

Foreldreliv Sosiale medier

Norske foreldre er på deletoppen

Forfatter og influencer Julie Valsø (31) deler «alt» med sine over 66.000 følgere. Men hun skjærer barna. – Vi er fremdeles en del av et eksperiment vi ikke vet konsekvensene av.

Jeanette Sjøberg og Paul S. Amundsen (foto)

Til sine over 66.000 følgere på Instagram deler forfatteren og influenceren bilder av seg selv i et hav av leker og rot i hjemmet, hvor mye magen hennes minner henne om en focaccia, bilder fra reisen i bobil med familien på fire rundt om i verden, og av seg selv og mannen i fødselsbleier som nybakte foreldre.

Hun deler erfaringer fra egen fødselsdepresjon og er åpen om mannens helse.

Men barna på fire og seks år vises ikke med ansikt. Et nyfødt bakhode eller et hode gjemt bak en stor sydvest kan skimtes. Ei heller deler hun informasjon som kan fortelle noe om hvem barna er.

– Jeg har helt bevisst unngått å dele informasjon som kan knyttes til barna. Ikke bare bilder. Jeg ønsker ikke å dele når de har vært våkne hele natten, vært syke eller hva slags pizza eller is de liker. Jeg hadde opplevd det som ugreit selv da jeg var barn, sier Valsø.

Følgerne hennes er i stor grad småbarnsmødre i alderen 25–40 år.

På deletoppen. Mange foreldre i Norge deler villig vekk.

Tre av fire norske foreldre (74 prosent) deler bilder og videoer av barna sine på sosiale medier.

For noen barn begynner den digitale identiteten allerede å ta form fra første delte ultralydbilde. I snitt vil et barn i Norge ha 1165 bilder liggende av seg selv på internett innen det er 12 år. Det viser en undersøkelse Respons Analyse har gjort for Unicef Norge.

Norske foreldre er rett og slett på deletoppen i Europa.

Hva er motivasjonen deres for å dele, og hva synes egentlig barna om dette?

I Norge er det ikke tidligere gjort noen forskning på hva barna tenker rundt «sharenting» – at foreldre deler innhold om barna i sosiale medier. Det har en gruppe forskere ved Oslo Met nå publisert en rapport om.

– Vi så at foreldre og barn har et helt forskjellig perspektiv på deling, sier stipendiat Clara Julia Reich ved SIFO, Oslo Met.

Sammen med forskerkollegene Kamilla Knutsen Steinnes, Live Standal Bøyum og Helene Fiane Teigen har hun laget den nye rapporten.

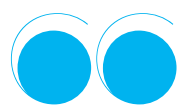
Fakta. «Sharenting»

Sammenstilling av ordene «sharing» og «parenting» og er en betegnelse på foreldres deling av bilder/videoer av barna i sosiale medier.

Over halvparten av unge i aldersgruppen 9–18 oppga i en undersøkelse av Medietilsynet (2020) at deres foresatte deler bilder av dem i sosiale medier. Kun halvparten av barna ble bedt om tillatelse før foresatte delte bilde av dem forrige gang dette skjedde.

I den nye rapporten om Sharenting forteller foreldrene at de i hovedsak deler informasjon om barna sine på Facebook, Instagram og Snapchat. De oppgir at de deler for å samle minner om barnas oppvekst, holde kontakt og oppdatere venner og familie, og for å vise frem barna sine fordi de er stolte av dem.

Til tross for enkelte veiledninger (Datatilsynet) rundt sharenting, er det lite eller ingen reguleringer for å bevare barns personvern knyttet til foreldres deling.



Barna selv ønsket å bli spurt om samtykke ganske tidlig

Clara Julia Reich, forsker

Store forskjeller. De har intervjuet en gruppe foreldre som er vant med å dele bilder av barna sine og to grupper med barn i alderen 9–12 år og 13–18 år. I tillegg hadde de en workshop med foreldre og barn.

Undersøkelsen viser store forskjeller mellom barn og voksne: → Barna var bekymret for å bli mobbet på bakgrunn av det foreldrene hadde delt, for kriminelle handlinger og var generelt bekymret for om bildedelingen kunne få konsekvenser for fremtiden.

→ Foreldrene synes det er greit å dele om barna sine så lenge de ikke deler noe som er ille eller flaut, mens barn og unge helst vil at foreldrene skal begrense seg til å dele om viktige og store øyeblikk fra livene deres (eks. konfirmasjon, bursdag). De vil helst ikke at foreldrene skal dele små hverdagsøyeblikk.

→ Foreldrene mener imidlertid at barn og unge er veldig kritiske til hva som er greit å dele i sosiale medier og er splittet i hvilken grad de mener at dette bør respekteres.

– Barn ønsker seg rett til medbestemmelse, og vi ser at foreldre og barn snakker litt forbi hverandre, sier forsker Kamilla Knutsen Steinnes.

Redde for konsekvensene. Mens foreldrene uttrykte mest bekymring for hva barna deler seg imellom, var barna mest bekymret for hva foreldrene delte om dem, sier forskerne. De har intervjuet barn fra 9-årsalderen, da det som oftest er da mange får sin første mobiltelefon.

→ De yngste barna i studien (9–12 år) er mest skeptiske til foreldrenes deling.

– De er redde for konsekvensene av deling, de nevnte blant annet at de var redde for kidnapping, mobbing og at ting kunne komme på avveie, sier forsker Live Standal Bøyum.

→ De eldre ungdommene (13–18 år) var mest opptatt av om det foreldrene delte, stemte overens med deres digitale identitet – altså hvordan de fremstår.

Det typiske bursdagsbildet på sengekanten med kake når man nettopp har våknet, var ikke populært. Heller ikke usminkede hverdagsøyeblikk. Bekymringer rundt deep fake og fremtidig bruk ble også nevnt.



– Jeg har fått høre at vi er for hysteriske, og at vi bør vise at barna er en naturlig del av livet. Hadde vi vært en «vanlig» familie, så kanskje, men fordi jeg har den jobben jeg har som influencer med mange følgere, må jeg være mer bevisst, sier Julie Valsø. Her fra generasjonsboligen i Bergen.

– Flere hadde også tatt opp dette med bildedeling med beste-foreldre. «Grandsharenting» blir kanskje neste prosjekt? sier Clara Julia Reich.

Mange av foreldrene i studien fortalte at de har begrenset bildedelingen når barna er blitt eldre, fordi barna ble mer bevisste på hva foreldrene la ut.

Forskerne ser et klart budskap fra barna i studien: Spør om lov før du deler!

– Barna selv ønsket å bli spurt om samtykke ganske tidlig. De etterspurte også en veiviser for deling, sier Clara Julia Reich.

Forskerne har i samarbeid med undervisningsopplegget Tenk laget en veiviser om foreldredeling for foreldremøter.

– Som å kjøre uten setebelte. Forskerne skriver i sin rapport at foreldreinfluensere kan fungere som forbilder for andre foreldre, noe som kan bidra til en normalisering av sharenting.

– Det kan være vanskeligere for barna til influensere å si ifra hvis de skjønner at bilder av dem er viktige for foreldrene, sier forsker Kamilla Knutsen Steinnes.

Influencer Julie Valsø får både ris og ros for sitt valg om å skjermene barna.

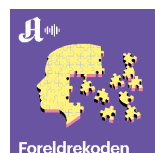
Da hun fikk sitt første barn for over seks år siden, var hun mer ukritisk til deling av barnebilder. Men etter at det begynte å renne inn følgere på Instagram-kontoen hennes, skjønte hun at «dette har jeg ikke kontroll over». Hun gikk

Mer på nett:

ap.no/foreldreliv

Aftenpostens satsing på journalistikk om livet med barn. Her finner du artikler fra Aftenposten, New York Times, Svenska Dagbladet og noen av landets fremste eksperter.

Lytt til Foreldrekoden



Podkast med familieterapeut Hedvig Montgomery.



Det kan være vanskeligere for barna til influenserne å si ifra hvis de skjønner at bilder av dem er viktige for foreldrene,

Kamilla Knutsen Steinnes, forsker



«Hit, men ikke lenger». Et nyfødt bakhode som ikke kan identifiseres, er greit, men Julie Valsø vil ikke dele ansiktsbilder av barna. Her med mannen Espen på et bilde fra hennes Instagram-konto. Foto: Privat / Instagram

tilbake og slettet bilder der eldstemann kunne identifiseres.

Hun har fått en del ros fra andre småbarnsforeldre for at hun skjerner barna. Men også en del reaksjoner av typen «er det så farlig, da?»

- Jeg har fått høre at vi er for hysteriske, og at vi bør vise at barna er en naturlig del av livet. Hadde vi vært en «vanlig» familie, så kanskje, men fordi jeg har den jobben jeg har som influenser med mange følgere, må jeg være mer bevisst, sier hun.

Til besteforeldre og nære kjente har hun imidlertid en lukket gruppe på Messenger der hun deler oppdateringer om barna.

- Da er barna veldig bevisste på når de vil bli tatt bilde av og hvilke bilder som deles. De vil ikke vise bilder der de er lei seg eller sure, for eksempel.

- Som foreldreinfluenser, har du mistet spons eller jobber fordi du ikke viser barna?

- Det har endret seg. Før var det sånn at det lønnet seg hvis barna var med på bilder, men jeg opplever at det er større aksept for å si nei til det nå. Jeg sier konsekvent nei, og det går helt greit.

Og til dem som mener at «er det så farlig, da?», har hun et klart svar:

- Akkurat som vi før mente at det var helt greit å kjøre uten setebelte eller røyke, er vi nå i en uregulert fase av internett. Vi er første generasjon foreldre som prøver ut dette. Vi er fremdeles en del av et eksperiment vi ikke vet konsekvensene av.

Foreldreliv Psykologen

16-åringen har færre venner enn før

I stedet for å beskytte barna mot slike erfaringer, kan vi voksne støtte dem: Det er ikke noe galt med deg, dette er slik livet kan være.



Psykologen

Line Marie Warholm

Psykologspesialist og spaltist

Spørsmål:

Sønnen vår (16) har akkurat startet på videregående, og den siste tiden har han vært mer for seg selv. Han er skoleflink og gjør det bra i idretten sin. Han er aktiv i idrett flere dager i uken, men enkelte helger kan han tilbringe hele tiden på gutterommet fremfor PC-en. Tidligere var det mer spilling med venner, men nå virker det som om det er mest Netflix og Youtube. Burde jeg være bekymret for ham, slik moren er? Hun mener at han er deprimert og ikke har venner. Er det noe jeg bør se etter for å bekrefte eller avkrefte mors bekymring? Burde jeg snakke med han? Og i tilfelle hvordan bør jeg gå frem?

Hilsen far i villrede

Svar: For én som er vant til medvind både på skolen, i idrett, og sosialt, kan en slik overgang føles voldsom. Han står i en uvant situasjon og må tenke nytt. De færreste av oss går gjennom livet på en evig opptur, og når nedturene kommer, må vi finne fotfeste i oss selv, og utvikle nye strategier å møte livet med.

For noen er hele barndommen preget av strev og ubehag, for andre kommer motvinden senere. Kommer den for sent, får vi ikke anledning til å utvikle robusthet. Kommer den for brått og for tidlig, før vi er i stand til å håndtere den, rammer den vår selvfølelse og selvforståelse. Noen av oss er så heldige å få livets realiteter i fjeset i passe doser. Men livet kan dessverre ikke doseres.

Er muligens ikke så farlig?

Spørsmålet er hva dere foreldre kan gjøre med det. Det er kanskje naturlig at dere snakker om livet hans og om hvordan han har det? Hvis livet der ute er røft, er det godt å kjenne at han har foreldre som bryr seg. Og det å hente støtte hos sine nærmeste når det stormer, er en god strategi. Men før du blir for hjelpsom, skal du skal få med deg noen tanker fra meg på veien:

For mange unge i dag handler ikke «venner» bare om å ha nære, solide vennskap. Det sosiale livet er en arena de skal prestere på. Og vi som er voksne, vet jo at man i noen perioder kan være i miljøer der man finner mange likesinnede, og i andre perioder kan føle seg

mer utenfor. Om sønnen din ikke har en drøss med venner akkurat nå er muligens ikke så farlig?

Kanskje er det til og med sunt for ham med en liten knekk på oppturen. Nå får han mulighet til å bli mer kjent med seg selv, uten å være innhyllet i sosial trygghet. Vi står i mange situasjoner ganske alene og må ta våre egne avgjørelser. Å få kjenne litt på det også i ungdomstiden kan være sunt. I stedet for å beskytte barna mot slike erfaringer, kan vi voksne støtte dem: Det er ikke noe galt med deg, dette er slik livet kan være.

Viktig læring. Dere lurer på om sønnen deres kan være deprimert. Å få en depressiv reaksjon i møte med livets vanskeligheter er ikke uvanlig, og for de fleste går det over. Enten fordi situasjonen forandrer seg eller fordi vi selv setter noe i gang.

Når vi mister venner, kan vi gjøre en innsats for å skaffe oss nye. Eller vi kan skape mer innhold i livet ved å sette i gang prosjekter for oss selv. Vi kan finne nye interesser eller ta opp gamle, uttrykke følelsene gjennom å lage eller nyte musikk, kunst eller litteratur.

Å finne ut hvordan man skal håndtere seg selv når man har det vondt, er viktig læring. Og som på de fleste andre områder i livet lærer vi best hvis vi får prøve oss på egen hånd en stund - uten at noen kommer og blander seg og gir oss løsnings.

Så når vi ser barnet vårt gå gjennom ungdomstidens helt normale og nødvendige kriser og strabaser, må vi holde fast i at det vi ser er et menneske i utvikling og vekst, ikke en syk person som trenger hjelp.

Line Marie Warholm

Psykologspesialist og psykoanalytiker.

Bred erfaring fra offentlig psykisk helsevern, familievern, privat praksis og fra rettsvesenet.

Forfatter av bøkene «Kule kids og foreldre som strever med å slippe taket» og «Foreldrevolusjonen. Fire veier til robuste barn».

Er spaltist i Aftenposten.



Les flere
nyheter
på ap.no