

11 anbefalinger til et trygt og godt digitalt børne- og ungeliv

Alliancen for et trygt og godt digitalt
børne- og ungeliv

Forord

Vi står midt i et kæmpe eksperiment, når det handler om børn og unges liv på digitale platforme. Sociale medier, algoritmer, uigennemskuelige reklamer og notifikationer fylder i dag så meget, at de for mange børn er blevet en uundgåelig del af barndommen. Det betyder også, at de alt for tidligt møder afhængighedsskabende mekanismer, skadeligt indhold og digitale krænkelse, som ingen børn og unge burde udsættes for.

Vi ved, at hvert andet barn er på sociale medier, før de er 10 år og næsten alle børn i 7. klasse er på sociale medier, før de er fyldt 13 år. Vi ved, at mange unge selv siger, at de bruger for meget tid på sociale medier. Og vi ved, at to ud af tre børn i Danmark har været udsat for krænkelse eller andre ubehagelige oplevelser online inden for det seneste år. Det er en udvikling, der skaber konflikter i hjemmene, fratager børn og unge den søvn og ro, de har brug for, krænkere deres rettigheder og efterlader alt for mange unge med en følelse af digitalt pres og utryghed.

Det er hverken rimeligt eller realistisk at forvente, at den enkelte familie, lærer eller pædagog alene kan ændre den udvikling. Presset fra techgiganternes forretningsmodeller er for massivt, og konsekvenserne for børnene for alvorlige. Deres platforme er bevidst designet til at fastholde og udnytte børns opmærksomhed, mens ansvaret for at beskytte dem alt for ofte skubbes videre til forældrene.

Alliancen for et trygt og godt digitalt børne- og ungeliv udspringer af den erkendelse. Vi har samlet kræfter på tværs af civilsamfund, kommuner og myndigheder, fordi ingen kan løfte opgaven alene. Vores mål er klart: Børn og unge i Danmark skal beskyttes langt bedre i deres digitale liv, end de er

i dag. Det kræver stærkere normer, tydeligere rammer og en kultur, hvor vi som voksne kollektivt tager et større ansvar for, at børn og unge ikke overlades til sig selv i mødet med en digital verden, der ikke er skabt på deres præmisser.

I Alliancen peger vi derfor på 11 anbefalinger, der hver for sig og tilsammen er et svar på en del af de udfordringer, vi står over for. Anbefalingerne spænder fra mere tilgængelig og bedre vejledning til forældre, årlig monitorering af hvilke udfordringer børn og unge møder online og etablering af digitale gårdvagter, til stærkere fællesskaber uden skærm, målrettede indsatser for udsatte børn og skarpere krav til techgiganterne.

Vi står over for en kulturforandring, der ikke kommer af sig selv. Det kræver mod til at stille krav, vilje til at tage ansvar og styrke til at handle i fællesskab. Vi bilder os ikke ind, at de 11 anbefalinger fjerner alle problemer fra den ene dag til den anden – men de markerer et nødvendigt skridt på vejen. Et skridt mod en tryggere og bedre digital hverdag for vores børn og unge. Og et skridt, hvor vi tager børn og unges oplevelser alvorligt og lytter til, hvordan det digitale liv påvirker dem.

Alliancens 11 anbefalinger



1

Styr på skærmen for alle forældre: Nye myndighedsanbefalinger om børns digitale liv

Forældre og børns andre nære voksne skal nemt kunne finde råd og anbefalinger, som kan styrke deres mulighed for at engagere sig i og rammesætte deres børn og unges digitale liv. Derfor skal der udvikles flere myndighedsanbefalinger til forældre om børns digitale liv, der tager højde for forskellige

former for risici, som eksempelvis sociale medier og online spil kan indebære for børn og unge. Det gælder eksempelvis risiko for cybermobning, data-høst samt eksponering for hhv. urealistiske kvinde- og mandeidealer og kvindehadsk indhold. Samtidig skal anbefalingerne være lette at finde ét sted.



2

Nærværsløftet: Flere fysiske fællesskaber

Overgangen fra SFO til klubtilbud eller lignende falder sammen med en periode, hvor børns skærmforbrug typisk stiger markant. Derfor skal centrale aktører i fritids- og foreningslivet iværksætte

Nærværsløftet, en indsats der skal afdække og komme med inspiration til, hvordan fritids- og foreningslivet i højere grad kan skabe attraktive og skærmfrie fællesskaber.



3

Målrettede kampagner til at styrke forældreindsats og elev-til-elev-værktøjer

To kampagnespor skal styrke bevidstheden om god digital adfærd: Én målrettet forældre og børns andre nære voksne med henblik på at udbrede kendskabet til de fem tommelfingerregler om digitale vaner,

herunder kollektive forældreaftaler, som Alliancen præsenterede i juni. Og én målrettet elever i grundskoler, hvor børn og unge selv sætter ord på tryghed og adfærd i onlinefællesskaber.



4

Børnesikrede smartphones: Krav om børnevenlige indstillinger

På baggrund af erfaringer fra Frankrig og Spanien, der har vedtaget lovgivning om børnevenlige indstillinger på digitale enheder, skal regeringen afdække muligheden for at stille et dansk lovkrav

til producenter om, at digitale produkter til børn leveres med forudindstillede eller lettilgængelige funktioner, der beskytter mod eksempelvis skadeligt indhold og overdreven skærmtid.



5

De digitale gårdvagter

De nye digitale gårdvagter skal holde øje med, om techgiganterne lever op til deres ansvar for at beskytte børn og unge online. Målet er at sikre, at skadeligt og ulovligt indhold – som fx digitale krænkelse, hadtale og seksuelt misbrug af børn og unge – hurtigere bliver opdaget og fjernet. Dertil skal de

digitale gårdvagter afprøve, om tjenesternes sikkerhedsforanstaltninger for at beskytte børn og unge virker efter hensigten. Gårdvagterne skal derfor dele erfaringer og resultater med tilsynsmyndigheden for at bidrage til en fælleseuropæisk håndhævelse overfor techgiganterne.



6

Den digitale børneanalyse

En ny, årlig undersøgelse skal sikre konsistent og sammenlignelige data om, hvordan børn og unge bruger digitale tjenester, og hvilke udfordringer de

møder. Målet er at skabe et solidt videngrundlag, der kan bruges til at udvikle nye løsninger og følge udviklingen over tid.



7

Bedre beskyttelse af digitalt udsatte børn og unge

Børn og unge i udsatte positioner er i særlig risiko for digitale krænkelse, ubehagelige oplevelser og overtrædelse af deres rettigheder online. Derudover kan de ofte stå alene med udfordringerne. Derfor igangsættes en todelt indsats: Dels udarbejdes et katalog med mulige tiltag baseret på en undersøgelse

af, hvordan børn og unge i udsatte positioners digitale trivsel og tryghed kan styrkes. Dels at der udvikles redskaber til at hjælpe børn, som udviser mistrivsel digitalt, over i relevante støttetilbud. Indsatsen skal samtidig belyse forskelle i drenge og pigers digitale liv og koordineres med relevante ministerier.



8

Påbud om nedtagning af skadeligt digitalt indhold

Der skal etableres en ordning, der giver en tilsynsmyndighed hjemmel til at påbyde sociale medier at fjerne eller hindre adgang til nærmere afgrænset

skadeligt indhold, som det i det konkrete tilfælde vil være ulovligt at facilitere udbredelsen af.



9

Retfærdig behandling af borgere i konflikt med techgiganter

Den nationale indsats for håndtering af tvister mellem borgere og techgiganterne styrkes ved at etablere et nationalt udenretsligt tvistbilæggesorgan. Organet skal tilbyde en hurtig og fair løsning, når der opstår konflikter mellem brugere

og platforme om onlineindhold. Fx skal en bruger, der oplever, at en platform ikke vil fjerne krænkende eller skadeligt materiale, kunne henvende sig til tvistbilæggesorganet.



10

Stærkt dansk bidrag til håndhævelse overfor techgiganter

Tilsynsmyndigheden skal have de nødvendige ressourcer og kompetencer til effektivt at kunne håndhæve de digitale regler. Det betyder blandt andet flere specialiserede medarbejdere, samarbejde med

relevante myndigheder og interesseorganisationer, styrket indsats i det europæiske tilsynssamarbejde samt et mere proaktivt tilsyn.



11

Fortsat interessevaretagelse for digital børnebeskyttelse i EU

Danmark skal gå forrest i at sikre, at beskyttelsen af børn og unge prioriteres højere, og at der tages initiativ til skærpet regulering af digitale platforme og andre relevante digitale tjenester. Initiativet skal

bidrage til at sikre, at Danmark kollektivt fortsat presser på for konkrete krav om effektiv aldersverifikation og forbud mod afhængighedsskabende design.

**11 anbefalinger til et trygt og
godt digitalt børne- og ungeliv**
September 2025

11 anbefalinger til et trygt og
godt digitalt børne- og ungeliv
af Digitaliseringsministeriet i samarbejde
med Børns Vilkår, Red Barnet,
Dansk Ungdoms Fællesråd og KL.

Udgivet af
Digitaliseringsministeriet
Center for sociale medier, tech og demokrati
Stormgade 2-6,
1470 København
+45 72 28 24 00
digmin@digmin.dk

ISBN: 97887-85325-17-4

Publikationen kan hentes på:
www.digmin.dk

Design: Kontrapunkt
Foto: iStock