

#We
#Do

TRYGGHETS- VANDRING PÅ NÄTET



- TRYGGA BARN ONLINE

lärarhandledning



Härnösands
kommun

Materialet är framtaget av:

Anna-Karin Hasselborg, Brottsförebyggande samordnare

Maria Sundell, Skolkurator

Marlene Nordhage, IT-pedagog

INLEDNING

Trygghet är viktigt. Hur trygga vi känner oss när vi rör oss i vårt vardagsliv är viktigt för hur vi rör oss och vart vi rör oss. Känslan av trygghet och otrygghet påverkar vårt vardagsliv, våra resvägar, men även vår utveckling, möjligheter till inläring och våra förmågor till att skapa relationer.

Trygghetsvandringar har genomförts i Sverige sedan början av 2000-talet. Metoden utvecklades i Göteborg, men spred sig snabbt till övriga Sverige och används flitigt av bl.a. kommuner, fastighetsbolag och polisen. Syftet med att genomföra fysiska trygghetsvandringar är att identifiera och åtgärda platser som upplevs otrygga eller bedöms vara osäkra. En grupp människor går igenom ett avsatt geografiskt område och systematiskt inventerar det ur trygghetssynpunkt. De som befinner sig i området och deras erfarenheter är viktiga att ta tillvara för att på bästa sätt öka känslan av trygghet.

Idag spenderar barn och unga en stor del av sina liv på nätet, kanske lika stor del eller till och med större del än IRL (i verkliga livet). Men vad gör de på nätet? De roar sig, umgås, lär sig, utforskar sin sexualitet, testar och överskrider gränser, skaffar sig vänner och ovänner, betar sig bra och mindre bra (Statens medieråd, 2017, E. Dunkels, 2018, Vera och Vrakking, 2006, Ito et al, 2008). Skillnaden på nätet och IRL är att det finns nya sätt att göra allt detta på. Både nya möjligheter men också nya risker. Barn och ungas liv på nätet blir således en stor del av deras hälsa och tyvärr ser man att riskerna på nätet ökar i frekvens. Risker som utsatthet för opassande innehåll med oförberedda mottagare, näthat, kränkningar, mobbning, grooming, sexualbrott, fake news, propaganda och ekonomisk brottslighet.



INNAN LEKTIONSTILLFÄLLET

Läs igenom instruktionerna innan lektionen startar och läs med fördel på om vanliga applikationer och deras funktioner. [Statens medieråd](#)

Planera in lektionen i god tid, tidsåtgång ca 50-60 min, men kan variera beroende på grupp och ålder. Yngre åldrar behöver två tillfällen.

Trygghetsvandringen kan genomföras i helklass men även i mindre elevgrupper. Gruppstorlek och gruppsammansättning avgör ni utifrån hur ni känner gruppen. Rekommendationen är att ni vid diskussionsfrågor låter eleverna först fundera enskilt och därefter i par för att sedan lyfta diskussionen i stor grupp (EPA-modellen). Detta för att alla ska elever ska bli aktiva och våga.



Om du tror eller vet att någon elev har blivit utsatt för något obehagligt, läskigt eller brottsligt på nätet kan du anpassa formuleringar och frågor. Informera gärna elevhälsan och annan berörd personal om att ni tänker genomföra en trygghetsvandring på nätet, då det kan uppkomma frågor, funderingar och att elever söker stöd och hjälp efter lektionen.

Förslag på övergripande diskussionsområden som kan användas i anslutning till detta material:

- *Vänskap på nätet, hur fungerar det?*
- *Vem är jag på nätet, är jag samma IRL?*
- *Hur mycket tid är jag på nätet, när behöver jag begränsa min skärmtid?*
- *Vad delas och vad delar jag på nätet?*

UNDER LEKTIONSTILLFÄLLET

- Följ instruktionerna under avsnittet LEKTION, STEG 1-3



EFTER LEKTIONSTILLFÄLLET

- Skicka ut information till föräldrarna att ni genomfört en trygghetsvandring på nätet. [Färdiga utskick finns här: länk \(hemsidan för metoden\)](#)
- Planera in ett uppföljningstillfälle med diskussion kring nätanvändning efter behov.
- Dela ut "Trygga barn på nätet- listan" till eleverna efter lektionens slut.

STEG 1

NÄTET ÄR EN STOR VÄRLD!

Starta med en kort genomgång, berätta om vad en trygghetsvandring på nätet är för något och syftet med trygghetsvandringen. Förenkla orden, råka ut för nåt hemskt, våga prata om vad som händer på nätet, veta vad man ska göra, personer kan luras mm. En trygghetsvandring på nätet är att vi tänker på platser vi besöker på nätet och sen funderar över vad som kan vara tryggt och otryggt, bra eller dåligt.

Syftet med att genomföra trygghetsvandringar på nätet med barn och unga är att främja hälsa, öka tryggheten och förebygga brottslighet och brottsutsatthet. Att stärka barn och unga i att vara medvetna användare av nätet och skydda dem från riskerna med nätet.

Allmänna frågor för att starta ett samtal med eleverna:

- Vad är Internet? Vad är appar?
- Var och när använder du nätet och appar? (platta, mobiltelefon, dator, på skolan, hemma, biblioteket, hos kompisar...)
- Vad gör du på nätet? (träffar kompisar, läser, spelar, chattar, ser på klipp mm)
- Hur mycket tid spenderar ni på nätet? Har ni begränsad tid?

- Låt eleverna nämna alla appar, hemsidor och spelplattformar de besöker på nätet. Skriv upp dem på tavlan!
- Välj ut två-fyra platser som de flesta använder. Fokusera på dem under nästa steg.



STEG 2

VAR OCH HUR KÄNNIS DET TRYGGT OCH OTRYGGT?

Utgå från de applikationer/sidor/spel ni valt ut. Gör en gemensam överblick på tavlan utifrån diskussionerna. Låt gärna eleverna jobba enligt EPA-modellen som beskrivits tidigare.

Välj lämpliga begrepp utifrån elevernas ålder. Låt eleverna berätta om vad som kan uppfattas:

- Bra/dåligt
- Tryggt/Otryggt
- Glad/ledsen smiley

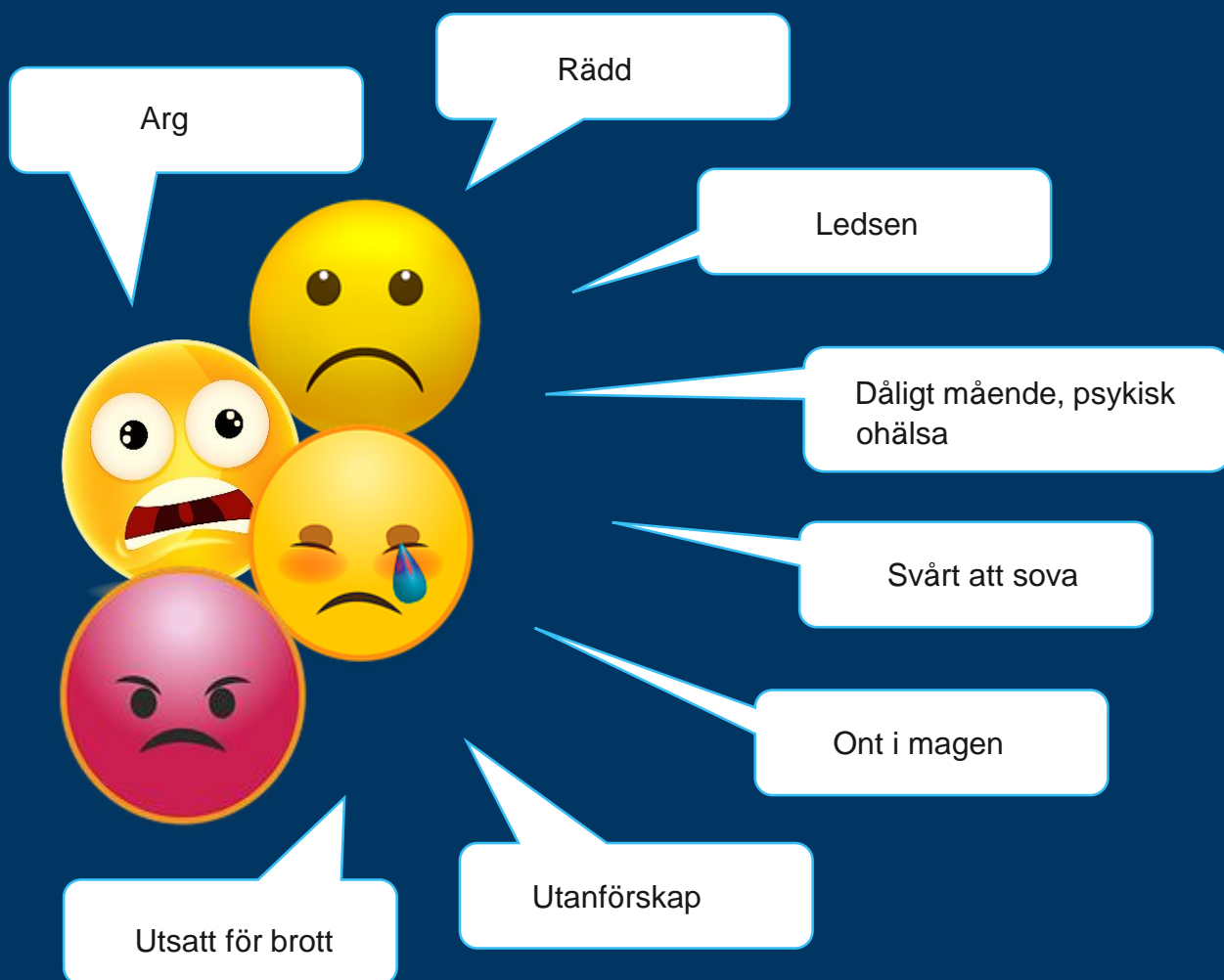


STEG 2

KONSEKVENSER

Utgå från era tidigare exempel på negativa saker som kan hända som ni sammanfattat på tavlan . Diskutera vidare konsekvenserna enligt frågeställningen nedan:

Vilka negativa konsekvenser får det för dig. Hur känner du? Vad kan det leda till?



Sammanfatta på tavlan de negativa konsekvenserna som tas upp.

STEG 3

ÖKA TRYGGHETEN PÅ NÄTET!

Frågeställning:

Hur kan vi agera när vi blivit utsatt för något som gör att vi känner oss otrygga?



- Utgå från det otrygga och dåliga som eleverna kommit fram till.
- Låt gärna eleverna först få diskutera enligt EPA-modellen utifrån frågeställningen ovan och själva komma med tips, åsikter och idéer.
- Sammanfatta diskussionerna på tavlan.

STEG 3

ÖKA TRYGGHETEN PÅ NÄTET!

Prata om tekniktips som är bra att kunna. Titta gärna tillsammans på hur man praktiskt gör själv när man känner sig otrygg. Hur blockerar man någon? Hur tar man en skärmdump? Vad innebär öppen eller stängd profil? Hur kan man anmäla i appen/ på sidan?

Exempel på vad du kan göra själv:

- Spara bevis och skärmdumpar.
- Säg nej, säg ifrån, blocka, dölj.
- Tänk på vad du delar och till vilka.
- Anmäl i appen/plattformen till den som ansvarar för sidan, under "Kontakta oss", "Anmäl" eller "Abuse".
- Säg till en förälder, vuxen eller kompis.
- Kontakta kurator/skolsköterska/lärare/skolledare om du känner dig orolig eller är utsatt.
- Anmäl kränkningar till skolan om det sker i anslutning till skolan.



ANMÄL TILL POLISEN! Ring 114 14, pågående brott eller akut situation 112. Du kan även besöka en polisstation. Samma person som har utsatt dig också kan ha utsatt andra därför kan din anmälan bidra till att fler brott klaras upp

EXTRAMATERIAL

- [Statens medieråd](#)
- [Digitala medier på föräldriska - Statens medieråd \(statensmedierad.se\)](#)
- [MIK för mig](#)
- [Digitala lektioner -Internetstiftelsen](#)
- Diskussionshäfte med frågor att använda. Bilaga
- Skriv ut "Trygga barn på nätet-tips" (Bilaga) och dela ut till eleverna vid lektionens slut.
- Skicka ut "Information till vårdnadshavare" (Bilaga) innan ni gör en trygghetsvandring på nätet.



REFRERENSER

- Statens medieråd, 2017
- E. Dunkels, 2018
- Vera och Vrakking, 2006
- Ito et al, 2008
- Lgr11, Skolverket [Läroplan \(Lgr11\) för grundskolan samt för förskoleklassen och fritidshemmet – Skolverket](#)
- Lgr22, Skolverket
- Statens medieråd
<https://www.statensmedierad.se/>