

Sunne forhold på nettet

Deltakere skal utforske kvaliteter som utgjør sunne og vennlige forhold, og hvordan oppførselen på nett spiller en rolle i både sunne og usunne forhold. Deltakerne skal også undersøke mulighetene og utfordringene rundt skjæringspunktet mellom sosiale medier og relasjoner i sin egen gruppe, og lære å stå frem og argumentere for sitt syn blant sine jevnaldrende.

Vokabular for forhold

Del én

Klasseaktivitet

Samle deltakerne i en sirkel.

Fortell elevene dine

I dag vil jeg snakke om hvordan det vi gjør på nettet, kan påvirke hvor sunne forholdene våre er. Vi skal også snakke om hva dere kan gjøre for å være en støttespiller, og lære å forstå når vennene våre trenger hjelp med problemer i forholdene sine.

Spør elevene dine

Hvem har hørt om uttrykkene «tilskuer» eller «støttespiller» i denne betydningen? Hva betyr disse uttrykkene for deg?

Klasseaktivitet

Få 2–3 svar fra gruppen.

Fortell elevene dine

Som dere foreslo, er en tilskuer en som observerer noe som utspiller seg. I dagens øvelse snakker vi om handlinger relatert til usunne/ubehagelige forhold. En støttespiller er noen som griper inn på en positiv måte – kanskje ved å støtte offeret, bidra til å stoppe handlingen eller reagere på andre måter, avhengig av situasjonen.

Del to

Fortell elevene dine

La oss nå snakke om forhold: For det første bør vi innse at «forhold» er et ganske bredt begrep. For vårt formål definerer vi «forhold» som enhver kontakt mellom jevnaldrende. Du kan for eksempel ha kontakt med dine jevnaldrende som venner, skolekamerater eller som medlemmer av samme fritidsaktivitet (for eksempel filmklubb) Når vi snakker om sunne forhold, kommer et vanskelig spørsmål alltid opp: «Hva er et sunt forhold?» Alle har forskjellige meninger om dette emnet, og det er mange gode svar.

For å være sikker på at vi alle har samme utgangspunkt, kan vi tenke høyt om ord som kan beskrive sunne forhold – vennskap, skolekamerater og mange andre forhold! Vi vet at det noen ganger kan gå galt i alle slags forhold, så la oss snakke

om sunn oppførsel som er unik for ulike typer.

La oss spille et lite spill. Samtidig som vi går rundt i en sirkel, skal hver og en av oss si ett ord som beskriver sunne forhold. Jeg starter. Jeg tror at et forhold kan være _____ (støttende, omsorgsfullt, hyggelig osv.).

Klasseaktivitet

Skriv ned hva deltakerne sier, på flippoveren.

Fortell elevene dine

Flott! Takk for at dere bidrar! La oss ta en titt på disse ordene.

Spør elevene dine

Er vi enige i dem?

Har dere noe mer dere vil legge til?

Med utgangspunkt i disse ordene, kan noen komme opp med en definisjon, på én setning, av et sunt forhold?

Veiled gruppen i å utarbeide en felles definisjon av et sunt forhold.

Gallery Walk

Del én

Klasseaktivitet

Organiser deltakerne i par.

Fortell elevene dine

Nå som vi har en ganske bra liste over tingene vi tenker på når vi snakker om «sunne forhold», er det på tide å flytte fokus litt og se på våre egne erfaringer med forhold på Internett.

Klasseaktivitet

Skriv ett spørsmål fra den mulige listen nedenfor, på en plakat og fest plakatene rundt i rommet.

Mulige plakatspørsmål:

1. Hvem snakker du med gjennom teknologi?
2. Hvilke plattformer, tjenester eller nettsteder bruker du til å kommunisere med folk?
3. Hvordan har Internett og mobilteknologi (som nettbrett eller mobiltelefoner) gitt deg muligheter til å opprette eller opprettholde sunne forhold?
4. Hvordan kan du holde kontakten med folk takket være mobilenheter og datamaskiner?
5. På hvilke måter kan Internett og mobilteknologi gjøre det utfordrende å skape/opprettholde sunne forhold?
6. Hva slags typer vennskapsdramaer har du sett eller opplevd på grunn av ting som ble publisert på nettet?

Fortell elevene dine

Jeg kommer til å gi hvert par noen klistrelapper og en penn. På plakatene rundt i rommet er det forskjellige spørsmål. Når jeg gir dere materialene, kan dere gå rundt mellom plakatene. Skriv svarene deres på klistrelappene, og klistre dem på plakatene. Hvis dere har mer enn ett svar på et spørsmål, skriver dere ned hvert av svarene på en egen klistrelapp, og fester dem på plakatene. Dere har 8 minutter. Ha

det gøy!

Klasseaktivitet

Samle plakatene på slutten av aktiviteten, og samle gruppen igjen.

Spør elevene dine

Hva er de vanligste svarene på hvert av disse spørsmålene?

Er det noen ting du synes mangler?

Ser du noen tendenser?

Hvordan har teknologi forandret forholdet ditt til vennene dine?

Har teknologi gjort ting enklere eller vanskeligere? Hvorfor?

Scenariodiskusjon

Diskusjon

Fortell elevene dine

Nå skal vi diskutere et scenario knyttet til teknologi og relasjoner: overdreven teksting.

Vet noen hva overdreven teksting innebærer?

Klasseaktivitet

Få 2–3 svar fra gruppen.

Fortell elevene dine

Overdreven teksting er når noen sender så mange tekstmeldinger til en annen person at den andre personen synes det blir for mye.

Spør elevene dine

Har dere noen gang opplevd overdreven teksting?

Hvis du var personen som mottok tekstmeldingene, hva ville du gjort? Hvorfor?

Hvis en av vennene dine kom til deg og sa at vedkommende var i denne situasjonen, hvilke råd vil du ha gitt? Ville du ha gjort noe? Kan du gi eksempler på hva du kan gjøre?

1. Oppfølging: Ved å gjøre ting for å hjelpe vennene dine viser du at du støtter dem.

Spør elevene dine

Hva kan hindre noen i å støtte vennene sine?

La oss late som at en av vennene dine ber en annen venn om å slutte å sende så mange tekstmeldinger. Hva skjer hvis den andre vennen begynner å dra hjem til vennen din stadig vekk, og spør om å treffes? Problemet ser ut til å bli verre, man kan si at problemet eskalerer. Hvilke råd ville du ha gitt til vennen din hvis problemet eskalerte?

Hvis problemet eskalerer, ville du fortsatt ha reagert som en støttespiller på samme måte som før? Hva kan du nå gjøre for å fortsette å være en støttespiller?

Fortell elevene dine

Overdreven teksting er bare ett eksempel på en situasjon der teknologien kan komme i veien for et sunt forhold.

Spør elevene dine

Har dere andre eksempler?

Kan dere nevne noen løsninger på disse problemene?

Hva har vår diskusjon hittil fortalt oss om hvilken rolle teknologien har i våre forhold til andre mennesker?

Klasseaktivitet

Led en diskusjon om teknologiens positive og negative virkninger på forhold mellom mennesker.

Spekteraktivitet

Del én

Fortell elevene dine

La oss ta en titt på en bestemt atferd i sunne og usunne forhold, og se hvor de havner på et spektrum fra sunt til usunt.

Jeg skal gi hver og en av dere en klistrelapp. På klistrelappen er det eksempler på hva som kan skje i forhold mellom mennesker, som for eksempel «sende meldinger til partneren døgnet rundt» eller «utveksle passord for sosiale medier». Når jeg gir dere en klistrelapp, vil jeg at dere skal reise dere opp og gå helt frem i rommet. På den ene siden av rommet er de sunneste atferdene i forhold, og på den andre siden er de mest usunne atferdene.

Når dere har kommet frem, tenker dere over hvor sunn eller usunn atferden på lappen er, og stiller dere opp på en rekke. Hvis du for eksempel mener at «sende meldinger til partneren døgnet rundt» er mindre sunt enn å «like og dele alt vennene dine publiserer», så stiller du deg nærmere den usunne siden.

Klasseaktivitet

Forslag til hva du kan skrive på klistrelappen:

1. Sende meldinger til partneren døgnet rundt
2. Utveksle passord for sosiale medier
3. Lese vennens tekstmeldinger uten vedkommendes tillatelse
4. Snakke med fremmede / folk du ikke kjenner godt, på nettet
5. Publisere uhøflige kommentarer på noens innlegg på sosiale medier
6. Sende meldinger med «god natt» eller «god morgen» (kanskje hver dag) til noen du bryr deg om
7. Snakke om en krangel du hadde med en venn, offentlig på en sosiale medier-plattform
8. Like og dele alt vennene dine publiserer
9. Publisere innhold på sosiale medier med vennens konto (i vedkommendes navn)

10. Tagge vennene dine i bilder fra en fest

11. Spre sladder om en skolekamerat på sosiale medier

Når deltakerne har stilt seg opp og organisert seg, spør du dem om hvorfor de står der de gjør, og oppfordrer deltakerne til å flytte på seg hvis de føler at det er nødvendig.

Når deltakerne har organisert seg i et spektrum, kan du be dem om å feste klistrelappene på veggen fremst i rommet og ta et skritt tilbake slik at de kan se spektret i sin helhet.

Klasseaktivitet

Hvis de velger å gjøre det, kan deltakerne svare på de to første spørsmålene nedenfor i en diskusjon, i stedet for å skrive dem ned på lapper og plassere dem på veggen foran i rommet.

Spør elevene dine

Er det noen andre typer usunne atferder du kan komme på?

Er det noen andre sunne atferder du kan komme på?

Er det bare én riktig rekkefølge for dette spektret? Hvorfor / hvorfor ikke? Er alle enige?

Spør elevene dine

Vi setter disse spesifikke atferdene i et spektrum fra sunn til usunn. Men kan det oppstå situasjoner hvor en sunn atferd blir usunn? Eller motsatt? Når kan det skje?

Hvis X er en usunn atferd [velg en bestemt atferd som deltakerne plasserte nærmere den «usunne» siden av spektret), hva ville du gjort for å løse det?

Hvordan ville du snakke med noen hvis du ikke var tilfreds med hva de gjorde?

Oppgave

Del én

Fortell elevene dine

Vi har snakket mye om teknologi og relasjoner i dag. Nå som du har fått tenkt deg litt om, hvordan kan du dele det du har lært, med andre? Hva slags aktiviteter kan du bruke for å oppmuntre dine jevnaldrende til å si ifra hvis de opplever noen form for usunn oppførsel i forhold?

Oppgave

Del deltakerne inn i grupper på 3 eller 4.

Fortell elevene dine

Vi har to forslag akkurat nå, men hvis dere har en annen idé, bruker dere den! Dere har 30 minutter:

1. Forslag 1: Utvikle en skisse over et mulig arrangement for elever ved skolen eller medlemmer av andre fellesskap, som går på teknologi i forhold mellom mennesker. Arrangementet kan dreie seg om en faktisk undersøkelse/diskusjon, en aktuell kampanje eller til og med en presentasjon! Gi eksempler på hvordan du kan bruke sosiale medier, som Facebook eller Twitter, for å annonsere arrangementet. Bruk gjerne visuelle virkemidler sammen med netteksemlene (for eksempel tegninger, et meme eller liknende).
2. Forslag 2: Lag en historie om et forhold (for eksempel et forhold mellom søsken eller et forhold mellom venner på skolen) og hvordan det kan bli påvirket av sosiale medier. Dere kan lage et kort rollespill, bruke visuelle hjelpemidler (for eksempel en tegneserie) eller skrive ned en hypotetisk Facebook-nyhetsoppdatering eller Twitter-samtale. Bruk fantasien!

Del to

Oppgave

Etter 30 minutter ber du smågruppene dele hva de har kommet frem til, og du kan stille dem spørsmålene nedenfor for å få i gang en diskusjon.

Spør elevene dine

Hvilket tema tok dere tak i? Hva vil dere at folk skal lære av ideen deres?

Hvordan kan denne ideen være til nytte for skolen din / fellesskapet ditt / vennene dine?

Hvem er målgruppen?

Hvordan vil dere annonsere ideen for målgruppen deres?

Hvordan tror dere at målgruppen vil reagere?

Avsluttende refleksjon

Refleksjon

Fortell elevene dine

Vi håper at dere alle har gått litt mer i dybden når det gjelder sunne forhold, spesielt når det gjelder hvordan teknologien har forandret ting. Vi ønsket også at dere tenkte på måter å oppmuntre vennene deres til å være en støttespiller, både for seg selv og andre når de ser noe de synes er ubehagelig eller som kan såre andre.

Spør elevene dine

Hva har du lært?

Hva var favorittaktiviteten? Hvorfor?

Hvilken aktivitet likte du minst? Hvorfor?

Hvordan kan du ta det du lærte eller arbeidet med, og bruke det i livet ditt?

Hvordan ville du beskrive hva du gjorde, til vennene dine?

Hva var nytt eller overraskende?

Har du andre spørsmål om sunne eller usunne forhold?