

Hei

Håper du har hatt noen fine dager i sommer siden siste mail.

Takk til alle dere som tok dere tid til å gi meg tilbakemelding, det setter jeg stor pris på ❤️

Det er tydelig at det er mange foreldre som er opptatte av dette temaet.

Jeg har lyst til å trekke frem deler av en mail jeg fikk fra en foreldre til en 14 åring (jeg fikk lov til å dele 😊)

"Jeg bare må innrømme noe. Å være en forelder i den digitale verden kan virkelig gi meg følelsen av å være helt på bærtur noen ganger. Det er som om min 14 åring alltid er et skritt foran meg når det gjelder teknologi og sosiale medier. Jeg blir så fortvilet når jeg tenker på at jeg ikke alltid vet hva hun driver med på nettet eller hvordan jeg skal beskytte henne mot alle farene som lurere.

Det er ikke akkurat det enkleste i verden å være en "tech-savvy" forelder, og jeg kjenner meg helt makteløs av og til. Men jeg vil og kan ikke la den følelsen ta overhånd.

Jeg vil så gjerne ta tak i denne digitale verden og lære mer om hva som skjer på nettet. Jeg vil gjerne få tips og triks om hvordan jeg kan snakke med jenta mi om nettvett, personvern og alt det der uten at hun ruller med øynene av meg"

Vet du, jeg tror det er mange foreldre som føler det sånn.

Og det er kanskje nettopp derfor du burde skaffe seg mere kunnskap og lære litt om hvordan snakke med ungdommen din. Ikke bare om farene, men også om det som er positivt.

Alt er ikke farlig, og ved å vise det, gir du ungdommen bedre mulighet til å ta gode valg.

Sammen kan vi lære og vokse og hjelpe hverandre å takle denne digitale jungelen.

Så, hva sier du? Er du med på å bryne oss på dette digitale eventyret sammen?

Jeg tror vi kan gjøre en forskjell for våre barn og for oss selv som foreldre.

Ikke nøl med å gi meg en lyd hvis du har noen gode tips eller trenger litt støtte. Jeg er her for deg, og vi kan takle denne digitale verden sammen!

Jeg heier fortsatt på deg ❤️

Masse hilsner

Randi-Helen



Randi-Helen Movinkel Juul

Randi-Helen Movinkel Juul
Klinisk Vernepleier/ Veileder