

Hørings svar Aarhus Kommune Opgaveudvalget for mindre psykisk sårbarhed.

Hørings svar fra medie-, teknologi-, børne- og ungdomsforskere ved danske universiteter

Som forskere i børn og unges brug af medier og teknologier bifalder vi ambitionen om at sikre børn og unges trivsel og mindske psykisk sårbarhed. Vi er ligeledes enige i der er behov for relevante, pædagogiske refleksioner over brugen af digitale redskaber i skole, dagtilbud og fritidspædagogiske tilbud samt i hensigten vedr. styrket dialog mellem forældre og fagpersoner. Vi deler således Aarhus kommunes ønske om at igangsætte relevante indsatser i kommunens institutioner og i dialog med både børn, unge, forældre og fagpersoner for at styrke og sikre mental trivsel. Vi er dog bekymrede for en række af anbefalingernes afsæt og for den grundlæggende fortælling om psykisk mistrivsel og mediebrugens betydning herfor, som anbefalingerne er baseret på.

Anbefalingerne og det tilhørende høringsbrev hviler på antagelser og præmisser, som vi ikke mener, at der er hverken empirisk eller forskningsmæssigt belæg for. Vi er bekymrede for at udvalget, med sit fokus på individer og skærme, taber blikket for konteksten, sociale samspil og de generelle ændringer i samfundet. Samfundet og de sociale strukturer, som danner rammerne for børn og unges liv, er ikke kun anderledes i dag på grund af skærme. Åbningsreplikken rammesætter i vores optik problemstillingen bagvendt, når det slås fast at: "Flere og flere unge mennesker har svært ved at fungere i en helt almindelig hverdag. De bliver stressede, pressede og ensomme." Men det er problematisk at gå ud fra at det er de unge mennesker, der noget galt med når de ikke trives i det samfund som vi, de foregående generationer, har skabt for dem - og det er problematisk at antage, at den væsentligste faktor ift. mistrivsel er brugen af digitale medier.

En anden grundlæggende bekymring er, at at anbefalingernes grundpræmis om skadelige effekter af børn og unges mediebrug er i modstrid med den efterhånden meget omfattende forskning på området. Der har i de forgangne ti år samlet sig en meget stor forskningslitteratur om børn og unge og digitale medier, og konklusionerne er for nyligt opsummeret af organisationer som den engelske sundhedsstyrelse (Chief Medical Officer), den engelske børnelægeforening, WHO og Sundhedsstyrelsen. Kort og godt er litteraturen bred, men understøtter ikke i sin helhed præmissen om at digitale medier i sig selv skulle føre til bestemte former for mistrivsel - hverken fra et pædagogisk, psykologisk eller andet sundhedsfagligt synspunkt.

Ved systematisk læsning, bemærker vi at a) mange studier ikke finder belæg for en negativ forbindelse, b) de, der gør, undersøger ofte små grupper af f.eks. børn med problembilleder/symptomer, der ikke repræsenterer det gennemsnitlige barn i fx

Aarhus Kommune, c) måden, unge mennesker bruger digitale medier (f.eks. aktivt/passivt, alene/socialt, hvilket indhold, til hvilken praktisk eller psykologisk funktion), lader til at være langt vigtigere for trivselskorrelationer end tid optalt i timer og minutter, og d) effektstørrelserne fra store repræsentative studier er hyppigt af en størrelsesorden som sundhedsstatistisk må anses for ubetydelige, og i høj grad kan forklares med andre faktorer der påvirker børn og unges trivsel - navnlig de sociale og økonomiske livsbetingelser vi allerede kender i pædagogisk og psykologisk sammenhæng.

Forskningslitteraturen er altså på ingen måde entydig på den måde, som arbejdsgruppens tekster antyder, og nyere forskning af højere kvalitet giver god grund til at udfordre hypotesen om at gennemsnitlige børn og unge tager skade af deres mediebrug på kort eller på lang sigt. Selve grundantagelsen om, at brugen af sociale medier er årsag til mistrivsel, er således problematisk, dels fordi der ikke er belæg for den hvad angår langt de fleste børn og unge, dels fordi den overfor kommunens fagpersonale unødigt patologiserer, hvad der i dagens Danmark må forstås som normaladfærd.

Et sådant fokus risikerer ydermere at overse andre mulige årsager til mistrivsel eller situationer, hvor digitale medier indtager en modererende effekt ift. f.eks. maladaptiv digital undgåelsesadfærd - mao. til at kompensere for eller flygte fra andre problemer i tilværelsen. Hertil kommer, at en grundlæggende antagelse om en bestemt 'effekt' af sociale medier på trivsel er en stærk simplificering, der overser de mange forskellige måder, sociale og digitale medier anvendes på i forskellige arenaer og af forskellige mennesker - med forskellig, både positiv og negativ, betydning.

Modsat idéen om brede negative effekter viser undersøgelser, at både unge med meget lille og meget stort forbrug af digitale medier har den dårligste trivsel; bedst trivsel ses i gruppen af unge med et moderat forbrug af digitale medier. Det er dog ikke muligt at identificere, hvilken vej 'pilen vender', altså om mistrivsel fører til større medieforbrug eller omvendt. Når det kommer til forbrug af digitale medier og skærme skal vi derfor være forsigtige med ikke at gøre symptomet til sygdommen.

Opgaveudvalget anbefaler, at man tilføjer et -S for 'Skærm' til KRAM-modellen, der er udviklet til at sætte fokus på forebyggelse og sundhedsfremme i relation til Kost, Rygning, Alkohol og Motion. Fra et forskningssynspunkt vil vi gerne understrege, at der ikke er belæg for, at skærmmedier i sig selv udgør en sundhedsrisiko på linje med de øvrige faktorer. Vi anser det for problematisk, at et kommunalt nedsat udvalg på baggrund af eget skøn ændrer på et sæt anbefalinger der er formuleret og formidlet centralt af bl.a. Sundhedsstyrelsen. Endelig virker det ekstra S set med sundhedsfaglige briller ganske unødvendigt, idet de sundhedsmæssige problemer som bl.a. den engelske Chief Medical Officer og WHO har identificeret i forbindelse med højt skærmbrug i hverdagen, fra TV til computerspil, netop er forbundet med motion, søvn og endda kost - og altså allerede indeholdt i KRAM-rammeværket.

Vi anbefaler, at Aarhus Kommune baserer sine fremtidige, nødvendige indsatser på området på relevant dansk og international forskning, herunder på aktuelle forskningsopsummeringer og -rapporter¹. Herudover anbefaler vi, at man - i overensstemmelse med den nyligt vedtagne tilføjelse til børnekonventionen vedr. børn og unges rettigheder i det digitale samfund² - inddrager børn og unges perspektiver og synspunkter for at forstå, hvad der skaber og hindrer deres trivsel.

Underskrevet af:

Stine Liv Johansen, lektor, ph.d., Center for Børns Litteratur og Medier, Institut for Kultur og Kommunikation, Aarhus Universitet

Anne Mette Thorhauge, lektor, ph.d., Institut for Kommunikation, Københavns Universitet

Rune K. L. Nielsen, psykolog, ph.d., lektor, IT Universitetet i København

Maja Sonne Damkjær, adjunkt, ph.d., Afd. for Medievidenskab og Journalistik, Institut for Kommunikation og Kultur, Aarhus Universitet.

Andreas Lieberoth, lektor, ph.d., Afd. for Pædagogisk Psykologi, DPU, Aarhus Universitet

Anne Brus, postdoc, ph.d, Institut for Kommunikation, Københavns Universitet

Malene Charlotte Larsen, lektor, ph.d., Institut for Kommunikation og Psykologi, Aalborg Universitet

Jesper Tække, lektor, ph.d., Afd. for Medievidenskab og Journalistik, Institut for Kommunikation og Kultur, Aarhus Universitet.

Anders Hougaard, lektor, ph.d., Institut for Sprog og Kommunikation, Syddansk Universitet

Jesper Aagaard, lektor, ph.d., Psykologisk Institut, Aarhus Universitet

19. maj 2021

¹ Sundhedsstyrelsen, 2020: Fire litteraturstudier omhandlende søvn, fysisk aktivitet, relationer og fællesskaber samt oplevet stress:

<https://www.sst.dk/da/Opgaver/Forebyggelse/Indsatser/Fokusomraader/Sundhed-og-digitale-medier>

Det kriminalpræventive råd (2021): Børns risikoadfærd på nettet.

<https://dkr.dk/nyheder/2021/apr/boerns-risikoadfaerd-paa-nettet>

VIVE (2020) Børn og unges trivsel og brug af digitale medier

<https://www.vive.dk/da/udgivelser/boern-og-unges-trivsel-og-brug-af-digitale-medier-15089/>

Aarhus Universitet (2020): Hvem sidder dér bag skærmen ... og hvem hjælper? : National kortlægning af brugen af digitale medier i børnehaver og vuggestuer

<https://ebooks.au.dk/aul/catalog/book/385>