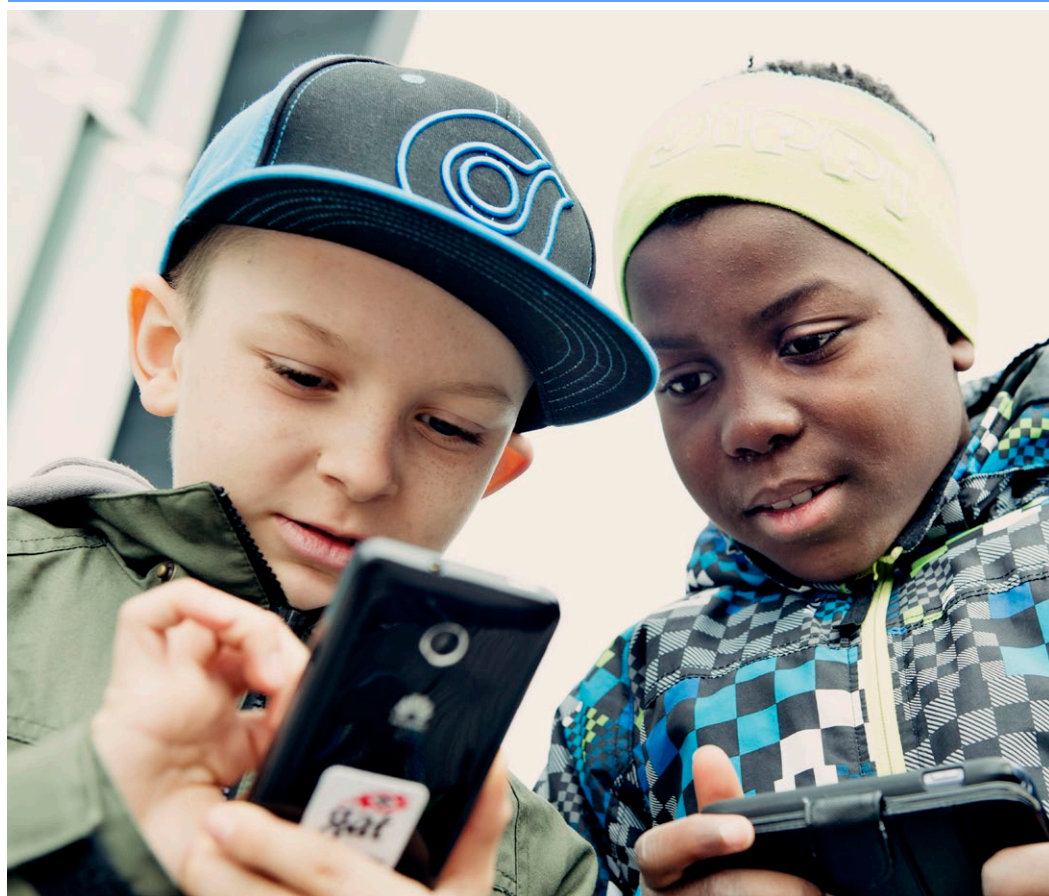
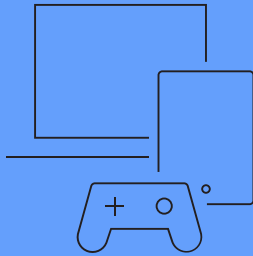


Snakkar du med barna  
dine om dataspel?





### **Snakkar du med barna dine om speling?**

Kor ofte speler du dataspel med barnet ditt?

Veit du kva dataspela til barnet handlar om?

Veit du kor ofte barnet speler?

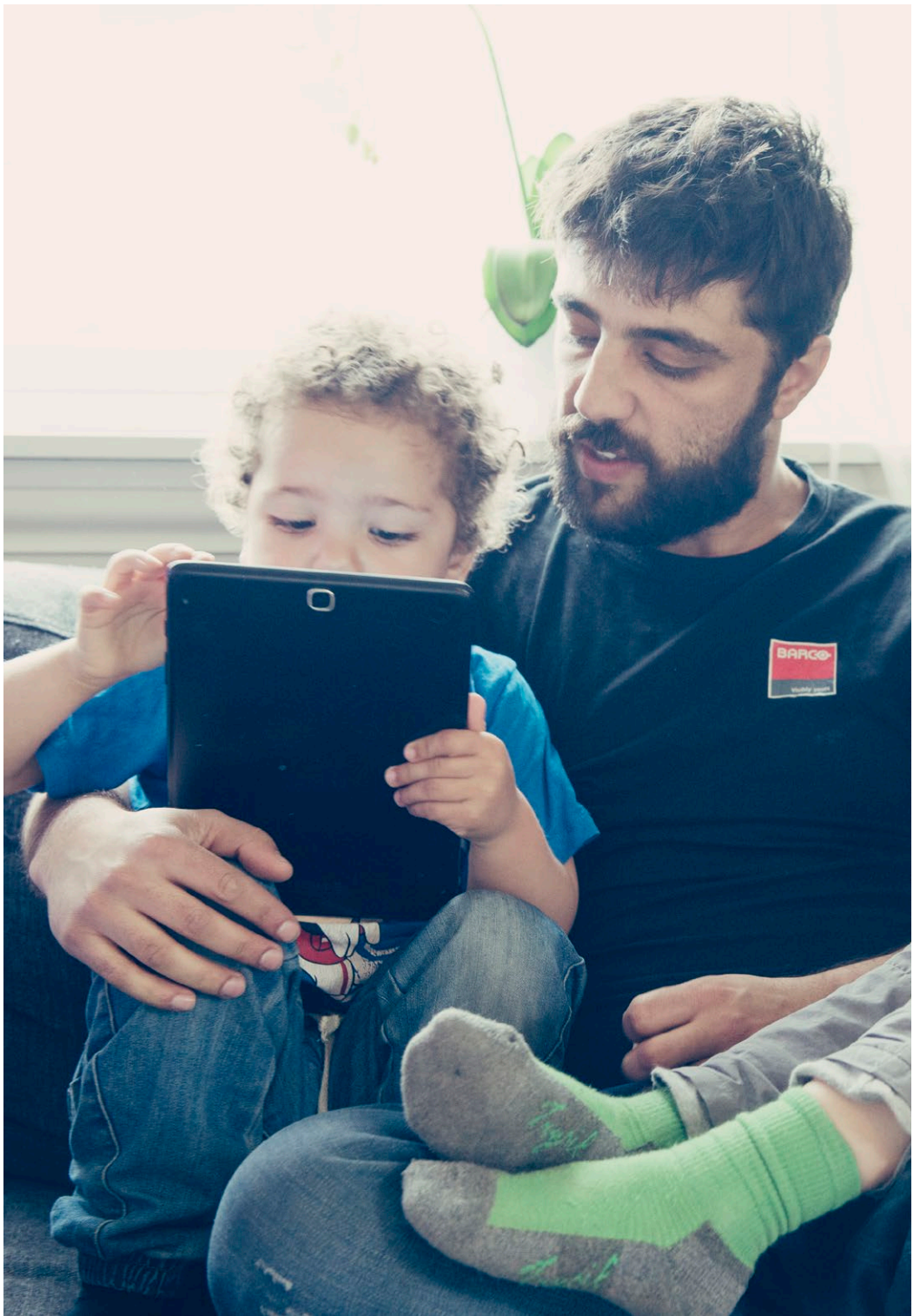
Veit du aldersgrensa på spela til barnet ditt?

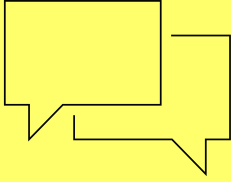
Er de einige om kor mykje barnet kan spele?

## **Mange barn og unge speler mykje, men for dei færraste utviklar spelninga seg til eit problem.**

Dess tidlegare foreldre blir engasjert i barna sine spelevarar, dess enklare vil det vere å sjå dette. Somme bruker spel som ei flukt frå røynda, mens andre har spel som ein lidenskapeleg hobby. Det finst med andre ord ingen fasit.

Det er du og familien din som avgjer kva de vil bruke tid på, og kva dykk synast er greitt. Ulike barn har ulike behov og interesser, men alle barn har behov for rammer og grenser. Det å setje grenser vil også hjelpe de dersom konflikhtar oppstår. Start derfor tidleg med å snakke med barna om spel. Finn ut av kor mykje tid det er greitt å bruke og kva spel dei skal få lov til spille.





## **Snakk om spel - bli einige**

- Engasjer deg, og set deg inn i barna si verd. Forsøk å forstå kvifor dei liker å spele framfor å rette peikefinger
- Set grenser saman, og gi påskjøning når det blir gjennomført etter avtale
- Unngå krisemaksimering og ord som «speleavhengig» i samtale med barnet, då dette nesten garantere vil øydeleggje ein god dialog
- Snakk med andre foreldre og del erfaringar og råd. Hugs samtidig på at det som fungerer for naboen ikkje nødvendigvis fungerer hos dykk
- Snakk med og ikkje til kvarandre. Dette går begge vegar. Foreldre må få stille spørsmål, og barna må ta seg tid til å forklare

### **Refleksjons spørsmål**

- Kor mykje er det greitt å spele kvar dag/veke heime hos oss?
- Kvifor hamna vi på den grensa?
- Ville grensene vore annleis om det handla om kor lenge vi kunne lese bok eller teikne?
- Skal vi alltid overhalde aldersgrensene eller kan familien gjere ei felles vurdering av kva spel barna kan spele? Kvifor? Kvifor ikkje?

[snakkomspill.no](https://snakkomspill.no)