen som opplever at de får dette) | |
| - 79 % fra nyhetsmedier (TV, radio, aviser eller magasiner) (4 prosentpoeng høyere enn andelen som opplever at de får dette) | |
| - 86 % fra nasjonale eller lokale myndigheter (31 prosentpoeng høyere enn andelen som opplever at de får dette) | |
| - 76 % fra velferdsorganisasjoner for barn/veldedige organisasjoner (27 prosentpoeng mer enn andelen som opplever at de får dette) | |

Muligheter og risiko ved internettbruk (foreldre til barn med kognitiv funksjonsnedsettelse)

- | | |
|--|-----------------------|
| Andel som synes barna bruker for mye / for lite: | Alfredsson 2020 (Lav) |
| - 30 %/1 % - internett | |
-

-
- 30 %/4 % - spille nettspill
 - 20 %/5 % - mobiltelefon
 - 11 %/1 % - sosiale medier
 - 13 %/8 % - se film/TV

Andel enige i muligheter ved internett/nettspill:

- 69 %/71 % at det er gøy og avslappende
- 55 %/51 % at man lærer bra ting
- 33 %/35 % at man samhandler med andre

Andel enige i risikoer ved internett/nettspill:

- 40 %/41 % avhengighetsskapende
 - 30 %/33 % at det stjeler tid fra viktige aktiviteter
 - 17 %/16 % dårlig for helsen
-

Forkortelser: Std: standard deviation/standard avvik

* Staksrud 2020 og Elvestad 2021(12;17)

**I Elvestad 2021 har også barna svart på tilsvarende spørsmål, og deres svar samsvarer ikke alltid med de svarene foreldrene har gitt. Det kan bety at foreldre ikke alltid er informert om barnets opplevelser på nett. Vi viser til Elvestad 2021 for resultater der barna har svart.

Diskusjon

I denne flermetodiske kunnskapsoppsummeringen innhentet og oppsummerte vi forskning hvor norske, svenske og danske foreldre har svart på hvordan de involverer seg og regulerer barnas digitale aktiviteter hjemme, og hva som er foreldrenes bekymringer rundt barnas digitale del av livet. Vi besvarte følgende forskningsspørsmål: Hvilke problemstillinger beskriver foreldre om barnets digitale aktiviteter i hverdagen?

Vi har integrert våre kvalitative og kvantitative funn i diskusjonen i tråd med metoder for en flermetodisk kunnskapsoppsummering. Kunnskapsoppsummeringen har hatt fokus på hva foreldre selv svarer, og i studier der både foreldre og barn var informanter hentet vi kun ut funn om- og diskuterte foreldreperspektivene. Vi har også sett til Medietilsynets rapporter (4;77) med funn fra norske foreldre når vi har diskutert våre resultater, men vi har ikke diskutert våre funn opp mot tilsvarende tilsynsetater om svenske og danske foreldre utover det som kommer frem i studiene vi inkluderte. Vi gjør oppmerksom på at Medietilsynets rapporter ikke faller inn under vår definisjon av vitenskapelige arbeider.

I diskusjonen trekker vi også frem viktige punkter om hvorvidt kunnskapsgrunnlaget er dekkende og anvendelig, om vi kan stole på kunnskapsgrunnlaget, overenstemmelse med andre litteraturoversikter, styrker og svakheter ved kunnskapsoppsummeringen, betydningen for praksis, og kunnskapshull vi har identifisert i gjennomgangen av forskningslitteraturen.

Diskusjon av funn i lys av ungdommers råd

Det er en stor oppgave å belyse alle perspektivene som foreldre beskriver om digitalt foreldreskap i forskningen, og det handler først og fremst om at foreldre ønsker å forberede barna sine for fremtiden. Problemstillingene vi skulle besvare angår i høyeste grad også barna, men deres stemme er ikke med i datagrunnlaget som vi har lagt til grunn. Mye av forskningen på digital foreldremediering som har gitt systematiske innsikter er basert på data samlet inn fra barn og unge – ikke bare foreldrene. I lys av dette har vi valgt å strukturere funnene og diskusjonen vår ut fra rådene som Skjermbrukutvalgets ekspertgruppe av ungdom har gitt til foreldre, se Boks 6.2 side 86 i NOU 2024:20 (7). Vi ser at kunnskapsgrunnlaget vårt består av et rikt innhold av funn om foreldres tilnærming til barnas digitale aktiviteter i hverdagen som er spennende å diskutere med utgangspunkt i ungdommenes råd.

Rådene fra ungdommene har fått overskrifter som er litt tilpasset denne kunnskapsoppsummeringen.¹ Vi har vært bevisst på at rådene fra ungdommene og våre funn ikke nødvendigvis favner den samme tematikken. Vi fant likevel en naturlig plass til alle våre hovedfunn og mener at denne inndelingen skapte rom for en rik og anvendelig måte å diskutere resultatene på. En målsetning med å ta i bruk rådene var også å anerkjenne de unges perspektiver, men uten å tillegge rådene ny mening, noe vi mener vi har klart å unngå.

Vår diskusjon har følgende oppsett, inspirert av Skjermbrukutvalgets ekspertgruppe av ungdom, som ga råd til foreldre om barns digitale aktiviteter (7):

1. Søk kunnskap og hold deg oppdatert.
2. Ha en åpen dialog med barna dine om skjermbruk. Vis interesse.
3. Lag regler for skjermbruk sammen med barna.
4. Ikke bruk «digital husarrest». Det lærer vi ikke noe av!
5. Gi oss råd, men ikke overvåk oss. Ikke snok i meldinger og sosiale medier.
6. Ikke gi tilgang for tidlig, og tilpass til alder. Et utgangspunkt kan være mobil fra 10 års alder og sosiale medier fra 13 år. Følg aldersgrensene som er satt.
7. Snakk med andre foreldre, og lag felles regler for alle, slik at ingen må stå utenfor og barna ikke får tilgang for tidlig. Bruk FAU.
8. Bruk foreldrekontroll på nettbrett og mobil for de yngste barna.
9. Husk at algoritmene tilpasser – på godt og vondt. Vi har ikke samme opplevelse i sosiale medier som dere.
10. Balanser din egen skjermbruk og vær et godt forbilde.

«Søk kunnskap og hold deg oppdatert»

Foreldres kunnskap kan i denne sammenhengen omfatte kunnskap om hvilke digitale medier deres barn og ungdommer bruker, hva de gjør på der, hvordan dette påvirker dem på kort og lang sikt, hvordan foreldre skal regulere barns bruk, samt hvordan foreldre skal beskytte barna sine i den digitale verden. Flere av disse temaene ble berørt i vårt datamateriale.

I våre data kom det frem at mange foreldre var usikre på hvordan de skulle regulere særlig gaming og bruk av sosiale medier, hva skjermbruken kunne føre til på kort og lang sikt og hvordan de kunne beskytte barn og unge. Mange foreldre erfarte en generasjonskløft, ettersom de ikke selv hadde vokst opp med digitale medier i samme grad, så mente de å ha dårlige forutsetninger for å veilede og følge opp barna og ungdommene. Den raske digitale utviklingen kunne gjøre det enda vanskeligere og for noen nesten uoverkommelig. Også foreldre som selv gamet mente at barna utviklet en digital kompetanse som det var vanskelig å holde tritt med. Likevel sier studiene vi har basert

¹ Det betyr at vi har laget to punkter (punkt 2 og 3 over) av rådet som i NOU 2024:20 står slik: Ha en åpen dialog med barna dine om skjermbruk. Vis interesse. Lag regler for skjermbruk sammen med barna.

oss på lite om perspektivene til for eksempel yngre foreldre som i større grad er vokst opp med digitale medier.

Nyankomne innvandrere kunne også føle seg usikre, dersom den digitale praksisen fremsto svært annerledes enn der de kom fra. Noen hadde få å diskutere dette med, og de kunne kjenne seg usikre på hvor de kunne tilegne seg nødvendig kunnskap.

På bakgrunn av denne usikkerheten ønsket mange foreldre kunnskap om barnas og ungdommenes digitale praksis, hvordan praksisen kunne påvirke brukerne og hvordan foreldrene kunne regulere og veilede. Foreldre fortalte i intervjuer at de hadde søkt informasjon på foreldremøter på skolen, hos Barnevakten.no, på internett/massemedier, hos andre foreldre eller hos egne barn og ungdommer. I den største spørreundersøkelsen i vårt materiale (1001 foreldre med barn 9-17 år) oppga 75-79 % av foreldre at de fikk informasjon og råd via barnets skole, via familie og venner og/eller via nyhetsmedier. Rundt halvparten svarte at de fikk informasjon og råd fra nasjonale eller lokale myndigheter og/eller fra velferdsorganisasjoner for barn/veldedige organisasjoner. Hele 40 % av foreldrene oppga at de fikk informasjon og råd fra egne barn og ungdommer. I intervjuene stilte noen foreldre spørsmål om det å søke informasjon fra egne barn og ungdommer kunne være naivt, ettersom disse ikke nødvendigvis forteller alt.

Samtidig beskrev mange foreldre i våre data at de ønsket *mer* opplæring, veiledning eller retningslinjer knyttet til skjermbruk generelt, gaming og sosiale medier. Kvalitative data pekte på at dette kunne gjerne gis av skolen, et rådgivende organ eller myndigheter for øvrig. I spørreundersøkelsen svarte hele 91 % av foreldrene at de ønsket seg informasjon fra skolen, altså 12 prosentpoeng mer enn andelen som opplevde at de fikk dette. Det var også svært mange som ønsket seg informasjon fra nasjonale eller lokale myndigheter (86 %) og/eller fra velferdsorganisasjoner for barn/veldedige organisasjoner (76 %), også her langt flere enn de som opplevde at de fikk det.

Medietilsynets rapport «Foreldre og medier 2024 – en undersøkelse om foreldres erfaringer med 1-17-åringers medievaner» inneholder mye informasjon om hvordan foreldre opplever og tilnærmer seg barnas digitale aktiviteter i hverdagen (4). Rapporten bygger på en nettbasert spørreundersøkelse i 2024 med 2545 foreldre (svarprosent 32). Det er en viss skjevhet i utvalget med hensyn til kjønn (flere kvinner) og utdanningsnivå (langt flere med høyere utdanning) sammenlignet med den totale befolkningen (tall fra SSB, (78;79)).

Medietilsynets tall om foreldres ønsker om veiledning, peker i samme retning som våre funn (4). Ifølge Medietilsynets rapport var en tredjedel av foreldrene enige i at det var vanskelig å holde oversikt over hva barna gjør på nettet. Det var flere foreldre med yngre barn som følte at de hadde god oversikt over barnas mediebruk og kunne veilede barna, mens det er langt færre foreldre med ungdommer som kjenner det samme. Foreldre med universitets- og høgskoleutdanning hadde bedre kjennskap til barnas mediebruk enn foreldre med grunnskole-, fagskole- og videregående utdanning (86 mot 79 %).

Videre mente halvparten av foreldrene i Medietilsynets undersøkelse at de har den informasjonen de trenger for å kunne veilede barna om mediebruk. Kun en tredjedel var enige i at skolen gir god digital opplæring til barna, og foreldre med eldre barn var mer fornøyde enn foreldre med yngre barn. Blant foreldrene med tenåringer var det flere som syntes det er vanskelig å holde oversikt over hva barna gjør på nettet, enn det er som mener at de har den informasjonen de trenger for å kunne veilede barna. Det kan bety at foreldre med eldre barn/ungdommer stolte mindre på egne kunnskaper og mer på skolen, mens det var omvendt blant foreldre med yngre barn. En mulig forklaring er at foreldre med yngre barn er de som selv er oppvokst med digitale aktiviteter, og som dermed har andre forutsetninger for å kunne veilede om mediebruk.

Basert på vårt materiale kan det dermed se ut til at svært mange foreldre, både de med yngre og eldre barn/ungdommer, søker kunnskap og ønsker å holde seg oppdaterte, men de opplever at det er for lite tilgjengelig og pålitelig kunnskap. Helst ønsker foreldre seg informasjon, veiledning og råd fra skolen og fra myndighetene. I kapittel 6 i NOU 2024: 20, Det digitale (i) livet — Balansert oppvekst i skjermenes tid (7), har også Skjermbrukutvalget vurdert at skolen er en arena som bør bidra til at «skjermvett» og felles regler for skjermbruk, også på fritiden, tas opp på møter i foreldregruppen. Foreldre i vårt materiale etterspør særlig kunnskap om hvordan skjermbruken kan påvirke deres barn og ungdommer og hvordan de kan støtte barna best mulig. Det mangler data i vårt kvalitative og kvantitative materiale når det gjelder eventuelle forskjeller mellom ulike grupper foreldre med hensyn til kunnskap og kunnskapsoppdatering, med ett unntak: to studier omfatter og omtaler foreldre med innvandrerbakgrunn. Disse foreldrene ser i enda større grad ut til å savne kunnskap om hvordan de skal forholde seg til barnas digitale aktiviteter i hverdagen.

«Ha en åpen dialog med barna om skjermbruk, vis interesse»

Dialog om skjermbruk kan bety samtaler/meningsutvekslinger med barna og ungdommene sine om regler og begrensninger, men også dialog om hva de *gjør og opplever* på digitale medier. Dialog, interesse, og involvering er viktige temaer i vårt datamateriale.

De intervjuede foreldrene involverte seg i barnas digitale aktiviteter på ulike måter og i ulik grad. Foreldre undersøkte innholdet i apper og spill sammen med barnet før det ble tatt i bruk, foreldre observerte barnas skjermbruk uten å aktivt involvere seg, og foreldre så på skjerm sammen med barnet. En del foreldre spilte eller gamet sammen med barna, men mange sluttet når barna ble eldre og bedre. Noen foreldre som selv likte å game i voksen alder og så gaming som en familieaktivitet, sidestilte det å involvere seg i barnas gaming, med å involvere seg i andre aktiviteter barna bruker mye tid på og synes er viktige. Det å *ikke* involvere seg kunne med andre ord ses som en svikt overfor barnet. En større andel foreldre var ikke så engasjert eller interessert i barnas gaming; noen syntes det var kjedelig eller vanskelig, noen ville gi barna det private rommet, mens for andre var det ikke tid eller fysisk mulig å delta. I en annen rapport fra Medietilsynet, «Digitale dilemmaer – en undersøkelse om barns debut på mobil og sosiale medier» fra 2023 gjenspeiles lignende funn (77). Denne rapporten tar utgangspunkt i intervjuer med ti foreldre og ti barn i alderen 9-12 år i 2022. Her fremkommer

også at foreldrenes manglende interesse og tid i en hektisk hverdag vanskeliggjorde deres ønske om dialog og engasjement i barnas skjermbruk. Muligens har interessevariasjonen blant foreldre likheter med interessen for andre aktiviteter barn er engasjert i, men med blant annet den forskjellen at mange av foreldrene har liten egen erfaring med lignende digitale aktiviteter.

Mange foreldre ønsket å snakke med sine barn om hva de gjorde i spill, på nettet eller i sosiale medier. Noen foreldre la vekt på at det var viktig å fortsatt ha dialog med barna om livet på skjerm, også når de ble ungdommer, men foreldre erfarte også at dette var vanskeligere enn med barna. Ungdommenes løsrivelsesprosess fra foreldrene mentalt og sosialt kan gi seg utslag i en avstand og begrensning med hensyn til hva de vil dele med foreldrene. Noen foreldre trakk seg da selv tilbake, mens andre forsøkte å fortsatt være tett på. En del foreldre fortalte at de snakket med sine ungdommer om f.eks. bil- dedeling på nett eller om ubehagelige situasjoner som kunne oppstå. Hensikten med slike samtaler kunne både være advarsel og det å legge til rette for at ungdommen kunne henvende seg til dem med eventuelle vansker eller utfordringer de støtte på.

Den store spørreundersøkelsen i vårt materiale viste at nær halvparten av de spurte foreldrene snakket med barnet om hva hen gjør på nettet, mens kun 6-9 % gjorde felles aktiviteter sammen med barnet på internett. I undersøkelsen inngår foreldre til barn 9-17 (gjennomsnitt 13 år) og det er ikke skilt på barnets alder i svarene om involvering. Gjennomgående var mødrene noe mer aktive enn fedre når det gjaldt bl.a. å snakke med barna om hva hen gjør på nettet, foreslå trygg bruk, sitte sammen med barna mens hen bruker, holde seg i nærheten og/eller gjøre aktiviteter sammen med barnet på nett. De yngre foreldrene og foreldre med yngre barn (9-10 år), snakket oftere med barnet om hva hen gjør på internett, sammenlignet med eldre foreldre og foreldre med eldre barn. Foreldre i familier med høy og middels inntekt snakket i mindre grad med barna om hva de gjør på internett og benyttet sjeldnere «aktive foreldremedieringsstrategier» sammenlignet med foreldre med lavere utdanning og i familier med lavere inntekt. På den annen side var det flere høyinntektsforeldre som svarte at de ofte eller svært ofte oppmuntret barna til å utforske og lære ting på internett, sammenlignet med lavinntektsforeldre.

I Medietilsynets undersøkelse om foreldre og medier (4) svarte de fleste foreldrene at de var «involvert i barnas digitale aktiviteter», enten «svært involvert» (22 %) eller «ganske involvert» (43 %). Hva som ligger i «involvert» er her ikke nærmere definert. En femtedel av foreldrene (19 %) svarte «verken eller». Også her var det tydelig skiller mellom foreldre med yngre og eldre barn/ungdommer. Blant foreldre med barn i alderen 1-8 år svarte nesten 80 % at de var involvert i barnas digitale aktiviteter, mens blant foreldrene til 17-åringene oppga kun 31 % av foreldrene at de var involvert. Foreldre med universitets- eller høyskoleutdanning var oftere involvert i barnas digitale aktiviteter, sammenlignet med foreldre med utdanning med lavere utdanning (68 mot 58 %). Dette står i kontrast til våre funn.

Blant noen foreldre med innvandrerbakgrunn kunne det å ha dialog med barna om skjermbruk og regulering, være mer uvant, slik som å samtale med barnet om mer tabubelagte temaer som kropp, seksualitet eller identitet. I det norske samfunnet har

barn høy grad av bestemmelse, de har krav på å bli hørt i ulike spørsmål (ved ulik alder), og foreldre tar mange hensyn. For noen innvandrereforeldre var det et åpent ønske å søke denne dialogen, f.eks. om tabuiserte tema, for å kunne forberede barna på 'nettet der ute'. Noen fant mangfoldet i spill som en positiv mulighet for at barna kunne assosiere seg med ulike kulturer og sin etniske bakgrunn, f.eks. ved å velge en avatar som utseendemessig lignet dem selv.

«Lag regler for skjermbruk sammen med barna»

Foreldres holdninger og praksiser knyttet til regler for skjermbruk er undersøkt i mange av de inkluderte studiene. Vi diskuterer både det å sette regler, praktisere regler, hva reglene omhandler og hvordan reglene for skjermbruk varierte mellom ulike foreldre i studiepopulasjonene.

I en internasjonal kartlegging, som er basert på barns rapportering, har man funnet en nedadgående trend i restriktiv foreldremediering og en økning i aktiv foreldremediering over år både i Norge og i mange andre europeiske land (80). Det å sette regler er et tiltak som inngår i en restriktiv tilnærming. I kunnskapsgrunnlaget vårt kom det frem et mangfold av aspekter som skandinaviske foreldre sa de var opptatt av rundt det å praktisere regler for barnas skjermbruk. Foreldrene indikerte at det er vanlig å ha regler, for eksempel svarte 67 % i en spørreundersøkelse at de hadde regler om hvor lenge eller når barnet får lov til å være på nettet. Foreldrene omtalte imidlertid lite hvorvidt de lager reglene for skjermbruk *sammen* med barna. Mange sa de brukte ulike måter for å forklare barna hvorfor de satte grenser, som å eksemplifisere eller å prøve å få barnet til å forstå konsekvenser av mediebruken. Noen foreldre forhandlet med barna sine om avtaler. Enkelte foreldre hadde åpen dialog med sine barn og ungdommer om hvor grensene for skjermbruk skulle settes, og *en* tolkning er at de lagde eller tilpasset reglene i fellesskap selv om det ikke kom frem direkte. Noen foreldre påpekte at forutsigbarhet (regler) for barn og foreldre er viktig, og at det gjorde det enklere for foreldrene å håndtere reguleringen når foreldrene seg imellom var enige om disse. Omtrent halvparten av foreldrene i den største norske studien oppga at de vanligvis var enige med barnet sitt (9-17 år) om barnets mediebruk, og flesteparten av foreldrene var enige med partneren/ekspartneren når det gjaldt å bestemme barnets mediebruk. Det å involvere barna i å *sette* regler fremkom altså ikke entydig som en praksis i kunnskapsgrunnlaget vårt, selv om mange foreldre kommuniserte med barna *om* reglene. Det betyr ikke at det var uvanlig å lage regler sammen med barna, men at studiene ikke ga særlig informasjon om hvorvidt det ble gjort.

Imidlertid tok mange av studiene opp at mange av foreldrene hadde erfaring med å lage felles regler sammen med *andre* foreldre, for eksempel klassevis eller for barna i en vennegjeng, men at dette også kunne være utfordrende. I tilfeller der de opplevde at fellesreglene fungerte, betød det for eksempel at foreldrene kunne henvise barna til at «slik gjør de andre det». Her var heller ikke barna eller ungdommene spesielt nevnt i beskrivelsene av hvordan reglene ble satt. Noen foreldre uttrykte tydelig motstand mot å samordne regler med andre foreldre, og foretrakk isteden å sette egne regler som var individuelt tilpasset barnet det gjaldt. Foreldre opplevde det som krevende når andre foreldre brøt reglene, og bekymret seg mye for barns utenforskap. Dette er i tråd med

dilemmaet som Medietilsynet også fant i intervjuer av foreldre i 2022 om at det er vanskelig å holde igjen når «alle andre» får (77).

Å lage regler for skjermbruk sammen med barna passer for noen – men ikke for alle

Å lage regler for skjermbruk *sammen* med barna passer ikke for barn i alle aldersgrupper eller for alle barn og ungdommer – og sannsynligvis ikke for alle foreldre heller. Det kan handle om barnets evne til å forstå regler, ulike forutsetninger for å etterleve regler, eller om at det eksisterer et mindre eller lite behov for å ha regler:

En av de inkluderte studiene omhandlet foreldre til ungdommer med utviklingshemming. Selv om den ikke sa noe om regler, kan man se for seg at foreldres (og ungdommenes) behov for regulering kan være annerledes når det gjelder barn med utviklingshemming eller andre funksjonsvariasjoner. Studien drøftet at resultatene om foreldres syn på ungdommenes muligheter og risikoer på nett ikke nødvendigvis var i tråd med oppfatning til fagfolk på spesialskoler og i institusjoner. En mulighet er at de også da ikke har like oppfatninger av regler. Det var utenfor vår problemstilling å gå inn på fagfolks oppfatninger, men likevel verdt å nevne akkurat i denne sammenhengen. Kun én kvalitativ studie oppga informasjon basert på én forelder til barn med funksjonsnedsettelse. Informanten belyste et perspektiv på «(fravær av) respekt fra andre foreldre» på behovet for individuell tilpassing av regulering av barnets digitale aktiviteter.

De intervjuede foreldrene til små barn beskrev at de så lite behov for regulering, fordi barna var for unge til å forstå og behovene hadde ennå ikke oppstått. For disse var det i liten grad naturlig med skjermbruksregler, det justerte seg selv. Blant foreldre til barneskolebarn og ungdomsskolebarn var det vanlig med regler (67 % i spørreundersøkelse). Imidlertid vet vi lite om hvordan reglene fungerte i praksis, i hvilke settinger reguleringen ble gjort, hvordan reglene ble forklart, eller om for eksempel foreldres frykt, verdier eller normer var del av bakgrunnen for behov for regler. Selv om noen foreldre beskrev at barna forholdt seg enkelt til grensene, formidlet mange foreldre om foreldrefrustrasjoner rundt innføring av – og etterlevelse av regler. Det gir et inntrykk av at en del foreldre (og barn) brukte mye krefter på ulike typer konflikter om reglene for skjermbruken dem imellom.

For litt eldre ungdommer, gir de kvalitative studiene inntrykk av at det var færre regler og at foreldre ønsket å vise ungdommene tillit gjennom gradvis å gi de mer frihet. Vi har merket oss at Medietilsynets rapport *Foreldre og medier 2024* viste at kun fem % av foreldrene til 17-åringene svarte at de har «svært god» kjennskap til barnas mediebruk (4). Det kan muligens være et (indirekte) uttrykk for å gi ungdommene mer frihet eller det kan dreie seg om foreldres (lave) mediekompetanse (eldre foreldre). Foreldrene i de inkluderte studiene beskrev en naturlig utvikling i reguleringen i lys av ungdommens løsrivelsesfase, men også et ønske om å ha tettere dialog med ungdommene sine generelt (se under overskrift «Ha en åpen dialog...»).

Hva er foreldres bekymringer – og påvirker det reguleringen?

Vi har begrenset med informasjon om foreldre regulerer barna på bakgrunn av bekymringer eller fravær av bekymringer. På den annen side uttrykte mange foreldre uro for mange sider ved barnas digitale aktiviteter i hverdagen.

Den største studien (foretatt i 2018) i vårt datagrunnlag, undersøkte hva foreldre bekymrer seg for generelt, også om det som ikke omhandler digitale medier. De fant at foreldre bekymrer seg om mange ulike aspekter, noe som setter foreldres bekymringer i et større perspektiv, som er bra å merke seg – men som vi ikke tar med i videre drøfting av foreldres bekymringer om barns digitale aktiviteter. Spørreundersøkelsen fant at litt over halvparten av foreldrene var bekymret for at barna (9-17 år) brukte mobiltelefonen for mye og nesten like mange var bekymret for tid brukt på dataspill og at barna skulle komme i kontakt med fremmede over internett. I *Foreldre og medier 2024* mente i underkant av 30 % av foreldrene til 1-17 åringer at barna brukte for mye tid på sosiale medier, YouTube og dataspill, mens 19 % mente barna brukte for mye tid på TV eller strømmetjenester (4).

For barn 9-17 år sa de aller fleste foreldrene i spørreundersøkelsen fra 2018 at barna når som helst fikk lov til å bruke internett til skolearbeid, lese/se på nyheter på nettet og å se på videoklipp (f.eks. YouTube). Foreldrenes utdanning eller inntekt i familien forklarte ikke forskjeller i hvorvidt barna fikk gjøre disse aktivitetene på nett. I de kvalitative studiene kom det frem at mange foreldre regulerte tidsbruken for gaming og noen mente det var vanskeligere å kontrollere tidsbruk på mobiltelefonen og bruk av sosiale medier. Mange foreldre sa at de hadde regler om skjermfrie tidspunkter som under måltider og på kvelden, eller når det kom venner på besøk. Mange beskrev også behov for en god del fleksibilitet i reglene og grensene de hadde for barnas skjermtid, og de listet en rekke situasjoner og årsaker om når og hvorfor de praktiserte unntak fra reglene. Unntakene hadde ofte utgangspunkt i foreldres behov – eller med begrunnelse om å få hverdagen til å gå opp. De beskrev også behov for «digital barnevakt» i denne sammenhengen. Noen vektla barnas velbefinnende, humør og interesser eller prioriterte at barnet var rolig fremfor å praktisere strikte grenser for digitale aktiviteter. Press fra barnet eller oppgitthet over at barnet kjedet seg, fremkom som andre eksempler på lemping av regler. I situasjoner med foreldrestress sa respondentene at det var mer utfordrende å ha dialog med barnet om reglene og grensesettingen, og en del foreldre beskrev reguleringen som krevende, kontinuerlig og pågående. Det å ikke klare å følge retningslinjer, anbefalinger og ekspertråd var et dilemma, og noen pekte på at slike anbefalinger for deres del ikke lot seg gjennomføre i praksis fordi rådene var for strenge, eller ikke fungerte optimalt i det foreldrene beskrev som et «moderne familieliv».

Foreldrene i studiene vi inkluderte var også opptatt av- og bekymret for innholdet barna ble eksponert for. Andelen foreldre som var urolig for ulike typer upassende innhold kom frem i én studie, (34 % av foreldre til barn på 9-17 år og 48 % av foreldre med 9-10 åringer var bekymret for upassende innhold på nett), og gjenspeilte også de kvalitative dataene vi har undersøkt. Det var imidlertid svært få eller ingen foreldre som utdypet noe om hvorvidt barna hadde vært eksponert for alvorlig typer innhold, og få oppga i spørreundersøkelser at det hadde skjedd. Her kom det imidlertid frem kulturelle nyanser i forhold til hva foreldre oppfatter som upassende (eller alvorlig) innhold. En annen bekymring var om hvorvidt barna klarer å skille hva som er ekte eller ikke ekte, for eksempel i nettspill.

De inkluderte studiene fant at reglene for skjermbruk sprikte mellom familier, men også at en del familier med barn i alle aldre ikke hadde regler for skjermbruk. Karakteristika ved foreldre eller familier som gjorde slik eller sånn, var lite fremtredende med noen få unntak. Foreldre som definerte seg selv som gamere eller hadde annen høy IT kompetanse, fremstod med spesifikk kunnskap rundt sine valg som gjelder regler på barnas bruk av digitale medier. Foreldre som var nye i Norge, reflekterte rundt egen usikkerhet i det å tilnærme seg den digitale delen av hverdagen, og noen mente at en del innvandrere foreldre hadde streng grensesetting og praktiserte mindre fleksibilitet rundt reglene sine.

«Ikke bruk «digital husarrest»; det lærer barna ikke noe av»

Digital husarrest – i den forstand av at barnet mister tilgang til digitale medier som en form for straff – ble sjelden direkte omtalt i de inkluderte studiene, men berørte likevel flere av de identifiserte temaene. Én av metodene for å regulere skjermbruk som ble nevnt var det å frata barnet skjermen som straff for dårlig oppførsel, noe som tyder på at en form for digital husarrest kunne forekomme blant barn i noen av familiene. Samtidig var det enkelte foreldre som sa at de aldri brukte tilgang til digitale medier som en belønning til barnet. Med andre ord kan det se ut til at noen foreldre har et bevisst forhold til bruken av digitale medier som et middel for belønning eller straff, selv om alle ikke praktiserer dette på samme måte.

Det var også tydelig fra den inkluderte litteraturen at når foreldre forsøkte å regulere tidsbruk ble det ofte møtt med negative reaksjoner fra barnet. Enkelte opplevde disse reaksjonene som et uttrykk for barnas avhengighet av skjerm – og reflekterte dermed mer et problematisk aspekt ved barnas forhold til skjerm heller enn noe negativt ved foreldrenes grensesetting. Hvis man derimot ser barnas reaksjoner på å bli fratatt digital tilgang opp mot rådet om å unngå digital husarrest, kan dette tolkes som en legitim reaksjon fra barna på en unødvendig streng form for grensesetting. Dette er også mer i tråd med foreldrene som mente at økt bevissthet rundt digitale aktiviteter og samtaler med barnet er viktigere enn streng kontroll. Enkelte foreldre var også opptatt av å forklare barna hvorfor de setter grenser. Noen foreldre mente også at fenomenet «skjerm-tid» var et dårlig grunnlag for regulering og at det heller var *innholdet* i skjermtiden som var av betydning.

Bruken av digital husarrest kan også sees opp mot foreldres tillit til barna etter hvert som de ble eldre. Flere foreldre snakket om viktigheten av å gradvis gi slipp på reguleringen av digitale aktiviteter når barna ble eldre. I tilfeller der foreldre har mer tillit til barnet eller ungdommen vil kanskje også bruk av metoder som digital husarrest være mindre aktuelt. Samtidig kan det bety at digital husarrest potensielt sett kan være mer aktuelt for foreldrene når barna er yngre eller mindre modne.

Foreldres holdninger til barnas digitale aktiviteter vil kunne påvirke hvordan de forholder seg til digital husarrest. En vanlig bekymring hos mange foreldre i de inkluderte studiene var påvirkningen digitale medier kunne ha på barnas utvikling. Negative konsekvenser som dårligere språkutvikling, konsentrasjon og skoleresultater, samt sosialt press og mobbing, var noen av tingene som foreldrene bekymret seg for. Svært mange

foreldre var dessuten bekymret for at barnet skulle komme i kontakt med personer med uærlige hensikter. Samtidig kan bekymringene kontrasteres med de positive aspektene ved skjermbruk som fremheves av andre foreldre. Ved å benytte seg av digital husarrest som en straff for dårlig oppførsel risikerer man at barna mister tilgang til sosiale arenaer, familieaktiviteter, læringsarenaer og mulighet for utvikling av digitale ferdigheter. Utvalget i NOU 2024:20 (7) påpeker dessuten at barn kan være redde for digital husarrest dersom de opplever noe ubehagelig på nett, noe som kan gjøre at de ikke sier ifra hvis de opplever noe. På den måten kan digital husarrest fungere mot sin hensikt, ved at barn blir eksponert for mer risiko grunnet frykten for straff.

«Gi barna råd, men ikke overvåk dem»

Overvåking som tema fremkom i datamaterialet (funn som omhandler foreldres råd er diskutert tidligere i dette kapitlet). I vårt utvalg var det mange foreldre til de yngre barna som så for seg økte bekymringer om barnets digitale aktiviteter etter hvert som barnet ville bli eldre. Mange av foreldrene var opptatte av å lære barna tidlig om fordele og om farer ved å bruke digitale medier, om cybersikkerhet, om nettvett, om å være kritiske til innhold og til kilder, om feilinformasjon, og om hva som er ekte og uekte på internett. Det kan tyde på at foreldre er bevisste på barnets utsatthet på nett og ønsker å veilede barnet sitt deretter, men samtidig ikke ønsker å overlate barn og ungdommer som digitale aktører helt og holdent til seg selv.

Funnene våre viste at mange foreldre benyttet ulike overvåkingsstrategier til å følge med på hva barnet gjorde på internett, eller til å følge med på barnets geografiske plassering. Slike strategier kunne handle om å spore barnet via smartklokke, SnapMap eller andre apper som benytter seg av GPS-sporing. I andre tilfeller sjekket foreldrene søkehistorikk, logger, meldinger, kontakter og lignende. I mange tilfeller var barnet klar over dette, men det var også tilfeller der foreldre sjekket barnets aktiviteter uten å informere barnet. Noen foreldre beskrev også dilemmaer ved slik overvåking av barnet og barnets rett til frihet og privatliv. Blant foreldrene i vår kunnskapsoversikt var det noen få som hadde tatt et bevisst valg om ikke å overvåke barnet sitt av hensyn til barnets rett til privatliv, mens noen oppga at de ikke fulgte med på barnet sitt fordi de mente det ikke var nødvendig. Det kan se ut til at mange foreldre velger å monitorere sine barn. Medietilsynets rapport fra 2022 om digitale dilemmaer (77) fant at om lag seks av ti foreldre til barn mellom 11 og 12 år sjekker innholdet som barnet har sett på nett, og om lag fem av ti foreldre innimellom sjekker meldinger og/eller e-posten til barnet.

Det kan være mange årsaker til at foreldre overvåker sine barn. Funnene våre viste at foreldrene bekymrer seg for barnet sitt på internett av mange forskjellige grunner, for uønsket innhold, innhold som kan påvirke barnet på en uheldig måte og for innhold som er skjult for foreldrene. Mange foreldre opplevde at barnets aktiviteter på internett og i sosiale medier var vanskelig å regulere og mye var skjult for foreldrene, ved at mye av eksponeringen foregår i lukkede grupper. Funnene våre kan tyde på at barns utsatthet på internett, sosiale medier og i gaming gjør at mange foreldre vil ha innsyn i barnets digitale aktiviteter og digitale kontakter, og at det går på bekostning av barnets privatliv. En undersøkelse gjort av Penetrace på oppdrag for Telenor vinteren 2019

med 1001 foreldrerespondenter til barn i alderen 10-15 år (81) peker i samme retning som våre funn. De fant at 55 % av foreldrene har en eller flere ganger gått inn på barnets mobil, nettbrett eller PC uten at barnet var klar over det, og 51 % av foreldrene mente de hadde en plikt til å sjekke barnets mobil, nettbrett eller PC uten å be om lov.

«Ikke gi tilgang for tidlig, tilpass alder og følg aldersgrenser»

I studiene fant vi lite fokus på ved hvilken alder (på barnet) foreldrene ga barna tilgang til ulike digitale verktøy (TV, data, nettbrett og mobil); noen få kvalitative studier ga slik informasjon, men ingen av de kvantitative studiene. Kun én svensk studie hadde som hensikt å utforske førstegangsførelse sitt syn på 1-2-åring og skjermbruk, mens en annen svensk studie blant annet tok for seg forekomsten og plasseringen av digitale verktøy i hjemmemiljøet til barn under 3 år. Funnene sprikte, men det virket som de eksponerte de yngste barna (omtrent halvannet år gamle) for skjerm en halvtime til en time daglig. Det vanligste var TV, men det var ellers lite differensiert på type skjerm som foreldrene eksponerte de små for og hvilke begrunnelser eller perspektiver foreldrene hadde når de regulerte skjermbruken for de aller yngste. I Medietilsynets nyeste undersøkelse svarte 79 % av foreldrene til ett- og toåringene at de hadde kjennskap til anbefalingene fra Helsedirektoratet fra 2022 knyttet til skjermbruk (TV, data, nettbrett og mobil) som fraråder skjermtid for ettåring og anbefaler begrensning av skjermtid til én time daglig fra to år (4). Litt under halvparten av foreldrene sa at barnet var mellom 1–4 år da det fikk tilgang til skjerm på egenhånd, og tre av fire barn i alderen 1–4 år ser på film, serier eller TV minimum ukentlig, ifølge Medietilsynet (4). Undersøkelsen viste også at denne gruppen barn har fått tilgang til skjerm tidligst.

I vårt datamateriale var foreldre til barn mellom 3 og 6 år kun representert spesielt i to danske studier. Ingen av disse fokuserte på alder ved introduksjon av digitale verktøy og digitale medier, aldersgrenser eller tiden barna brukte med skjerm. Det virket som at det var vanlig at foreldrene tilgjengeliggjorde nettbrett for barna for lek og moro, og at de tilpasset innholdet etter hva som var aldersadekvat. Av norske barn i 5–8-årsalderen ser 94 % på film, serier eller TV minimum ukentlig, ifølge Medietilsynet (4).

I studiene med foreldre til barne- og ungdomsskolebarn var det overraskende lite fokus på ved hvilken alder foreldrene ga barna tilgang til mobiltelefon eller andre digitale verktøy. Imidlertid reflekterte mange foreldre i flere studier rundt aldersgrenser på spill, apper, og sosiale medier. Der kom det frem mange og sprikende foreldreperspektiver:

Aldersgrenser og nettspill

Studiene viser at mange foreldre til barne- og ungdomsskolebarn var opptatt av aldersgrenser og ved hvilken alder de ga egne barn tilgang til digitale spill og apper. Hva som karakteriserte foreldrene (alder, kjønn) som uttalte seg om dette kom frem i svært liten grad. Noen foreldre var skeptiske og kritiske til aldersgrensene, mens andre foreldre fant at det var godt å støtte seg på aldersgrensene og søkte aktivt opp tips om aldersadekvate spill og apper på ressursider på nettet. Mange foreldre, ofte de som selv gamet, gjorde gjerne sine egne vurderinger gjennom å teste spillene selv og eller de

vurderte barnets modenhet og tok det med i betraktning. En del foreldre regulerte aldersgrensene gjennom bruk av digital foreldrekontroll, og det virket også som mange foreldre samtalte med barna om aldersgrensene og innholdet i spill. Press fra barnet og foreldres frykt for utenforskap påvirket også beslutninger om å overholde anbefalte aldersgrenser. Vi har funnet rapporteringer fra Medietilsynet som indikerer at mange foreldre som de spurte, etterfølger aldersgrenser på kino, mens de er dårligst på å etterfølge aldersgrenser på dataspill (4). Vi viser også til Medietilsynets rapport *Barn og medier 2024* som gir informasjon om hva 9-18 åringer sier om deres digitale spillevaner (82).

Aldersgrenser og sosial medier

I datagrunnlaget vårt fokuserte tre mastergradsstudier fra Norge spesielt på foreldres (n=19) perspektiver på barns bruk av sosiale medier, der én studie inkluderte foreldre til barn på 10 til 12 år, mens de to andre inkluderte ungdomsskoleforeldre. Alle beskrev i intervjuene at de var opptatt av å overholde aldersgrensene for sosiale medier. Noen søkte opp informasjon aktivt på nettsteder og sa det er bra å kunne støtte seg på normerte aldersgrenser, og en del gjorde avtaler med andre foreldre om å holde seg til aldersgrensene. Det kom også frem usikkerhet blant mange foreldre, for eksempel som å være for streng. En gjennomgående bekymring var at det å overholde aldersgrenser kunne innebære utenforskap for barnet. Mange foreldre snakket med barna om ulike aspekter ved sosiale medier i oppstartsfasen når barna fikk tilgang, og med økende alder ville foreldrene at ungdommen skulle ta mer ansvar i å regulere egen bruk av sosiale medier. I nye tall fra Medietilsynet om foreldres kunnskap om hvilken aldersgrense som er gjeldende for ulike sosiale medier, svarte 53 % riktig for Snapchat, 43 % riktig for TikTok og 27 % riktig for YouTube. Det viste at en høy andel av foreldrene ikke kjente aldersgrensene, men sammenlignet med i 2022 hadde flere svart riktig (4). Vi har ikke funnet hvor mange foreldre som etterfølger aldersgrenser på sosiale medier, men vi utelukker ikke at slik informasjon finnes. Medietilsynets rapport *Barn og medier 2024* gir informasjon om hva 9-18 åringer sier om deres bruk av sosiale medier (82). Regjeringen har søkelys på aldersgrenser med tanke på informasjonssamfunnstjenester i personopplysningens lovverk (83). De har nylig foreslått å innføre 15-års aldersgrense for når unge kan samtykke til at personopplysningene deres kan behandles av sosiale medier (84). Det innebærer en facto heving av grensen for når unge kan opprette sin egen bruker på plattformer som TikTok, Snapchat og Instagram uten godkjenning fra foreldre (85).

Få eller ingen studier tok opp aldersgrenser på spill og eller sosiale medier for eldre ungdommer. Siden noen digitale spill har 18 årsgrense, kunne det vært en aktuell problemstilling å spørre foreldre til ungdommer i slutten av tenårene, eller for eksempel hvordan foreldre til unge med kognitiv funksjonsnedsettelse praktiserer aldersgrenser.

Digitale medier og bekymring for påvirkning av barnas utvikling og helse

I forbindelse med funn om det å gi barn tilgang til, tilpasse etter alder og overholde aldersgrenser, fant vi få studier og funn fra foreldre til de yngste barna (0-3 år) som tok opp spørsmål eller bekymringer om digitale mediers påvirkning på barnets emosjons-

regulering, utvikling og helse. Enkelte foreldre i studien av de aller yngste barna reflekterte rundt skjermbruk og potensiell påvirkning på barnets øyehelse og generelle utvikling. Grunnen til lite data om de yngste barna henger nok sammen med studienes hensikter og innretning, men det er likevel uventet med så få studier.

Foreldre til småbarn over 3 år, eldre barn og ungdommer i studiene trakk frem bekymring for skjermbrukens betydning for utvikling av kommunikasjonskompetanse, kognitiv utvikling, og at skjermbruken holder barna borte fra andre aktiviteter og kan føre til mindre kreativitet og selvinitiert lek med andre barn og på egenhånd. Selv om noen foreldre (barn-ungdommer) bekymret seg for negativ påvirkning på skolegangen, kom det også frem flere perspektiver på at digitale medier kan bidra til læring og utvikling. Datagrunnlaget viste at foreldre var oppmerksomme på skjermbrukens betydning for barns utvikling eller fysiske helse på sikt, og for at skjermbruken skulle være passiviserende og medføre mindre kreativitet og mindre selvinitiert lek med andre barn og på egenhånd. Dette gjenspeiles i funn om at mange foreldre forsøkte å balansere hverdagen til barna mellom skjermbruk og andre aktiviteter, og noen beskrev at regler inkluderte ikke-digitale aktiviteter.

Mange foreldre (ungdommer) i mange studier uttrykte bekymring for sosialt press og utenforskap, men overraskende få uttrykte uro for hvordan sosialt press i sosiale medier over tid kunne føre til psykisk uhelse. Konsekvenser for fysisk helse, på kort eller lengre sikt, bekymret også mange foreldre (småbarn-barn-ungdommer). Dette inkluderte fysisk aktivitet, overvekt, motorisk utvikling, syn, søvn og helse generelt. Fra Medietilsynets siste rapport blant foreldre med barn i alderen 1–8 år er 53 % negative til hvordan utviklingen av teknologi og skjermbruk påvirker barn og unge (4).

Mindre innsikt, men mange foreldreperspektiver om sosiale medier

Intervjustudiene viste at mange foreldre ikke får innsikt i ungdommenes opplevelser på nett. I denne sammenhengen var noen opptatt av hvordan sosialt samspill og press i sosiale medier over tid kunne føre til psykisk uhelse. Samtidig trakk noen foreldre frem fordeler, for eksempel at barna og ungdommene har fått nye venner over hele verden eller på egne skole gjennom gaming, og erfaringer med at barna/ungdommen har det gøy og lærer av nettbruken. Noen foreldre bekymret seg for negativ påvirkning på skolegangen, men her fremkom også perspektiver om digitale medier som en god læringsarena for barna.

Mange av foreldrene i datamaterialet vårt var opptatt av barnas interaksjon og kommunikasjon med andre på nett, inkludert mobbing, utestengelse, språkbruk og atferd generelt, som er i tråd med beskrivelser fra Medietilsynet (77). Nesten halvparten av foreldrene i spørreundersøkelsen vi inkluderte, bekymret seg for om barnet skulle bli behandlet av andre barn på en sårende og ekkel måte, mens 5 % mente barnet ble mobbet. I andre studier beskrev foreldre at interaksjon på sosiale medier var lite synlig for foreldre, hvilket kunne gjøre foreldrene enda mer bekymret. De beskrev for eksempel at på Snapchat forsvinner tekst og bilder hurtig, og de løftet frem Jodel og Snapchat som plattformer der mobbing og ekskludering lett kan skje på grunn av muligheten for å sende anonymt eller å danne eksklusive grupper. Foreldre uroet seg vel så mye for at

egne barn skulle ha krenkende atferd overfor andre på nett som ellers. I noen av studiene utdypet foreldrene at de snakket med barna/ungdommene sine om hvordan tekst og bilder kan oppleves av andre som mobbing, selv om barnet/ungdommen kanskje ikke mente det slik. Det er mulig at foreldre til jenter var mer bekymret for mobbing på sosiale medier sammenlignet med foreldre til gutter, og noen foreldre til yngre barn (3-9 år) fryktet for mobbing på nett når barna ble eldre.

Stygg språkbruk mellom barn/unge når de gamer pekte seg ut som noe foreldrene både bekymret seg for og uttrykte frustrasjon over. Noen karakterisert språkbruk som hard og stygg med hyppig bruk av banneord og kjønnsord. Det fremkom eksempler på at foreldre satte «språkregler» for tilgang til digitale medier og noen samtalte med barna om oppførsel på nett.

«Snakk med andre foreldre; lag felles regler»

Det var flere funn i oversikten som omhandlet samarbeid mellom foreldre. Flere av deltakerne i studiene var positive til samtaler med andre foreldre om regulering av barns digitale aktiviteter, blant annet fordi det gjorde det mulig å bli enige om regler i fellesskap. Dessuten kunne de oppleve støtte fra andre foreldre om egne valg.

Et annet gjennomgående funn i de inkluderte studiene var en stor variasjon i deltakernes perspektiver og innstillinger. For eksempel var det forskjell i hvordan foreldre tilnærmet seg tidsbruk, der ikke alle praktiserte begrensninger på skjermtid, og flere foreldre hadde ulike oppfatninger om viktigheten av å følge aldersgrenser på gaming og sosiale medier. Disse forskjellene kan tolkes som at det er, i hvert fall i noen områder, mangel på samarbeid og felles forståelse rundt flere temaer knyttet til barns digitale liv. Noe av bakgrunnen for denne tilsynelatende mangelen på overenstemmelse kan henge sammen med at ikke alle foreldre ønsker seg samarbeid eller felles regler å forholde seg til. Selv om noen foreldre i de inkluderte studiene ønsket seg felles regler som alle foreldre kunne følge, var det også foreldre som var motstandere av slike regler. I de tilfellene disse foreldrene ønsket seg regler så det ut til at de helst ønsket seg regler som var individuelt tilpasset deres barn, heller enn et sett med regler som var felles for alle barn. Det var også ulike oppfatninger mellom foreldre om hvorvidt man skulle ha faste regler for barns skjermbruk eller la barnet regulere seg selv.

Flere foreldre nevnte også at de opplevde seg kritisert eller stigmatisert av andre foreldre for måten man forholdt seg til egne barns digitale aktiviteter. Mange kjente på en skyldfølelse når de ikke klarte å overholde regler eller anbefalinger, mens andre opplevde at man var mye strengere enn det andre foreldre var. Dette kan være en potensiell barriere for foreldresamarbeid, ved at foreldre ikke nødvendigvis er villige til å snakke med andre foreldre fordi de er redde hvilke holdninger de vil bli møtt med.

Det er også verdt å merke seg at flere deltakere i studiene melder at de er usikre og mangler kunnskap om hvordan de skal veilede og regulere barna sine. Spesielt blant nyankomne innvandrere var mange usikre fordi de opplevde at de ikke hadde noen å diskutere med. En tolkning av disse funnene er at de indikerer at foreldre kan ha godt

av samarbeid og støtte fra andre, og kanskje spesielt av noen med kompetanse eller erfaring på den aktuelle tematikken. Nytteverdien av slike foreldresamarbeider eller foreldrestøtte har ikke blitt undersøkt i studiene vi inkluderte. Noen foreldre i studiene hadde opplevd å få råd fra andre foreldre, for eksempel via fellesskap på Facebook. Andre foreldre hadde selv opplevd å fungere som støtte ved å gi råd innen områder der de selv var svært kompetente, som IT eller gaming.

«Bruk foreldrekontroll på nettbrett og mobil for de yngste barna»

Medietilsynet rapporterer at i underkant av halvparten av foreldrene i deres 2024-undersøkelse brukte digitale kontrollfunksjoner for å begrense hvilke apper eller spill barna kan laste ned eller spille, begrensninger på pengebruk knyttet til spill eller apper og begrensninger på TV eller strømmetjenester, som var en økning i andelen foreldre sammenlignet med i 2022 og 2020 (4). I den største studien i vårt materiale fra 2018 oppga 40 % av fedrene og 32 % av mødre at de brukte foreldrekontroll for å begrense apper som kan lastes ned. Det kan altså se ut som det er en trend med økende andel foreldre som bruker en slik kontrollfunksjon, om vi tar med økningen som er funnet av Medietilsynet.

I intervjustudiene kom foreldres bruk av digital foreldrekontroll også frem. Mange foreldre beskrev at de brukte foreldrekontrollinnstillinger for å begrense skjermtid, innhold og eller tilgang til nettsider, og å begrense tilgang til å laste ned apper. Flere foreldre nyanserte sine erfaringer med slike verktøy, og det kom frem en form for kritikk mot funksjonaliteten og ikke alle forstod hvordan man skal bruke disse verktøyene. I NOU 2024:20, understrekes viktigheten av at innstillinger for foreldrekontroll bør være lett tilgjengelige og enkle å forstå (7). Det at mange barn og ungdommer bytter digitale enheter og plattformer hyppig, kan være en faktor til at foreldrekontrollen ikke fungerer etter hensikten, for eksempel fordi innholdet man vil verne barnet mot likevel kan kom frem i andre kanaler. Det ble også påpekt av flere foreldre at barna raskt tilegner seg høy digital kompetanse, finner frem på nye måter og bruker «smutthull» til tross for at foreldre har konfigurert og satt opp digitale sperrer. Mange foreldre understreket derfor viktigheten av å veilede barna i bruken av digitale verktøy og medier gjennom dialog eller gjennom å teste ut ulike apper sammen med barna. Flere foreldre ga inntrykk av at det var en del av det å være «god forelder» å engasjere seg i barnas digitale aktiviteter på denne måten – og generelt, for å tilrettelegge for gode digitale opplevelser.

Noen foreldre kjente ikke til digital foreldrekontroll i det hele tatt, og en barriere som ble nevnt for bruken var språk. Både i intervjuene og i de kvantitative dataene framkom en indikasjon på kjønnsforskjeller der flere foreldre til gutter brukte teknologisk regulering enn for jenter, og det er også et inntrykk at det var en liten overvekt av fedre sammenliknet med mødre som installerte slike hjelpemidler. Imidlertid viste tallene i vårt datamateriale at andelen av foreldre som brukte programvare som begrenser folk barnet kan ha kontakt med og blokkerer reklame samt teknologi for å spore hvor barnet er (f.eks. GPS) var tilnærmet lik mellom gutte- og jenteforeldrene.

For de aller yngste barna (0-3 år), ga ikke studiene noen informasjon om bruk av digital foreldrekontroll. Inntrykket vårt er at foreldrene regulerte tidsbruk og innhold manuelt. For barna som var rundt 5-6 år, oppga foreldrene i intervjuer at barna var for små og i liten grad selv klarte å navigere på nettbrettet. Heller ikke disse foreldrene nevnte at de brukte digitale foreldrekontroller, men mange sa spesifikt at de gjerne veiledet barna sine inn mot innhold med læringsmuligheter (pedagogisk innhold). Mange sa at de ikke hadde noen begrensinger på det digitale innholdet. Vi vet ikke om foreldrene har blitt spurt direkte om hvorvidt de brukte eller kjente til digitale foreldrekontrollfunksjoner. Den ene studien var utført i 2016, og søkelyset på slike kontrollfunksjoner generelt kan ha vært mindre den gang, om vi tar trendene (og den raske teknologiske utviklingen) beskrevet over i betraktning. Det at få studier har søkelys på bruk av digital foreldrekontroll blant foreldre til småbarn, henger antakelig naturlig sammen med at foreldre generelt er tettere på i denne alderen.

For barneskolebarn ga mange av foreldrene i intervjustudiene inntrykk av å være opp-tatt av mange ulike måter å regulere barnas digitale aktiviteter i hverdag på, inkludert bruk av digital kontroll. I én studie nevnte foreldre for eksempel spesifikt at barna kun fikk se YouTube Kids. Reguleringen innebar for noen også å undersøke barnas digitale aktivitetslogg, mens det var få foreldre som nevnte at de praktiserte det å slå av tilgangen til internett som en form for regulering. For barn i alderen 9 til 14 år viste en studie at det var en høyere andel foreldre som benyttet overvåking og teknologisk foreldremediering enn for tenåringer mellom 15 og 17 år. Utover det var det ingen studier som sa direkte at de spurte foreldrene om digital foreldrekontroll. Det betyr at vi vet lite om i hvilken grad foreldre til barn under 9 år benyttet seg av digital foreldrekontroll, og hva som er de vanligste begrunnelsene for å bruke eller ikke bruke dette.

«Husk at algoritmer tilpasser på godt og vondt»

Algoritmer blir brukt når barna blant annet spiller dataspill, bruker sosiale medier eller benytter søkemotorer til å søke etter informasjon på internett. Når barnet søker etter informasjon via en søkemotor vil søkemotoren bruke algoritmer til å bestemme hvilke resultater som vises først etter hvilke svar som virker mest relevant for brukeren. På sosiale medier vil algoritmer styre hva slags innhold barnet ser i feeden, og tilføre mer av lignende innhold etter hvert som barnet fortsetter å rulle videre i appen, og slik gjøre innholdet mer relevant og personlig tilpasset (86). Det betyr med andre ord at basert på barnets tidligere digitale aktiviteter kan algoritmer styre barna inn i både positive og negative strømmer av innhold som kan være vanskelig å kontrollere for et barn eller en ungdom.

I en rapport fra Medietilsynet fra 2024 (82) undersøkte de 13-18 åringers eksponering for skadelig innhold. De fant blant annet at 37 % har vært eksponert for hatmeldinger rett mot grupper eller enkeltpersoner og/eller skremmende eller voldelige bilder eller filmer (33 %). Videre har 24 % flere ganger vært eksponert for innhold knyttet til måter å bli tynn på, mens 15 % flere ganger har sett innhold om planlegging av slåssing eller slåsskamper, 13 % har sett innhold knyttet til selvskading og 12 % har sett innhold om salg av narkotika. Undersøkelsen fant også at det ser ut til at andelen som eksponeres for skadelig innhold øker med alderen. I våre kvalitative studier ble ikke foreldrene

spurt om hvorvidt deres barn hadde vært utsatt for uønskede hendelser på digitale plattformer, men funnene våre kan tyde på at foreldres økende bekymringer med barnets økende alder sammenfaller med barnas egne opplevelser av uønsket innhold på nettet med økende alder.

I spørreundersøkelsen vi inkluderte som bestod av familier med barn i alderen 9 til 17 år, fant de at 38 % av fedrene og 32 % av mødrene brukte en form for foreldrekontroll-funksjon for å holde oversikt over nettstedet eller apper som barnet besøker, mens 40 % av fedre og 32 % av mødre brukte foreldrekontroll for å begrense apper som kan lastes ned. Sett opp mot de kvalitative studiene er det tendenser i materialet som tyder på forskjeller i foreldres kontroll av innhold etter barnets alder. Blant foreldre til yngre barn 0-6 år var det få som brukte digital foreldrekontroll, mens mange foreldre til barn i grunnskolealder oppga at de benyttet digital foreldrekontroll. Det ser ut til at foreldrene til tenåringer benyttet foreldrekontroll i mindre grad og ga ungdommene mer ansvar for å regulere innholdet selv. Funnene tyder på at disse foreldrene også uttrykte mer bekymringer for innholdet ungdommen med det eksponeres for.

I våre kvalitative studier trakk mange foreldre frem flere bekymringer knyttet til barns eksponering av uønsket innhold på internett og på sosiale medier. Mange foreldre var bekymret for at barnet skal søke etter pornografisk materiale og voldelig materiale, herunder også selvskading og selvmord, og hvordan dette kan påvirke barnet på en uheldig måte. Hvilket innhold barna eksponeres for i digitale medier styres i stor grad av algoritmer. Flere av foreldrene til hovedsakelig eldre barn og ungdommer så utfordringer knyttet til barns eksponering for algoritmedrevet innhold. Mange av disse foreldrene opplevde at algoritmer gjør det vanskeligere for foreldre å ha kontroll over hva slags innhold barnet ser på egenhånd. Foreldre til barn med tilgang til mobiltelefon og sosiale medier så ut til å oppleve det særlig utfordrende å ha oversikt over barnets aktiviteter på slike digitale plattformer. Flere foreldre trakk også frem at det bidrar til å eksponere barnet for tilpasset innhold som skal vekke personlig interesse hos barnet over tid og føre til avhengighet og økt skjermbruk. Mens flere foreldre opplevde det utfordrende at algoritmer bidrar til å eksponere barnet for ensidig innhold, var det også noen foreldre, til hovedsakelig yngre barn, som beskrev det som positivt at barnet får mer av samme type innhold.

«Balanser din egen skjermbruk og vær et godt forbilde»

Mange av de intervjuede foreldrene i vårt datamateriale ønsket å være gode rollemodeller for sine barn ved å begrense tiden de selv brukte på skjerm. Samtidig påpekte mange foreldre at det å være god rollemodell mht. tidsbruk ikke alltid var så lett i praksis. I spørreundersøkelsen svarte 29 % av foreldrene at de var enige i at de er et dårlig forbilde for barna når det gjelder medie- og teknologivaner (ikke videre spesifisert), og en høyere andel i høyinntektsfamilier sammenlignet med i lavinntektsfamilier var enige i dette. Vi har i denne kunnskapsoppsummeringen ikke undersøkt *hva* foreldre bruker mobiltelefonen til, ei heller deres andre medievaner.

Foreldre som rollemodeller ble ikke eksplisitt undersøkt i Medietilsynets rapport om foreldre og medier, men rapporten viste at hele seks av ti foreldre mente de bruker for

mye tid med mobiltelefonen (4). Blant foreldrene til barna i 1–10 årsalderen var det flere som svarte at de bruker for mye tid på mobilen, sammenlignet med foreldrene til barna i 11–17-årsalderen. Flere kvinner enn menn mente de bruker for mye tid på mobilen (64 % mot 53 %). Det var også en aldersforskjell her, hvor flere foreldre mellom 30 og 59 år, sammenlignet med de yngre og eldre, svarte at de bruker for mye tid på mobilen.

I én av våre inkluderte spørreundersøkelser ble foreldrene spurt om de likte å være i forkant når det gjelder ny teknologi. Svaret skulle ta utgangspunkt i at de «tenkte på familielivet», så kanskje kan vi si at dette indirekte kan reflektere et ønske om å være en *teknologisk rollemodell* for sine barn. Langt flere fedre (65 %) enn mødre (37 %) sa seg enige i at de likte å være i forkant når det gjelder ny teknologi. Det var også flere fedre (50 %) enn mødre (30 %) som svarte at folk ofte ber dem om råd om teknologiske spørsmål. Foreldre i familier med høyere inntekt var oftere enig i at de liker å være i forkant med ny teknologi, sammenlignet med foreldre i familier med lavere inntekt, og foreldre med høyere utdanning oppga at de i større grad ble bedt om råd i teknologiske spørsmål. Vi vet ikke om det er noen sammenheng mellom ønsker om å ligge i forkant teknologisk og tid brukt på teknologisk utstyr (mobiltelefonen).

Det fremkom ikke direkte i studiene i vårt materiale hvorvidt foreldre ønsket å være rollemodeller også med tanke på *atferd på skjerm*, og dette synes også å være lite rapportert andre steder. Atferd på skjerm kan i denne sammenheng handle om blant annet: hvilke spill eller nettsteder/sosiale medier man oppsøker, hva man gjør der, hvordan man forholder seg til og interagerer med andre mennesker man treffer der, eventuelt snakker om de som ikke er der, hvordan man inkluderer og ekskluderer, hvordan man snakker/skriver, deler bilder mm. Indirekte kom det likevel frem noe informasjon om mulige posisjoner som forbilder eller rollemodeller, positive eller negative. Foreldre som selv gamet kunne fremstå som rollemodeller i den forstand at de var aktivt deltakende spillere sammen med barna. Noen var venner med barna/ungdommene sine på sosiale medier, hvilket kan gi et innblikk i forelderens atferd, men ikke nødvendigvis.

Mange foreldre søkte å balansere familiens bruk av tid mellom digitale og ikke-digitale aktiviteter. I spørreundersøkelsen svarte 44 % av foreldrene til barn i alderen 9-17 år at de forsøkte å begrense eller stå imot familiens bruk av digitale medier. I de kvalitative studiene fremkom dette ønske om balanse både blant foreldre med yngre og eldre barn/ungdommer. Denne balanseringen kunne for eksempel innebære at foreldre tok initiativ til familieaktiviteter som ikke muliggjorde bruk av skjerm på samme tid.

Foreldre ønsker som regel å være gode rollemodeller eller forbilder for sine barn, men vi ser at det kan være flere årsaker til at det kan være utfordrende. Foreldre bruker mer tid med mobiltelefonen enn de ønsker; vi har ikke data som utdyper grunnene til dette. Mange foreldre bruker også mindre tid sammen med barna på digitale medier enn de skulle ønske (diskutert under punktet «Ha en åpen dialog og vis interesse»). I tillegg kan det være vanskelig å være rollemodell for en atferd man selv ikke viser slik at barna kan erfare det, som f.eks. gaming, chatting og deling på nett eller inkluderende atferd.

Er kunnskapsgrunnlaget dekkende og anvendelig?

Med kunnskapsgrunnlagets anvendelighet forstår vi i hvilken grad resultatene gir formålstjenlig informasjon, og i hvilken grad funnene er dekkende for forskningsspørsmålene i denne kunnskapsoppsummeringen.

Det samlede utvalget i denne kunnskapsoppsummeringen omfatter foreldre til barn i alle eldre, barn fra seks uker til 18 år. Det er imidlertid en underrepresentasjon av foreldre til barn i enkelte aldersgrupper, som foreldre til de yngste barna 0-6 år og foreldre til de eldste barna 17-18 år. Basert på funnene i vår oversikt kan det se ut til at foreldrene til de eldste barna i mindre grad regulerer barnas skjermbruk og i større grad praktiserer selvregulering for ungdommene. Foreldrenes lave involvering kan ha hatt betydning for rekrutteringen av denne foreldregruppen til studiene. Å rekruttere foreldre til de yngste barna kan være krevende dersom foreldrene ikke (ennå) ser relevansen av å delta – på grunn av barnas alder, modenhet og manglende språkutvikling. To av studiene som inkluderte foreldrene til de yngste barna i denne kunnskapsoppsummeringen var etnografiske studier som benyttet observasjon av barna og familien i hjemmet over lengre tid.

Videre bestod foreldreutvalget i de inkluderte studiene oftest av et generelt utvalg, dvs. utvalg som ikke hadde til hensikt å undersøke særskilte foreldregrupper. Det var kun én studie som inkluderte etniske minoritetsforeldre spesielt, én studie som inkluderte foreldre til en særskilt gruppe barn og én studie som undersøkte særskilt gruppe av foreldre med gaming kompetanse. Samlet sett bestod foreldreutvalget i de inkluderte studiene av foreldre fra vedvarende høy- eller middelsinntektsfamilier, og bestod i liten grad av foreldre fra vedvarende lavinntektsfamilier. Det gjør at vi med det kan si lite om forskjeller i foreldres sosioøkonomiske status, om foreldres etnisitet eller kulturelle bakgrunn og hvilken betydning det har for disse foreldrenes involvering eller regulering av barnas digitale aktiviteter i hverdagen. Videre viser våre funn tendenser til at foreldre med høyere utdanning innen IT eller andre utdanninger som fremmer digitale ferdigheter hos foreldrene også har betydning for hvordan de regulerer barnas digitale aktiviteter og også barnas digitale ferdigheter. Alle disse foreldresubgruppene vil være særlig nyttig å inkludere i forskningen for å se nærmere på likheter og forskjeller i foreldreinvolvering enn hva som er mulig i vår kunnskapsoppsummering.

De 29 inkluderte studiene samlet inn data i perioden 2012 til 2023, hvorav tolv studier samlet inn data mellom 2020 og 2023 og ti studier før 2020. De øvrige syv studiene oppga kun publikasjonsår, og ikke *når* selve studien ble gjennomført. Siden temaet i denne kunnskapsoppsummeringen er foreldres tilnærming til barns digitale aktiviteter i hverdagen, vil relevansen (inkludert tidspunkt for de inkluderte studiene) av kunnskapsgrunnlaget være viktig å se opp mot dagens situasjon for foreldre til barn i Norge. Foreldre i dag er ikke nødvendigvis opptatt av regulering på samme måte eller har de samme bekymringene som foreldre i studier fra flere år tilbake. Den raske digitale utviklingen, barns økte tilgang til smarttelefon og sosiale medier de senere år, barn og

unges mange digitale aktiviteter og raske forflytninger mellom applikasjoner er eksempler på at foreldre, myndigheter og forskningsfeltet på mange områder ser ut til å bli hengende etter barna som digitale aktører. I NOU 2021:3, *Barneliv foran, bak og i skjermen*, anbefaler utvalget at kunnskapsutvikling knyttet til digital kompetanse og involvering fra foreldre eller andre voksne må ta utgangspunkt i barns egen mediehverdag (8). Videre skriver utvalget at mediekompetanse og digital kompetanse er dynamiske kompetanseområder som kontinuerlig bør utvikles hos barn og ungdom, foreldre og lærere, og i kulturen som helhet (8).

Et annet aspekt er at dagens foreldre og fremtidens foreldre vil ha ulike egne erfaringer i det å vokse opp med digitale medier, som naturligvis er med på å påvirke hvordan de utøver digitale praksiser i sine familieliv med sine barn – og hvilke utfordringer de møter. Man må ta i betraktning at digitale medier og digitale verktøy er i rask endring, og nå også med betydelig mer bruk av kunstig intelligens, noe som kan bidra til endringer i foreldres praksiser og bekymringsbilde. Mange foreldre er blant annet bekymret for barnas evne til å skille mellom hva som er ekte og uekte, og om feilinformasjon på internett. Økt bruk av kunstig intelligens i barnas digitale aktiviteter kan komme til å forsterke foreldres bekymringer på dette feltet.

For å få en mer inngående forståelse av hvordan barns digitale aktiviteter i hverdagen påvirker familiedynamikken og familielivet trengs det i tillegg til foreldreperspektivet også forskning som inkluderer barn og unges perspektiv om samme problemstilling (multiinformant studier). På den måten kan man få et bredere og mer helhetlig kunnskapsgrunnlag, for eksempel rundt grensesetting og foreldre og barns behov for opplæring og veiledning om mest mulig trygg og hensiktsmessig bruk av digitale medier. I tillegg bør det å innlemme kunnskap om hvordan foreldres egen skjermbruk, digitale holdninger og digital atferd spiller inn på barn og unges egen skjermbruk, holdninger og atferd. For barn og unge i alle aldre er det behov for kontinuerlig og nyansert forskning om skjermbruk, noe også Skjermbrukutvalget presiserer i kapittel 17 om utvalgets anbefalinger (7).

Barnas digitale aktiviteter finner sted på mange arenaer, ikke bare i barnas hverdag. Kunnskapsoppsummeringen vår har ikke inkludert barnas perspektiver på foreldres involvering i- eller regulering av barnas digitale aktiviteter, og den har ikke tatt for seg foreldres oppfattelse av digitale aktiviteter i barnehage eller skolesammenheng eller foreldres egne digitale aktiviteter. Det vil også være viktig å se våre funn opp mot disse aspektene.

Kan vi stole på kunnskapsgrunnlaget?

Når det gjelder fremgangsmåter i flermetodiske kunnskapsoppsummeringer er det ikke etablert en omforent måte å vurdere tilliten til kunnskapsgrunnlaget på (87). Det finnes altså ingen internasjonale metodeveiledere som presenterer en måte man kan gå frem på for å konkludere hvorvidt man kan stole på kunnskapsgrunnlaget i flermetodiske kunnskapsoppsummeringer.

Vi mener det er en styrke at vi har vurdert studienes metodiske begrensinger og presenterte alle funn for undertemaer på en måte som viser hvilke studier og tilhørende intern validitet som har blitt lagt til grunn for funnet. Vi kan ikke konkludere med i hvilken grad vi kan stole på kunnskapsgrunnlaget bak hvert funn, men likevel gir presentasjonen vår informasjon om en viktig komponent som inngår i en slik vurdering, det vil si intern validitet. Vi har tilnærmet halvt om halvt med studier med få eller moderate metodiske begrensninger (høy/middels intern validitet) og studier med store metodiske begrensninger (lav intern validitet), henholdsvis 14 og 15 studier. I og med at vårt datamateriale i stor grad er studier gjennomført de siste 10 årene, og med en god del utført de siste fem årene, anser vi også det som et pluss i en totalvurdering av kunnskapsgrunnlaget. Likeså er det en styrke at vi konsentrerte oss om skandinaviske studier med populasjoner bosatt her, som bidrar til at konteksten kan betraktes som overførbart til norske forhold og til det kunnskapsoppsummeringen skal brukes til. Vi valgte også å beskrive våre funn i alle undertemaer med mange nyanser og vi gjorde en skjønnsmessig vurdering av datasamsvar mellom studier når vi analyserte og sammenfattet hvert enkelt funn.

Vi kunne ha valgt å kun presentere funn basert på studier med få eller moderate metodiske begrensninger eller på noen måte ha vektet disse i vår kunnskapsoppsummering. Likevel mener vi at det er viktig å understreke at studier med store metodiske begrensninger ikke nødvendigvis har feil i resultater eller i konklusjoner. Det handler om at slik forfatterne har presentert studien, så forekommer informasjon eller fravær av informasjon på en slik måte at vi ikke kan utelukke at studiens resultater og konklusjoner er påvirket av metodiske svakheter; det vil si at det er en høy-, middels-, eller lav risiko for systematiske skjevheter eller tilsvarende metodiske begrensninger. Vi tror samlet sett at det styrker kunnskapsgrunnlagets pålitelighet at vi valgte å ta med alle studier uansett studiekvalitet selv om noen studier bak noen funn kan ha bidratt til nyanser som ikke er holdbare.

Overensstemmelse med andre litteraturoversikter

Vi har ikke kjennskap til eksisterende systematiske kunnskapsoppsummeringer fra Skandinavia spesielt.

Vi har identifisert en scoping review (88) med studier fra 2011 til 2021, der første og andreforfattere er norske og der fokuset hovedsakelig var på utfall på barn i fire av fem domener de kartla. Imidlertid identifiserte forfatterne ett domene som omfattet foreldremediering og omsorg. Datagrunnlaget var fra andre land i Europa og ikke fra Skandinavia så vidt vi forstår det. Artikkelen trekker likevel frem mange funn som er i overensstemmelse med de vi har i vårt datamateriale. Det inkluderer for eksempel foreldres ønske om å balansere barnas hverdag mellom digitale og ikke-digitale aktiviteter, regulering av barnas bruk av internett hjemme, og foreldre som rollemodeller for digitale praksiser, og at foreldremedieringen kan være ulik i ulike kontekster. En del av dataene om foreldremediering i artikkelen stammet fra studier der også barn var informanter.

Vi identifiserte også en systematisk oversikt over kvalitative studier med søkedato per september 2021 (89). Heller ikke den omfattet skandinaviske studier, mens temaet *foreldres oppfatninger av barns skjermtid* var høyaktuelt for denne kunnskapsoppsummeringen. Resultatene viste blant annet at foreldre var opptatte av å regulere/begrense barnas skjermtid og balansere tiden med ikke-digitale aktiviteter og å selv være gode rollemodeller. De beskrev liknende bekymringer som skjerminnhold og påvirkning på barnas sosiale liv, og opplevelser som at reguleringen var krevende og at foreldre kunne føle på skyld. De anerkjente også digitale aktiviteter som en del av den moderne hverdagen.

Vi viser til begge de to publikasjonene for flere relevante funn fra ikke-skandinaviske land.

Styrker og svakheter ved denne kunnskapsoppsummeringen

Vi mener den største styrken er våre systematiske metoder og transparens i hele prosessen av kunnskapsoppsummeringen. Det gjør det mulig for andre å få detaljert inn-sikt i hva som ligger til grunn for resultatene og konklusjonen. Vi baserte oss på [prosjektplanen](#) med våre forhåndsdefinerte inklusjonskriterier og gjennomførte kunnskapsoppsummeringen for det meste etter planlagte arbeidsmetoder. Både prosjektplanen og søkestrategien var fagfellevurdert.

En annen styrke vi vil fremheve er valget vi tok om å inkludere ikke bare studier publisert som vitenskapelige artikler, men også at vi inkluderte mastergradsoppgaver. Det har bidratt til et rikt og variert datagrunnlag. Vi valgte også å beholde svenske og danske publikasjoner. Det at vi har inkludert bredt, gir en oversikt over hva som er studert med vitenskapelige metoder om foreldres tilnærming til barns digitale aktiviteter i hverdagen de siste 10 årene.

Måten vi tilnærmet oss analysene har også vært en viktig styrke ved denne oversikten. Vi har kombinert en deduktiv og induktiv tilnærming: Vi hadde tre overordnede temaer da vi startet prosjektet (involvering, bekymring og regulering). Under analysearbeidet har vi kodet og kategorisert data (funn) under disse tre temaene der det var meningsfullt. Samtidig har vi latt dataene "tale til oss" slik at andre aspekter som dukket opp kunne kodes og kategoriseres under nye tema (som kompetanse og positive aspekter).

På grunn av den åpne tilnærmingen fikk vi også generert to temaer som ikke var dekket av de tre forhåndsdefinerte temaene: *Positive aspekter* og *kompetanse*. Vårt inntrykk er dessuten at positive aspekter ofte blir oversett i diskusjonen rundt barns digitale aktiviteter i hverdagen. Dette kan også merkes hvis man ser på rådene fra ungdomsutvalget til skjermbruksutvalget (7) eller våre egne forskningsspørsmål. Vi mener derfor dette er et spesielt viktig funn og en styrke ved denne oversikten, etter som de positive sidene ved barns digitale aktiviteter lett kan bli oversett.

Vi var nødt til å forenkle fremgangsmåten en del underveis av ressurshensyn. Forenklingene har medført en risiko for introduksjon av systematiske skjevheter. Vi har listet

forenklinger i fremgangsmåten under sammen med andre refleksjoner om potensielle svakheter ved kunnskapsoppsummeringen:

- **Litteratursøket:** Vi baserte oss på databasesøk for å identifisere studier fra Skandinavia. I tillegg søkte vi bredere i andre kilder (for eksempel NORA, Kudos, Cristin) etter norske studier enn for studier fra Danmark og Sverige. Det kan ha bidratt til at vi har flere norske studier, for eksempel flere norske mastergradsoppgaver. Selv om vi har gjort et grundig litteratursøk er det likevel en mulighet for at vi har gått glipp av relevante studier.
- **Inklusjon av studier:** Vi kontaktet forfattere av fire publikasjoner for å kunne gjøre tilstrekkelige vurderinger med tanke på inklusjon og eksklusjon, eller for informasjon om tilhørende publikasjoner. Informasjonen vi fikk fra tre av disse gjorde at vi kunne inkludere publikasjonene i kunnskapsgrunnlaget (12;28;55), mens én ble ekskludert (30). Vi kontaktet også Medietilsynet for å få informasjon om metoder for deres aktuelle rapporter, men informasjonen vi fikk gjorde at vi ikke kunne vurdere disse som empiriske studier (se beskrivelse under* i tabellen om inklusjonskriteriene). I utgangspunktet er dette en styrke, men det kan ha medført en skjevhet ved at vi under screeningen av artikler kan ha ekskludert publikasjoner som kunne ha vært inkludert dersom vi fikk supplerende informasjon av forfattere.
- **Vurdering av intern validitet:** ble foretatt med de sjekklister som vi fant best egnet iht studiedesign. Vi benyttet ikke sjekklister for flermetodiske studier slik skissert i prosjektplanen (se under avsnittet om vurdering av intern validitet). Under håndtering og presentasjon av kunnskapsgrunnlaget har vi ikke vektet funnene etter den interne validiteten. Vi har vært transparente på hvilke studier vi har lagt til grunn for funnene, men i liten grad vist hvilke studier som «dominerte» bak funnet. Det kan således ha vært en overvekt av informasjon fra studier med høy intern validitet eller motsatt, med lav intern validitet, bak funnene.
- **Dataauthenting:** På grunn av mange inkluderte studier, som også i stor grad var omfangsrike publikasjoner, så vi oss nødt til å justere vår fremgangsmåte slik vi åpnet opp for i prosjektplanen. Det betyr at dataauthenting fra hver enkelt studie er gjort av en av oss (IBL, TBJ, HBB, HN), mens kontroll av en annen kun ble gjennomført for halvparten de inkluderte publikasjonene. Dette kan ha medført en svakhet/skjevhet i tekstutdragene vi hentet ut og dermed påvirket resultater og konklusjonen vår.
- **Analyser og syntese:** Vi hentet ut et omfangsrikt datamateriale med 102 sider tekstutdrag. En av oss kodet i første steg, en annen kodet det neste steget, og det siste steget ble kodet av en av de to. Kodingen kan ha medført en «kode-inkonsistens» siden vi var fire personer som utførte kodingen.

Før publisering av denne rapporten ble vi tipset om en doktorgradsavhandling vi ikke hadde fanget opp, som trolig ville falt inn under inklusjonskriteriene våre (90). Med andre ord var det en svakhet ved søkestrategien som gjorde at vi ikke klarte å fange opp denne relevante referansen. Avhandlingen var registrert i databasen Cristin, men var, etter hva vi kan forsi, ikke mulig å finne i andre databaser. Felles for alle søkene

våre i «andre kilder» (dvs. databasene Cristin, BASE, NORA, Kudos, Diva, Norart og Bibliotek.dk) var at vi kun brukte noen få søkeord på samme språk som databasens nasjonalitet. I Cristin brukte vi for eksempel kun sju søkebegreper på norsk. Siden doktorgradsavhandlingen var skrevet på engelsk er det trolig grunnen til at den ikke ble fanget opp av søket i Cristin. Det kan derfor se ut til at søkene i andre kilder ble for snevre og at vi kan ha mistet relevante studier som vi ellers kunne ha fanget opp med en mer omfattende søkestrategi på disse kildene. Samtidig er det viktig å påpeke at dette kun gjelder de supplerende kildene, og ikke søkene i de tradisjonelle forskningsdatabasene (PsycINFO, Medline osv.) der vi gjorde mye mer omfattende engelskspråklige søk. Gjennom disse søkene fanget vi dessuten opp en artikkel av forfatteren av doktorgradsavhandlingen (90), som trolig er publisert som en del av samme avhandling. Vi har dermed, til en viss grad, dekket innholdet i avhandlingen, selv om vi, av ressurshensyn, ikke hadde mulighet til å ta resten av avhandlingen inn i denne oversikten.

Inkludering av kun foreldre er gjort for å muliggjøre gjennomføringen av oppdraget innenfor rammene som er satt for dette. Barnas utsagn og perspektiver ville naturligvis ha bidratt til en mer helhetlig forståelse av tematikken og muliggjort enda bedre innsikt i foreldrenes opplevelser og i familiedynamikken når det gjelder digitale aktiviteter i hverdagen.

Selv om det er utenfor vår kontroll, kan vi også legge til at en stor utfordring på dette feltet er den raske teknologiske utviklingen. Det innebærer at dataene, som er innsamlet i studier mellom 2012 og 2023 og publisert mellom 2015 og 2024, gjenspeiler en digital hverdag som kan ha endret seg for barn, unge og foreldrene deres når denne rapporten leses. Blant annet kan inntreden av kunstig intelligens medføre forandringer vi ikke har kunnet fange opp.

Kunnskapshull

Kunnskapsoppsummeringen har bidratt til å avdekke mange kunnskapshull (det vil si forskningshull i denne sammenhengen). Det inkluderer kunnskapshull fordi vi ikke har identifisert– eller kun funnet begrenset med forskning. Vi har ikke tatt intern validitet (studienes metodiske begrensninger) inn i vurderingen av kunnskapshull. Det kunne også ha bidratt til å nyansere områder der det er lite forskning av høy eller middels intern validitet.

De viktigste kunnskapshullene er lite informasjon om foreldre til små barn (før skolealder), eldre tenåringer (17-18 år) og barn med funksjonsnedsettelse, lavinntektsfamilier, kjønnsforskjeller (foreldre og barn), informasjon om hvor mye (grader/omfang) foreldre regulerer og bekymrer seg, om foreldre tar perspektivet om barns rettigheter i betraktning, og om effekt av tiltak (for eksempel foreldreopplæring/veiledning).

Følgende er kunnskapshull:

Populasjon

- Studiene inkluderte et mindretall foreldre med lavere sosioøkonomisk status, og ingen belyste geografiske forskjeller, urbane eller rurale foreldre/familier.
- Få studier inkluderte foreldre til barn med funksjonsnedsettelse og eller minoritetsforeldre, og ingen studier belyste perspektivene til foreldre med mentale eller fysiske helse/funksjonsutfordringer.
- Få studier omhandlet eller skilte ut perspektivene til foreldre som ikke bor sammen og ingen studier belyste perspektivene til eneforsørgere.
- Få studier omhandlet eller skilte ut perspektivene til foreldre til de yngste barna (under 3 år) og foreldre til eldre tenåringer (17-18 år).
- Få kvalitative studier belyste kjønnsperspektiver, det vil si foreldres kjønn eller barnas kjønn, og få studier omtalte forskjeller hos foreldre basert på alder/aldersgruppe.

Tema

- Foreldres perspektiver på barns rettigheter, f.eks. i hvilken grad foreldre har forståelse for barns rettigheter på nett eller hvordan foreldre veier barns rett til privatliv mot behovet for å beskytte dem mot risiko/utsatthet på nettet.
- Studiene ga lite informasjon om foreldrenes regulering var styrt av bekymringer eller fravær av bekymringer: Videre var det lite informasjon om foreldres egne verdier bidro til å styre reguleringen.
- Kun én kvantitativ studie undersøkte hvilke verktøy for digital foreldrekontroll som brukes mest.
- Hvilke typer digitale aktiviteter foreldre engasjerer seg mest i, og hva som fremmer/hemmer foreldre i å involvere seg i barns digitale aktiviteter i hverdagen.
- Ingen studier undersøkte foreldres bekymringer knyttet til kostnader ved kjøp av digitale enheter og kun noen få studier undersøkte kostnader knyttet til bruk av digitale enheter. Ingen rapporterte noe om hvorvidt foreldre «kjøper» barns gunst eller belønner barna med kjøp av utstyr, spill eller kjøp i app.
- Foreldrebekymringer knyttet til at barna ikke har tilstrekkelig digital tilgang, at barna skal ha for lav digital kompetanse når det gjelder fremtidens muligheter, eller bekymringer for ikke å kunne kontakte barnet (for eksempel hvis det ikke er lov til å ha mobiltelefon på skolen) ble lite berørt i kunnskapsgrunnlaget.
- Ingen studier så spesielt på bekymring knyttet til salg og kjøp på internett av for eksempel narkotika eller nevnte det i sin studie. Ingen studier trakk frem hva foreldre tenker om barns utforsking av seksualitet på nettet.
- Hvordan foreldre balanserer barns skjermtid med andre (fysiske) aktiviteter var lite detaljert.
- Ingen studier hadde undersøkt foreldres forståelse av hvordan apper er rigget til og eller hvordan barnet smidig kan flytte seg mellom plattformene.
- Foreldre nevnte ikke spesielt et søkelys på såkalt «snitchekultur» blant barn.
- Få studier utforsket foreldres perspektiver på kunstig intelligens som en del av barns digitale aktiviteter i hverdagen, og f.eks. barns evne til å skille mellom ekte og uekte.

Studiedesign

- Få studier med kvantitative data
- Få studier om effekt av tiltak for foreldre

Oppfordring til videre forskning

Gjennom denne kunnskapsoppsummeringen har vi bidratt til å synliggjøre at det mangler forskning for svært mange områder og problemstillinger som omfatter foreldres tilnærming til barns digitale aktiviteter i hverdagen. Det er vanskelig å rangere eller prioritere en anbefaling for videre forskning ut fra kunnskapshullene vi har avdekket. Likevel vil vi fremheve foreldres behov for enhetlig informasjon og kompetanse som et område vi mener har pekt seg ut i mange av studiene. Det er også slik at det er svært få studier som har evaluert nytteverdien av ulike foreldretiltak. Dersom slike tiltak planlegges, ville det være en god anledning til å undersøke om foreldre for eksempel opplever at de får mer kompetanse eller endrer sine praksiser når det gjelder digitale aktiviteter i hverdagen, om det endrer familiedynamikken og lignende.

Selv om vi i denne kunnskapsoppsummeringen har konsentrert oss om foreldres tilnærming til barns digitale aktiviteter i hjemme-hverdagen, vil vi også kort nevne verdien av å studere det helhetlige perspektivet, som også omfatter foreldres erfaringer og syn på barns digitale aktiviteter i skole- og barnehage, og foreldres egen bruk av digitale medier.

Som nevnt andre steder i denne kunnskapsoppsummeringen, er tematikken «barns digitale aktiviteter i hverdagen» et område der den digitale utviklingen skjer raskt, og nye problemstillinger oppstår. For at kunnskapen fra forskningen skal være relevant, betyr det at det er behov for nye studier som inkluderer (erfaringer med) den nyeste utviklingen. Det betyr også at denne kunnskapsoppsummeringen vil være mindre dekkende etter en tid, og en oppdatering av den allerede i løpet av 2-3 år anbefales.

Resultatenes betydning for praksis

Kunnskapsgrunnlaget bygger på forskning på skandinaviske foreldre og har således relevans for en norsk kontekst, samtidig som det ikke er dekkende for alle foreldregrupper. Kunnskapsgrunnlaget har metodiske svakheter som betyr at noen funn kan ha sterkere betydning, mens andre funn kan ha mindre betydning enn slik vi har fremstilt det. Ettersom vi ikke har foretatt en vurdering av tillit til funnene våre er vi dermed noe forsiktige med å vurdere funnenes betydning for praksis. Vi har heller ingen funn som kan si noe om virkningen av ulike former for foreldrepraksis, eller hvordan barns digitale aktiviteter, påvirker barna på kort eller lengre sikt og kan derfor heller ikke komme med anbefalinger om hvilke råd som er egnet for tilnærming til barns digitale aktiviteter.

Vi fant dessuten svært få kvantitative eller kvalitative studier på foreldre med små barn (dvs. under skolealder) og foreldre med eldre tenåringer, og bare én studie med foreldre til barn med funksjonsnedsettelse. Ytterligere forskning på grupper som ikke ble dekket i denne oversikten ville dermed bidra til å styrke forståelsen av barns digitale aktiviteter i hverdagen i Norge. Det er også viktig for oss å påpeke at vi mangler barnas perspektiver og at disse bør hensyntas når man fattet beslutninger som vil påvirke foreldre-barn-forholdet. Vi mangler også aspekter knyttet til barnas bruk av digitale enheter i barnehage og skole, som også er arenaer som bidrar inn i den helhetlige digitale aktiviteten til et barn. En eventuell kunnskapsoversikt som tok for seg alle disse perspektivene samlet, ville dermed være med på å styrke kunnskapsgrunnlaget for beslutninger om barnets digitale aktiviteter i hverdagen. Vi viser for øvrig til NOU 2024:20 som omhandler skjermbruk i barnehage og skole (7).

Vi kan imidlertid fremheve visse funn som peker seg ut og som kan være av nytte ved eventuell endring av praksis. Et gjennomgående funn i litteraturen er at flere foreldre kjenner på en usikkerhet og/eller mangel på kompetanse når det kommer til tilnærmingen til barnas digitale liv. Dette kan indikere et behov for å støtte foreldre på dette området. Et annet viktig funn i denne oversikten var hvordan flere foreldre understreket både de positive og negative aspektene ved ulike digitale aktiviteter. Dette funnet kan være til nytte for fagfolk og beslutningstakere, gjennom at man retter oppmerksomhet mot nyansene ved barns digitale liv, og at man forsøker å veie positive og negative sider opp mot hverandre når man skal foreta beslutninger. Ved å unngå en ensidig og problemfokuset tilnærming vil det være lettere å treffe bredden av barn og foreldres behov.

Når det i denne kunnskapsoppsummeringen er avdekket mange ubesvarte spørsmål, inkludert svært mangelfull dokumentasjon om effekt av tiltak - så er det viktig informasjon i seg selv. Å jobbe kunnskapsbasert innebærer at man bruker:

- forskningsbasert kunnskap ved å systematisk innhente forskning og kritisk vurderer funnene
- erfaringsbasert kunnskap blant fagfolk, som ferdigheter, vurderingsevne, kommunikasjon og relasjoner utviklet i praksis
- brukerkunnskap og brukermedvirkning, som kan være kunnskap, erfaringer, verdier, ønsker og behov hos brukere, pasienter eller pårørende.

Disse tre elementene vurderes så i en kontekst. Å vise til at det mangler kunnskapsoppsummeringer er også å bruke forskningsbasert kunnskap (<https://www.helsebiblioteket.no/innhold/artikler/kunnskapsbasert-praksis/kunnskapsbasertpraksis.no>).

Konklusjon

I denne flermetodiske kunnskapsoppsummeringen inkluderte vi 29 Skandinaviske studier om foreldres tilnærming til barns digitale aktiviteter hjemme. Vi inkluderte studier som var publisert de siste 10 årene, de fleste var fra Norge, og det var 27 kvalitative studier med 769 foreldre og to kvantitative studier, hvorav den største var en spørreundersøkelse med 1001 foreldre fra 2018 og den andre inkluderte 94 foreldre til ungdommer med kognitiv funksjonsnedsettelse.

Funnene viser at foreldrene var opptatt av muligheter og utfordringer ved barns (0-18 år) digitale aktiviteter – og at det var mange ulike perspektiver på hvordan familiehverdagen preges. Foreldrene til barneskolebarn og ungdomsskolebarn involverte seg eller hadde ønske om å involvere seg mer i barnas digitale aktiviteter. De praktiserte regler om det digitale og benyttet digital foreldrekontroll, og mange interagerte gjennom samtaler med barna, å spille sammen med dem, eller å se på digitale medier i fellesskap. Mange foreldre så også digitale medier som en læringsarena for barna, og anerkjente digitale aktiviteter som en fritidsinteresse barna hadde. Foreldrene bekymret seg for tidsbruken og innholdet barna ble eksponert for, og de løftet frem usikkerhet rundt egne avgjørelser i lys av barnets alder og modenhet. Konflikter med barna rundt reguleringen kunne være krevende. Mange foreldre bekymret seg for sosiale medier, sosialt press og for at barnet skal oppleve utenforskap eller mobbing, og de reflekterte rundt sin egen digitale kompetanse og behov for kunnskap.

Kunnskapsoppsummeringen belyser norske foreldres erfaringer med barns digitale aktiviteter i hverdagen, samtidig som den avdekker viktige kunnskapshull, blant annet relatert til informasjon fra foreldre til små barn (før skolealder), eldre tenåringer (17-18 år) og barn med funksjonsnedsettelse, sosioøkonomiske forskjeller, kjønn, og temaer om f.eks. reguleringen var styrt av bekymringer eller fravær av bekymringer og barns rettigheter. Selv om det er visse begrensninger ved denne oversikten, slik som manglende vurdering av tillit til resultatene og fokus på andre arenaer i barnas liv, viser funnene våre at foreldre har behov for støtte i håndteringen av barns digitale aktiviteter og at det trengs en balansert tilnærming som tar hensyn til både positive og negative sider ved barns digitale liv.

Referanser

1. Folkehelseinstituttet, red. Ingeborg Beate Lidal, Heid Nøkleby, Hans Bugge Bergsund, Trine Bjerke Johansen, Anne Martina Kraus, Gyri Hval. Hva foreldre sier om sin egen involvering i barnas digitale aktiviteter i hverdagen: Prosjektplan for en flermethodisk systematisk oversikt. 2024. Tilgjengelig fra: <https://www.fhi.no/cristin-prosjekter/aktiv/hva-foreldre-sier-om-sin-egen-involvering-i-barnas-digitale-aktiviteter-i-hverdagen/>
2. Bufdir. Tall og forskning om barn og unges mediebruk[oppdatert 2024; lest 2024-11-08]. Tilgjengelig fra: <https://www.bufdir.no/statistikk-og-analyse/mediebruk/mediebruk/#section-richtext-104>
3. Bakken A. Ungdata 2024. Nasjonale resultater. NOVA Rapport 6/24. 2024. Tilgjengelig fra: https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/bitstream/handle/11250/3145138/Ungdata2024_NasjonaleResultater_UU.pdf?sequence=1&isAllowed=y
4. Medietilsynet, red. Medietilsynet. Foreldre og medier 2024 – en undersøkelse om foreldres erfaringer med 1–17-åringers medievaner. 2024. Tilgjengelig fra: https://www.medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2024/241128_foreldre_og_medier_2024.pdf
5. NOVA O, red. Enstad FoB, A. . Ungdata junior 2024. Nasjonale resultater. NOVA Rapport 5/24. 2024. Tilgjengelig fra: https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/bitstream/handle/11250/3145148/UngdataJunior2024_NasjonaleResultater_UU.pdf?sequence=1&isAllowed=y
6. Statistisk sentralbyrå. Norsk mediebarometer[oppdatert 14. mai 2024; lest 16.05.2025]. Tilgjengelig fra: <https://www.ssb.no/kultur-og-fritid/tids-og-mediebruk/statistikk/norsk-mediebarometer>
7. Regjeringen, red. Skjermbrukutvalget. NOU 2024: 20; Det digitale (i) livet — Balansert oppvekst i skjermenes tid. Regjeringen.no: 2024. Tilgjengelig fra: <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/nou-2024-20/id3073644/>
8. NOU. Barneliv foran, bak og i skjermen. Oslo: Departementenes sikkerhets- og serviceorganisasjon; 2021. Norges offentlige utredninger.
9. Barne- og familiedepartementet. Rett på nett: Nasjonal strategi for trygg digital oppvekst. 2021.
10. Medietilsynet. Handlingsplan for trygg digital oppvekst. 2024.
11. Skjermbrukutvalget. Skjermbrukutvalget[lest 2024-11-08]. Tilgjengelig fra: <https://skjermbrukutvalget.no/>
12. Elvestad E, Staksrud E, Ólafsson K. Digitalt foreldreskap i Norge. 2021.
13. Moberg K. Foreldreskap og dataspill: Foreldres håndtering av dataspill i hverdagen [NOVA Notat]. Oslo: Velferdsforskningsinstituttet NOVA; 2023. Tilgjengelig fra: <https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/bitstream/handle/11250/3052985/NOVA-Notat-1-2023.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
14. Lov om barn og foreldre (barnelova), (1981, 1981).
15. FN-SAMNBANDET. Barnekonvensjonen[oppdatert 2024-05-06; lest]. Tilgjengelig fra: <https://fn.no/avtaler/menneskerettigheter/barnekonvensjonen>

16. FN-SAMNBANDET. Barnekonvensjonen; Generell kommentar nr. 25 (2021) om barns rettigheter relatert til det digitale miljøet. 2021. Tilgjengelig fra: <https://www.regjeringen.no/contentassets/1376fac2fe2a427389f9f94b52acd5efc/kommentar-nr.-25-barnekonvensjonen.pdf>
17. Staksrud E, Ólafsson K. Is it me, or is it you? Exploring contemporary parental worries in Norway. Discourses of anxiety over childhood and youth across cultures 2020:323-45.
18. Område for helsetjenester i Folkehelseinstituttet. Slik oppsummerer vi forskning. Håndbok for Folkehelseinstituttet. 4. reviderte utg. Oslo: Område for helsetjenester i Folkehelseinstituttet; 2018. Tilgjengelig fra: <https://www.fhi.no/globalassets/dokumenterfiler/rapporter/2018/slik-oppsummerer-vi-forskning-2018v2-endret-2021.pdf>
19. Cochrane handbook for systematic reviews of interventions. Version 6.2: Cochrane Collaboration; 2021. Tilgjengelig fra: <https://training.cochrane.org/handbook>
20. Hong QN, Rees R, Sutcliffe K, Thomas J. Variations of mixed methods reviews approaches: A case study. Research Synthesis Methods 2020;11(6):795-811.
21. Hong QN, Pluye P, Bujold M, Wassef M. Convergent and sequential synthesis designs: implications for conducting and reporting systematic reviews of qualitative and quantitative evidence. Systematic reviews 2017;6:1-14.
22. Joanna Briggs Institute. 8.4.2 MMSR questions that take a convergent segregated approach to synthesis and integration[lest 2024]. Tilgjengelig fra: <https://jbi-global-wiki.refined.site/space/MANUAL/355829348/8.4.2+++MMSR+questions+that+take+a+CONVERGENT+SEGREGATED+approach+to+synthesis+and+integration>
23. Folkehelseinstituttet, red. Giske L, Vist GE, Baiju N, Borge TC, Lidal IB, Nguyen L. Skjermbruks påvirkning på barn og ungdoms fysiske helse målt som muskel-skjelettsmerter, hodepine og øyehelse: en parapyoversikt. 2024. 8284064537. Tilgjengelig fra: <https://www.fhi.no/contentassets/5e7ef7065a374f69958e3390b31a323c/ski-ermbruks-pavirkning-pa-barn-og-ungdoms-fysiske-helse-rapport-2024.pdf>
24. Folkehelseinstituttet, red. Vist GE, Giske L, Borge TC, Baiju N, Lidal IB, Nguyen HL. Skjermbruks påvirkning på barn og ungdoms emosjonelle, kognitive og motoriske utvikling: en parapyoversikt. 2024. 8284064529. Tilgjengelig fra: https://fhi.brage.unit.no/fhi-xmlui/bitstream/handle/11250/3155423/Vist_2024_Skj.pdf?sequence=2&isAllowed=y
25. Folkhälsomyndigheten. Digitala medier och barns och ungas hälsa: En kunskapssammanställning. 2024: 2024.
26. Priem J, Piwowar H, Orr R, red. OpenAlex: A fully-open index of scholarly works, authors, venues, institutions, and concepts. Submitted to the 26th International Conference on Science, Technology and Innovation Indicators (STI 2022)20222022. Tilgjengelig fra: <https://arxiv.org/abs/2205.01833>
27. Thomas J, Brunton J, Graziosi S. EPPI-Reviewer 4.0: software for research synthesis. EPPI-Centre Software. London: Social Science Research Unit, Institute of Education; 2010.
28. Egeland C, Pedersen E, Nordberg TH, Ballo JG. Barnefamilienes hverdagsliv i Norge 2021. 2021.
29. Moberg KE. Gutter, skolearbeid og gaming-Gutters balansering av tidsbruk i et samfunnsperspektiv: The University of Bergen; 2021.
30. Dahle MS, Hodøl H-O, Kyrkjebø T, Økland Ø. Småbarn og skjermbruk: Rapport om 4–6-åringers skjermbruk, basert på foreldreundersøkelse. Barnevakten. [https://www.barnevakten.no/content/uploads/2021/02/smaabarn ...](https://www.barnevakten.no/content/uploads/2021/02/smaabarn...); 2021.
31. Grønmo S, Dahlum S, Svartdal F. Validitet[lest]. Tilgjengelig fra: <https://snl.no/validitet>

32. Ames HM, Glenton C, Lewin S, Tamrat T, Akama E, Leon N, et al. Clients' perceptions and experiences of targeted digital communication accessible via mobile devices for reproductive, maternal, newborn, child, and adolescent health: a qualitative evidence synthesis. *Cochrane database of systematic reviews* 2019(10).
33. Glenton C, Carlsen B, Lewin S, Wennekes MD, Winje BA, Eilers R. Healthcare workers' perceptions and experiences of communicating with people over 50 years of age about vaccination: a qualitative evidence synthesis. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2021;(7).
34. Munabi-Babigumira S, Glenton C, Lewin S, Fretheim A, Nabudere H. Factors that influence the provision of intrapartum and postnatal care by skilled birth attendants in low-and middle-income countries: a qualitative evidence synthesis. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2017;(11).
35. Critical Appraisal Skills Program. CASP Checklist: CASP Qualitative Studies Checklist[lest 2024-11-16]. Tilgjengelig fra: <https://casp-uk.net/casp-checklists/CASP-checklist-qualitative-2024.pdf>
36. Nasjonalt kunnskapssenter for helsetjenesten. 4.1 Sjekklister; Prevalensstudie (prevalence study) Nasjonalt kunnskapssenter for helsetjenesten [lest]. Tilgjengelig fra: https://www.helsebiblioteket.no/innhold/artikler/kunnskapsbasert-praksis/kunnskapsbasertpraksis.no/4.kritisk-vurdering/4.1-sjekklister/_attachment/download/7f1fb82d-6e25-464c-9459-1b2168c4aa6a:83f3c5451cd83f8f6b6f8049d4a71e68aca3d358/sjekklister-prevalensstudier-2006.pdf
37. Thomas J, Harden A. Methods for the thematic synthesis of qualitative research in systematic reviews. *BMC Medical Research Methodology* 2008;8(1):45. DOI: 10.1186/1471-2288-8-45
38. Naeem M, Ozuem W, Howell K, Ranfagni S. A Step-by-Step Process of Thematic Analysis to Develop a Conceptual Model in Qualitative Research. *International Journal of Qualitative Methods* 2023;22:16094069231205789. DOI: 10.1177/16094069231205789
39. Guyatt G, Oxman AD, Akl EA, Kunz R, Vist G, Brozek J, et al. GRADE guidelines: 1. Introduction-GRADE evidence profiles and summary of findings tables. *J Clin Epidemiol* 2011;64(4):383-94. DOI: 10.1016/j.jclinepi.2010.04.026
40. Lewin S, Glenton C, Munthe-Kaas H, Carlsen B, Colvin CJ, Gulmezoglu M, et al. Using qualitative evidence in decision making for health and social interventions: An approach to assess confidence in findings from qualitative evidence syntheses (GRADE-CERQual). *Plos Med* 2015;12(10). DOI: ARTN e1001895; 10.1371/journal.pmed.1001895
41. Olmos-Vega FM, Stalmeijer RE, Varpio L, Kahlke R. A practical guide to reflexivity in qualitative research: AMEE Guide No. 149. *Medical teacher* 2023;45(3):241-51.
42. Aders H. Digital mobbing-hva er det? : UiT Norges arktiske universitet; 2017.
43. Amrén E, Liljeqvist S. Föräldrars uppfattning kring sina barns skärmanvändning: En fenomenologisk studie. 2020.
44. Andermo S, Rydberg H, Norman Å. Variations in perceptions of parenting role related to children's physical activity and sedentary behaviours—a qualitative study in a Northern European context. *BMC Public Health* 2021;21:1-14.
45. Ask K, Sørenssen IK, Moltubakk ST. The struggle and enrichment of play: Domestications and overflows in the everyday life of gamer parents. *Nordicom Review* 2021;42(s4):107-23.
46. Azam KE. "That's PEGI, the American system!": perceptions of video game age ratings among families in Norway. *Media, Culture & Society* 2023;45(6):1156-74.
47. Bønnhoff HED. Fostering 'digital citizens' in Norway: Experiences of migrant mothers. *Families, Relationships and Societies* 2021;10(3):377-93.

48. Dralega CA, Mainsah H, Dahle MS, Repstad H. Videogames and Critical Media Literacy in Family Contexts in Norway. 2023.
49. Johansen SL, Larsen MC, Ernst MJ. Young Children (0-8) and Digital technology: A qualitative exploratory study-National report-DENMARK. 2016.
50. Kapella O, Sisask M. Country reports presenting the findings from the four case studies. 2021.
51. Lafton T, Wilhelmsen JEB, Holmarsdottir HB. Parental mediation and children's digital well-being in family life in Norway. *Journal of Children and Media* 2024;18(2):198-215. DOI: 10.1080/17482798.2023.2299956
52. Lindqvist A-K, Castelli D, Hallberg J, Rutberg S. The praise and price of pokemon GO: A qualitative study of children's and parents' experiences. *JMIR serious games* 2018;6(1):e8979.
53. Lundtofte TE. Contesting digital leisure time: Parental struggles in relation to young children's play with tablets at home. *Nordicom Review* 2021;42(s4):94-106.
54. Mjåvatn KH, Husebø V. Det er jo vanskelig–man må bare ståls sette seg: OsloMet-Storbyuniversitetet; 2023.
55. Moberg K. Foreldreskap og dataspill. Foreldres håndtering av dataspill i hverdagen; NOVA Notat nr 1/23. 2023.
56. Moberg KE, Vogt KC. Gutters tidsbruk på dataspill og skolearbeid. *Nordisk tidsskrift for ungdomsforskning* 2022;(2):171-89.
57. Nielsen MS. Kontroll og tillit-En kvalitativ studie av foreldres vurdering av risiko og internettregulering på vegne av sine barn 2015.
58. Nordal M. Foreldre i en digital verden. Oslo: VID vitenskapelige høgskole; 2022.
59. NTNU, red. Ekmann O, Malum M. Barn og sosiale medier. 2024. Tilgjengelig fra: file:///C:/Users/INGL/Downloads/no.ntnu_inspira_188206766_126045219.pdf
60. Omland T. Oppvokst på sosiale medier: En kvalitativ studie av ungdommers og foreldres perspektiver på sosiale medier: NTNU; 2024.
61. Quayyum F, Bueie J, Cruzes DS, Jaccheri L, Vidal JCT. Understanding parents' perceptions of children's cybersecurity awareness in Norway. *arXiv*; 2021.
62. Quayyum F, Jaccheri L, red. An exploratory study about the role of gender in cybersecurity awareness for children. *International Conferences on ICT, Society and Human Beings 2023, E-health 2023, Connected Smart Cities 2023, and Big Data Analytics, Data Mining and Computational Intelligence 2023, Part of the Multi-Conference on Computer Science and Information Systems 2023*. IADIS Press; 2023.
63. Sandberg H, Sjöberg U, Sundin E. Små barns digitala vardagsliv: Barndom, föräldraskap och modernt familjeliv: Institutionen för kommunikation och medier, Lunds universitet; 2024.
64. Stensland MTE. What's Papa going to say? What guides fathers' decision-making processes on the mediation of their children's use of digital media? Oslo: Universitet i Oslo; 2023.
65. Strandenæs K. Digitalisering av barndommen og oppdrageransvaret 2015.
66. Stæhr AC. Texting, teens, and parental challenges in practices of family socialization. *Journal of Linguistic Anthropology* 2024;34(1):107-26.
67. Sørenssen IK, Ask K, Moltubakk ST. Gamer-parent identity: positioning parenthood between fun screentime and ideals of responsibility. 2022.
68. Sørenssen IK, Ask K, Moltubakk ST. The involved and responsible outsiders: Norwegian gamer-parents expanding and reinforcing contemporary norms of parenthood. *Journal of Children and Media* 2024;1-18.
69. Walstad EB. En kvalitativ undersøkelse om bruk av digital teknologi på fritiden: OsloMet-Storbyuniversitetet; 2021.
70. Widmer S, Albrechtslund A. The ambiguities of surveillance as care and control: Struggles in the domestication of location-tracking applications by Danish parents. *Nordicom Review* 2021;42(s4):79-93.

71. Alfredsson Ågren K, Kjellberg A, Hemmingsson H. Internet opportunities and risks for adolescents with intellectual disabilities: A comparative study of parents' perceptions. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy* 2020;27(8):601-13.
72. Krossbakken E, Torsheim T, Mentzoni RA, King DL, Bjorvatn B, Lørvik IM, et al. The effectiveness of a parental guide for prevention of problematic video gaming in children: A public health randomized controlled intervention study. *Journal of behavioral addictions* 2018;7(1):52-61.
73. Skaug S, Englund KT, Saksvik-Lehouillier I, Lydersen S, Wichstrøm L. Parent-child interactions during traditional and interactive media settings: A pilot randomized control study. *Scandinavian journal of psychology* 2018;59(2):135-45.
74. Mekhail KT, Blom L, Rydström L-L. Young children's screen habits and first-time parents' reflections on screen use in socioeconomically disadvantaged Swedish settings: a mixed methods study. *BMC Public Health* 2024;24(1):2027.
75. Sandberg H, Sjöberg U, Sundin E. Toddlers' digital media practices and everyday parental struggles: Interactions and meaning-making as digital media are domesticated. *Nordicom Review* 2021;42(s4):59-78.
76. IPSOS. EU KIDS ONLINE 2018 TECHNICAL REPORT NORWAY. Universitetet i Oslo: 2019. Tilgjengelig fra: <https://www.hf.uio.no/imk/forskning/prosjekter/eu-kids-iv/rapporter/resultater-fra-2018/eu-kids-technical-report-norway-2018-14.1.19-english.pdf>
77. Medietilsynet. Digitale dilemmaer – en undersøkelse om barns debut på mobil og sosiale medier. 2023. Tilgjengelig fra: https://www.medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2022/230206_digitale-dilemmaer.pdf
78. Nygård G. 35 prosent har høyere utdanning[lest 17.03.2025]. Tilgjengelig fra: <https://www.ssb.no/utdanning/utdanningsniva/statistikk/befolkningens-utdanningsniva/artikler/35-prosent-har-hoyere-utdanning>
79. Befolkningens utdanningsnivå[lest]. Tilgjengelig fra: <https://www.ssb.no/utdanning/utdanningsniva/statistikk/befolkningens-utdanningsniva>
80. Kalmus V, Sukk M, Soo K. Towards more active parenting: Trends in parental mediation of children's internet use in European countries. *Children & Society* 2022;36(5):1026-42.
81. Telenor. Barn reagerer på foreldres mobil-snoking. Tilgjengelig fra: <https://www.telenor.no/om/samfunnsansvar/artikler/barn-reagerer-foreldre/>
82. Medietilsynet, red. Medietilsynet. Barn og medier 2024 – en undersøkelse om 9–18-åringers medievaner. 2024. Tilgjengelig fra: https://www.medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2024/241128_barn_og_medier_2024.pdf
83. Lovdata. Lov om behandling av personopplysninger (personopplysningsloven). Kapittel 3. Utfyllende regler om behandling av personopplysninger[lest 17.03.2025]. Tilgjengelig fra: https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2018-06-15-38/KAPITTEL_3#KAPITTEL_3
84. Regjeringen. Regjeringa vil ha aldersgrense på 15 år for å dele personopplysninger[lest]. Tilgjengelig fra: <https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/regjeringa-vil-ha-aldersgrense-pa-15-ar-for-a-dele-personopplysninger/id3064231/#:~:text=Aldersgrensa%20i%20personopplysningslova%20regulerer%20n%C3%A5r%20barn%20sj%C3%B8lv%20kan,framleis%20samtykke%20for%20barn%20som%20er%20under%20aldersgrensa.>
85. Medietilsynet. Aldersgrense for sosiale medier: Slik påvirkes barna. 2024. Tilgjengelig fra: <https://www.medietilsynet.no/digitale-medier/aldersgrenser-sosiale-medier/aldersgrense-sosiale-medier-slik-pavirkes-barna/>

86. leksikon. Ln. algoritme 2024. Tilgjengelig fra: <https://lille.snl.no/algoritme>
87. Stern C, Lizarondo L, Carrier J, Godfrey C, Rieger K, Salmond S, et al. Methodological guidance for the conduct of mixed methods systematic reviews. JBI evidence synthesis 2020;18(10):2108-18.
88. Lafton T, Holmarsdottir HB, Kapella O, Sisask M, Zinoveva L. Children's vulnerability to digital technology within the family: A scoping review. Societies 2022;13(1):11.
89. Chong SC, Teo WZ, Shorey S. Exploring the perception of parents on children's screentime: a systematic review and meta-synthesis of qualitative studies. Pediatric research 2023;94(3):915-25.
90. Azam KE. Digital parenting in the risk society: Parents' perception and mediation of video game risk [Universitetet i Oslo]. [lest]. Tilgjengelig fra: <https://app.cristin.no/results/show.jsf?id=2159386>
91. Livingstone S, Blum-Ross A, Pavlick J, Ólafsson K. In the digital home, how do parents support their children and who supports them? 2018.
92. Regjeringen, red. Skjermbrukutvalget. Konsekvenser av skjermbruk for de yngste barna (0 til 5 år) - et kunnskapsgrunnlag fra skjermbrukutvalget. 2023. Tilgjengelig fra: [https://files.nettsteder.regjeringen.no/wpuploads01/sites/546/2023/12/Konsekvenser-av-skjermbruk-for-de-yngste-barna-endelig .pdf](https://files.nettsteder.regjeringen.no/wpuploads01/sites/546/2023/12/Konsekvenser-av-skjermbruk-for-de-yngste-barna-endelig.pdf)
93. Helsedirektoratet. Barn og unge 6–17 år bør begrense tiden i ro, særlig passiv skjermtid på fritiden[lest 2024]. Tilgjengelig fra: <https://www.helsedirektoratet.no/faglige-rad/fysisk-aktivitet-i-forebygging-og-behandling/barn-og-unge/barn-unge-6-17-ar-tid-i-ro-stillesitting-skjermtid>
94. Tidemann A, Elster AC. Maskinlæring. 2022.
95. Tsou AY, Treadwell JR, Erinoff E, Schoelles K. Machine learning for screening prioritization in systematic reviews: comparative performance of Abstrackr and EPPI-Reviewer. Systematic Reviews 2020;9(1):73. DOI: 10.1186/s13643-020-01324-7

Begrepsavklaringer

Begrep	Tolkning /avklaring
Aktiv skjermbruk	Aktiv skjermbruk som eksempelvis spill som innebærer aktivitet, spill hvor man utforsker omgivelsene eller spill som er kognitivt utfordrende. Helsedirektoratet Barn og unge 6–17 år bør begrense tiden i ro, særlig passiv skjermtid på fritiden - Helsedirektoratet
Digital hverdag Digitalt liv Digital oppvekst	Digitaliseringen har endret mange sider av barn og unges oppvekst og hverdagsliv. En tredjedel av verdens internettbrukere er barn og unge. Digitale verktøy, og internett er altså ikke noe som eksisterer i tillegg til deres «virkelige liv», det er en del av selve livet. (9)
Digitale aktiviteter	Alle former for bruk av digitale verktøy og medier
Digitale enheter / verktøy	Digital elektronisk enhet som mobiltelefon, smarttelefon, smartklokke, tv, nettbrett, pc og spillkonsoll
Digitale (medie)plattformer	En teknologisk infrastruktur som tillater to eller flere grupper å samhandle. En plattform fungerer som en base der digitale tjenester, produkter og forretningsmodeller kan bli utviklet. Eksempler på digitale plattformer er sosiale medier, e-handel nettsteder, og operativsystemer som Android [Solved] Hva er en digital plattform og hvilke fordeler har vanligvis en - Digital transformasjon og innovasjon (DIG3400) - Studocu https://en.wikipedia.org/wiki/Digital_platform
Digitale medier	Massemediakommunikasjon innenfor alle former for elektronisk og digitale kommunikasjonsmedier som er gjort tilgjengelig av datateknologi. Digitalt innhold kan opprettes, ses, distribueres, endres, lyttes til og bevares på en digital elektronisk enhet, som blant annet digitale datalagringsmedier (i motsetning til analoge elektroniske medier) og digital kringkasting. Digital er definert som alle data representert av en rekke sifre (tall), og media refererer til metoder for å kringkaste eller kommunisere denne informasjonen. Sammen refererer digitale medier til medier med digitalisert informasjon som sendes gjennom en skjerm og/eller en høyttaler https://no.wikipedia.org/wiki/Digitale_medier
Digitalt foreldreskap	Digitalt foreldreskap handler om hvordan foreldre forholder seg til digitale teknologier i en barneoppdragelseskontekst (12) (Elvestad s. 11)
Faglig kvalitet	I denne prosjektplanen og i kommende kunnskapsoppsummering bruker vi begrepet faglig kvalitet om informasjonen vi bruker om det tematiske innholdet. Altså ikke den metodiske kvaliteten på forskningen, men hvordan

	innholdet for eksempel treffer ift konsepter, begreper og temaer.
Flermetodisk systematisk oversikt	En flermetodisk systematisk oversikt er en forhåndsplanlagt, systematisk, transparent og etterprøvbar oppsummering av kvalitative, kvantitative og flermetodiske empiriske primærstudier
Foreldre	Begrepet «foreldre» brukes i denne publikasjonen i vid forstand og omfatter også personer som ikke er juridiske foreldre, men har ansvar og omsorgsoppgaver overfor et barn. (9)
Foreldremediering	Foreldremediering er strategier foreldre bruker overfor barnas bruk av medier. Ved aktiv foreldremediering involverer foreldrene seg i barnas skjermbruk ved blant annet å se på skjerm sammen med barna og snakke om det de ser. Ved restriktiv foreldremediering lager foreldrene typisk regler og bruker digitale innstillinger for å regulere/sette grenser for barnas skjermbruk (12;91) En del av oppdragelsesstrategi.
Interaktiv	Interaksjon betyr samspill med noe eller noen. Interaktiv teknologi beskrives som digitale metoder, verktøy eller enheter som brukeren benytter for å løse en bestemt oppgave, for eksempel nettbrett eller videospill (92).
Intern validitet	<i>I hvilken grad resultatene er gyldige for det utvalget og det fenomenet som er undersøkt.</i> Hvis en kvantitativ studie har lav risiko for systematiske skjevheter, er den interne validiteten høy. Tilsvarende er den interne validiteten høy ved få metodiske begrensninger i kvalitative eller flermetodiske studier. Ved lav intern validitet har studien metodiske svakheter som gjør at resultater og konklusjoner kan inneholde feil.
Mediehverdag	Se digital hverdag
Passiv skjermtid	Med passiv skjermtid menes tid foran tv, nettbrett, pc eller mobiltelefon som innebærer lite eller ingen form for fysisk aktivitet, bevegelser eller samhandling (93).
Sosiale medier	Sosiale medier er nettsider og apper som tilrettelegger for å skape og dele innhold, og å delta i sosiale nettverk; REF: sosiale medier – Store norske leksikon
Teknologisk mediering	Foreldre bruker teknologiske løsninger/innstillinger for å begrense eller blokkere tilgangen til innhold (innholdsfilter), ulike applikasjoner, eller for å begrense tidsbruk.

Vedlegg 1: Søkestrategi

Databaser

Database: Ovid MEDLINE(R) ALL <1946 to November 15, 2024>

Search Strategy:

- 1 (parent* or mother* or father*).ti,ab,kw,kf. (776374)
- 2 (parent* or famil*).jn,jw. (109714)
- 3 exp parents/ or exp family relations/ (226175)
- 4 or/1-3 (934468)
- 5 exp digital technology/ or video games/ or internet/ or "internet use"/ or social media/ or communications media/ or blogging/ or smartphone/ or text messaging/ or mobile applications/ or exp technology addiction/ (134928)
- 6 (((screen or touchscreen or onscreen or media) adj5 (us* or expos* or time or based or device* or view* or addict*)) or gaming or e-gam* or egam* or video gam* or computer gam* or ((television* or smartphone* or smart-phone* or ipad? or tablet? or internet or device* or mobile phone* or technology or app or apps) adj5 (us* or expos* or time or addic*)) or (digital adj2 (upbring* or up-bring* or citizen* or activit* or life)) or screentime or "social media" or chat or chatting or chats or snapchat or instagram or tiktok or reels or youtube).ti,ab,kw,kf. (779678)
- 7 or/5-6 (865702)
- 8 4 and 7 (31557)
- 9 (norwegian* or norway or denmark or danish or sweden or swedish or scandinavia* or nordic contr*).mp. (277207)
- 10 "scandinavian and nordic countries"/ or exp denmark/ or exp norway/ or sweden/ (186929)
- 11 or/9-10 (279787)
- 12 8 and 11 (590)
- 13 limit 12 to yr="2015 -Current" (371)

Database: APA PsycInfo <1806 to November 2024 Week 2>

Search Strategy:

- 1 (parent* or mother* or father*).ti,ab,id,ot. (434007)
- 2 (parent* or famil*).jn,jx. (64282)
- 3 parents/ or adoptive parents/ or exp fathers/ or exp mothers/ or exp parenting/ or exp parental attitudes/ (206304)
- 4 or/1-3 (490139)

5 exp human technology interaction/ or exp computer games/ or electronic books/ or computer mediated communication/ or cybersex/ or online dating/ or social media/ or websites/ or exp screen time/ or "smartphone use"/ or internet usage/ (70276)

6 (((screen or touchscreen or onscreen or media) adj5 (us* or expos* or time or based or device* or view* or addict*)) or gaming or e-gam* or egam* or video gam* or computer gam* or ((television* or smartphone* or smart-phone* or ipad? or tablet? or internet or device* or mobile phone* or technology or app or apps) adj5 (us* or expos* or time or addic*)) or (digital adj2 (upbring* or up-bring* or citizen* or activit* or life)) or screentime or "social media" or chat or chatting or chats or snapchat or instagram or tiktok or reels or youtube).ti,ab,id,ot. (190609)

7 or/5-6 (219437)

8 4 and 7 (16567)

9 (norwegian* or norway or denmark or danish or sweden or swedish or scandinavia* or nordic contr*).mp. (61933)

10 8 and 9 (256)

11 10 and 2015:2024.(sa_year). (152)

Database: Scopus

Søkedato: 18.11.2024

(TITLE-ABS-KEY(parent* or mother* or father*) AND TITLE-ABS-KEY((((screen or touchscreen or onscreen or media) and (us* or expos* or time or based or device* or view* or addict*)) or gaming or e-gam* or egam* or "video games" or "computer games" or ((television* or smartphone* or smart-phone* or ipad* or tablet* or internet or device* or "mobile phone" or "mobile phones" or technology or app or apps) and (us* or expos* or time or addic*)) or (digital and (upbring* or up-bring* or citizen* or activit* or life)) or screentime or "social media" or chat or chatting or chats or snapchat or instagram or tiktok or reels or youtube)) AND TITLE-ABS-KEY(norway or norwegian or swedish or sweden or danish or denmark or scandinavian*)) AND PUBYEAR > 2014 AND PUBYEAR < 2026 : 993

OR

(TITLE-ABS-KEY(parent* OR mother* OR father*) AND TITLE-ABS-KEY((((screen OR touchscreen OR onscreen OR media) AND (us* OR expos* OR time OR based OR device* OR view* OR addict*)) OR gaming OR e-gam* OR egam* OR "video games" OR "computer games" OR ((television* OR smartphone* OR smart-phone* OR ipad* OR tablet* OR internet OR device* OR "mobile phone" OR "mobile phones" OR technology OR app OR apps) AND (us* OR expos* OR time OR addic*)) OR (digital AND (up-bring* OR up-bring* OR citizen* OR activit* OR life)) OR screentime OR "social media" OR chat OR chatting OR chats OR snapchat OR instagram OR tiktok OR reels OR youtube))) AND PUBYEAR > 2014 AND PUBYEAR < 2026 AND (LIMIT-TO (AFFILCOUNTRY,"Sweden") OR LIMIT-TO (AFFILCOUNTRY,"Norway") OR LIMIT-TO (AFFILCOUNTRY,"Denmark")) : 2245

Database: Epistemonikos

Søkedato: 18.11.2024

Søk i title/abstract, alle publikasjonstyper, 2015-2024

parent* OR mother* OR father*

AND

((((screen OR touchscreen OR onscreen OR media) AND (us* OR expos* OR time OR based OR device* OR view* OR addict*)) OR gaming OR e-gam* OR egam* OR "video games" OR "computer games" OR ((television* OR smartphone* OR smart-phone* OR ipad* OR tablet* OR internet OR device* OR "mobile phone" OR "mobile phones" OR technology OR app OR apps) AND (us* OR expos* OR time OR addic*)) OR (digital AND (upbring* OR up-bring* OR citizen* OR activit* OR life)) OR screentime OR "social media" OR chat OR chatting OR chats OR snapchat OR instagram OR tiktok OR reels OR youtube))

AND

(norway OR norwegian OR swedish OR sweden OR danish OR denmark OR scandinavian* OR "nordic countries")

Antall treff: 135

Andre kilder

Cristin

2024-11-19

Anslagsvis antall lest: 700

Termer søkt hver for seg: skjermbruk, skjermtid, digital oppvekst, digital hverdag, skjerm, foreldre, sosiale medier

NORA

2024-11-22

Anslag antall lest: 1200

Termer søkt hver for seg: digital, digitale, digitalt, "sosiale medier", skjerm, skjermtid, skjermbruk

Kudos: evaluering, studie, strategi/plan, barne- og familiedepartementet

2024-11-22

Anslag antall lest: 200

Termer søkt hver for seg: digital, digitale, digitalt, "sosiale medier", skjerm, skjermtid, skjermbruk

DIVA

2024-11-25

Anslag antall lest: 1300

Termer søkt hver for seg: skärm*, digitala föräldr*, sociala medier föräldr*

Bibliotek.dk

2024-11-25

Anslag antall lest: 250

Titel: digital, Fritekst: forældr* 2015-2024

Titel: sociale medier, Fritekst: forældr* 2015-2024

Titel: skærm*, Fritekst: forældr* 2015-2024

Norart

2024-11-25

Anslag antall lest: 80

Termer søkt hver for seg: skjerm*, foreldre*, digital*, foreldre*, sosiale medier

BASE

2024-11-25

Anslag antall lest: 21

parent* tit:screen country:dk doctype:(11* 12* 13 14 15 18*) year:[2015 TO 2024]

parent* tit:screen country:no year:[2015 TO 2024]

parent* tit:screen country:se year:[2015 TO 2024]

OpenAlex

OpenAlex er et «open source»-datasett med mer enn 250 millioner vitenskapelige objekter som tidsskriftpublikasjoner, stortingsmeldinger og konferanseabstrakter (26). Datakildene til OpenAlex inkluderer Microsoft Academic Graph, CrossRef, ORCID, PubMed, CENTRAL, Unpaywall, ISSN International Centre, preprint-servere samt en rekke andre fagområder og institusjonelle arkiver. Datasettet er satt sammen av åtte typer vitenskapelige enheter (works, authors, sources, institutions, concepts, publishers, funders, locations) og sammenhengene mellom dem. I stedet for å søke i henhold til ord som finnes i en studies tittel eller sammendrag, MeSH-termer eller nøkkelord gitt av forfatteren, tidsskriftet eller databasen, bruker OpenAlex dyp læring for å linke disse objektene sammen, i tillegg til bibliometriske- og siteringslikheter. Et slikt søk resulterer i langt færre identifiserte studier som er irrelevante. Videre bruker OpenAlex «web-crawling» for å innhente nye objekter/artikler, og inkluderer grå litteratur som institusjonelle rapporter, stortingsmeldinger og evalueringer publisert elektronisk.

Vi brukte følgende publikasjoner som frøstudier til OpenAlex søket:

- Aders, H. (2017). *Digital mobbing – hva er det?* [Universitetet i Tromsø]. <https://munin.uit.no/handle/10037/11203>
- Borgler, M., & Odén, E. (2023). "Hur förbereder jag mitt barn för den digitaliserade världen?" *Vårdnadshavares perspektiv på barns användning av digitala verktyg i hemmet och i förskolan* [Karlstads universitet]. <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:1779843/FULLTEXT01.pdf>
- Brito, R., Francisco, R., Dias, P., & Chaudron, S. (2017). Family Dynamics in Digital Homes: The Role Played by Parental Mediation in Young Children's Digital Practices Around 14 European Countries. *Contemporary Family Therapy*, 39(4), 271–280. <https://doi.org/10.1007/s10591-017-9431-0>

- Bønnhoff, H. E. D. (2021). Fostering 'digital citizens' in Norway: Experiences of migrant mothers. *Families, Relationships and Societies*, 10(3), 377–393. <https://doi.org/10.1332/204674320X16047231238221>
- Dahle, M. S., Hodøl, O., Kyrkjebø, T., & Økland, Ø. (2021). *Småbarn og skjermbruk: Rapport om 4–6-åringers skjermbruk, basert på foreldreundersøkelse*. Barnevakten. <https://www.barnevakten.no/wp-content/uploads/2021/02/smaabarn-og-skjermbruk-2021-rapport.pdf>
- Dardanou, M., Unstad, T., Brito, R., Dias, P., Fotakopoulou, O., Sakata, Y., & O'Connor, J. (2020). Use of touchscreen technology by 0–3-year-old children: Parents' practices and perspectives in Norway, Portugal and Japan. *Journal of Early Childhood Literacy*, 20(3), 551–573. <https://doi.org/10.1177/1468798420938445>
- Jortveit, S. (TSOSO). (2023). *Foreldre og medier 2022*. Medietilsynet.
- Kapella, O., Schmidt, E. M., & Vogl, S. (2022). *Integration of digital technologies in families with children aged 5-10 years: A synthesis report of four European country case studies*. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.6411126>
- Lafton, T., Holmarsdottir, H. B., Kapella, O., Sisask, M., & Zinoveva, L. (2022). Children's Vulnerability to Digital Technology within the Family: A Scoping Review. *Societies*, 13(1), 11. <https://doi.org/10.3390/soc13010011>
- Lafton, T., Wilhelmsen, J. E. B., & Holmarsdottir, H. B. (2024). Parental mediation and children's digital well-being in family life in Norway. *Journal of Children and Media*, 18(2), 198–215. <https://doi.org/10.1080/17482798.2023.2299956>
- Mjåvatn, K. H., & Husebø, V. (2023). «Det er jo vanskelig – man må bare ståls sette seg» Hvordan forholder foreldre seg til sin ungdoms bruk av sosiale medier? [OsloMet – storbyuniversitetet]. https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/bitstream/handle/11250/3099473/Mjåvatn_Husebø_SBV_2023.pdf
- Moberg, K. (2023). *Foreldreskap og dataspill: Foreldres håndtering av dataspill i hverdagen* [NOVA Notat]. Velferdsforskningsinstituttet NOVA.
- Nielsen, M. S. (2015). *Kontroll og tillit: En kvalitativ studie av foreldres vurdering av risiko og internettregulering på vegne av sine barn* [Masteroppgave, University of Oslo]. <http://urn.nb.no/URN:NBN:no-49967>
- Nordal, M. (2022). *Foreldre i en digital verden: En kvalitativ studie av foreldres erfaring med barnas skjermbruk på fritiden* [VID vitenskapelige høyskole]. <https://hdl.handle.net/11250/3002732>
- Omland, T. (2024). *Oppvokst på sosiale medier: En kvalitativ studie av ungdommers og foreldres perspektiver på sosiale medier* [NTNU]. <https://ntnuopen.ntnu.no/ntnu-xmlui/handle/11250/3140376>
- Quayyum, F., Bueie, J., Cruzes, D. S., Jaccheri, L., & Vidal, J. C. T. (2021). *Understanding parents' perceptions of children's cybersecurity awareness in Norway* (No. arXiv:2108.02512). arXiv. <http://arxiv.org/abs/2108.02512>
- Rosenberg, T. G. (2023). *Digitale dilemmaer – en undersøkelse om barns debut på mobil og sosiale medier*. Medietilsynet. https://www.medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2022/230206_digitale-dilemmaer.pdf

- Sandberg, H., Sjöberg, U., & Sundin, E. (2021). Toddlers' digital media practices and everyday parental struggles: Interactions and meaning-making as digital media are domesticated. *Nordicom Review*, 42(s4), 59–78.
<https://doi.org/10.2478/nor-2021-0041>
- Schmidt, E.-M. (2024). Digital technologies in children's everyday lives and in 'doing family'. *Families, Relationships and Societies*, 13(2), 215–232.
<https://doi.org/10.1332/20467435Y2024D000000019>
- Sørenssen, I. K., Ask, K., & Moltubakk, S. T. (2022). Gamer-Parent Identity: Positioning Parenthood Between Fun Screentime and Ideals of Responsibility. *2022 Games + Learning + Society Conference Proceedings*.
<https://escholarship.org/uc/item/7mk1s88n>

Vedlegg 2: Bruk av maskinlæring

Maskinlæring er en spesialisering innen kunstig intelligens hvor man bruker statistiske metoder for å la datamaskiner finne mønstre i store datamengder (94). Enkelt sagt betyr maskinlæring at vi tar i bruk algoritmer som gjør at datamaskinen er i stand til å lære fra og utvikle sin beslutningsstøtte basert på empiriske data som vi fører den med. OpenAlex er et åpent tilgjengelig datasett med mer enn 250 000 000 vitenskapelige objekter (referanser inkl. ikke-fagfelleverderte evalueringer, grå litteratur, konferanse-abstrakter mm.) (26). OpenAlex innhenter daglig nye referanser, dette inkluderer også grå litteratur som institusjonelle rapporter, stortingsmeldinger og evalueringer som er publisert elektronisk. I stedet for å søke etter emneord eller nøkkelord i studienes titler og sammendrag, kobler OpenAlex sammen referanser basert på tekstens innhold og betydning.

Priority screening er en rangeringsalgoritme i programvaren EPPI-Reviewer (95) som læres opp av forskernes avgjørelser om inklusjon og eksklusjon av referanser på tittel- og sammendragnivå. Rangeringsalgoritmer er algoritmer som er trent til å gjenkjenne relevante data og til å presentere dataene etter relevans. Referanser som algoritmen anser som mer relevante basert på forskernes avgjørelser om inklusjon blir skjøvet frem i «køen». På denne måten får vi raskere overblikk over hvor mange referanser som muligens treffer inklusjonskriteriene enn om vi skulle lest referansene i tilfeldig rekkefølge.

Vedlegg 3: Vurdering av studienes interne validitet

A: Vurdering av metodebegrensninger i de kvalitative studiene og de kvalitative dataene i flermetodiske studier*;

Spørsmålene er utviklet av Cochrane EPOC group (32-34), og bygger på Critical Appraisal Skills Programme (CASP)(35). Sjekklisten inneholder følgende spørsmål (oversatt til norsk av TBJ):

1. Er settingen og konteksten til studien tilstrekkelig beskrevet?
2. Er utvalgsstrategien hensiktsmessig for å besvare problemstillingen?
3. Er datainnsamlingsstrategien beskrevet og tilstrekkelig begrunnet?
4. Er dataanalysen/analysen av data beskrevet og hensiktsmessig?
5. Er påstandene/funnene støttet med tilstrekkelig evidens?
6. Viser studien/forfatterne refleksivitet?
7. Er etiske forhold vurdert?
8. Andre bekymringer?

Forfatter (år)	1	2	3	4	5	6	7	8	Intern validitet
Aders (2017)	Delvis/0	Delvis/0	Delvis/0	Ja/+	Delvis/0	Delvis/0	Ja/+		Lav
Amrén (2020)	Delvis/0	Delvis/0	Delvis/0	Delvis/0	Nei/-	Nei/-	Ja/+		Lav
Andermo (2021)	Ja/+	Ja/+	Nei/-	Ja/+	Delvis/0	Nei/-	Nei/-		Lav
Ask (2021)	Delvis/0	Nei/-	Nei/-	Ja/+	Delvis/0	Nei/-	Nei/-		Lav

Azam (2023)	Ja/+	Nei/-	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Nei/-	Delvis/0		Middels
Bønnhoff (2021)	Delvis/0	Nei/-	Nei/-	Nei/-	Delvis/0	Nei/-	Delvis/0		Lav
Dralega (2023)	Delvis/0	Delvis/0	Delvis/0	Nei/-	Ja/+	Nei/-	Nei/-		Lav
Egeland (2021)*	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Delvis/0	Nei/-	Nei/-		Middels
Ekmann (2024)	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Ja/+		Høy
Elvestad (2021)*	Nei/-	Delvis/0	Delvis/0	Delvis/0	Delvis/0	Nei/-	Delvis/0		Lav
Johansen (2016)	Delvis/0	Ja/+	Ja/+	Delvis/0	Nei/-	Nei/-	Nei/-		Lav
Kapella (2021)	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Nei/-	Ja/+	Ja/+	Høy
Lafton (2024)	Nei/-	Delvis/0	Nei/-	Delvis/0	Delvis/0	Nei/-	Delvis/0		Lav
Lindqvist (2018)	Ja/+	Delvis/0	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Nei/-	Delvis/0		Middels
Lundtofte (2021)	Ja/+	Nei/-	Nei/-	Delvis/0	delvis/0	Nei/-	Nei/-		Lav
Mekhail (2024)*	Ja/+	Nei/-	Nei/-	Delvis/0	Nei/-	Nei/-	Delvis/0		Lav
Mjåvatn (2023)	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Delvis/0		Høy
Moberg (2023)	Nei/-	Nei/-	Nei/-	Nei/-	Ja/+	Nei/-	Delvis/0		Lav
Moberg (2022)	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Nei/-	Delvis/0		Høy/middels
Nielsen (2015)	Ja/+	Delvis/0	Ja/+	Delvis/0	Ja/+	Nei/-	Ja/+		Middels
Nordal (2022)	Ja/+	Delvis/0	Ja/+	Ja/+	Delvis/0	Ja/+	Ja/+		Høy
Omland (2024)	Delvis/0	Delvis/0	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Delvis/0		Middels
Quayyum (2021)	Delvis/0	Delvis/0	Delvis/0	Ja/+	Delvis/0	Nei/-	Delvis/0		Lav
Quayyum (2023)	Delvis/0	Delvis/0	Delvis/0	Nei/-	Nei/-	Nei/-	Delvis/0		Lav
Sandberg (2024)	Ja/+	Ja/+	Delvis/0	Delvis/0	Ja/+	Ja/+	Ja/+		Høy
Stensland (2023)	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Delvis/0	Ja/+		Høy
Strandenæs (2015)	Ja/+	Nei/-	Delvis/0	Nei/-	Ja/+	Nei/-	Nei/-		Lav
Stæhr (2024)	Ja/+	Nei/-	Delvis/0	Delvis/0	Nei/-	Nei/-	Nei/-		Lav
Sørenssen (2022)	Delvis/0	Delvis/0	Delvis/0	Ja/+	Delvis/0	Ja/+	Nei/-		Lav

Sørenssen (2024)	Delvis/0	Delvis/0	Delvis/0	Ja/+	Ja/+	Ja/+	Nei/-		Middels/Lav
Walstad (2021)	Nei/-	Nei/-	Nei/-	Delvis/0	Nei/-	Delvis/0	Delvis/0		Lav
Widmer (2021)	Delvis/0	Ja/+	Nei/-	Nei/-	Ja/+	Nei/-	Nei/-		Lav

B: Vurdering av risiko for systematiske skjevheter i de kvantitative studiene (basert på sjekkliste for prevalensstudier (36)) med følgende spørsmål:

1. Var befolkningen (populasjonen) utvalget er hentet fra, klart definert?
2. Var utvalget representativt for befolkningsgruppen?
3. Er det gjort rede for om (og ev. hvordan) respondentene skiller seg fra dem som ikke har respondert?
4. Er svarprosenten høy nok?
5. Var datainnsamlingen standardisert?
6. Er objektive kriterier benyttet for vurdering av utfallsmålene?
7. Har man i dataanalysen brukt adekvate metoder?

* "Hvordan vurdere en prevalensstudie", Avdeling for kunnskapsstøtte, Shdir 2003 (Basert på EBM Notebook, Guidelines for evaluating prevalence studies. May 1998, No 2 p 37-9).

Forfatter (år)	1	2	3	4	5	6	7	Intern validitet
Alfredsson (2020)	Ja	Uklart	Nei	Nei	Ja	Uklart	Ja	Lav
Staksrud (2020) og Elvestad (2021)*	Ja	Ja	Ja	Uklart	Ja	Ja	Uklart	Høy/Middels

*De kvantitative dataene fra Elvestad 2021 og Staksrud 2020, inkludert vurderinger hentet fra Technical Report

Vedlegg 4: Studier som rapporterer effekt av tiltak

Ett sekundært forskningsspørsmål ble kartlagt, og kommer som et tillegg til den systematiske oversikten.

Vi undersøkte:

Finnes det norsk eller skandinavisk forskning på tiltak rettet mot foreldres håndtering av barns digitale hverdag som undersøker effekt på foreldres involvering, regulering (grensesetting) eller bekymringer relatert til barns digitale aktiviteter?

Resultat:

Vi identifiserte to publikasjoner som rapporterte to norske studier om effekt av tiltak (72;73). Studien til Krossbakken og medarbeidere undersøkte effekten av en skriftlig veiledning bestående av 24 punkter med råd til foreldre for å forebygge problematisk gaming hos barn mellom 8 og 12 år. Studien til Skaug og medarbeidere foregikk i en laboratoriesetting der mødre-barn-dyader ble vurdert på samspill dem imellom i tre ulike settinger: *bruk av nettbrett, lek med fysiske leker* og *under TV-titting*. I tabell 8 fremkommer studienes hensikt, studiedesign, utfallsmål og populasjon. Vi viser til de to originalpublikasjonene for ytterligere informasjon. Vi har ikke kvalitetsvurdert studiene og ikke hentet ut funn.

Tabell 8: Studier som rapporterte effekt av tiltak (n=2)

Hensikt, studiedesign og utfallsmål	Studie	FORELDRE Antall / Kjønn	BARN Alder
<i>Hensikt:</i> Å undersøke effekten av en skriftlig foreldreveiledning ment for å forebygge problematisk videospilling hos barn (4 måneders oppfølging)	Krossbakken (2018)	Tiltaksgruppen: n=831	8-12 år
<i>Studie-design:</i> En randomisert kontrollert studie som inkluderte et tilfeldig utvalg foreldre hentet fra folkeregisteret.		Kontrollgruppen: 2=826	
<i>Utfallsmål:</i> Foreldres selv-rapportering på spørreskjema om barnas gamingproblemer (Video game problems), søvnproblemer (Sleep problems and bedtime resistance), foreldremediering (Parental mediation),			

foreldres oppnådde grensesetting (Parental limit setting efficacy) og generell tilfredshet med tiltaket/skriftlig foreldreveiledning (Assessing general satisfaction with guide)

<i>Hensikt:</i>	Å undersøke i hvilken grad nye elektroniske medier – spesifikt nettbrett – påvirker kvaliteten på foreldre-barn samspill sammenliknet med andre aktiviteter	Skaug (2018)	22 mødre-barn dyader	2-år-inger
<i>Studie-design:</i>	En pilot studie med overkryssing (crossover-design) mellom ett tiltak (bruk av nettbrett) og to kontrolltiltak (leke med fysiske leker og TV-titting)			
<i>Utfallsmål:</i>	Foreldres emosjonelle tilgjengelighet (emotional availability) og sensitivitet (adult sensitivity) målt av blindede utfallsmålere			

Vedlegg 5: Relevante ekskluderte studier lest i fulltekst

Vi leste alt 139 referanser i fulltekst. Av de 102 vi ekskluderte ble 17 lest 2 ganger før den endelige avgjørelsen ble tatt om eksklusjon. Disse er rapportert her:

Studie	Tittel	Eksklusjonsårsak
Bjelland (2015)	Associations between parental rules, style of communication and children's screen time	Svært få relevante data for den aktuelle kunnskapsoppsummeringen
Broch (2024)	Attentive hands: The coexistence of digital and analog attentions in children's sports	Ikke en vitenskapelig studie
Dahle (2021)	Småbarn og skjermbruk: Rapport om 4–6-åringers skjermbruk, basert på foreldreundersøkelse	Barnehager + manglende metodebeskrivelse
Dardanou (2020)	Use of touchscreen technology by 0–3-year-old children: Parents' practices and perspectives in Norway, Portugal and Japan	Svært få relevante data for den aktuelle kunnskapsoppsummeringen
Dralega (2024)	11. Video game regulation, literacies, and marginality	En oppsummering basert på annen forskning
Freiding (2015)	Oro och osäkerhet: om hur barns skärmanvändning påverkar föräldrar	Bachelor oppgave
Hjern (2024)	Child behaviour is a main concern for parents of 3-year-olds	Svært få relevante data for den aktuelle kunnskapsoppsummeringen
Johansen (2016)	Digitale medier i småbørnshøjde: Om 0-8-årige børns brug af digitale medier i hjemmet	Ikke-vitenskapelig rapport (inkluderer lite/ikke metodebeskrivelse)
Kapella (2022)	Integration of digital technologies in families with children aged 5-10 years: A synthesis report of four European country case studies	Svært få relevante data for den aktuelle kunnskapsoppsummeringen
Koch (2024)	Joint media engagement (JME) occurs when preschool children and their parents actively use digital media together.	Evaluerer av psykometriske egenskaper til et instrument

Lieberoth (2021)	Can Worried Parents Predict Effects of Video Games on Their Children? A Case-Control Study of Cognitive Abilities, Addiction Indicators and Wellbeing	Svært få relevante data for den aktuelle kunnskapsoppsummeringen
Livingstone (2017)	Maximizing Opportunities and Minimizing Risks for Children Online: The Role of Digital Skills in Emerging Strategies of Parental Mediation	Svært få relevante data for den aktuelle kunnskapsoppsummeringen
Quayyum (2024)	CyberFamily: A collaborative family game to increase children's cybersecurity awareness	Vi inkluderte Quayyum 2021 og 2023. Quayyum 2024 evaluerte et spill, og er således ikke aktuell for denne kunnskapsoppsummeringen
Roos (2018)	Digital Participation Among Children in Rural Areas	Foreldres synspunkter er ikke hovedfokuset
Roth (2024)	A Developmental View on Digital Vulnerability and Agency of Children Under 10 Years of Age	Bokkapittel med få separate data fra de norske foreldrene. Vi inkluderte Kapella & Sisask (2022). Country reports presenting the findings from the four case studies—Austria, Estonia, Norway, Romania. DigiGen Working paper No. 6.
Sandberg (2021)	Toddlers' digital media practices and everyday parental struggles: Interactions and meaning-making as digital media are domesticated	Vi inkluderte Sandberg 2024 som omfatter også materialet i Sandberg 2021
Sciacca (2023)	What Changed During COVID-19? How the COVID-19 Crisis Changed Parental Perceptions and Practices Related to Children's Internet Use in Five European Countries	Fokus er før/under/etter pandemien og med få data relevant for den aktuelle kunnskapsoppsummeringen

Utgitt av Folkehelseinstituttet
Mai 2025

Postboks 222 Skøyen
NO-0213 Oslo
Telefon: 21 07 70 00

Rapporten kan lastes ned gratis fra www.fhi.no