center for sociale medier, tech og demokrati | digitaliserings ministeriet

Vidensnotat



Digitale devices i børnehøjde

Indsigter fra Alliancen for et tryg og godt digital børne- og ungeliv

I takt med at danske børn og unge får adgang til smartphones og digitale platforme i en stadig tidligere alder, bliver behovet for at kunne etablere alderssvarende digitale rammer mere og mere presserende. Ifølge en undersøgelse fra YouSee er danske børn i dag i gennemsnit **8,2 år**, når de får deres første telefon, og for **tre ud af fire** børn er deres første mobil en smartphone.[1] Undersøgelsen viser også at det hos **fire ud af ti** danske forældre skaber bekymringer, når barnet skal have sin første telefon, og danske forældre anser **10,2 år** for at være den optimale alder for børns mobildebut. Forældre er særligt bekymrede for, at en mobiltelefon kan medføre for høj skærmtid, afhængighed og overforbrug, eksponere barnet for upassende indhold samt de udfordringer, som kan følge med, at børnene kommer på sociale medier.

Nye tal fra Digitaliseringsministeriets Center for sociale medier, tech og demokrati viser, at danske forældre i vid udstrækning står alene med opgaven om at navigere i de tekniske løsninger og værktøjer, som skal hjælpe dem med at skabe trygge digitale rammer for deres børn.

Hver anden danske forældre overlades til sig selv, når børns telefoner skal gøres børnevenlige

Når danske familier investerer i smartphones, tablets og andre digitale enheder til deres børn, står forældrene som udgangspunkt alene med opgaven om at indstille enhederne på en aldersvarende måde. Blot **hver sjette** forælder til børn i alderen 1-17 år (16 pct.) svarer, at de har modtaget vejledning i, hvordan en digital enhed indstilles alderssvarende - enten i forbindelse med køb eller senere (jf. figur 1).

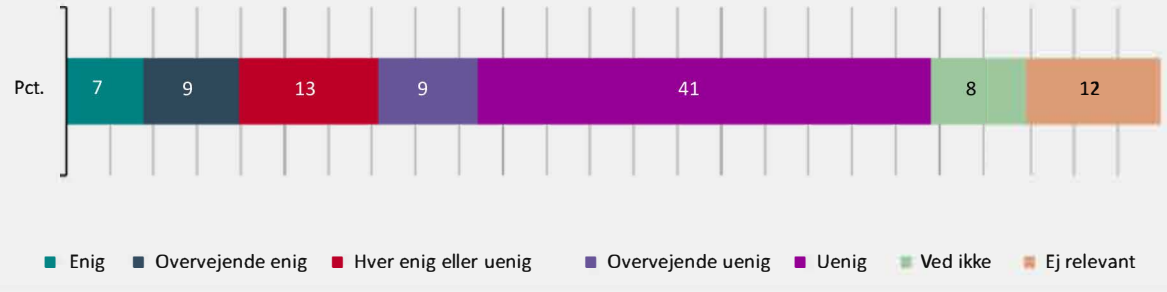
Samtidig svarer **halvdelen** af forældrene (51 pct.), at de enten er "overvejende uenige" (9 pct.) eller "uenige" (42 pct.) i, at de har modtaget sådan vejledning. Dette peger på, at en betydelig del af danske forældre må navigere i de ofte komplekse indstillingsmuligheder på egen hånd.

Tal fra YouSee viser også, at **49 pct.** af danske forældre mener, er der i høj grad eller i meget høj grad, er behov for information og vejledning til forældre, når barnet skal have deres første mobiltelefon.[1]

[1]YouSee (2025): Den første mobil

Figur 1

Hvor enig eller uenig er du med følgende udsagn: "Jeg har enten i forbindelse med køb eller senere modtaget vejledning i, at opsætte og indstille mit barns digitale device på en aldersvarende måde, f.eks. fra den butik, hvor jeg har købt et device"



Anm.: Forældre til børn i alderen 1-17 år, n = 853
Kilde.: Data er indsamlet af Norstat for Center for sociale medier, tech og demokrati i november 2024

Fakta

Hvad er alderssvarende indstillinger?

Alderssvarende indstillinger giver mulighed for at justere, hvad børn kan se og få adgang til, når de bruger digitale enheder.
Alderssvarende indstillinger kan blandt andet bruges til at:

- Blokere for udvalgte hjemmesider, apps og funktioner – for eksempel muligheden for køb.
- Blokere indhold, som ikke passer til barnets alder.
- Sætte tidsgrænser på specifikke apps.

Kilde.: Medierådet for Børn og Unge

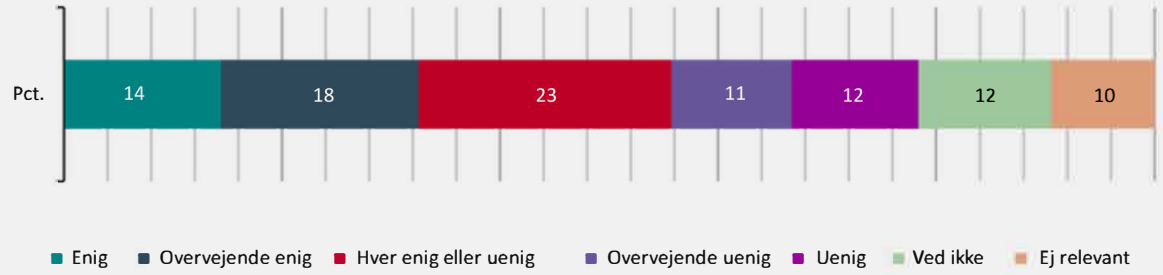
Kun hver tredje forælder synes, det er nemt finde og bruge værktøjer, som sætter digitale grænser

Udover manglen på vejledning ved køb af digitale enheder, kæmper danske forældre også med på egen hånd at finde og anvende de værktøjer, som skal hjælpe dem med at etablere digitale grænser for deres børns digitale hverdag. Blot **hver tredje** forælder til børn i alderen 1-17 år (32 pct.) oplever, at det er nemt at finde og bruge relevante værktøjer til at sætte grænser for eller følge med i deres børns digitale liv (jf. figur 2). Samtidig svarer **knapt hver fjerde** forælder (23 pct.), at de enten er "overvejende uenige" (11 pct.) eller "uenige" (12 pct.) i, at det er nemt for dem at finde og bruge sådanne værktøjer.

Tallene tegner et billede af en stor gruppe af forælder, der står i et uafklaret forhold til de tekniske muligheder. **Næsten hver fjerde** forælder (23 pct.) placerer sig i den neutrale kategori "hverken enig eller uenig", mens **12 pct.** svarer "ved ikke", hvilket kan indikere, at en betydelig gruppe af forældre enten har manglende kendskab eller tilgængelighed til værktøjer til at sætte grænser for børns digitale liv.

Figur 2

Hvor enig eller uenig er du med følgende udsagn: "Jeg synes, det er nemt at finde og bruge relevante værktøjer til at sætte grænser for eller følge med i mit barns digitale liv."



Anm.: Forældre til børn i alderen 1-17 år, n = 853
Kilde.: Data er indsamlet af Norstat for Center for sociale medier, tech og demokrati i november 2024

Et behov for bedre støtte til det digitale forældreskab

Samlet set peger tallene på, at selvom der findes tekniske muligheder til at indstille danske børns digitale enheder alderssvarende, så mangler der forsat støtte til at få værktøjerne udbredt i de danske børnefamilier. Manglende vejledning kombineret med vanskeligheder ved at finde og anvende digitale værktøjer efterlader mange forældre sværere forudsætninger for at skabe trygge digitale rammer for deres børn. Der er derfor behov for mere støtte og vejledning, som kan hjælpe forældre og børn med at navigere i indstillingerne.