Månad Dag, 2024  
Ort

Bästa [X]

Vi skriver till dig idag om frågan om smartphones i barns liv idag, och särskilt gällande barn på vår skola.

Föräldrar på [SKOLA] har nyligen anslutit sig till en gräsrotsrörelse av föräldrar som kallas Smartphone-Fri Barndom Sverige (SFBS), som uppstod i Storbritannien i februari 2024. Det har utlösts ett nationellt samtal om vid vilken ålder vi ger barn smartphones. Eftersom vi själva känner starkt för frågan startade vi en öppen [SKOLA] SFBS WhatsApp-grupp som [X antal] föräldrar/vårdnadshavare sedan dess har gått med i.

Tekniken erbjuder många otroliga fördelar och möjligheter, men hur navigerar vi bäst i detta kritiska skede av [barn/ungdom/tonåringens] utveckling? Vi vet att detta kan vara ett kontroversiellt ämne och att det inte finns något definitivt svar - varje förälder vill göra det som är bäst för sitt barn.

I slutändan är det ett personligt beslut för varje familj och hushåll. Men det finns nu forskning som visar en tydlig koppling mellan den ålder då ett barn får sin första smartphone och psykiska problem i ung vuxen ålder. Skadorna av överdriven smartphone-användning är som vi vet omfattande - från minskad självkänsla till störd inlärning, mobbning, grooming och missbruk - liksom den enorma alternativkostnaden, de saker som barn och tonåringar inte gör eftersom de är på sina enheter. I den [här artikeln](https://www.theatlantic.com/technology/archive/2024/03/teen-childhood-smartphone-use-mental-health-effects/677722/) av socialpsykologen Jonathan Haidt beskrivs de enorma - och ännu inte fullt ut uppskattade - konsekvenserna av samhällets övergång från en lekbaserad till en telefonbaserad barndom.

Vi vet hur hårt pressade skolorna är och är så tacksamma för allt det arbete ni gör för att utbilda våra barn, och vi inser att det är föräldrarna som köper smartphones till sina barn. Vi är medvetna om att skolans policy säger [INFOGA POLICYDETALJER, SOM KAN VARA ATT TELEFONER INTE TILLÅTS I SKOLAN]. Vi skulle dock verkligen vilja ha ditt stöd för att öka medvetenheten om denna fråga eftersom vi inser att du har en avgörande roll att spela för att hjälpa föräldrar att navigera i detta snabbt utvecklande område i våra barns liv.

Till att börja med skulle vi vara tacksamma om vi kunde träffas för att diskutera vår idé om att samla föräldrar i den här frågan. Några idéer som vi har för att komma igång beskrivs nedan:

* Att vår föräldragrupp genomför en enkel undersökning i hela [SKOLA] för att ta reda på den aktuella smartphonesituationen i vår skola - vad föräldrar tycker om frågan, när de planerar att skaffa en smartphone till sitt barn och om de skulle vara intresserade av att underteckna en frivillig föräldrapakt för att inte skaffa smartphones till sina barn (och därmed minska grupptrycket att göra det). Paktmetoden är en beprövad modell som har varit framgångsrik i andra skolor och som är inkluderande, icke-dömande, föräldrastyrd och helt frivillig.
* I samarbete med skolan anordnar vi en workshop för föräldrar där vi redogör för riskerna med smartphoneanvändning i [barndom/ungdomen/tonåren] och diskuterar vilka alternativa normer vi kan gå med på för våra barn. Vi organiserar gärna detta om du är villig att stödja det.
* Vi samarbetar kring nya riktlinjer från skolan, där vi rekommenderar att barn på [Skolans namn] inte ska ha en smartphone, inte ens utanför skoltid.
* Om föräldrar vill ha ett sätt att kontakta sina barn, t.ex. för att bekräfta att de är säkra när de reser till och från skolan, uppmuntrar ni andra sätt att göra det. Till exempel en enklare ansluten enhet (till exempel en enkel Nokia-telefon eller en klocka, det finns många alternativ som listas [här](https://www.smartphonefribarndom.se/om-oss/)).

Skolans stöd skulle göra hela skillnaden för att vi ska kunna navigera framgångsrikt i denna kritiska fråga i vårt samhälle och börja förändra normen kring när våra barn ska få smartphones. Vi ser mycket fram emot att arbeta tillsammans med er i denna fråga och hoppas att vi kan ordna ett möte med er i första hand.

Med vänlig hälsning,

[ XX]