

GØY PÅ NETT

Læringsressurs til elever med spesielle behov i klasserommet,
i grupper eller en-til-en

VEILEDER

Versjon 1: Oppdatert 1. oktober 2019

HEI!

Her har du ti timers målrettet undervisningsopplegg for samtaler om nett- og databruk med barn og unge. Opplegget er tilpasset til bruk for barn med en utviklingsforstyrrelse (UF) som trenger mer konkret undervisning enn andre barn. Ressursene kan gjerne brukes overfor alle barn og unge med UF som benytter seg av internett, mobil og PC, enten til spilling, sosiale medier eller annet. Det kan også fungere godt til andre barn der en-til-en undervisning er ønskelig, men også i klasseromsundervisning.



Alle illustrasjoner: Shutterstock.com

HVA ER NETTVETT?

Begrepet nettvett blir i hovedsak brukt om hvordan vi bruker internett på en positiv måte for oss selv og andre. Det kan være å unngå nettmobbing, ulovlig bildedeling, unngå å dele personlige ting med fremmede, og så videre. I skolen brukes gjerne begrepet digital dannelse sammen med begrepet nettvett, da en ser for seg at eleven er på en dannelsesreise der det gjelder å forstå seg selv og sin bruk av digitale medier og ha ansvar for å bruke digitale medier som et nyttig arbeidsverktøy og sette grenser for seg selv og andre.

Barnevakten er en ideell stiftelse som jobber for at barn og unge skal bruke mediene på en trygg og bevisst måte. Her er noen gode råd fra Barnevakten.

BRUK VETT PÅ NETT

- Spør om lov før du deler bilder, film og informasjon om andre på nett
- Hva er greit, og hva er ikke greit å si på chat, i spill og i sosiale medier?
- Det er lurt å legge bort skjermen én time før du skal sove
- Aldersgrenser finnes av en grunn!
- Vær forsiktig med å opprette én-til-én kontakt med noen du kun kjenner fra nett og spill
- Si fra til en voksen om du opplever noe ubehagelig på nett
- Husk at bilder og informasjon i mediene ikke alltid er ekte og sanne
- Tenk deg om før du deler ting om deg selv gjennom tekst, bilder, film og i livestream

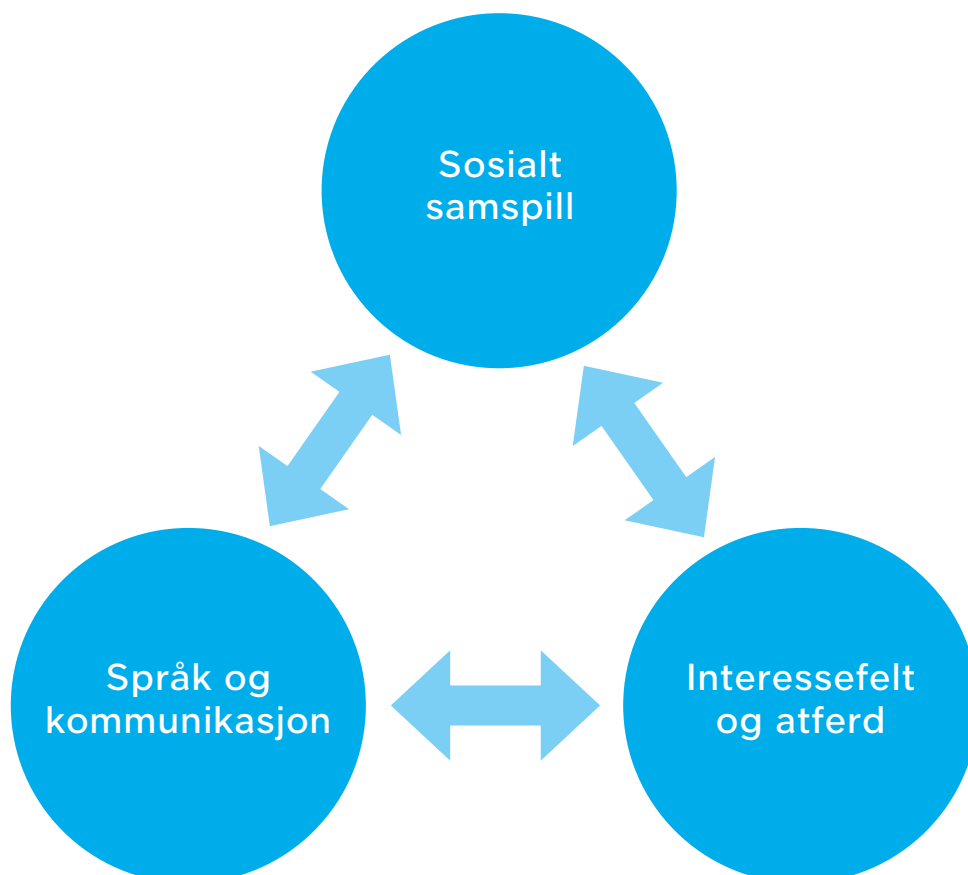
BÅDE GLEDER OG UTFORDRINGER MED NETTBRUK FOR BARN

Barn og unge har mye glede av internett. Men det er også en del utfordringer. Noen barn har større utfordringer enn andre med å oppøve nettvett og digital dømmekraft. Dersom det foreligger en utviklingsforstyrrelse vil barnet oppleve samhandling på sosiale medier og andre internett-fora som vanskeligere enn kontakt ansikt til ansikt. I andre tilfeller vil bruk av internett muliggjøre sosial kontakt der dette ikke ellers ville vært overkommelig.

Dette opplegget er laget med tanke på at også barn med utviklingsforstyrrelser skal kunne tilegne seg godt nettvett. Det betyr at opplegget er konkret, har en visuell karakter og at timene jobber ekstra med sosial samhandling.

Vi skal ta for oss mulige vansker og fordeler med bruk av internett og spilling. I dette heftet vil vi prøve å ha fokus på styrkene til barnet og bruke dem til at barnet kan øke forståelsen for det som kan være vanskelig – og på den måten styrke barnet i sin digitale verden – i relasjon til andre mennesker.

Mennesker med utviklingsforstyrrelser har utfordringer knyttet til:





Alle disse tre utfordringene gjør seg gjeldende også i digital kommunikasjon. Gjennom barnas bruk av spill og sosiale medier er barnet ofte i gjensidig sosialt samspill, og på grunn av sine vansker vil barnet lett kunne oppleve misforståelser av verbal og ikke verbal art. Det øker risikoen for å bli utsatt for digital mobbing, og også selv være en aktør i mobbesaker – gjerne uten å være klar over sin rolle. Det er også en økt risiko for å bli offer for mennesker som har uedle hensikter på nettet. Når det gjelder vansker i forhold til å kunne forestille seg noe som ikke er synlig, vil nettets utbredelse av fantasi, sarkasme og ironi kunne gjøre barnet forvirret, engstelig og i enkelte tilfeller øke risikoen for depresjon og ulike avhengigheter som spillavhengighet knyttet til bruk av tid og bruk av penger og former for destruktiv seksuell adferd.

Internett har også en rekke positive faktorer som hjelper mennesker med UF til å fungere bedre i hverdagen. Mange vil foretrekke konkret skriftlig kommunikasjon framfor muntlig samhandling. Da er nettets favorisering av skriftspråket en fordel. Mange vil også lettere ta til seg et sterkt visualisert budskap enn muntlig overlevering, og da er internetts vektlegging av det visuelle til stor hjelp. God visualisering og mulighet for skriftlig kommunikasjon gjør at mange barn og unge med UF gjerne opplever at de stresser ned og slapper av med mye skjermtid, og omgivelsene vil gjerne oppleve at det er «roligere» i undervisningen på skolen og i hjemmet på kveldstid når barnet eller ungdommen er opptatt med sine gjøremål på PC-en, spillkonsollen eller mobilen.

Mer om gleder og utfordringer med nettbruk:

NOVA: «Det som skjer på nett forblir på nett» - <http://www.hioa.no/Om-OsloMet/Senter-for-velferds-og-arbeidslivsforskning/NOVA/Publikasjoner/Notat/2015/Det-som-skjer-paa-nett-forblir-paa-nett>

Fontene: «En digital verden for alle» - <https://fontene.no/fagartikler/en-digital-verden-for-alle-6.47.411451.a63975d5dd>

NRK: «Gaming får unge gutter til å snakke om følelser» - <https://www.nrk.no/kultur/gaming-far-unge-gutter-til-a-snakke-om-folelser-1.14341167>

Fontene: «Vilde og Maria blir mer sosiale med apper på mobil» - <https://fontene.no/nyheter/vilde-og-maria-blir-mer-sosiale-med-apper-pa-mobil-6.339.544181.dc7c4280b5>

VI KAN STYRKE SAMARBEIDET MELLOM HJEM OG SKOLE

Det er foreldrene som har ansvar for sine barn. Det går fram av FNs barnekonvensjon som Norge er forpliktet på. Politikerne i Norge har et ønske om at barn og unge skal lære å leve i fellesskap med andre, og har derfor gitt barnehage og skole et stort ansvar for opplæring og dannelse. Men det er foreldrene som formelt har ansvaret og må overlate ansvaret til skolen når barna er på skolen. Dersom foreldrene ikke ønsker at skolen skal ta det ansvaret, har foreldrene rett til å ta barna ut av skolen og gi barnet hjemmeundervisning.

Barn og unges bruk av nettet er et tema som ligger i grenseland mellom hjem og skole. Foreldrene har ansvar for hvilke spill og sosiale medier barna bruker, men læreren har ansvar for å avdekke og forebygge eventuell mobbing som skjer med elevene gjennom internett – også det som skjer når barna ikke er på skolen. Det slås fast i opplæringslovens paragraf 9a. Mange lærere uttrykker ønske om at foreldrene setter tydeligere rammer for barnas bruk av sosiale medier og spilling, mens foreldre gjerne ønsker at skolen i større grad lærer barna sosiale ferdigheter for å kunne delta i samfunnet og ha god relasjon til andre også digitalt.

Organisasjonen Barnevakten jobber for at både ansatte på skolen og foreldre skal forstå barnets digitale hverdag og samarbeide godt for at barn og unge skal bruke medier på en trygg og bevisst måte. Barnevakten gir informasjon til de voksne og holder dialogbasert undervisning mellom foreldre, lærere og barna selv. Dette undervisningsopplegget er ment som et virkemiddel til å gi eleven en opplevelse av at lærerne på skolen sammen med foreldrene deltar i barnets digitale hverdag og kan trygge eleven i daglige valg på nett.



SLIK GJENNOMFØRES ØKTENE

Timene i dette opplegget vil gi best læringsutbytte når de blir gjennomført av en person med relasjon til barnet som har interesse for temaet, og synes at det er spennende å få bedre innsikt i barnets tanker og erfaringer med spilling og nettbruk.

I det vedlagte ressursheftet er det satt opp timer med forskjellige oppgaver og hjelpemidler som sosiale historier, faktaark og annet som kan benyttes til de ulike temaene. Innholdet er utarbeidet og kvalitetssikret av spesialpoliklinikken i Helse Bergen og Barnevakten.

Samtalene kan gjennomføres med enkeltelever eller i små grupper.

Forslag til tidsplan for hver økt *Totalt 45 minutter*

Takk for sist (5 min):

- Gjennomgang av hva eleven har gjort på nettet siden sist økt og oppsummering av hjemmearbeid

Faktasjekken (5 min):

- Gjennomgang av tema og fakta

Oppgaver å gjøre sammen (20 min):

- Ulike praktiske oppgaver som skal underbygge læring

Dette har vi lært (5 min):

- Oppsummering gjennom quiz og sosiale historier

Utfordring til neste time (10 min):

- En liten utfordring å tenke på til neste økt

Timene kan følges i den rekkefølgen de er satt opp, eller du kan velge økt fra gang til gang. Eleven kan gjerne bli tatt med på råd for å velge progresjon og tema. Slik får eleven et eierforhold til læringen. Men vi anbefaler at dere starter med Time 1: Spillpraten.

HUSK Å TA TID TIL SAMARBEID

For å få en god læring er det en stor fordel at foreldre og lærere samarbeider godt med undervisningsopplegget. Bakerst i denne veilederen er det et skjema som dere kan bruke for at læreren skal kunne gi informasjon til hjemmet om hva som er gjennomgått på skolen. Da kan de voksne hjemme fortsette dialogen om temaet på hjemmebane og være med å støtte barnet og hjelpe til med leksene som er gitt til neste time. Skjemaet kan også brukes for at hjemmet skal gi kommentarer til hvordan de opplever arbeidet hjemme. Det er også mange som har gode erfaringer med å bruke sms eller e-post som kommunikasjonsmidler. På en skole som testet ut dette opplegget, ble det brukt en liten notisbok som ble sendt med eleven mellom hjem og skole. Det ble også en fin dokumentasjon av historikkene i undervisningen som foreldre og lærere kunne ta fram til videre oppfølging. Her må dere finne de metodene som fungerer best for dere.

INNHold I TIMENE

| TIME | LÆRINGSMÅL | METODE |
|--------------------------------|---|--|
| 1: Spill- og nettpraten | Barnet skal oppleve seg trygg og bli akseptert for sin interesse for spill og bruk av nettet. Den voksne skal bruke god tid til å lytte og få barnet til å vise fram hva det gjør på nettet. | Få barnet til å vise ulike spill, YouTube-kanaler og sosiale medier. Spør konkret hva som skjer. Hvem spiller en med? Hvordan virker de ulike plattformene? Her er det eleven som er ekspert. |
| 2: Skjermtid og helse | Få en god refleksjon over hvordan skjermen brukes hjemme og på skolen. Mobil, PC, spillkonsoll, osv. Hvordan er balansen mellom søvn, mosjon, mat og skjermtid? Hvordan opprette og vedlikeholde gode rutiner som sikrer god balanse mellom ulike gjøremål? | Tegne sirkler på et ark med oversikt over hva en bruker tid på, mm. Quiz og andre oppgaver som fylles ut. |
| 3: Aldersgrenser | Opparbeide en forståelse på forskjellen mellom aldersgrenser og aldersanbefalinger på film, spill, apper og sosiale medier og hvorfor det er lurt å følge dem. | Bruke klipp fra ulike spill som eksemplifiserer innhold som har fått ulik aldersgrense. Her må metode tilpasses alder. Viktig å ikke introdusere eleven for innhold som en ikke har vært borti før med høyere alder enn barnet selv. Gjennomgå faktaark og oppgaver. |
| 4: Jeg deler med andre | Her skal barnet bli bevisst på hva som er bra å dele, og med hvem. Og hva er ikke bra å dele på nettet. F.eks. nakenbilder, bilder av andre uten samtykke og personlige opplysninger om seg selv og andre. | Gjennomgang av fakta, kartlegging av barnets adferd og refleksjon. |
| 5: Venner på nett | Her skal eleven få hjelp til å få gode venner på nett. Det betyr også en bevisstgjøring av hva som er en god venn, hvordan en kan ha perifere venner på nett som en spiller sammen med, men ikke møtes på ordentlig. | Mine sirkler, samtale om vennskap, instruksjoner om hvordan blokkere personer som en ikke ønsker mer kontakt med. |



| TIME | LÆRINGSMÅL | METODE |
|---|---|--|
| 6: Sikkerhet og passord | Opparbeide forståelse for at det kan finnes personer med skumle intensjoner på nettet som kan og vil utnytte andre. Hvem er de? Hvorfor gjør de slikt? Opparbeide vurderingsevne til å hindre at man blir utnyttet. Blant annet å lage passord som ikke er lett for andre å gjette. | Rollespill/sosiale historier |
| 7: Hvordan være grei mot andre? | Lære godt nettspråk og heie på andre på nettet som bruker et godt og inkluderende språk. Unngå å bli mobbet av andre gjennom nettet, og unngå å selv være en mobber på nett. | Se på ulike tekstmeldinger, analysere språket. Rollespill for hvordan mottakeren oppfatter et skriftlig budskap. |
| 8: Pengebruk i apper og spill | Forstå hvordan ulike spill og appselskap tjener penger, og hvordan en som bruker er et ledd i verdikjeden. Ha forståelsen for at noen spill er gratis å laste ned, men krever kjøp senere. Lære seg å kunne si nei til kjøp der det ikke er nødvendig. | Samtale |
| 9: Hvordan blir følelsene påvirket av hva jeg gjør på nettet? | Se sammenhenger mellom hvilke personer man følger på YouTube og egne følelser. Er innholdet med å underbygge en positiv livsanskuelse? Og hvordan komme ut av negative tanker og depressive mønstre? Hvilken sammenheng har nettbruk med sinnsstemning? | Gjenkjenning av følelser |
| 10: Kildekritikk og falske nyheter | Sjekke at informasjon på nettet er troverdig og kunne skille ut informasjon som ikke er til å stole på. | Samtale |

SKJEMA

til bruk i samarbeid mellom skole og hjem

| | | |
|--|---|--------------|
| 1. Spill- og nettpraten: I denne økten er det fokus på å få en god refleksjon over hvordan skjermen brukes hjemme og på skolen. Mobil, PC, spillkonsoll, osv. Hvordan er balansen mellom søvn, mosjon, mat og skjermtid? Hvordan opprette og vedlikeholde gode rutiner som sikrer god balanse mellom ulike gjøremål? | Sett av litt tid til å spille spill og bruke apper barnet er opptatt av. Bruker barnet andre apper eller spiller andre spill enn det foreldrene var klar over? Hvordan oppleves det å spille sammen? | Fra skolen: |
| | | Fra hjemmet: |
| 2. Skjermtid og helse: Her ønsker vi å få en god refleksjon over hvordan skjermen brukes hjemme og på skolen. Mobil, PC, spillkonsoll, osv. Hvordan er balansen mellom søvn, mosjon, mat og skjermtid? Hvordan opprette og vedlikeholde gode rutiner som sikrer god balanse mellom ulike gjøremål? | Snakk om barnets tidssirkler og undersøk om det er ting familien ønsker å endre på. | Fra skolen: |
| | | Fra hjemmet: |
| 3. Aldersgrenser: Målet med denne økten er å få eleven til å forstå forskjell på aldersgrenser og aldersanbefalinger på film, spill, apper og sosiale medier og hvorfor det er lurt å følge dem. | Se gjennom spillene, appene og filmene barnet har. Hvilke anbefalinger står på disse? Er det tilfeller hvor barnet får se/spille noe som har en høyere aldersgrense enn barnets alder? Hvordan vurderer foreldrene dette? | Fra skolen: |
| | | Fra hjemmet: |
| 4. Jeg deler med andre: Her skal barnet bli bevisst hva som er bra å dele, og med hvem. Og hva er ikke bra å dele på nettet. F.eks. nakenbilder, bilder av andre uten samtykke og personlige opplysninger om seg selv. | Lag en oversikt sammen med barnet over hvor mye barnet deler og hvor mye som deles med barnet i løpet av en dag. | Fra skolen: |
| | | Fra hjemmet: |



| | | |
|--|---|---------------------|
| <p>5. Venner på nett: Her skal eleven få hjelp til å få gode venner på nett. Det betyr også en bevisstgjøring av hva som er en god venn og hvordan en kan ha perifere venner på nett som en spiller sammen med, men ikke møtes på ordentlig.</p> | <p>Snakk med barnet om venner barnet har kun på nettet. Hvordan kan man vite hvem de er? Er de til å stole på?</p> | <p>Fra skolen:</p> |
| <p>6. Sikkerhet og passord: I denne økten arbeides det med å opparbeide forståelse for at det kan finnes personer med skumle intensjoner på nettet som kan og vil utnytte andre. Hvem er de? Hvorfor gjør de slikt? Opparbeide vurderingsevne til å hindre og bli utnyttet. Blant annet å lage passord som ikke er lett for andre å gjette.</p> | <p> Finn en artikkel på nettet som handler om et barn som har blitt lurt på nettet. Kjenner dere til noen barn som har blitt lurt på internett? Hva handlet dette om?</p> | <p>Fra skolen:</p> |
| <p>7. Hvordan være grei mot andre?: Her ønsker vi å lære barnet godt nettspråk og å heie på andre på nettet som bruker et godt og inkluderende spark. Unngå å bli mobbet av andre gjennom nettet og å unngå at en selv blir en mobber på nett.</p> | <p>Ha fokus på hvordan dere omtaler og snakker til hverandre, både på nettet og ansikt til ansikt. Hvilke tilbakemeldinger er ok å få? Hvilke tilbakemeldinger er vanskelig å få?</p> | <p>Fra skolen:</p> |
| <p>8. Pengebruk i apper og spill: Forstå hvordan ulike spill og appselskap tjener penger, og hvordan en som bruker er et ledd i verdikjeden. Ha forståelsen for at noen spill er gratis å laste ned, men krever kjøp senere. Lære seg å kunne si nei til kjøp der det ikke er nødvendig.</p> | <p>Prøv å finne interessante spill der det ikke er nødvendig å bruke ekte penger.</p> | <p>Fra skolen:</p> |
| | | <p>Fra hjemmet:</p> |



| | | |
|--|---|--|
| <p>9: Hvordan blir følelsene påvirket av det jeg gjør på nettet? Her arbeides det med å se sammenhenger mellom hvilke personer man følger f.eks. på YouTube og egne følelser. Er innholdet med å underbygge en positiv livsanskuelse? Og hvordan komme ut av negative tanker og depressive mønstre? Hvilken sammenheng har nettbruk med sinnstemning?</p> | <p>Hvilke spill og apper bruker barnet når han/hun kjeder seg? Avtal alternative aktiviteter barnet kan be om når barnet kjeder seg, f.eks. en tur, en samtale, spille spill, eller lignende.</p> | <p>Fra skolen:</p> |
| <p>10. Kildekritikk og falske nyheter: Barnet skal lære metoder for å sjekke at informasjon på nettet er troverdig og kunne skille ut informasjon som ikke er til å stole på.</p> | <p>Lag en liste over barnets mest brukte nettsider. Hvilke nettsider kan man stole på? Hvilke nettsider må man sjekke grundigere før man kan vite at det som står der er sant?</p> | <p>Fra hjemmet:</p> <p>Fra skolen:</p> <p>Fra hjemmet:</p> |



EVALUERING

Hvem er jeg? (sett kryss)

| | |
|-------------------|--------------------------|
| Pedagog | <input type="checkbox"/> |
| Forelder/foresatt | <input type="checkbox"/> |

I hvilken klasse går mitt barn/elev?

TIME 1

Har timen fungert bra? (skala fra 1 til 5)

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Hvilke endringer bør gjøres? (beskriv)

TIME 2

Har timen fungert bra? (skala fra 1 til 5)

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Hvilke endringer bør gjøres? (beskriv)

TIME 3

Har timen fungert bra? (skala fra 1 til 5)

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |

Hvilke endringer bør gjøres? (beskriv)

TIME 4

Har timen fungert bra? (skala fra 1 til 5)

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |

Hvilke endringer bør gjøres? (beskriv)

TIME 5

Har timen fungert bra? (skala fra 1 til 5)

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |

Hvilke endringer bør gjøres? (beskriv)

TIME 6

Har timen fungert bra? (skala fra 1 til 5)

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |

Hvilke endringer bør gjøres? (beskriv)

TIME 7

Har timen fungert bra? (skala fra 1 til 5)

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |

Hvilke endringer bør gjøres? (beskriv)

TIME 8

Har timen fungert bra? (skala fra 1 til 5)

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |

Hvilke endringer bør gjøres? (beskriv)

TIME 9

Har timen fungert bra? (skala fra 1 til 5)

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |

Hvilke endringer bør gjøres? (beskriv)

TIME 10

Har timen fungert bra? (skala fra 1 til 5)

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |

Hvilke endringer bør gjøres? (beskriv)

EVALUERING AV HELHETEN I OPPLEGGET

Hvordan vurderer du samarbeidet hjem/skole? (skala fra 1 til 5)

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |

Hva kan gjøres for å bedre samarbeidet om dette opplegget? (beskriv)

Hvilke timer har du gjennomgått? (kryss av)

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| | | | | | | | | | |

Hva bør endres i opplegget? (beskriv)

Hvor stort læringsutbytte har barnet hatt av opplegget? (skala fra 1 til 5)

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | | | | |

Hvilke tema har vært mest nyttig? (kryss av)

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| | | | | | | | | | |

Om du har gjort TIME 9: Følelser og nettbruk. Beskriv kort hva som fungerte og hva som bør endres.

Vi setter pris på tilbakemeldinger som kan gjøre læringsressursen enda bedre. Send dine tilbakemeldinger til Barnevakten: post@barnevakten.no eller ring oss på tlf.: 53 00 95 30

