

OS OG SKÆRM IMELLEM

Et indblik i skærmenes betydning for
nærvær og fællesskab i foreningslivet

INDHOLD

Hvorfor undersøge skærmens rolle i foreningslivet?	3
Det har vi undersøgt	3
Hvem har vi talt med?	3
Skærme i foreningslivet – og hvad det betyder for nærvær	4
Én skærm, mange funktioner	4
Skærmen som en selvfølge	5
Skærmen fylder ikke hele tiden – men i bestemte situationer	5
Seks udfordringer, vi har hørt om fra frivillige	6
#1 PAUSESKÆRM	6
Skærmen tager let over, når tomrum opstår	6
#2 TELEFONSKJOLD	8
Telefonen kan være en tryghed – og samtidig signalere fravær	8
#3 RAMMESÆTNING	10
Fælles rammer kan hjælpe, men én løsning passer ikke til alle	10
#4 SKÆRMPOLITI	12
Det kan være svært at sige fra, når skærmen forstyrrer	12
#5 ROLLEMODELLER	14
Frivilliges egen skærmbrug er med til at sætte normen	14
#6 UENDELIG TILGÆNGELIG	16
Digitale platforme kan gøre frivilligrollen mere grænseløs	16
Hvad tager vi med videre i Nærværsløftet?	18
Fra viden til praksis	18
Vil I være med?	19

HVORFOR UNDERSØGE SKÆRMENS ROLLE I FORENINGSLIVET?

Skærme – og især telefonen – er blevet en fast del af vores hverdag og fritid. Telefonen er med i lommen, på vej til aktiviteter og nogle gange også midt i fællesskabet. Den giver adgang til underholdning, viden og fællesskaber, men kan også trække opmærksomheden væk fra det, der foregår lige her.

Det rejser nogle oplagte spørgsmål: Hvor meget og hvordan fylder skærmen, når vi er sammen i foreningslivet? Hvornår forstyrrer den nærværet i fællesskabet – og hvornår bidrager den?

Som en del af projektet **Nærværsløftet** har DUF – Dansk Ungdoms Fællesråd derfor gennemført en kvalitativ undersøgelse blandt frivillige fra forskellige børne- og ungdomsorganisationer.

DET HAR VI UNDERSØGT

Vi har været nysgerrige på både det skærmbrug, der er knyttet til foreningens aktiviteter og organisering, og de skærmvaner, som børn, unge og frivillige tager med ind i fællesskabet. Med skærmbrug mener vi brug af smartphones, tablets, computere, smartwatches og lignende digitale enheder.

Vi har blandt andet undersøgt, hvorfor og hvornår skærme bliver brugt, og hvilken betydning brugen får for nærvær, deltagelse og fællesskab. Samtidig har vi set på, hvad frivillige konkret gør, når de oplever, at skærmbrug skaber udfordringer.

Målet med undersøgelsen er ikke at afgøre, om skærme er gode eller dårlige, eller at finde én opskrift på, hvordan foreninger bør håndtere dem. Formålet er nærmere at blive klogere på de situationer og dilemmaer, der opstår, når forskellige former for skærmbrug bliver en del af foreningslivet.

Dette vidensnotat samler de vigtigste indsigter fra undersøgelsen, der vil danne afsæt for det videre arbejde med Nærværsløftet.

NÆRVÆRSLØFTET

... er et treårigt projekt, der skal styrke det fysiske foreningsfællesskab i en digital hverdag. Sammen med DUFs medlemsorganisationer udvikler og afprøver DUF metoder og værktøjer, der kan hjælpe foreninger med at forholde sig til skærmens rolle i fællesskabet.

HVEM HAR VI TALT MED?

I alt har **frivillige fra 37 af DUFs medlemsorganisationer** bidraget til undersøgelsen. Nogle er aktive i bestyrelser eller udvalg, mens andre står for faste aktiviteter, hjælper til på lejre eller engagerer sig på andre måder. Alle har erfaring med at tage ansvar i foreningen, enten organisatorisk eller for et konkret fællesskab.

Vi har gennemført **enkeltinterviews** med 11 frivillige og to **fokusgruppeinterviews** med i alt 9 frivillige fra forskellige medlemsorganisationer.

Dertil kommer ét fokusgruppeinterview med 12 unge fra Mary Fondens ungepanel, som på forskellig vis har erfaring med frivilligt arbejde og foreningsliv.

Som supplement har 65 frivillige fra en bred vifte af organisationer delt deres erfaringer gennem et åbent, ikke-repræsentativt **spørgeskema**. Spørgeskemaet blev sendt til ledelser og sekretariater i DUFs medlemsorganisationer med en opfordring til at dele det videre blandt deres frivillige.

Samlet giver undersøgelsen et kvalitativt indblik i forskellige erfaringer og perspektiver fra frivillige på tværs af DUF-paraplyen.

SKÆRME I FORENINGSLIVET – OG HVAD DET BETYDER FOR NÆRVÆR

For at forstå, hvornår skærme understøtter eller udfordrer nærværet i foreningslivet, har vi først undersøgt, hvad de frivillige i undersøgelsen forbinder med nærvær.

På tværs af deres fortællinger handler nærvær blandt andet om at være "mentalt til stede", rette sin opmærksomhed mod hinanden og engagere sig i det fælles – og opleve, at andre gør det samme. Oplevelsen af nærvær kan variere fra person til person og fra situation til situation, men mange beskriver nærværet som en central del af foreningslivet. Som en frivillig formulerer det:

"Jeg tror, at nærværet er det vigtigste i vores organisation. [...] Det er grobunden for de venskaber, vi skaber, og det, der gør, at folk har lyst til at komme igen."

Ifølge de frivillige opstår nærvær dog ikke automatisk. Det kræver både noget af den enkelte og af fællesskabet, og mange forskellige forhold kan gøre det sværere at være nærværende: Man kan være træt, utryk eller have noget helt andet i hovedet.

Skærmen er én af de ting, der kan påvirke nærværet. Men for at forstå hvordan, må vi først se på de forskellige måder, den indgår i foreningslivet på.

ÉN SKÆRM, MANGE FUNKTIONER

Når vi undersøger skærmens betydning for nærværet, er det vigtigt at være opmærksom på forskellige former for skærmbrug. Skærmbrug i foreningslivet kan både være hjælpsomt, nødvendigt, et neutralt baggrundstæppe og et forstyrrende element — nogle gange på samme tid. Det er netop denne flertydighed, der kan gøre skærmbrug svært at navigere i.

I de frivilliges fortællinger ser vi især tre måder, skærmen indgår i foreningslivet.

TRE FORMER FOR SKÆRMBRUG I FORENINGSLIVET

- **En del AF det fælles:** Skærmen kan indgå i selve aktiviteten – fx som en del af en leg, en quiz, læring eller noget, deltagerne skaber sammen.
- **Et redskab OMKRING det fælles:** Skærmen kan hjælpe med at få fællesskabet til at fungere – fx ved at gøre det nemmere at koordinere, kommunikere, dele informationer eller samarbejde på tværs af geografi.
- **Adgang til noget UDEN FOR det fælles:** Skærmen kan give adgang til noget uden for det, man er sammen om – fx når man tjekker private beskeder eller scroller på sociale medier, mens man er sammen med andre i foreningen.

SKÆRMEN SOM EN SELVFØLGE

De forskellige former for skærmbrug kan have forskellig betydning for nærværet i et foreningsfællesskab. Den samme telefon kan det ene øjeblik understøtte det, man er sammen om, og det næste trække opmærksomheden et andet sted hen.

Skærmen kan altså både understøtte og udfordre nærværet. Det afgørende er derfor ikke kun, om en skærm er til stede, men hvordan den indgår i situationen, hvad den gør ved det, man er sammen om, og hvad den er et symptom på.

Nogle gange er det tydeligt, hvad skærmen gør ved nærværet. Andre gange er det sværere at få øje på – både for den, der bruger skærmen, og for dem omkring.

Nogle frivillige peger for eksempel på, at især telefonen er blevet en så selvfølgelig del af hverdagen, at man ikke altid lægger mærke til, hvornår den begynder at fylde uhensigtsmæssigt. Som en frivillig beskriver det, kan skærme forstyrre nærværet på en måde, der er blevet så almindelig, at man næsten ikke opdager, når det siver ind i foreningslivet.

”

Sådan helt grundlæggende er det jo bare mega forstyrrende for det nærvær, vi prøver at bygge op, at der er nogen, der sidder og glori på den der dumme telefon.”

– Frivillig, social organisation

SKÆRMEN FYLDER IKKE HELE TIDEN – MEN I BESTEMTE SITUATIONER

At skærmen kan glide ubemærket ind i fællesskabet, betyder dog ikke, at den fylder hele tiden. Tværtimod fortæller mange, at telefonen ofte træder i baggrunden, når aktiviteten og fællesskabet tager over. For nogle er foreningslivet ligefrem et sted, hvor skærmen fylder mindre end andre steder i hverdagen.

Det hænger blandt andet sammen med, at foreningslivet har gode forudsætninger for nærvær. Man mødes frivilligt om noget, man har valgt at bruge sin tid på, og mange aktiviteter inviterer til, at man samarbejder, taler sammen eller retter opmærksomheden mod det samme.

Men den digitale hverdag stopper ikke ved døren til foreningen. Blandt de frivillige er der også eksempler på, at skærme fra tid til anden kommer til at fylde uhensigtsmæssigt.

Undersøgelsen peger derfor ikke på skærmbrug som ét stort eller ensartet problem i foreningslivet. Den peger snarere på bestemte situationer, hvor skærmen får betydning, og hvor der kan opstå udfordringer eller dilemmaer, som de frivillige må forholde sig til.

Det er de situationer, vi ser nærmere på i næste del.

SEKS UDFORDRINGER, VI HAR HØRT OM FRA FRIVILLIGE

På tværs af de frivilliges fortællinger har vi identificeret seks udfordringer. Udfordringerne kan variere fra forening til forening, men viser nogle af de situationer, hvor skærmbrug bliver noget, som frivillige aktivt forholder sig til i foreningslivet.

#1

”

I pauserne hiver stort set alle telefonen frem som det første i stedet for at interagere med dem, man fysisk er sammen med. Det virker derfor som om, at man prioriterer et fællesskab et andet sted.”

– Frivillig, religiøs organisation

PAUSESKÆRM

SKÆRMEN TAGER LET OVER, NÅR TOMRUM OPSTÅR

Mange frivillige fortæller, at telefonen især kommer frem, når der ikke er en tydelig aktivitet, eller når man ikke selv er aktivt med i det, der foregår i rummet.

Her beskrives telefonen ofte som et næsten automatisk valg. Når der ikke er noget bestemt, der kalder på opmærksomheden, ligger den lige for. Som en frivillig siger: *”Hvis ikke du tænker over det, så tager man bare telefonen automatisk frem, hvis der lige er fem minutter – i stedet for at sætte sig over og snakke.”*

Det mønster går især igen i to typer situationer: i pauser, hvor der ikke sker noget bestemt, og i møder og opgaver når man ikke selv har en aktiv rolle.

Én telefon kan skabe en dominoeffekt i pausen

Flere beskriver, hvordan telefonen især dukker op i de små mellemrum i foreningslivet – i pauser, i overgange mellem aktiviteter og ved ventetid. Som en frivillig fortæller:

”Nogle gange når vi ikke har specifikke ting planlagt, så ender vi alle med at sidde og kigge på vores telefoner.”

Når først én tager telefonen frem, kan det hurtigt brede sig i rummet. En frivillig beskriver, hvordan det bliver mere legitimt selv at tage telefonen frem, når andre allerede har gjort det. Og hvis flere sidder med hver sin skærm, kan det omvendt føles unaturligt at være den, der ikke gør. Flere fortæller også, at telefonen kan være svær at lægge væk igen, når den først er kommet frem.

På den måde kan telefonen påvirke dynamikken i pausen. Hvis flere er optaget af hver sin skærm, kan tærsklen for at starte en samtale eller finde vej ind i det uformelle samvær blive højere.

Det kan især have betydning for dem, der er nye eller leder efter nogen at være sammen med.

En frivillig fortæller om selv at have ladet telefonen blive på værelset til et weekendarrangement:

”Der synes jeg nogle gange i pauserne, at det var ærgerligt, at andre tog deres telefoner frem. Så sad jeg bare lidt selv og summede og kiggede ud i luften, og det føltes lidt, som om jeg var den eneste, der gjorde det.”

Samtidig fremhæves pausen som vigtig, netop fordi den ikke altid er planlagt eller styret. For nogle børn og unge kan den være et nødvendigt pusterum, hvor man ikke skal præstere, deltage aktivt eller være social. Alligevel forsøger nogle frivillige netop at skabe små invitationer til fællesskab i pauserne – for eksempel gennem spil, lege eller andre aktiviteter, netop fordi skærmen hurtigt finder sin vej frem.

Pausen kan altså være flere ting på én gang: et socialt mulighedsrum, et nødvendigt pusterum og et sted, hvor telefonen let overtager. Udfordringen er ikke nødvendigvis at fylde alle pauser ud, men at give plads til både at trække sig og finde ind i det uformelle fællesskab.

”

Lige så snart der er pause, så sidder folk bare og gemmer sig bag deres skærme.”

– Frivillig, kulturel organisation

”

Under møder hvor energiniveauet er ved at falde finder nogle et spil frem på skærmen, som er forstyrrende for dem, der prøver at opretholde energien.”

– Frivillig, elevorganisation

Når man ikke selv er aktiv i det fælles

Et lignende mønster viser sig også i samarbejdssituationer. Frivillige fortæller blandt andet om telefoner, der kommer frem, når folk er færdige med deres opgave, ikke ved, hvordan de kan bidrage, eller ikke længere er aktivt involverede i det, der foregår.

Her kan skærmbruken skabe en anden udfordring. En frivillig fortæller for eksempel om frustrationen ved, at nogle knokler for at få en aktivitet til at fungere, mens andre står opslugt af telefonen og ikke opdager, hvad der sker omkring dem.

Det samme kan ske ved møder. Her er skærmen ofte nødvendig, fordi dagsordener, referater og bilag ligger digitalt. Men vejen er samtidig kort til alt det andet, man kan lave på skærmen: svare på mails, tjekke beskeder, scrolle, spille eller løse parallelle opgaver.

Flere har observeret, at folk især begynder at lave andre ting på skærmen, når møder bliver lange, energien falder, eller man ikke selv er aktiv i samtalen. Det kan skabe frustration og en oplevelse af ulige engagement: Nogle forsøger at holde fokus og skabe fremdrift, mens andre glider over i noget andet.

”

På vores lejre, når der ikke er aktiviteter, er der mange unge, der ender med at sidde med telefonen i stedet for at finde på noget fælles at lave.”

– Frivillig, religiøs organisation.

KERNEN I UDFORDRINGEN er, at telefonen let får plads, når der opstår rum uden planlagt indhold, eller når man ikke selv er aktivt involveret i det fælles. Når telefonen overtager i pauser og andre mellemrum kan det ændre det sociale rum og gøre det sværere at finde ind i det uformelle samvær. I opgaver og møder kan skærmen gøre det lettere at stemple ud – også selvom fællesskabet stadig kalder på ens opmærksomhed.

#2

”

Elevrådsmedlemmer kommer i alle mulige former og størrelser. Så de har nogle gange forskellige behov, og nogle har mere behov end andre for lige at zone ud og trække sig”

– Frivillig, elevorganisation

TELEFONSKJOLD

TELEFONEN KAN VÆRE EN TRYGHED – OG SAMTIDIG SIGNALERE FRAVÆR

Telefonen kan for nogle børn og unge være en måde at håndtere situationer, hvor det sociale føles svært eller krævende. Men når blikket er rettet mod en skærm, bliver nogle af de signaler, vi normalt bruger til at aflæse hinanden, mindre tydelige.

Det kommer især til udtryk på to måder.

”

Det er sådan noget relativt nyt hos os med høretelefoner, og der må jeg indrømme, at det har jeg som den voksne svært ved at navigere i. For så har man jo sat en mur op over for nærværet [...] For mig signalerer det ”Gå væk”, når de kommer med dem på.”

– Frivillig, spejderorganisation

Et skjold, når det sociale er svært

For nogle bliver telefonen et sted at søge tilflugt, når man er ny, socialt usikker eller ikke helt ved, hvordan man kommer ind i fællesskabet. En frivillig kalder den *”et skjold at tage på, hvis man ikke føler sig inviteret ind”*.

Hvis man ikke kender nogen, kan det være lettere at kigge ned i telefonen end at stå synligt alene. Som en frivillig fortæller: *”Jeg har oplevet folk, der bare sidder på deres hjemmeskærm og kører frem og tilbage for at det ligner, at de laver noget på deres telefon.”*

Telefonen kan på den måde give en kortvarig tryghed, som gør en usikker social situation nemmere at være i. Den giver noget at rette opmærksomheden mod, når det kan føles svært selv at tage initiativ til kontakt og dermed risikere at blive afvist.

Men når man ser optaget ud på sin telefon, kan det samtidig blive sværere for andre at se, at man måske gerne vil inviteres ind. En frivillig beskriver dilemmaet med nye deltagere sådan: Telefonen kan være det første sted, man søger hen – *”så ligner det jo, at jeg laver noget”*. Men for andre kan signalet hurtigt blive:

”Jamen har du overhovedet lyst til at være her?”

Telefonen kan derfor både være en måde at håndtere social usikkerhed for den enkelte og samtidig skabe ny usikkerhed hos det fællesskab, der står på den anden side: Vil personen gerne være med – eller vil vedkommende helst være i fred?

En pause uden at forlade fællesskabet

Nogle frivillige fortæller også om børn og unge, der bruger telefonen til at få ro, skærme sig fra mange indtryk eller holde en kort pause fra det fælles.

En frivillig beskriver det som at kunne *”tappe ud af fællesskabet, men uden at forlade det”*. En anden fortæller om unge, der har brug for at sætte sig lidt væk med telefonen for derefter at kunne vende tilbage:

”Hvis ikke de har muligheden for lige at sætte sig væk og lige kigge på noget TikTok eller et eller andet, så er vores oplevelse, at så går de simpelthen og kommer ikke tilbage.”

For nogle kan muligheden for at trække sig lidt altså være netop det, der gør det muligt at blive.

Det bliver mere komplekst, når det, der hjælper én, begynder at trække andre med – *”fordi man godt kan trække de andre børn med ind i det der med at sidde og spille eller se YouTube-videoer”*, forklarer en frivillig. Der kan altså opstå et nyt lille fællesskab omkring

skærmen, men samtidig kan opmærksomheden flytte sig fra den aktivitet eller samtale, man egentlig er samlet om.

Andre fortæller om unge, der bruger skærmen til aktivt at distrahere deres egne tanker for bedre at kunne fokusere på den samtale eller aktivitet, de er en del af. Men når blikket er rettet mod en skærm – eller man for eksempel har høretelefoner i – kan det hurtigt blive aflæst som fravær eller manglende interesse. En frivillig beskriver det sådan:

”Det virker super arrogant at sidde med den der telefon, der når man er i et fællesskab, hvor man ligesom sidder og hygger sig. Når man har en samtale med folk, så betyder øjenkontakt bare utrolig meget. Og så hvis du sidder og kigger ned i en telefon [...] i stedet for ligesom at anerkende, at de er til stede. Det er bare ikke det samme.”

For frivillige kan det derfor være svært at navigere i, hvornår skærmen hjælper den enkelte med at være med, og hvornår den begynder at udfordre det fælles.

”

Når jeg ser en sidde ovre i hjørnet, gravet ned i sin telefon, så tager jeg mig selv i at gå over og tænke: Nu skal jeg være nærværende. Men han kan simpelthen bare have behov for at få lov til at koble af efter en lang dag i skolen. [...] Her er det bare vigtigt, at nærværet er så individuelt – og at en kasse ikke passer til os alle sammen.”

– Frivillig, kulturel organisation

”

Telefonen fungerer som sutteklud: Nu er det lidt akavet, så nu tager jeg den her op, så kan jeg forsvinde lidt – så jeg ligner en der laver noget aktivt.”

– Frivillig, kulturel organisation

KERNEN I UDFORDRINGEN er, at det, der hjælper den enkelte med at blive i fællesskabet, for andre kan ligne det modsatte: at man trækker sig fra det. Samtidig kan skærmen være en støtte eller et tiltrængt pusterum for den enkelte, men en forstyrrelse for fællesskabet – for eksempel hvis den trækker andres opmærksomhed væk fra det, man er sammen om.

#3

”

Forventningsafstemning er virkelig key og noget, jeg oplever, der gøres for lidt af på det her område.”

– Frivillig, religiøs organisation

RAMMESÆTNING

FÆLLES RAMMER KAN HJÆLPE, MEN ÉN LØSNING PASSER IKKE TIL ALLE

Foreningslivet rummer mange forskellige aktiviteter, aldersgrupper og fællesskaber. Derfor giver det mening, at foreninger også håndterer skærmb brug meget forskelligt.

Nogle har klare aftaler om, hvornår telefonen skal væk. Andre bygger på tillid til, at den enkelte selv kan vurdere, hvad der giver mening. Og nogle steder er skærmb brug slet ikke noget, man har haft behov for at tale særligt om.

”

Man skal være meget forsigtig med det [retningslinjer], for jeg tror, at folk ville opleve, at man behandlede dem som børn.”

– Frivillig, udvekslingsorganisation

”

Det er lidt konsulent-agtigt at lave en liste med house rules. [...] Det kan jo være fint, men det er bare ikke sådan vores forening opererer. Folk skal nok selv finde ud af at tage det ansvar.”

– Frivillig, elevorganisation

Når forventningerne ikke bliver sagt højt

Der er forskel på ikke at have regler og ikke at have fælles forventninger. Et fællesskab kan godt fungere uden faste regler, hvis der er en fælles forståelse af, hvordan man er til stede sammen.

Omvendt beskriver flere frivillige, at det bliver svært, når forventningerne er underforståede eller varierer fra person til person. I samme forening kan der være forskellige opfattelser af, hvad ansvarlig skærmb brug er, og hvilken plads skærmen skal have i fællesskabet.

Som en frivillig siger: *“Vi har slet ikke talt om det, jeg tror bare lidt, at man stoler på, at folk selv kan finde ud af det – hvilket i varierende grad er succesfuldt.”*

Når forventningerne ikke er tydelige, bliver det i højere grad op til den enkelte at vurdere, hvornår telefonen er okay, hvornår den forstyrrer, og hvornår det er rimeligt at sige noget til andre. En anden frivillig fortæller, at det kan gøre praksis *“meget forskellig fra gang til gang”*, når der ikke er noget fælles at læne sig op ad.

Flere peger derfor på værdien af at gøre forventningerne til skærmb brug til noget, man taler om i de enkelte fællesskaber. En frivillig formulerer pointen helt kort: *“Det er snakken, der er værdifuld frem for reglerne.”*

Tydelige rammer hjælper – men kan opleves som kontrollerende

Andre steder opleves mere faste regler og aftaler om skærmb brug som en hjælp. Flere beskriver blandt andet erfaringer med at indføre mobilkasser, skærmzoner og aftaler om, at telefonen bliver i tasken under bestemte aktiviteter. En frivillig fortæller for eksempel:

“På nogle af vores lejre har vi et meget afgrænset brug af telefontid. [...] Det responderer deltagerne godt på, og det skaber en fælles ramme og nærvær for dem alle.”

Men de frivillige, vi har talt med, er langt fra enige om, hvor faste rammerne bør være.

Flere er skeptiske over for regler og skærmfrihed, især i fællesskaber, hvor deltagerne forventes at være voksne nok til selv at kunne tage ansvar for, hvordan man er til stede. Andre oplever omvendt, at tydelige begrænsninger kan give mening i bestemte situationer, og nogle italesætter det endda som en lettelse at få strammere regler for mobilbrug. Som én formulerer det:

“Selvom man er voksne mennesker, så er det nogle gange rart, at der bare er nogle rammer og en regel. Det hjælper, fordi så er det helt klart.”

Bag de forskellige tilgange ligger også forskellige syn på foreningens rolle. Nogle ønsker at skabe tydelige frirum, hvor skærmen fylder mindre. Andre lægger vægt på, at børn og unge får mulighed for at øve sig i at bruge skærmen bevidst og med blik for fællesskabet. Og nogle ønsker i mindre grad at blande sig i den enkeltes brug.

De forskellige tilgange understreger, at både samtalen om skærmb brug og de rammer, man sætter for den, også handler om, hvilken kultur man gerne vil skabe i foreningen.

”

Der er hverken på nationalt eller lokalt plan nogle regler, der siger: Sådan her skal I gøre. [...] Det ville være positivt for de frivillige, at de havde noget at læne sig op ad, men de ville blive irriterede over det, hvis de ikke har mulighed for at tilpasse det.”

– Frivillig, social organisation

”

Vi har kun de rammer, der bliver sat af den enkelte frivillige, og derfor ikke en officiel linje. Det kan gøre det svært at vurdere og gøre det meget forskelligt fra gang til gang.”

– Frivillig, udvekslingsorganisation

Rammer skal udvikles i samarbejde

Særligt frivillige ledere udtrykker en bekymring for stramme og generelle rammer, da lokale foreninger og grupper kan være meget forskellige.

Hvis man vælger at lave fælles aftaler for skærmb brug, handler det ikke kun om, hvilke aftaler man laver, men i høj grad også om, hvordan de bliver til. Flere frivillige fremhæver betydningen af at inddrage dem, der skal leve med aftalerne – både børn, unge og frivillige. En frivillig leder fortæller for eksempel om en foreningsaktivitet, hvor deltagerne selv er med til at udforme reglerne, og hvor de løbende tager dem op igen. Det er med til at give alle *“ejerskab over de regler, vi laver”*.

Særligt i børneaktiviteter kan forældre også spille en rolle. I nogle foreninger beskriver frivillige, at forældre forventer at kunne få fat i deres børn, også under møder, lejre og ture. Det kan lægge pres på foreningens egne aftaler, hvis foreningen forsøger at skabe et rum med færre forstyrrelser, mens forældre samtidig forventer direkte kontakt og hurtige svar. Det kan derfor være nødvendigt også at inddrage forældre i processen med at udvikle skærmrammer eller fælles forventninger.

KERNEN I UDFORDRINGEN er at gøre skærmb brug til noget, fællesskabet kan tale om og tage ansvar for sammen – og at finde rammer, der passer til det enkelte fællesskab og dem, det berører.

#4

”

Lige så snart der er pause, så sætter dem, der er over otte år, sig med deres egen telefon. Hvor dem under otte, de sætter sig sammen. Og til de andre, der må vi gå og sige, pak lige telefonen væk, I er i [foreningen], I skal ikke sidde på telefonen.”

– Frivillig, kulturel organisation

SKÆRMPOLITI

”

Jeg ville have det meget svært ved ligesom at skulle være en autoritet og gå hen og sige til nogen jævnaldrende: Hey, gider I ikke pakke den væk.”

– Frivillig, religiøs organisation

”

Der er jo ikke nogen, der håndhæver det over for andre, fordi vi alle er jævnbyrdige.”

– Frivillig, spejderorganisation

DET KAN VÆRE SVÆRT AT SIGE FRA, NÅR SKÆRMEN FORSTYRRER

Flere frivillige fortæller, at de tøver med at sige noget, når andres skærmbrug forstyrrer. De kan måske godt se, at telefonen trækker opmærksomhed væk fra det, man er samlet om – men det er ikke nødvendigvis let at være den, der påpeger det. Som en frivillig siger: *”Man føler næsten, at man er ubelejlig, når man irettesætter andre. Selvom det bare er kærligt ment.”*

Mange vil gerne være nærværende og i øjenhøjde med børnene eller de andre unge i fællesskabet – ikke først og fremmest være dem, der holder øje med reglerne eller fortæller andre, hvad de ikke må. En frivillig siger det kort: *”Jeg gider ikke være den sure voksen.”*

En anden beskriver, hvordan rollen kan skifte:

”I stedet for at være den, der skal fremskynde samværet og den gode stemning, så bliver man den, der [...] skal gå og sige: Nej, det må du ikke, og pak den der væk.”

Samtidig kan fællesskabet nogle gange have brug for, at nogen siger noget, især hvis fælles aftaler brydes. En frivillig peger derfor på betydningen af en kultur, hvor man kan minde hinanden om det, man har aftalt, uden at det bliver en stor konfrontation: *”Alle kan jo glemme det. Man skal bare have lov at sige: Det glemte du. Så er alle okay.”*

Hvem har egentlig ansvaret for at sige noget?

Det er dog ikke altid tydeligt, hvem der skal sige noget, når skærmbroden forstyrrer. Nogle frivillige peger på, at det er lettere, når én tydeligt har ansvar for rummet og mandat til at gribe ind. Men i mange frivillige fællesskaber er rollerne mindre klare.

En frivillig beskriver det sådan:

”Det er svært, når der ikke er en åbenlys autoritet. [...] En spejderleder, en træner, en lærer. [...] Men ellers har alle jo et ansvar for fællesskabet i det hele taget.”

Det bliver særligt følsomt, når frivillige og deltagere er tæt på hinanden i alder, eller relationerne opleves som jævnbyrdige. Her kan det føles grænseoverskridende pludselig at indtage rollen som den, der bestemmer over de andre.

Udfordringen handler derfor ikke kun om, hvornår man skal sige fra, men også om, hvem der oplever at have mandat til at gøre det – og om det er legitimt i fællesskabet at minde hinanden om de forventninger, man har.

”

Lige nu er der to medlemmer i elevrådet, der faktisk bare sidder på deres telefoner til møderne. [...] Men alligevel er det lidt svært at komme med nogle fælles regler for, hvordan vi skal bruge vores telefoner, især når vi alle sammen er næsten jævnaldrende. Det er ikke, fordi der skal være nogen, der bestemmer over de andre.”

– Frivillig, elevorganisation

Ansvaret er ikke altid nemt

Selv en formel lederrolle gør det ikke nødvendigvis enkelt at sige fra. Det kræver både, at man hviler i sit ansvar for rummet, og at man kan navigere i: Hvornår er det nødvendigt at gribe ind, og hvornår kommer man til at bestemme for meget?

Selvom man har positionen til at sige fra, kan det derfor stadig være svært at vurdere, hvornår skærmbroden faktisk bliver forstyrrende. En frivillig leder fortæller for eksempel om en fast deltager, der ofte tager telefonen frem for at vise de andre noget: *”Det er egentlig super relevant, men det kan godt være lidt meget. [...] Der har jeg lidt et dilemma: er det her dårligt for fællesskabet, eller er det bare mig, der er sådan lidt træt af telefoner?”*

Samtidig kan det at sige fra skabe en uønsket afstand til de andre medlemmer, hvis man begynder at irettesætte deres skærmbroden:

”Hvis jeg gør det som forperson over for det almindelige medlem, så kan det godt lave nogle sociale lag, som ikke burde være der, og som man ikke rigtig gider at have der.”

At have ansvaret, rollen eller autoriteten til at sige fra betyder derfor ikke nødvendigvis, at det er enkelt. Det kræver både, at man kan vurdere, hvornår skærmbroden forstyrrer fællesskabet, og at man selv – og de andre – er trygge ved, hvad ansvaret betyder i praksis.

KERNEN I UDFORDRINGEN er, at det at sige fra kræver mere end mod. Det kræver også, at man oplever at have mandat til det, og at der er nogenlunde fælles forståelse af, hvornår skærmbroden faktisk forstyrrer.

#5

ROLLEMODELLER

”

Vi er udfordret af ledere, der ikke ser det som et problem, at de er fraværende på deres telefon.”

– Frivillig, spejderorganisation

”

Man har et socialt ansvar for at være nærværende, lyttende og snakke med medlemmer, men jo også det her med, at hvis der sker et eller andet, der skal koordineres, så er det også vigtigt, at det bliver gjort.”

– Frivillig, politisk organisation

FRIVILLIGES EGEN SKÆRMBRUG ER MED TIL AT SÆTTE NORMEN

Normer for skærmbrug opstår ikke kun gennem regler og aftaler. Det, frivillige selv gør, er også med til at vise, hvad der er den ønskede adfærd i fællesskabet. En frivillig fortæller for eksempel, at de sjældent behøver at påtale telefonbrug, fordi de selv lader telefonerne ligge: *”Jeg tror, det skyldes, at de frivillige ikke bruger dem, så signalværdien er, at det gør vi ikke.”*

Flere peger derfor på, at de frivillige i et foreningsfællesskab selv har en vigtig rolle som forbilleder for bevidst og balanceret skærmbrug.

Frivillige er selv en del af skærmkulturen

Mange frivillige beskriver, at telefonen ofte træder i baggrunden, når først de er optaget af aktiviteten og fællesskabet.

Men det er ikke altid muligt – eller nødvendigvis ønskeligt – at lægge den helt væk. For nogle er telefonen et redskab i det frivillige arbejde. Andre kan have brug for at være tilgængelige for familie, arbejde eller andre forpligtelser udenfor foreningen.

Når telefonen først er fremme, kan det samtidig være svært kun at bruge den til det, man tog den frem for. En besked eller notifikation kan fange opmærksomheden, og det kan være nærliggende lige at svare eller tjekke noget andet. På den måde kan foreningsrelateret og privat brug let glide over i hinanden.

Samtidig kan beskeder, der tikker ind, være svære helt at slippe. Selvom man vælger ikke at tage telefonen frem, kan tanken om noget, man burde have svaret på, stadig fylde og trække på opmærksomheden. Som frivillig kan man derfor have gode grunde til at tage telefonen frem – eller til at have en del af opmærksomheden rettet mod den. Udfordringen er, at det ikke nødvendigvis er synligt for andre, hvorfor telefonen kommer frem, eller hvad den bliver brugt til.

Behøver man være skærmfri? Og er det overhovedet muligt?

Flere peger på, at aftaler om skærmbrug mister noget af deres troværdighed, hvis de frivillige selv gør noget andet end det, de beder børn og unge om. Som en frivillig siger: *”Det er nogle gange svært med frivillige – for hvorfor må vi have vores telefoner, når børnene ikke må?”*

Nogle forsøger derfor at lade de samme grundlæggende rammer gælde for alle. Som en frivillig siger: *”Når vi fortæller børnene, at deres telefoner skal blive på værelset, så gælder den regel også for lederne.”*

Helt ens regler er dog ikke altid realistiske, fordi frivillige netop kan have et ansvar, der gør telefonen nødvendig. Udfordringen opstår især, når forskellen ikke er tydelig. Hvis børn og unge bliver bedt om at lægge telefonen væk, mens en frivillig bruger sin uden forklaring, kan det ligne en dobbeltstandard – også selvom telefonen bruges til noget foreningsrelateret.

Troværdige rammer kræver ikke nødvendigvis, at frivillige aldrig bruger telefonen, men nærmere at de er bevidste om deres egen signalværdi – og tydelige om, hvornår og hvorfor telefonen bliver brugt ved for eksempel at italesætte, hvad telefonen bliver brugt til i den enkelte situation: *”Jeg sætter lige musik på”*.

”

Så vidt muligt prøver jeg egentlig ikke at have min telefon på mig, fordi jeg selv godt kan falde i den der fælde med at ’åh jeg kunne lige mærke, der var noget som vibrerede, så nu føler jeg lidt, at jeg bliver nødt til at tjekke den’. Og det er ikke noget, jeg er interesseret i, fordi jeg jo rigtig gerne vil være til stede sammen med mine medfrivillige.”

– Frivillig, religiøs organisation

”

Der nytter det ikke noget, at vi ikke selv håndhæver vores egne regler.”

– Frivillig, social organisation

KERNEN I UDFORDRINGEN er, at frivillige både er med til at sætte normen for skærmbrug og ofte selv er en del af den samme digitale hverdag som alle andre.

#6

UENDELIG TILGÆNGELIG

DIGITALE PLATFORME KAN GØRE FRIVILLIGROLLEN MERE GRÆNSELØS

Digitale platforme – mails, apps, sociale medier og lignende – er i mange foreninger en vigtig del af det, der får det frivillige arbejde til at hænge sammen. De bruges til planlægning, koordinering, tilmelding, forældrekontakt, dokumentdeling og kommunikation med medlemmer. Brugen af især sociale medier gør det også muligt at dele aktiviteter, tage billeder, poste, skabe synlighed og vise foreningen frem.

For mange er det både praktisk og nødvendigt. Særligt frivillige med ansvar eller koordinerende roller peger på, at digitale løsninger gør det muligt at løse opgaver, som ellers ville være svære. Som en frivillig fortæller: "Vores organisation dækker over flere lande, og fordi jeg sidder i bestyrelsen, er jeg nødt til at have onlinemøder."

Men de samme digitale muligheder kan også gøre frivilligrollen mere grænseløs og få foreningen til at fylde på flere tidspunkter og flere steder i frivilliges liv.

Foreningen følger med hjem i lommen

Flere frivillige beskriver en udfordring med, at beskeder fra foreningen ofte lander på den samme telefon og i de samme apps som beskeder fra venner, familie, arbejde og studie. Derfor kan det blive mindre tydeligt, hvornår man er aktiv som frivillig – og hvornår man ikke er.

For nogle er det uproblematisk. For andre følger der en oplevelse af, at man bør være tilgængelig og reagere hurtigt, især hvis man har en ledende eller koordinerende rolle. En frivillig beskriver det sådan:

"Med mange af mine foreningsting er det blevet sådan, at andre godt kan skrive til mig på Messenger, hvilket jeg synes kan være ret ærgerligt nogle gange. Der er også andre gange, hvor jeg synes, at det er mega smart. Det er jo fedt, at man meget hurtigt kan få fat på folk. Men det er også lidt øv."

For nogle frivillige kan det være svært at lade en besked vente til næste dag eller lade være med at forholde sig til en opgave, der pludselig dukker op. For nogle er det en meningsfuld del af engagementet, mens andre forsøger aktivt at sætte grænser for, hvornår de er tilgængelige – uden at det altid er let i praksis.

En frivillig beskriver dilemmaet sådan:

"Det er bare mega svært. Man vil jo gerne være tilgængelig, og det er jo ikke fordi, jeg har arbejdstider [i foreningen]. Især når man er en del af ledelsen, så er der bare rigtig mange spørgsmål fra alle mulige sider, som gør, at jeg skal kunne tage stilling til ting og svare på ting."

Når digital deltagelse bliver en forventning

Digitale platforme kan også ændre måden, frivillige samarbejder på. I en gruppechat er det for eksempel lettere at lade en besked stå ubesvaret end i et fysisk møde. Som en frivillig siger: "Det er jo sværere ikke at svare, hvis man sidder i et mødelokale."

Samtidig kan tavshed være sværere at aflæse: Har personen ikke set beskeden? Har vedkommende ikke tid? Eller ønsker personen ikke at tage opgaven? Det kan skabe usikkerhed og frustration hos dem, der forsøger at få noget til at ske.

Det kan også have betydning, hvilken platform beskeden kommer på. En frivillig beskriver for eksempel, hvordan det kan føles mere personligt ikke at svare på en besked på Messenger end på en mail:

"Når jeg ikke svarer på en mail, så er det 'den økonomiansvarlige', som ikke svarer. Men når jeg ikke svarer på en Messenger-besked, så er det mig, der ignorerer dem. Så bliver det meget mere personligt og meget mere pinligt, hvis jeg har glemt at svare dem."

Når meget af organiseringen foregår digitalt, kan det samtidig blive en forudsætning for at være med, at man befinder sig på de samme platforme som resten af organisationen. Det kan være svært for frivillige, der ikke ønsker at bruge bestemte sociale medier, ikke vil bruge deres private profil eller aktivt forsøger at begrænse deres skærmbrug.

”

Jeg sletter i perioder selv Instagram. Så jeg synes, det er ærgerligt, at det er mit frivillige arbejde, som gør, at jeg skal downloade det, fordi jeg skal lave PR. [...] Jeg vil selv gerne bruge det mindre, men samtidig føler jeg lidt, at det er herinde, at beskeder og events dukker op."

- Frivillig, udvekslingsorganisation

KERNEN I UDFORDRINGEN er, at de samme digitale redskaber, der gør det frivillige arbejde lettere, også kan skabe nye forventninger til tilgængelighed og deltagelse: Hvornår forventes man at være på? Hvor hurtigt skal man svare? Og hvilke platforme giver det overhovedet mening at være på?

HVAD TAGER VI MED VIDERE I NÆRVÆRSLØFTET?

Samlet set viser erfaringerne fra de frivillige i undersøgelsen, at skærme spiller mange forskellige roller i foreningslivet:

De kan understøtte aktiviteter, hjælpe den enkelte med at være med og få det frivillige arbejde til at hænge sammen. Men de kan også sprede opmærksomheden, signalere fravær og trække fokus væk fra det, man er samlet om. Derfor findes der heller ikke ét enkelt svar på, hvilken plads skærmen skal have i foreningsfællesskabet.

På tværs af undersøgelsen peger de frivilliges erfaringer i stedet på værdien af, at man som fællesskab taler om, hvornår skærmen giver mening, hvornår den kommer i vejen, og hvad det er for et fællesskab, man gerne vil være. Ikke nødvendigvis for at lave flere eller

strengere regler, men for at gøre forventningerne til hinanden tydeligere og skabe et fælles sprog for de situationer, hvor skærmbrug skaber udfordringer og bliver svær at navigere i.

Samtidig er en vigtig pointe, at skærmen ikke kun kan forstyrre nærværet – den kan også være et tegn på, at nærværet allerede er udfordret. Hvis én ofte søger mod telefonen, kan det hænge sammen med, at noget i aktiviteten eller fællesskabet gør det svært at være til stede.

Derfor handler arbejdet med nærvær om mere end kun skærmen. Det handler også om at se på, hvad der gør det attraktivt og meningsfuldt at engagere sig i det, man er sammen om.

FRA VIDEN TIL PRAKSIS

De seks udfordringer, vi har hørt om fra frivillige, danner grundlaget for det næste skridt i projektet Nærværsløftet. Her kommer DUF i samarbejde med foreninger blandt DUFs medlemsorganisationer til at udvikle redskaber og værktøjer, der kan bidrage til og øge nærværet blandt foreninger, som oplever udfordringer med skærmene.

Det kan for eksempel handle om, hvordan man skaber gode pauser og mellemrum, hvordan man giver plads til forskellige behov, hvordan man laver fælles forventninger til skærmbrug, eller hvordan man gør det lettere for frivillige at navigere i situationer, hvor skærmen begynder at fylde.

Målet er ikke at finde én løsning, som alle foreninger skal og kan bruge. Målet er at blive klogere på, hvilke greb der virker i forskellige fællesskaber og situationer – og hvad der skal til for at skabe mere af det, vi i sidste ende er optaget af: nærværende fællesskaber, hvor børn, unge og frivillige har lyst og mulighed for at være til stede med hinanden.

VIL I VÆRE MED?

Som medlemsorganisation i DUF kan I deltage i events, dele jeres erfaringer eller være med til at afprøve nye greb i praksis med sparring og støtte fra DUF.

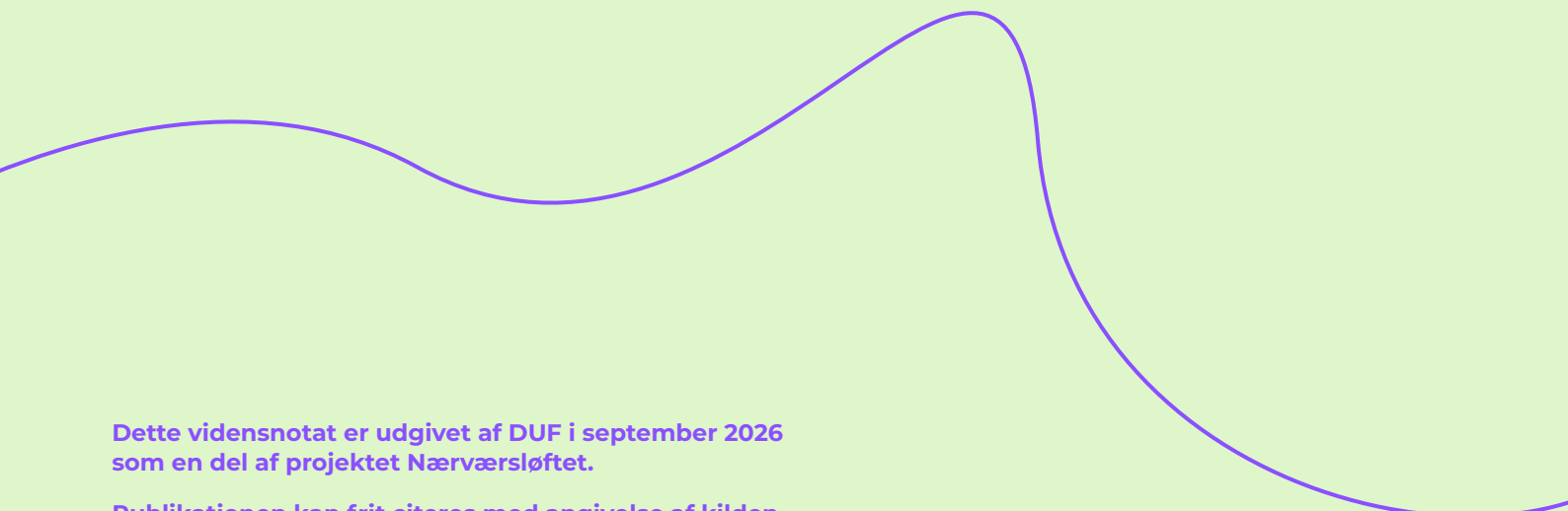
I kan også følge med, når vi løbende deler ny viden, erfaringer og værktøjer fra projektet på Nærværsløftets hjemmeside.

Læs mere - og find vores kontaktoplysninger her.



I behøver ikke vide på forhånd, hvordan I vil være med. Meld jeres interesse, så tager vi en snak og finder sammen ud af, hvad der kunne give mening hos jer.

I må også gerne række ud, hvis I oplever andre udfordringer på skærmområdet end de seks, vi har beskrevet i vidensnotatet.



Dette vidensnotat er udgivet af DUF i september 2026
som en del af projektet Nærværsløftet.

Publikationen kan frit citeres med angivelse af kilden.

Analysen er udarbejdet af:

Simon Meggers Matthiesen
Clara Sandbjerg Hansen
Maja Kirstine Grønbæk Øilo

Grafisk opsætning:

Grafisk Afdeling Aps.