Instruktioner för lärare:

Uppstartsvideo (Årskurs 7-9)

Lektionsmaterial | Copyright SomeBuddy 2025

SomeBuddy

Hej lärare!

Välkommen till den första SomeBuddy-lektionen. Vad roligt att ni ska börja använda SomeBuddy på er skola.

Under denna lektion kommer ni att titta på en kort film och i presentationen får du information om hur du startar upp tjänsten samt förslag på hur första lektionen kan formas.

Tidsåtgång för lektionen: ca 35 min

SomeBuddy

Lektionens innehåll

1. Intro: exempelfall om mobbning och diskussion utifrån fallet
2. “SomeBuddys uppstartsvideo” - visning av videon
3. Logga in på Someturva och bekanta er med tjänsten

Att tänka på inför lektionen

När du visar videon och går igenom frågorna är det viktigt att vara uppmärksam på både gruppens och enskilda elevers reaktioner. Många elever kan ha egna erfarenheter av att ha blivit kränkta eller själva ha kränkt någon på nätet och det är inte alltid eleven berättat för en vuxen. Samtalen i klassrummet ska inte bli utpekande och det är viktigt att förstå att elevers reaktioner kan variera beroende på deras tidigare erfarenheter.

Erbjud alltid samtal, hjälp och stöd till elever som behöver det. Du kan själv ge direkt stöd genom att visa intresse, empati och respekt genom aktivt lyssnande och engagerat kroppsspråk. Att känna sig sedd och hörd gör ofta stor skillnad. Elever som behöver mer hjälp hänvisas med fördel till oss på SomeBuddy, elevhälsan, skolkuratorn eller liknande instans.

SomeBuddy

INTRO

1 Läs eller låt eleverna läsa exemplet om ett mobbningsfall som en introduktion till lektionen

"Jag använder Snapchat varje dag för att ha kontakt med vänner och dela min vardag. Jag har många vänner där och jag följer många själv också.

En dag märkte jag, när jag försökte logga in, att mitt konto hade blivit kapat. Snart förstod jag att min klasskompis hade fått reda på mitt lösenord på något sätt och delat uppgifterna med andra på skolan. Tillsammans hade de bestämt att “driva lite med mig”. De hade lagt upp hemska bilder på mig i min MyStory för alla att se. Dessutom hade de skickat pinsamma och äckliga meddelanden till mina vänner.

Det kändes riktigt jobbigt. Speciellt för att jag trodde att de var mina vänner. Jag tänker på det hela tiden och jag har inte ens kunnat sova ordentligt. Att gå till skolan känns svårt och det är jobbigt att tänka på hur alla skolkopmisar kommer behandla mig nu. Jag är rädd att vissa av mina vänner kan tro att jag själv har skickat dem hemska meddelanden. Jag har inte vågat berätta för någon om det här än. Jag undrar vad jag kan göra nu..."

SomeBuddy

INTRO

1 **Diskutera fallet med eleverna:**

- Skulle fallet kunna vara verklig?
- Vilka känslor väcker fallet?
- Hur skulle du själv agera i en sådan situationen?
- Var kan personen i fallet få hjälp?

Berätta för eleverna att mobbning alltid är fel och att det är därför vi i vår skola har möjlighet att söka hjälp om man ser eller upplever det.

- Du kan även berätta för eleverna att klasskamraterna i fallet kan till och med ha begått brott. Det kan vara fråga om t.ex. olaga integritetsintrång, förtal och dataintrång.

SomeBuddy

Instruktioner för lärare:

2 Visa eleverna SomeBuddys video "SomeBuddys uppstartsvideo"

- Länk till videon (~ 4 min)

Uppstartsvideon innehåller information om SomeBuddy och trygghet på nätet, samt ett antal frågor för eleverna att diskutera och reflektera kring. Frågorna samt kommenater till dessa hittar du nedan.

Du behöver: Blädderblock eller tavla för att skriva ner elevernas svar.

SomeBuddy

Instruktioner för lärare:

Fråga nr. 1: Vad gör du på nätet? Vilka är dina favoritappar?

ca 5 min

Gör gärna en inventering av elevernas nätvanor och skriv ner svaren på ex blädderblock, så att svaren kan sparas och hängas upp i klassrummet. Detta är ett bra underlag för att förstå vilka plattformar som är populärast just nu, men även för att ha som referens för framtiden och för att kunna följa hur elevernas nätvanor förändras övertid. Vi rekommenderar att denna övning görs i starten på samtliga terminer.

SomeBuddy

Instruktioner för lärare:

Fråga nr.2: Varför tror du att dessa åldersgränser finns?

ca 5 min

Prata om att åldersgränser finns till för att skydda men att barn alltid har rätt till hjälp och stöd, även om de råkat ut för något på en plattform de egentligen inte ska vara på. Barn som har tillgång till innehåll på plattformar som inte är åldersanpassad är i större risk att bli utsatta.

SomeBuddy

Instruktioner för lärare:

Fråga nr. 3: Varför är det viktigt att skydda sig på nätet?

ca 5 min

Be eleverna om deras egna tips och skriv gärna ner förslagen på blädderblock eller tavla.

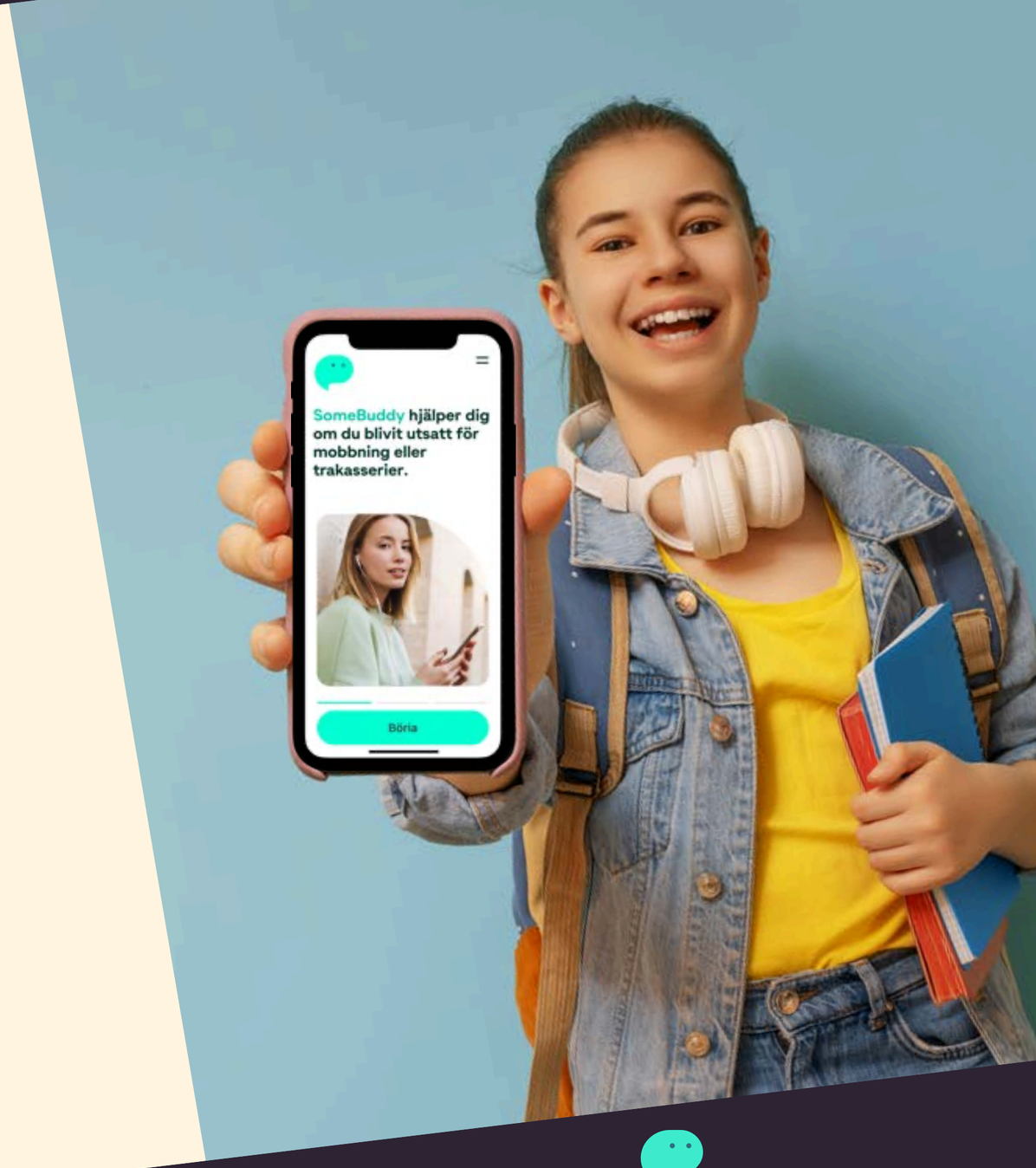
SomeBuddy

Instruktioner för lärare:

3 Gå igenom hur eleverna loggar in på SomeBuddy för att få hjälp

Bekanta er tillsammans med SomeBuddy-tjänsten och hur man tar den i bruk. För detta är det bra att avsätta cirka 10 minuter. Berätta för eleverna att de kan be SomeBuddy om hjälp om något tråkigt händer dem på nätet. Man kan be om hjälp ensam eller tillsammans med en vuxen.

Efter inloggningen kan ni bekanta er med tjänsten genom att skicka en testrapport. Man kan testa tjänsten genom att logga in och trycka på "**Testa tjänsten!**".



SomeBuddy

1. Gå till app.somebuddy.com

Du behöver inte ladda ner något från en applikationsbutik.

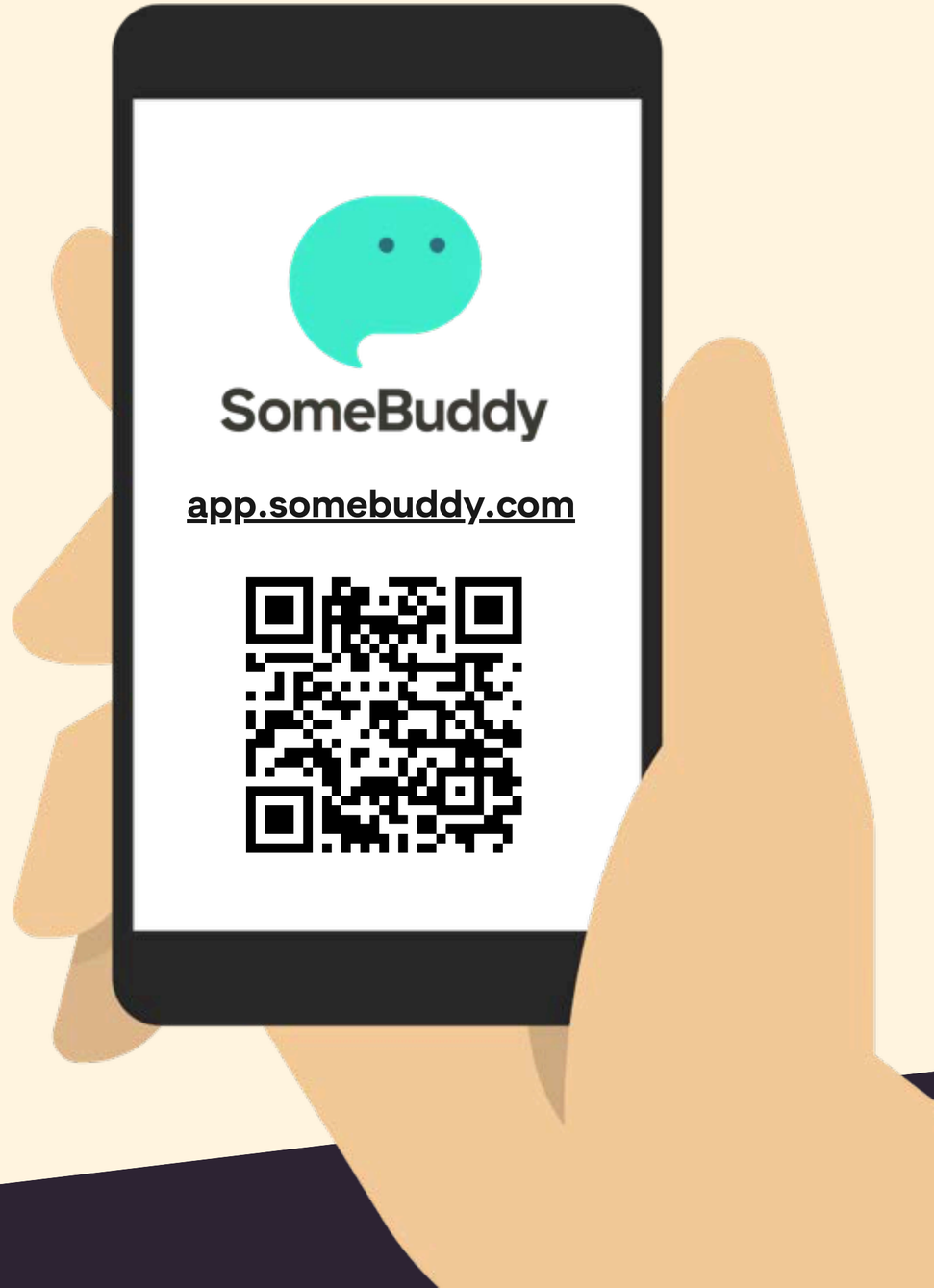
2. Logga in med ditt telefonnummer och ett engångslösenord

Du kommer att få ett nytt engångslösenord varje gång du loggar in. Om du inte har en egen telefon kan du logga in med en e-postadress.

3. Första inloggningen: skriv in aktiveringskoden

När du har angett aktiveringskoden behöver du den inte längre.

Även om du loggar in med ett telefonnummer kan du alltid be om hjälp anonymt och konfidentiellt.



Instruktioner för lärare:

4

Be eleverna ge feedback genom att visa tumme upp eller ner till följande påståenden:

- Jag lärde mig om vad som är bra och vad som är mindre bra på nätet
- Jag vet hur jag kan använda sociala medier säkert
- Jag vet vad jag ska göra ifall jag råkar ut för något som inte känns bra på nätet
- Jag har aktiverat SomeBuddy-tjänsten

Om ni har tid över, kan du be eleverna att berätta med ett ord vad som blev starkast i minnet av lektionen.

SomeBuddy

Tack!

Kontakta oss gärna vid frågor.

Du kan när som helst skicka oss ett meddelande via chatten som finns på vår hemsida och i appen eller ett mejl till info@somebuddy.se.

Du kan även läsa vanliga frågor och svar här!

info@somebuddy.se

SomeBuddy