

Schysstare på sociala medier

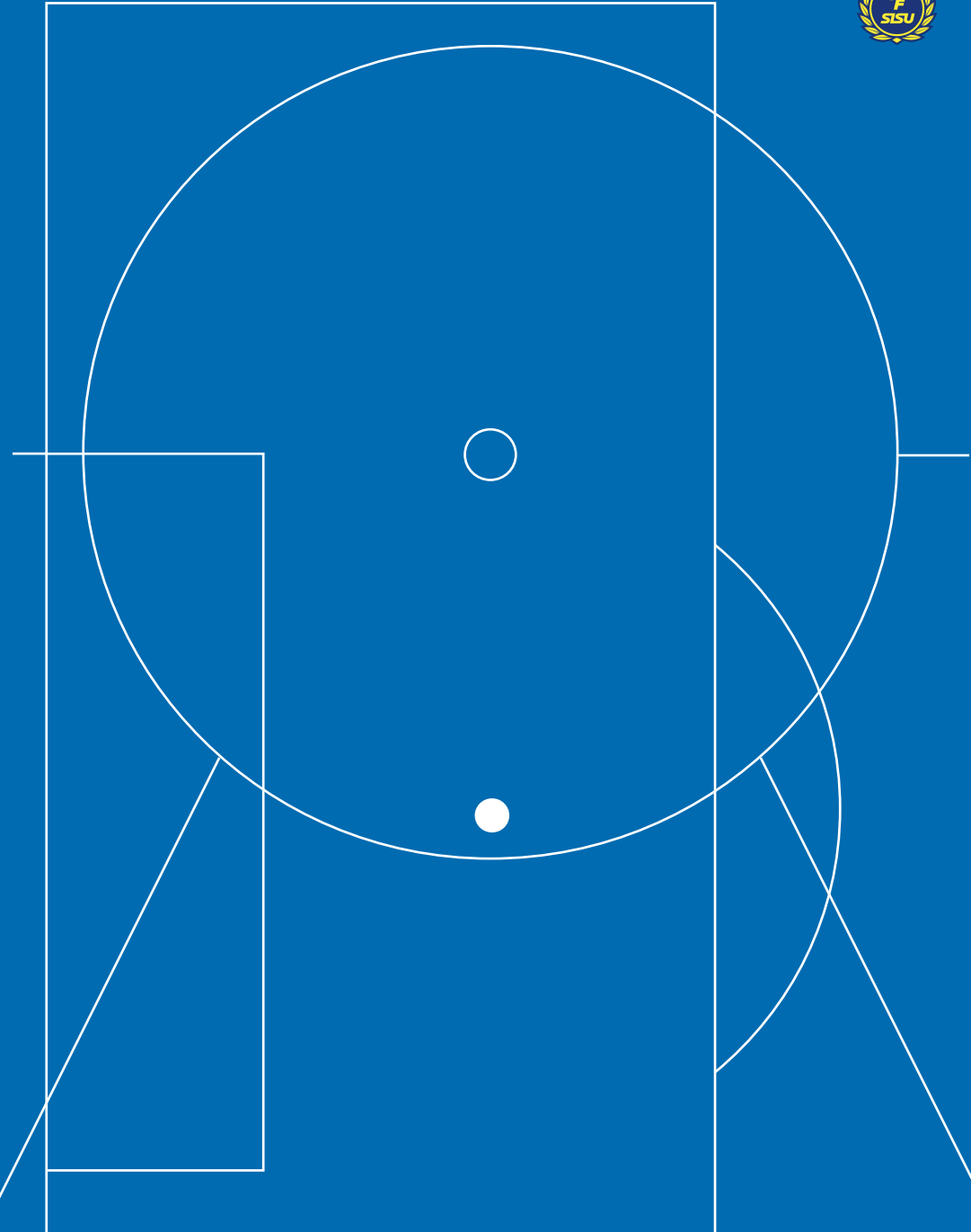
Övningsmaterial



Kommentarsövning

Denna övning syftar till att ge en djupare förståelse för hur negativt en hatkommentar kan påverka en person, samt att förstå att den kan leda till allvarigare konsekvenser än vad den som skrivit kommentaren kanske har tänkt. Visa en kommentar och be de aktiva att reflektera över och svara på dessa frågor, för att påminna om vikten av att tänka efter innan man kommenterar eller gillar kommentarer.

- 1. Vad skulle du känna om du fick kommentaren skriven till dig?**
- 2. Vad skulle kommentaren kunna leda till?**





Tjejer snälla sluta sminka er sådär!! Tack på förhand 1-24



Du ser ut som en gris 2020-11-9



Ska ksk spemndera mer tid på gymmet ist för donken kön 🤔 2020-11-6



Hahahahahahahahahahahahhaa hon till höger hur mycket smink behöver du? 1-6



51



Snälla gör alla en tjänst o hoppa 1v



39



Sjukt att du ens har en pojkvän lol 1 v



239



Fetto 🍔 🍔 🍔 2020-11-11



Man ser på dig att du äter mycke 1 dag



10



Chilla med spacklet satan 1-24



1



ni har inte funderat på att typ ta en dusch och borsta tänderna kanske? sep. 12

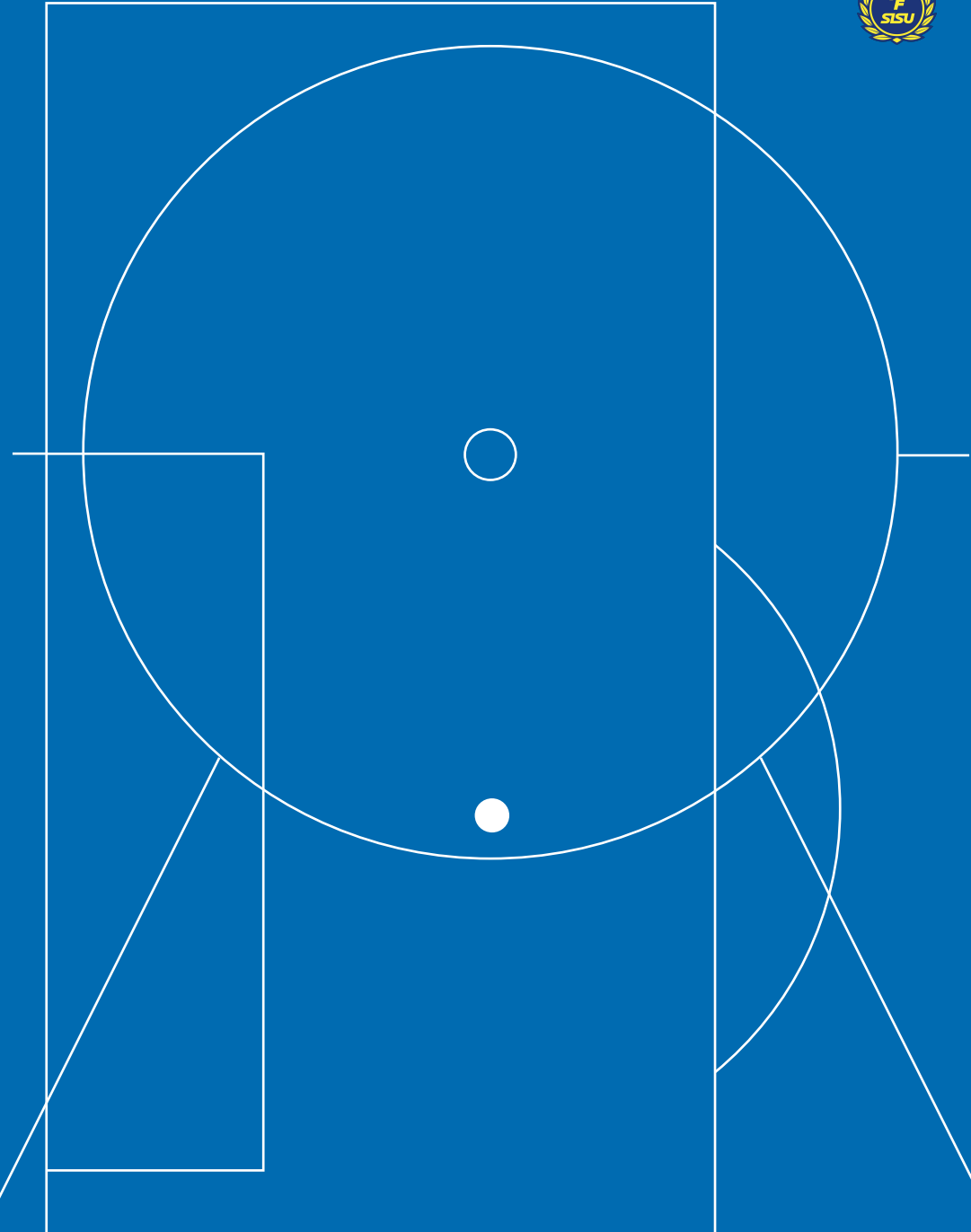


25

Fyrahörnsövning

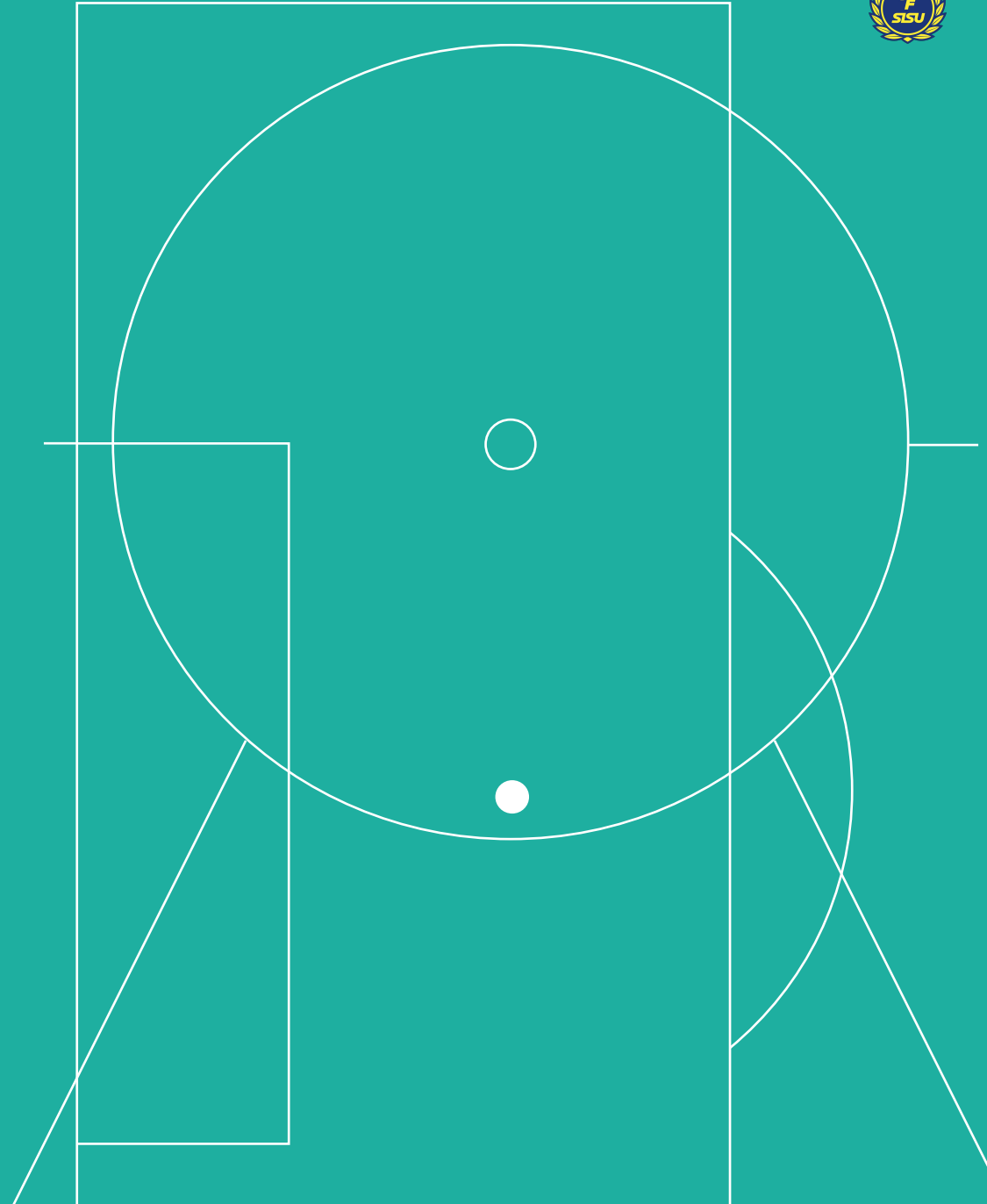
En övning att göra med klubben eller laget. Välj ett påstående mellan 1 - 4 utifrån vad du själv hade gjort, hur du hade påverkats eller vad du hade tänkt i situationen.

Du ska sedan kunna motivera varför du valt just det påståendet.



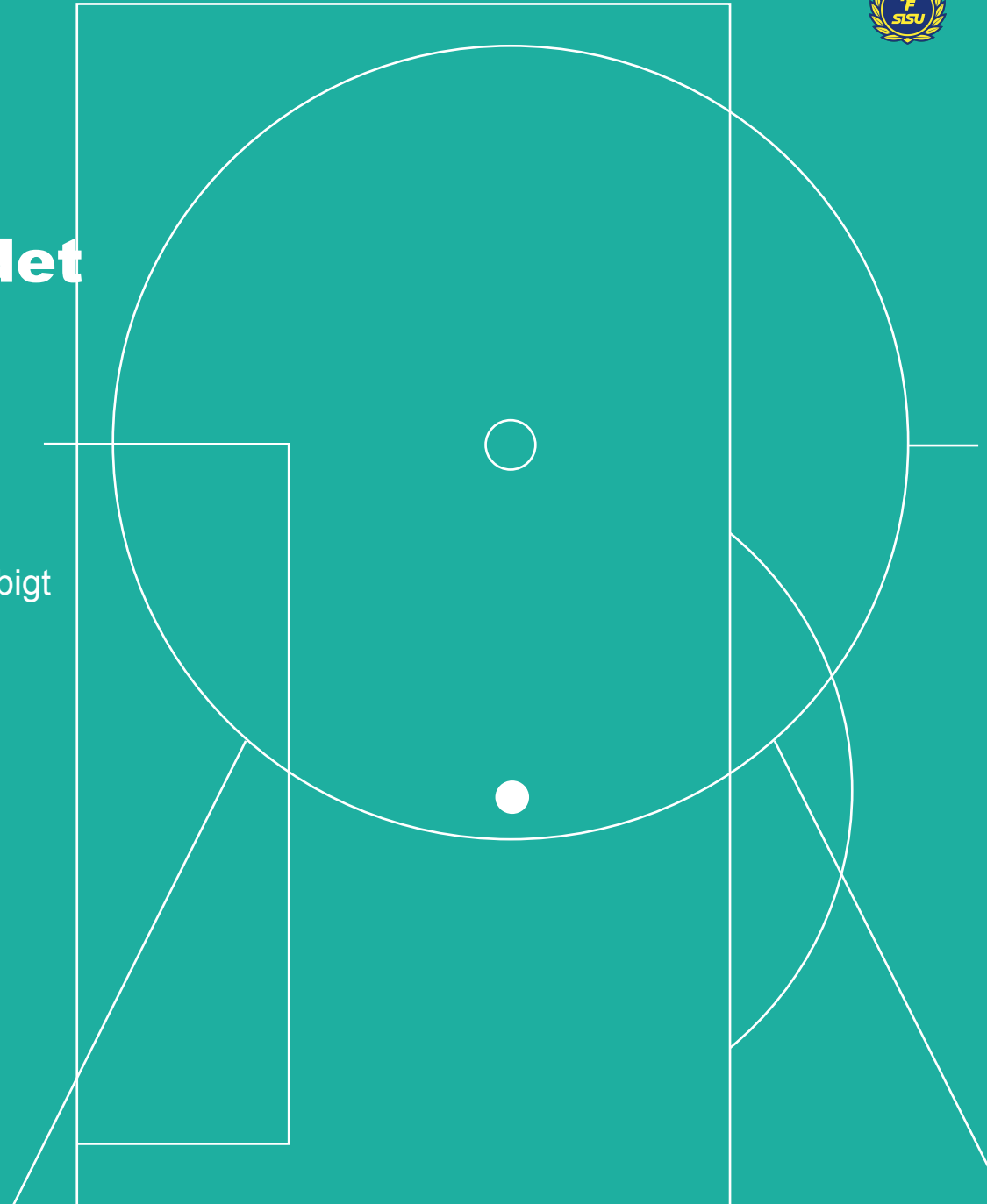
Vad gör du om du vet att någon i klubben eller laget är utfroyst, till exempel från en gruppchatt eller från umgänget?

1. Pratar med en vuxen och berättar hur det ligger till, så att han/hon kan ta tag i problemet
2. Bjuder in honom/henne
3. Orkar inte bry mig, gör ingenting
4. Något annat



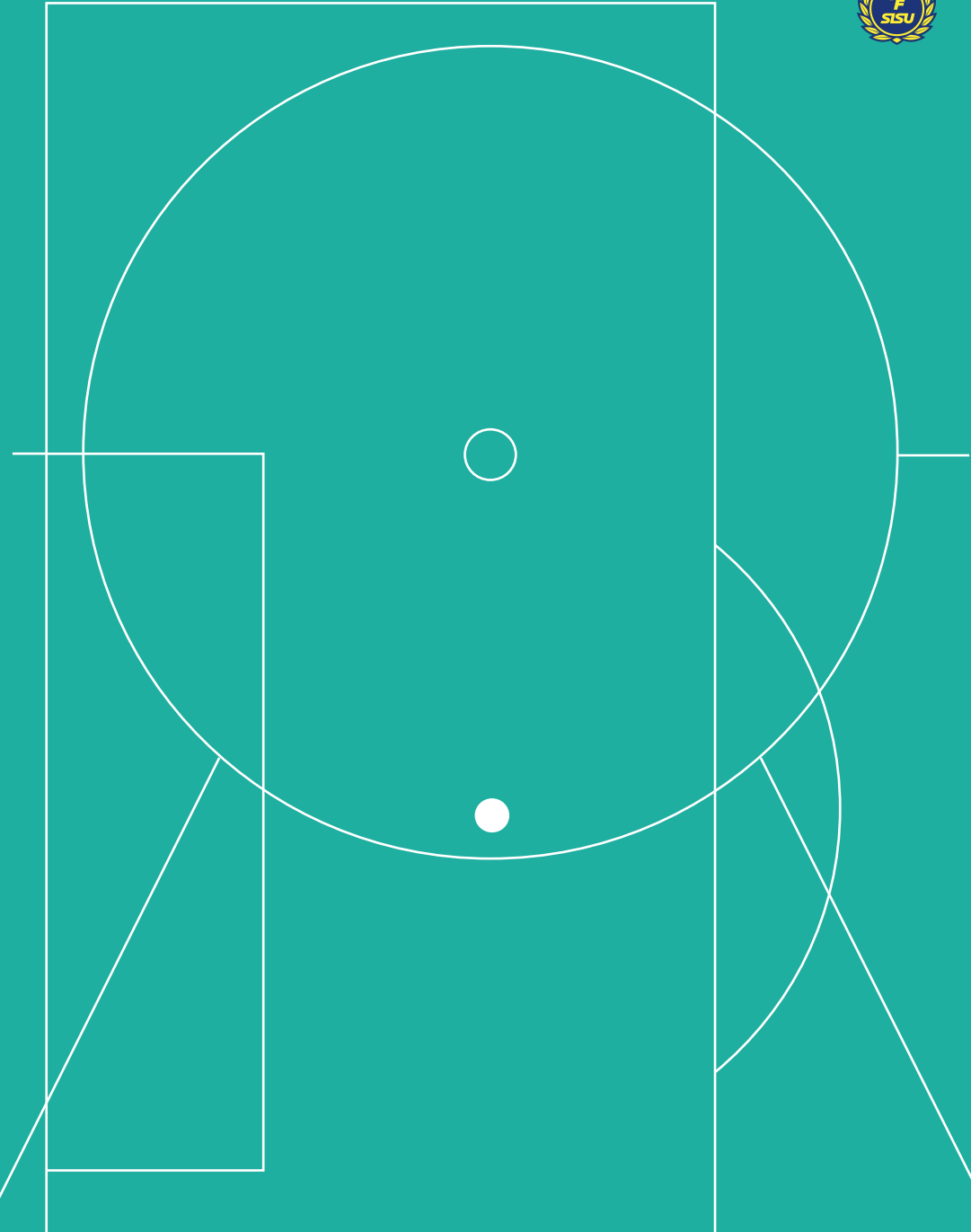
Hur påverkas du av andra på sociala medier? (Exempelvis när det gäller kost, träning, materiella saker)

1. Jag bryr mig mycket om vad andra lägger ut och tycker att det är jobbigt
2. Jag inspireras/påverkas positivt av vad andra lägger ut
3. Jag bryr mig inte om vad andra lägger ut
4. Annat



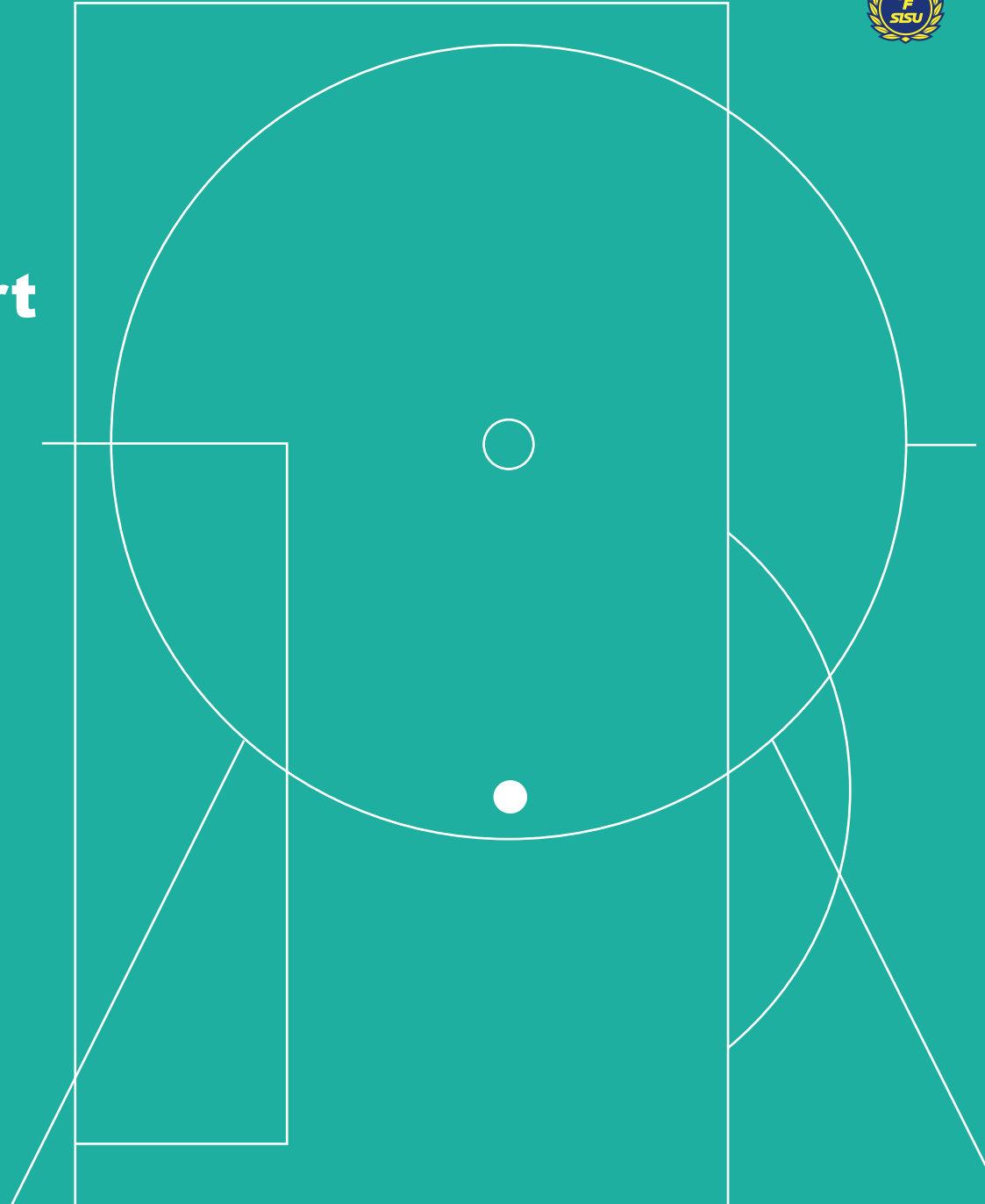
Vad gör du om en kompis lägger ut något kränkande om någon annan på sociala medier?

1. Jag bryr mig inte
2. Jag skulle säga till min kompis eftersom jag tycker att det var fel
3. Jag skulle snacka om det med mina kompisar och skratta åt det
4. Något annat



Hur skulle du agera om en gruppchatt börjar leda till ett stort bråk?

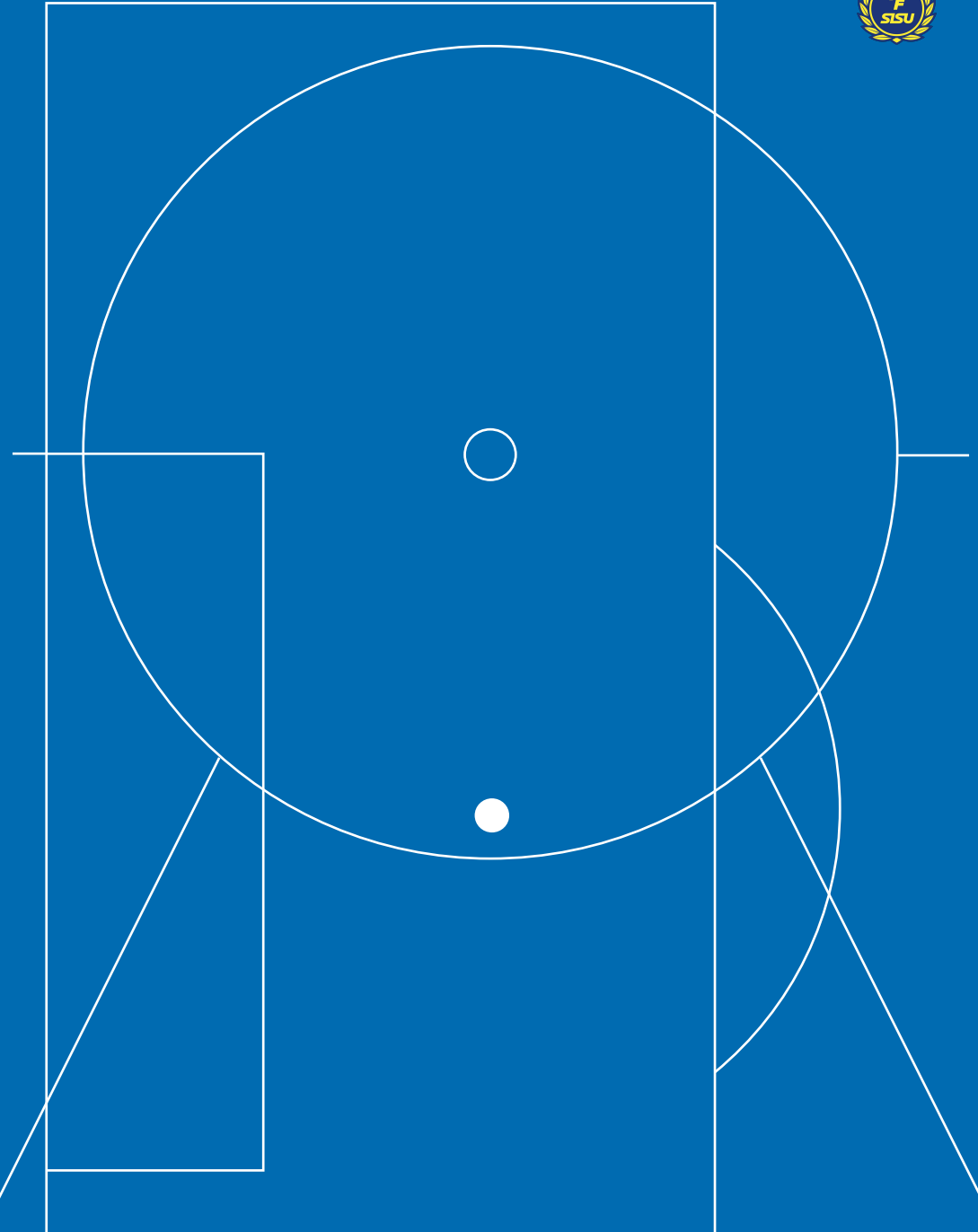
1. Fortsätta att skriva och försöka lösa problemet i chatten
2. Avbryta diskussionen i chatten eftersom det lätt kan bli värre, och istället försöka lösa problemet i verkligheten
3. Prata med en vuxen som kan ge tips och hjälp på hur jag/vi ska agera
4. Något annat



Diskussionspunkter

Diskussionspunkter att lyfta för att kontinuerligt prata om ämnet sociala medier.

Övningen syftar till att mer ingående reflektera över sitt eget användande av sociala medier.



**När du hör ordet näthat, vad
tänker du på då?**

**Hur tänker du kring
Snapkartan och att du alltid är
synlig för dina snapvänner?**

**Vilka för- och nackdelar finns
det med det?**

**Vad är anledningen till att
vissa personer vill vara
anonyma på sociala medier?**

Hur tänker du kring privata stories?

Kan man lägga ut allt på sin privata story? Var går gränsen för vad man kan lägga ut?

**Varför är det bra att ha en
privat profil på sociala medier?**

Hur kan influencers påverka dig som person, till exempel genom videor, bilder eller hur de uttrycker sig?

Ge ett exempel på en bra influencer/förebild på sociala medier och motivera varför den är en bra förebild.

Civilkurage, att steppa in och våga ingripa för att förändra en situation.

Diskutera:

- **En gång när jag själv visat civilkurage.**
- **En gång när jag sett någon annan som visat civilkurage.**
- **En gång när jag efteråt kände att jag borde ha visat civilkurage.**

**Vad ska man göra om man
blir kontaktad av en okänd
användare på till exempel
snapchat?**

Hur går du tillväga eller vad gör du om du ser att någon blir utsatt för näthat?

**Vad tycker du är viktigt att vuxna
gör för att stötta dig i ditt sociala
medie-användande?**

Hur kan grupptryck påverka en person på sociala medier?