

ANALYSE FRA BØRNS VILKÅR • oktober 2021

Småbørnsforældres skærmbrug i familien

Opsummering

Fire ud af ti småbørnsforældre er ofte eller sommetider på skærm på legepladsen, og når de skal putte – også ved måltider bliver digitale medier hyppigt brugt

44 pct. af småbørnsforældre bruger ofte eller sommetider digitale medier, når de skal putte, og 41 pct. på legepladsen. 29 pct. gør det ved måltiderne. Knap fire ud af ti forældre har det seneste døgn brugt mere end to timer på skærm, mens deres børn var tilstede og vågne. Otte ud af ti forældre vil gerne bruge mindre tid på skærmen. Det viser en undersøgelse blandt 1.000 forældre til børn i alderen 0-6 år. Børns Vilkår anbefaler, at forældrene lægger de digitale medier væk, når de er sammen med deres børn, slår unødvendige notifikationer fra og fortæller, hvad de skal, hvis de bliver nødt til at bruge tid på skærmen.

"Jeg føler mig afhængig af telefonen, og jeg tænker ofte ikke over, hvor lang tid jeg bruger på den. Jeg kan føle mig rastløs, hvis der går for længe imellem, jeg tager "min rundtur" på telefonen."

Sådan siger en mor i en ny undersøgelse fra Børns Vilkår, der sætter fokus på, hvor meget og hvordan forældre bruger digitale medier til andet end arbejde, når deres børn er til stede og vågne, men ikke er en del af aktiviteten på mediet.¹ Undersøgelsen er gennemført af Userneeds A/S og baserer sig på et spørgeskema blandt 1.000 forældre til børn på 0-6 år, der er blevet spurgt om, hvordan og hvor meget de bruger digitale medier sammen med deres børn til andet end arbejde.

Knap fire ud af ti forældre bruger to timer eller mere på skærm om dagen

37 pct. af forældrene angiver, at de bruger mere end to timer om dagen på digitale medier, mens deres børn er vågne og til stede. Undersøgelsen viser desuden, at flere fædre end mødre bruger mere end to timer dagligt på digitale medier, at yngre forældre bruger mere tid end ældre forældre, samt at forældre med kort eller ingen uddannelse bruger mere tid end forældre med en mellemlang eller lang videregående uddannelse.

Det er især, når børnene leger selv eller har skærmtid, at forældrene griber deres smartphone eller tablet. Det gælder for otte ud af ti af forældrene i undersøgelsen, der også viser, at 44 pct. af forældrene ofte eller sommetider er på skærm, når de skal putte børnene, 41 pct. når de er på legepladsen, og 29 pct. ved måltiderne.

Det er særligt sociale medier som Facebook og Instagram samt kommunikation med venner og familie, der optager forældrene, når de er på skærmen.

Flere forældre oplever, at de ser og hører bedre efter, hvad deres børn siger og signalerer, når de ikke er på skærm

Ni ud af ti forældre oplever, at de ser og hører bedre efter, hvad deres børn fortæller eller signalerer, når de ikke er på digitale medier. Undersøgelsens resultater bakkes op af forskning, der peger på, at forældre kan have en tendens til at være mindre sensitive, mindre kommunikerende og mindre anerkendende over for det lille barns reaktioner, når de er optagede af digitale medier i samværet med deres små børn.²

Knap fire ud af ti forældre har dårlig samvittighed

Knap fire ud af ti forældre har i høj eller meget høj grad dårlig samvittighed over, hvor meget de bruger digitale medier, når deres børn er til stede og vågne, og otte ud af ti forældre vil gerne bruge mindre tid.

Flere mødre end fædre har dårlig samvittighed, og flere blandt de yngre forældre på 21-30 år har dårlig samvittighed sammenlignet med ældre forældre. Undersøgelsen viser desuden, at jo mere tid, forældre bruger på digitale medier om dagen, jo større er andelen, der nogle gange har dårlig samvittighed.

Forældrene selv peger på dårlige vaner og afhængighed som årsag til deres skærmbrug, samt at hverdagen er presset, og at de er på, fordi de ellers ikke kan nå det praktiske, de skal, når så meget i dag foregår digitalt. Nogle forældre beskriver, at de er på digitale medier, fordi det er dér, de slapper af. De bruger de digitale medier til at tage en pause.

Seks ud af ti forældre har ikke regler for deres eget skærmbrug sammen med børnene

60 pct. af forældrene svarer nej til, at de har regler eller rammer for deres eget brug af digitale medier til andet end arbejde, når deres børn er til stede og vågne.

Flere blandt de yngre forældre på 21-30 år har regler sammenlignet med ældre forældre. Jo kortere uddannelse, forældrene har, jo flere angiver, at de har regler eller rammer for deres eget brug af digitale medier.

To ud af ti forældre fortæller desuden, at de voksne er helt eller delvist uenige om reglerne i hjemmet

OM UNDERSØGELSEN

Undersøgelsen fokuserer på forældres brug af digitale medier, når de er sammen med deres børn – det vil sige, når deres børn er til stede og vågne, men hvor de ikke inddrager børnene i det, de laver på skærmen. Der er spurgt ind til forældrenes brug af digitale medier, der ikke handler om arbejde.

Undersøgelsen baserer sig på et spørgeskema besvaret af 1.000 forældre med børn i alderen 0-6 år, og den er gennemført af Userneeds A/S.

Børns Vilkår anbefaler

Digitale medier som bl.a. smartphonen kan stå i vejen for, at forældre reagerer på det lille barns signaler. For at undgå, at digitale medier forstyrrer kontakten mellem forælder og barn, anbefaler Børns Vilkår, at småbørnsforældre:

01

lægger telefonen væk, når de er sammen med deres børn

Små børn har brug for, at deres forældre ser, hører og reagerer, når de med lyde, ord, bevægelser og mimik giver udtryk for et behov. Det er afgørende for, at barnet får en tryk relation til deres forældre. Men digitale medier som f.eks. telefonen kan stå i vejen for, at forældre opfanger og reagerer på det lille barns signaler, og det kan skabe utryghed. Derfor bør småbørnsforældre – så vidt det er muligt – lægge telefonen helt væk, når de er sammen med deres børn.

02

undgår unødvendige forstyrrelser fra digitale medier – f.eks. ved at slå notifikationer fra

Smartphones er designet til at fange og fastholde vores opmærksomhed. Forældre kan hjælpe dem selv med at bevare nærværet og den gode kontakt med deres barn ved at undgå unødige afbrydelser. Børns Vilkår anbefaler, at man indstiller telefonen, så den slet ikke forstyrrer eller kun forstyrrer, hvis noget særligt vigtigt tikker ind. Det kan man f.eks. gøre ved at slå notifikationer fra, sætte telefonen på "forstyr ikke" eller lydløs, når det er tid til at spise, lege eller lægge sit barn til at sove.

03

Fortæller barnet, hvad de gør, hvis de bliver nødt til at se på telefonen

Mange opgaver og aftaler bliver klaret på telefonen, og det kan være nødvendigt at have kontakt med andre mennesker, når man er sammen med sit barn. Hvis der er noget på telefonen, der ikke kan udskydes, til barnet sover, kan forældre hjælpe deres barn ved at fortælle, hvad de gør, og hvornår de er klar til at være til stede igen.

04

viser, at de ser, hører og forstår barnets reaktion på deres fravær

Små børn vil ofte reagere, hvis deres forældres opmærksomhed er rettet mod skærmen. Nogle børn kan reagere ved at blive tavse eller gå i stå med det, de var i gang med. Andre børn vil reagere med gråd eller klynken, ved at skubbe telefonen ud af deres forældres hænder eller lignende. Det er vigtigt, at småbørnsforældre er opmærksomme på barnets reaktion, hvis de er nødt til at

være fraværende. I de situationer er det vigtigt, at forældre sætter ord på de følelser, ønsker og behov, der ligger bag barnets reaktion og viser, at de ser, hører og forstår, hvorfor barnet reagerer, som det gør.

Forældres brug af digitale medier

Knap fire ud af ti forældre har det seneste døgn brugt mere end to timer på skærm, mens deres børn var til stede og vågne. Det viser en undersøgelse blandt 1.000 forældre til børn i alderen 0-6 år. Det er især sociale medier som Facebook og Instagram samt kommunikation med venner og familie, der optager forældrene, når de er digitale.

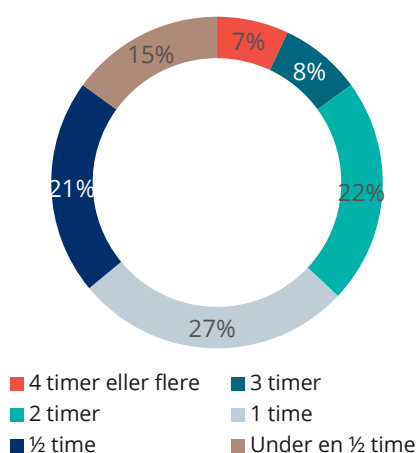
Knap fire ud af ti forældre har brugt mere end to timer på digitale medier

37 pct. af forældrene har det seneste døgn brugt mere end to timer på digitale medier, der ikke var arbejde, mens deres børn var til stede og vågne, men ikke en del af det forældrene lavede på skærmen.³ 22 pct. har brugt to timer, otte pct. har brugt tre timer, og syv pct. har brugt fire timer eller mere.

Flere fædre end mødre bruger mere end to timer dagligt på skærmen. Det gælder for 43 pct. af fædrene mod 32 pct. af mødrene. Yngre forældre bruger mere tid på digitale medier end ældre. 47 pct. af forældre på 21-30 år bruger mere end to timer dagligt på digitale medier, mens deres børn er vågne og til stede. Det gælder for 35 pct. af forældre på 31-40 år og for 34 pct. af forældre, der er 41 år eller ældre.

Jo kortere uddannelse forældrene har, jo mere tid angiver de, at de bruger på digitale medier. 42 pct. af forældre uden uddannelse eller med en gymnasial uddannelse, erhvervsuddannelse eller mindre og 44 pct. af forældre med en kort videregående uddannelse bruger således to timer eller mere på digitale medier. Det gælder for 32 pct. af forældre med en mellemlang videregående uddannelse og 35 pct. af dem, der har en lang videregående uddannelse.

Figur 1: Tænk på det sidste døgn og på den tid, hvor dit barn/dine børn var til stede og vågne. Hvor lang tid brugte du ca. på digitale medier til andet end arbejde, og hvor dit barn/dine børn ikke var en del af aktiviteten på mediet?

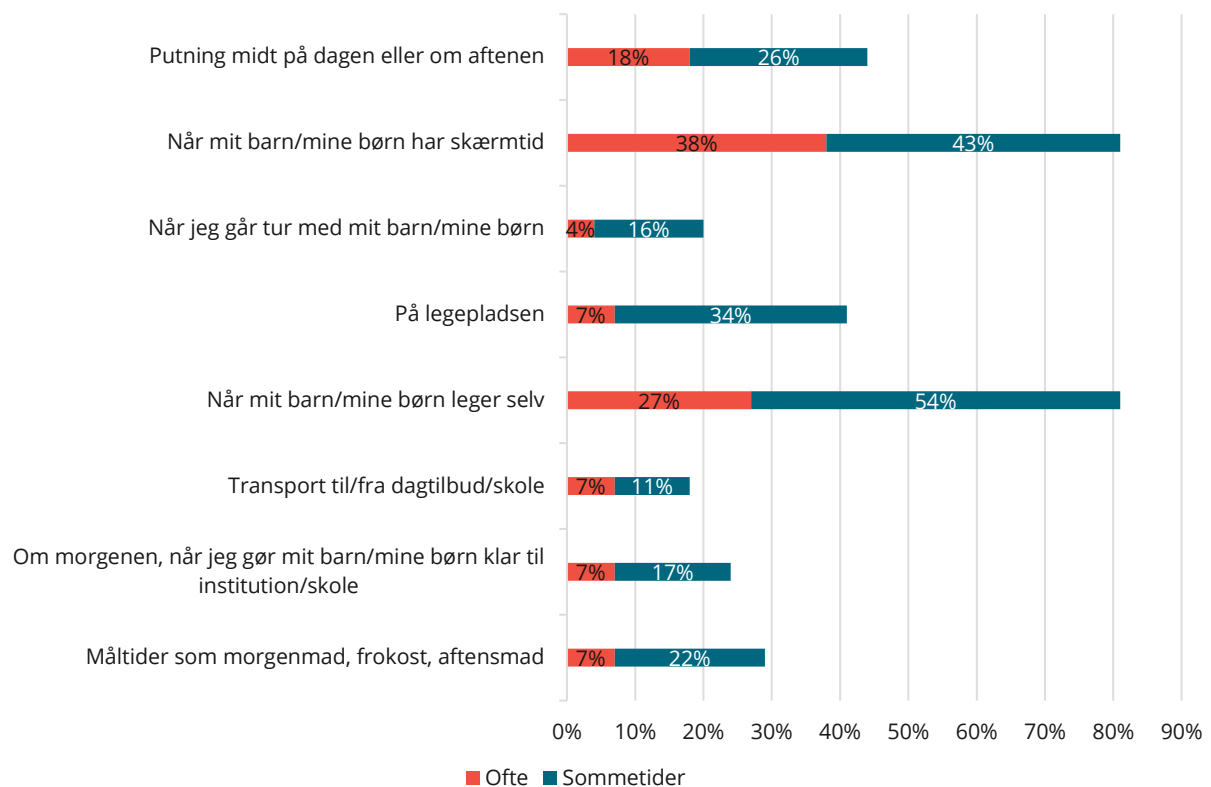


N= 927.

Forældre er på skærm, når deres børn er optagede af noget andet, men også ved putning og spisning bliver de digitale medier brugt

Det er især, når børnene leger selv eller har skærmtid, at forældrene griber deres smartphone eller tablet. 81 pct. har sommetider eller ofte brugt digitale medier, når børnene selv er på skærm eller leger. Det viser undersøgelsen, der har spurgt ind til, hvor ofte forældre bruger digitale medier i en række situationer i løbet af en dag. Undersøgelsen viser også, at forældre bruger digitale medier i en lang række andre situationer. 44 pct. bruger sommetider eller ofte digitale medier, når de skal putte – det gælder både om dagen og om aftenen. 41 pct. bruger sommetider eller ofte digitale medier på legepladsen, og 29 pct. gør det ved måltiderne.

Figur 2: Hvor ofte bruger du digitale medier til andet end arbejde i følgende situationer?

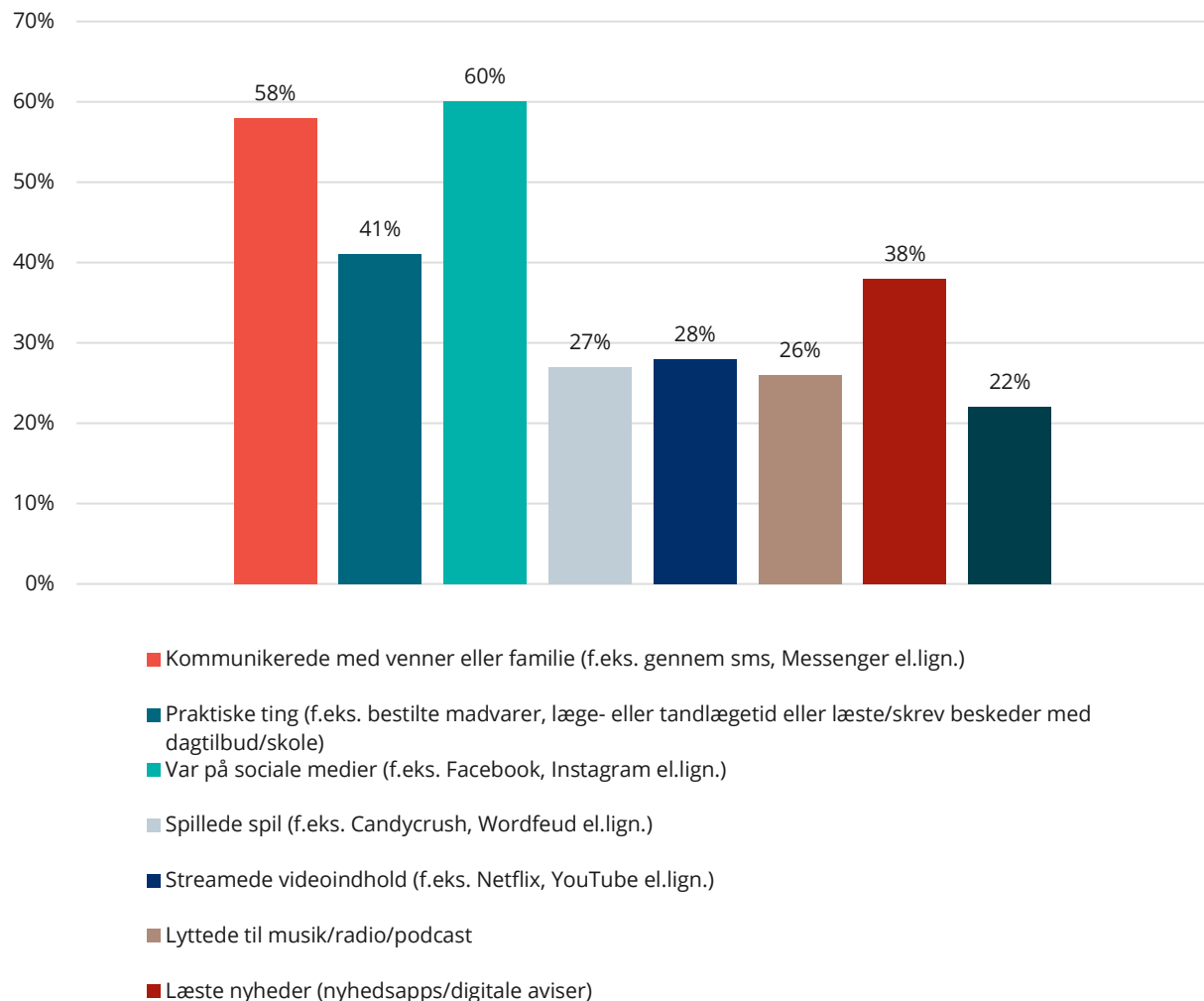


N=1.000.

Sociale medier topper, når forældre fortæller, hvad de laver på skærmen

Sociale medier som Facebook og Instagram er sammen med kommunikation med venner og familie topscorerne over det, forældrene laver på skærmen, når deres børn er til stede og vågne, og hvor børnene ikke er en del af aktiviteten. 60 pct. af forældrene har været på sociale medier, mens 58 pct. har kommunikeret med venner eller familie. I undersøgelsen angiver 41 pct., at de lavede praktiske ting som at bestille mad, læge- eller tandlægetid, kommunikere med dagtilbud eller lignende, og 38 pct. læste nyheder.

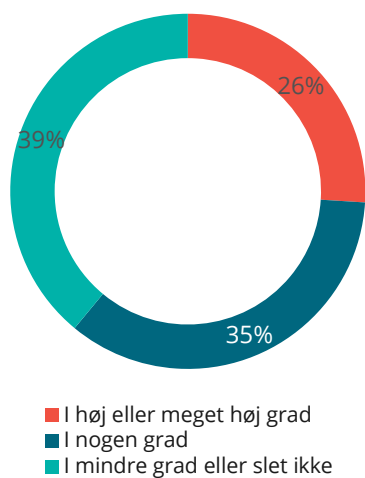
Figur 3: Tænk på det sidste døgn og på den tid, hvor dit barn/dine børn var til stede og vågne. Lavede du noget af følgende, uden at dit barn/dine børn var med?



N = 998.

Undersøgelsen viser, at forældrene nogle gange bruger digitale medier uden at tænke over det. Det gør 26 pct. i høj eller meget høj grad, mens 35 pct. i nogen grad bruger digitale medier uden at tænke over det. I alt er det 61 pct., der nogle gange bruger digitale medier uden at tænke over det.

Figur 4: Jeg bruger nogle gange digitale medier uden at tænke over det, når mit barn/mine børn er til stede og vågne.



N= 963. 37 har svaret 'ikke relevant'.

DÉT SIGER FORSKNINGEN

Småbørnsforældre bruger digitale medier af flere forskellige årsager, men mange bruger dem til at holde kontakt med familie og venner og til at søge information. Ensomhed, kedsomhed, FOMO (*fear of missing out*), støtte fra diverse onlinenetværk og ønsket om at være opdateret på nyheder er andre grunde. Nogle forældre oplever digitale medier som afhængighedsskabende, mens andre oplever at have et pragmatisk forhold til brugen af medier. Dårlig samvittighed over brug af digitale medier i nærværet med småbørn fremhæves ofte.

Kilder: Wolfers 2020, Stockdale et. al 2020, Ancher & Kao 2018, Johnsen & Glavin 2017.

Forældre om, hvordan digitale medier påvirker samværet med deres børn

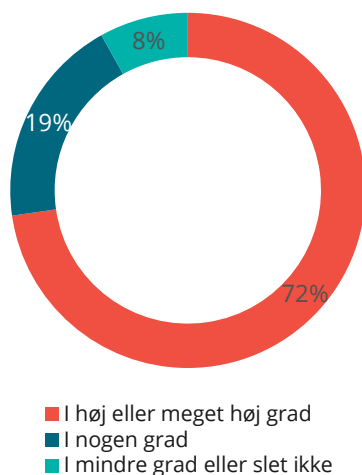
Ni ud af ti forældre oplever, at de ser og hører bedre efter, hvad deres børn fortæller eller signalerer, når de ikke er på deres telefon, tablet eller computer. Det gælder særligt for mødre og for de forældre, der bruger mindst tid på digitale medier.

Forældrene oplever, at de ser og hører bedre efter deres børn, når de ikke er på digitale medier

92 pct. af forældrene angiver, at de ser og hører bedre efter, hvad deres barn prøver at fortælle eller signalere, når de ikke er på digitale medier. 72 pct. svarer i høj eller meget høj grad. 19 pct. i nogen grad, 8 pct. i mindre grad eller slet ikke. Forældrenes egen oplevelse bakkes op af forskning, der har vist, at forældre kan have en tendens til at være mindre sensitive, mindre kommunikerende og mindre anerkendende over for små børns reaktioner, når de er optagede af digitale medier.⁴

Flere mødre end fædre ser og hører bedre efter, hvad deres barn prøver at fortælle eller signalere, når de ikke er på skærm. Det er der 76 pct. af mødrene, der svarer enten i høj grad eller i meget høj grad til, mens det gælder for 69 pct. af fædrene.

Figur 5: Jeg ser og hører bedre efter, hvad mit barn/mine børn prøver at fortælle eller signalere til mig, når jeg ikke bruger digitale medier.



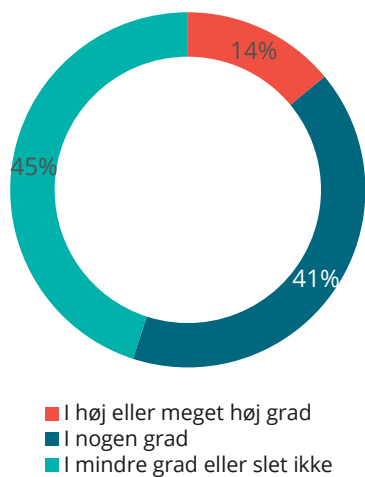
N= 956. 44 har svaret 'ikke relevant'.

Halvdelen af forældrene i undersøgelsen synes, at digitale medier giver dem gode oplevelser sammen med deres børn

I undersøgelsen er forældrene blevet spurgt, hvorvidt de synes, at digitale medier giver dem gode oplevelser sammen med deres børn. Det synes 55 pct. af forældrene: 14 pct. oplever dette i høj grad, og 41 pct. i nogen grad. 45 pct. oplever dette i mindre grad eller slet ikke.

Undersøgelsen viser, at flere fædre (17 pct.) end mødre (11 pct.) i høj grad oplever, at digitale medier giver dem gode oplevelser sammen med deres børn.

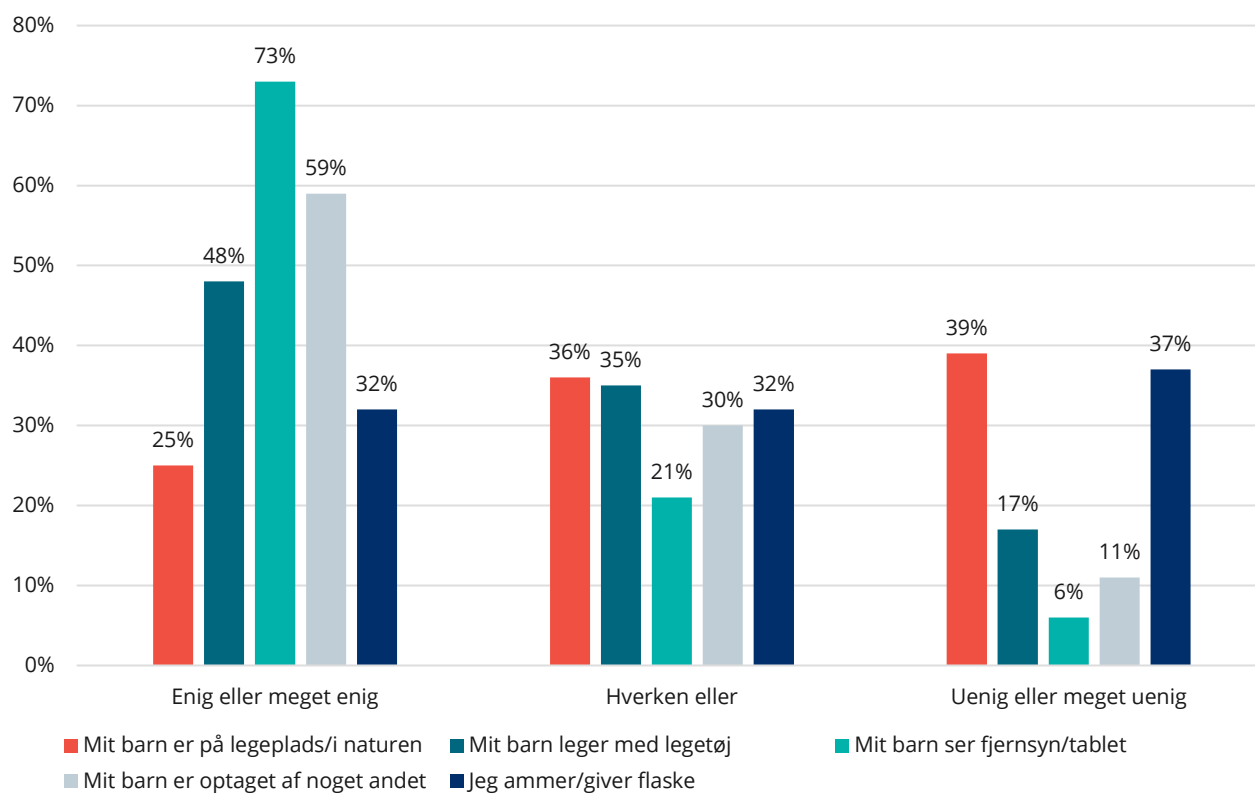
Figur 6: Jeg synes, digitale medier giver mig gode oplevelser sammen med mit barn/mine børn.



N = 944. 56 har svaret 'ikke relevant'.

Forældres holdning

I undersøgelsen er forældrene blevet spurgt, hvor enig eller uenig de er i, at det er okay for dem at bruge digitale medier i en række hverdagssituationer. 73 pct. af forældrene i undersøgelsen svarer, at de er enige eller meget enige i, at det er okay, at de selv bruger digitale medier, når deres børn ser fjernsyn eller tablet. 59 pct. er enige i, at det er okay, når barnet er optaget af noget andet, og 48 pct. når barnet leger med legetøj.

Figur 7: Hvor enig eller uenig er du i følgende: Det er okay for mig at bruge digitale medier, når...

N= 1.000.

DÉT SIGER FORSKNINGEN

Når forældre er optagede af digitale medier i samværet med deres små børn, kan de have en tendens til at være mindre sensitive, mindre kommunikerende og mindre anerkendende over for det lille barns reaktioner.

Kilder: Kildare & Middlemiss 2017, Ventura et. al. 2019, Stockdale et. al. 2020, Sundqvist et. al. 2020.

Forældre om at begrænse deres skærmbrug

Otte ud af ti forældre vil gerne bruge mindre tid på deres telefon, tablet og computer, men de oplever, at blandt andet afhængighed af de digitale medier holder dem tilbage. Knap fire ud af ti forældre har i høj eller meget høj grad dårlig samvittighed over, hvor meget de bruger digitale medier.

Otte ud af ti ville gerne bruge mindre tid på digitale medier – knap fire ud af ti forældre har nogle gange dårlig samvittighed

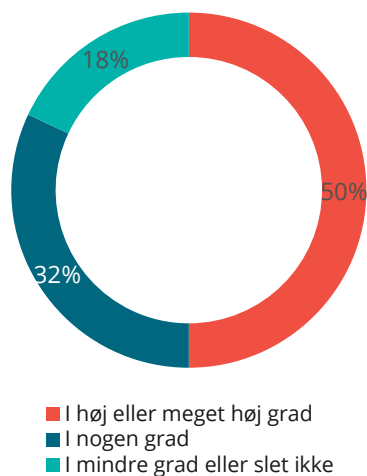
82 pct. er i nogen eller høj grad enige i, at de gerne ville bruge mindre tid på digitale medier, når deres børn er til stede og vågne. 50 pct. er i høj eller meget høj grad enige, 32 pct. er i nogen grad enige, mens 18 pct. i mindre grad eller slet ikke er enige.

37 pct. af forældrene angiver, at de i høj eller meget høj grad nogle gange har dårlig samvittighed over deres brug af digitale medier, mens deres børn er til stede og vågne. 33 pct. har i nogen grad dårlig samvittighed, og 30 pct. har i mindre grad eller slet ikke. Forskning viser, at dårlig samvittighed over brug af digitale medier i nærværet af deres små børn ofte fremhæves af forældre.⁵

Flere mødre end fædre har dårlig samvittighed. 41 pct. af mødrene har i høj eller meget høj grad nogle gange dårlig samvittighed. Det gælder 32 pct. af fædrene. Flere yngre forældre har dårlig samvittighed, hvor 47 pct. af de 21-30-årige forældre angiver, at de i høj eller meget høj grad nogle gange har dårlig samvittighed. Det gælder for 38 pct. af de 31-40-årige og for 28 pct. af forældrene, som er 41 år eller ældre.

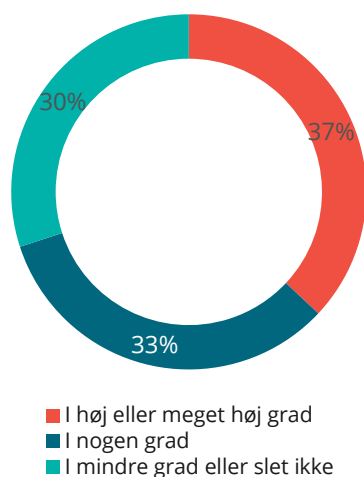
Jo mere tid, forældre bruger på digitale medier om dagen, jo større er andelen, der nogle gange har dårlig samvittighed. 54 pct. af de forældre, der bruger digitale medier tre timer eller flere om dagen, har nogle gange dårlig samvittighed. Det gælder for 38 pct. af forældre, der bruger to timer om dagen, 36 pct. af dem, der bruger én time om dagen, og 32 pct. af dem, der bruger en halv time eller mindre.

Figur 8: Jeg ville gerne bruge mindre tid på digitale medier, når mit barn/mine børn er til stede og vågne.



N= 925. 75 har svaret 'ikke relevant'.

Figur 9: Jeg har nogle gange dårlig samvittighed over, hvor meget jeg bruger digitale medier, når mit barn/mine børn er til stede og vågne.

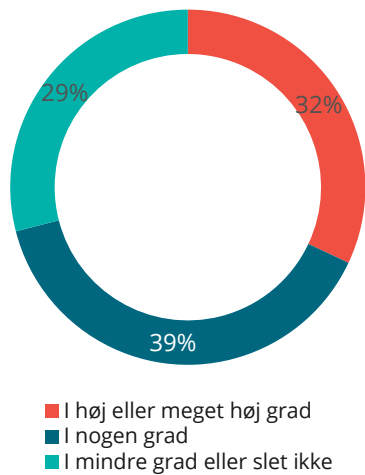


N= 961. 39 har svaret 'ikke relevant'.

Syv ud af ti forældre føler indimellem, at de er nødt til at svare tilbage

71 pct. af forældrene føler indimellem, at de er nødt til at svare tilbage på beskeder, mails eller telefonopkald, som ikke er arbejdsrelaterede. For 32 pct. gælder dette i høj eller meget høj grad, for 39 pct. er det i nogen grad tilfældet. 29 pct. føler i mindre grad eller slet ikke, at de indimellem er nødt til at svare tilbage.

Figur 10: Jeg føler indimellem, at jeg er nødt til at svare tilbage på beskeder, mails eller telefonopkald, når mit barn/mine børn er til stede og vågne.



N= 971. 29 har svaret 'ikke relevant'.

Forældre: Dårlig vane, afhængighed og en presset hverdag

Blandt de forældre, der bruger to timer eller mere på digitale medier, bliver afhængighed og dårlig vane nævnt igen og igen som årsagen til omfanget af deres brug af digitale medier.⁶ Det viser undersøgelsen, der har spurgt forældrene, hvad der afholder dem fra at bruge mindre tid på digitale medier, når deres børn er til stede og vågne. Som en forælder skriver, er de digitale medier blevet en 'voksensutteklud':

"Det er ren og skær en dårlig vane."

"Det er ren vane. Er den i nærheden, griber jeg automatisk ud efter den og kigger på den uden at tænke over det. Den skal ligge væk fra mig og så kan jeg sagtens lade være med at pille ved den."

"Impulser. Vaner og afhængighed."

"Jeg føler mig afhængig af telefonen, og jeg tænker ofte ikke over, hvor lang tid jeg bruger på den. Jeg kan føle mig rastløs, hvis der går for længe imellem, jeg tager "min rundtur" på telefonen.

Jeg synes det er svært at lade sin mobil være når man er sammen med sine børn. Min datter er 3 måneder så hun bemærker det ikke men min søn på 4 år siger nogle gange til mig: "mor du hører jo ikke hvad jeg siger til dig" og DER går det op for mig at han blev glemt fordi jeg havde mere travlt med min mobil og så får jeg skyldfølelse (og så gør jeg det igen 10 min efter) (...)."

"Man er blevet lidt afhængig - det er som en voksen sutteklud."

"Vanen. Pludselig tager jeg mig selv i at jeg sidder på telefonen igen, og så prøver jeg at lægge den væk når tanken rammer."

Der er også forældre, der peger på, at hverdagen er presset – at de er på, fordi de ellers ikke kan nå det praktiske, de skal, når så meget i dag foregår digitalt. De beskriver, at der ikke er nok timer i døgnet til at nå det, de skal.

"Der er ikke nok timer når de sover til at følge med i arbejde og nyheder."

"For få timer i døgnet."

"Der er så meget som i dag foregår digitalt, kommune, offentlig, internethandel, mm."

"At det digitale er over alt. Der er ikke den frihed, som den gang man havde en fastnet telefon. Hvor man ikke kunne få fat i en person 24/7. Der er både godt og skidt. Der er nogen, som kan finde ud af det og andre kan ikke..."

Nogle forældre beskriver også, at de er på digitale medier, fordi det er dér, de slapper af. De bruger de digitale medier til at tage en pause – til at finde ro og få noget tid for dem selv:

"Det skaber ro at kunne trække sig tilbage bag skærmen"

"Fordi jeg har lyst til og brug for at tage pauser for mig selv. Lytter altid aktivt og holder samtaler gående når mine børn henvender sig. Så slukker jeg altid og lægger ipad væk."

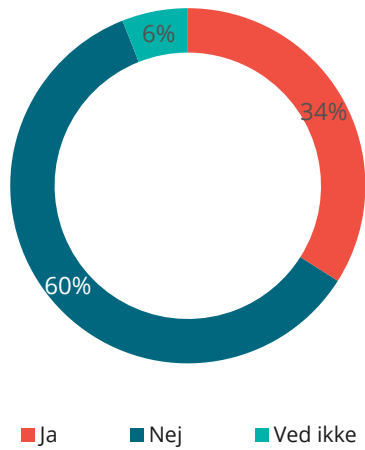
"Jeg slapper af med det. Børnene slapper af med tegnefilm i TV og det gider jeg ikke se."

Seks ud af ti forældre har ikke regler for deres eget skærmbrug sammen med børnene

60 pct. af forældrene svarer nej til, at de har regler eller rammer for deres eget brug af digitale medier til andet end arbejde, når deres børn er til stede og vågne. Andelen er større blandt forældre, der bor sammen med en anden voksen end barnets anden forælder, hvor 53 pct. har regler eller rammer mod 31 pct. af dem, der bor sammen med barnets anden forælder, og 40 pct. af dem, der bor uden andre voksne. Undersøgelsen viser desuden, at flere blandt de yngre forældre på 21-30 år har regler (40 pct.) sammenlignet med forældre på 31-40 år (35 pct.) og forældre på 41 år og ældre (29 pct.).

Jo kortere uddannelse, forældrene har, jo flere angiver, at de har regler eller rammer for deres eget brug af digitale medier. 44 pct. af forældre uden en uddannelse eller med en gymnasial uddannelse, erhvervsuddannelse eller mindre og 40 pct. af forældre med en kort videregående uddannelse har regler eller rammer. Det gælder for 32 pct. af forældre med henholdsvis en mellemlang videregående uddannelse og en lang videregående uddannelse.

Figur 11: Har du regler eller rammer for din brug af digitale medier til andet end arbejde, når dit barn/dine børn er til stede og vågne?



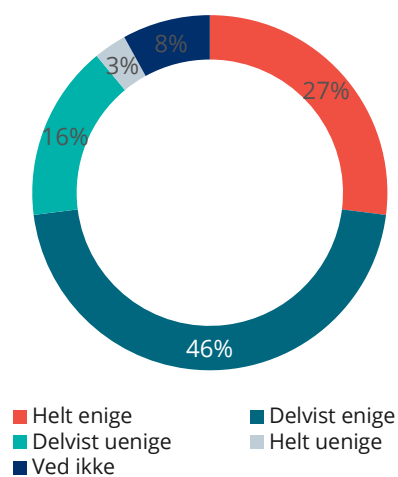
N= 1000.

To ud af ti forældre fortæller, at de voksne er helt eller delvist uenige om reglerne i hjemmet

73 pct. af forældrene i undersøgelsen svarer, at de voksne i hjemmet er delvist eller helt enige om deres brug af digitale medier til andet end arbejde, når deres børn er til stede og vågne. Hver femte forælder, 19 pct., svarer, at de voksne i hjemmet er delvist eller helt uenige. 8 pct. svarer ved ikke.

Flere fædre (84 pct.) end mødre (74 pct.) svarer, de er helt eller delvist enige om reglerne i hjemmet.

Figur 12 : Er I voksne derhjemme enige om jeres eget brug af digitale medier til andet end arbejde, når jeres barn/børn er til stede og vågne?



N= 860.

Metode

Analysen baserer sig på et spørgeskema besvaret af 1.000 forældre med børn i alderen 0-6 år. Spørgeskemaundersøgelsen er gennemført af Userneeds A/S i foråret/sommeren 2021, og den er udført i Userneeds danske online panel. Der er sikret repræsentativitet i forhold til køn, alder og region.

I spørgeskemaet er forældrene blevet spurgt om, hvor meget og hvordan de bruger digitale medier til andet end arbejde, når deres børn er til stede og vågne. Analysen fokuserer primært på, når forældre bruger digitale medier, uden deres børn er med – altså hvor deres børn for eksempel ikke sidder sammen med dem og spiller spil, ser på billeder eller kommunikerer med familie eller venner.

Analysen behandler sammenhænge, som er statistisk signifikante ved chi²-tests, hvor $p < 0,05$. Analyserne giver ikke viden om årsag og virkning, dvs. om kausalitet.

Litteratur

Archer, C., & Kao, K. T. (2018). Mother, baby and Facebook makes three: does social media provide social support for new mothers?. *Media International Australia*, 168(1), 122-139.

Johnsen, S. S., & Glavin, K. (2017). Den digitale tidsklemma. *Nordisk sygeplejeforskning*, 7(03), 224-238.

Kildare, C. A., & Middlemiss, W. (2017). Impact of parents mobile device use on parent-child interaction: A literature review. *Computers in Human Behavior*, 75, 579-593.

Stockdale, L. A., Porter, C. L., Coyne, S. M., Essig, L. W., Booth, M., Keenan-Kroff, S., & Schvaneveldt, E. (2020). Infants' response to a mobile phone modified still-face paradigm: Links to maternal behaviors and beliefs regarding technoference. *Infancy*, 25(5), 571-592.

Sundqvist, A., Heimann, M., & Koch, F. S. (2020). Relationship between family technoference and behavior problems in children aged 4–5 years. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 23(6), 371-376.

Ventura, A. K., Levy, J., & Sheeper, S. (2019). Maternal digital media use during infant feeding and the quality of feeding interactions. *Appetite*, 143, 104415.

Wolfers, L. N. (2021). Parental mobile media use for coping with stress: A focus groups study. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 3(2), 304-315.

Noter

¹ I undersøgelsen er forældrene blevet spurgt, hvor meget tid de har brugt på digitale medier det sidste døgn, mens deres børn var til stede og vågne, og hvor deres børn ikke var en del af aktiviteten på mediet. Når analysen fremover beskriver, hvor meget tid forældrene bruger på digitale medier om dagen, henvises der altid til, hvor meget tid forældrene har brugt på digitale medier det sidste døgn, mens deres børn var til stede og vågne, og hvor deres børn ikke var en del af aktiviteten på mediet.

² Kildare & Middlemiss 2017, Ventura et. al. 2019.

³ Når analysen fremover beskriver, hvor meget tid forældrene bruger på digitale medier om dagen, henvises der altid til, hvor meget tid forældrene har brugt på digitale medier det sidste døgn, mens deres børn var til stede og vågne, og hvor deres børn ikke var en del af aktiviteten på mediet.

⁴ Kildare & Middlemiss 2017, Ventura et. al. 2019, Stockdale et. al. 2020, Sundqvist et. al. 2020.

⁵ Stockdale et. al. 2020, Ancher & Kao 2018, Johnsen & Glavin 2017.

⁶ I undersøgelsen er forældrene blevet spurgt, hvad der holder dem tilbage fra at bruge mindre tid på digitale medier, når deres børn er til stede og vågne.

Kolofon

Oktober 2021

Analyseansvarlig: Sofie Stage

Tekst og analyse: Sofie Stage, Julie Ellesøe Jespersen, Nanna Christine Brixtofte Petersen & Malene Angelo.

Undersøgelsen er lavet som led i Børns Vilkårs program Tryghed for alle småbørn, som kører fra 2019 til 2023 og er finansieret af Stryhns Familieselskab.