



*Hvem er jeg? Hvem vil jeg være? Hvilket samfunn vil jeg leve i? Hvordan kan vi gjøre disse store spørsmålene litt lettere å besvare? Illustrasjonsfoto fra Dreamstime.*

Teknologiske plattformer i livsmestringens tjeneste:

## Kan vi bygge trygge og positive klassemiljøer digitalt?

**Marianne Johnsen**

*At vi lever gode liv – at vi har det bra med oss selv og i møte med andre – hva er vel viktigere enn det?  
Bruker vi tiden vår og ikke minst teknologien vi har tilgjengelig på det som betyr aller mest?*



Marianne Johnsen (51) er gründer og daglig leder av Byrå Tusj og PeopleUknow. Mesteparten av sitt yrkesliv har hun jobbet med reklame, grafisk design og konseptutvikling i Byrå Tusj. De siste fem årene har hun også drevet PeopleUknow, som er en ny læringsarena (webapp) for sosiale ferdigheter i klasserommet.

*What Makes a Good Life?* – trolig den undersøkelsen i verden som har vart lengst<sup>1</sup> – fulgte 724 menn gjennom 75 år. Konklusjonen ble at *gode og nære relasjoner* er det vi mennesker setter aller høyest for å oppleve lykke i livet. Men hvis gode relasjoner er så viktige, hvorfor skal vi da la tilfeldigheter i livet bestemme om, når og hvordan vi lærer oss å omgås andre?

Våre sosiale ferdigheter og vår relasjonskompetanse påvirker livet vårt og følelsene våre – både i hjemmene, på skolen, på arbeidsplassen og i nærmiljøet. Denne kompetansen påvirker også samfunnet; hvem som innehar ulike roller, og hvem som kjenner hvem, hvem som blir hørt, og hvem som bestemmer. Våre sosiale og relasjonelle ferdigheter påvirker livet vårt i så stor grad at det er på høy tid at denne kompetansen løftes frem og får en mer sentral plass også i grunnutdanningen.

Ting kan tyde på at vi er på rett vei. Høsten 2020 fikk vi – i tillegg til nye verdier og prinsipper for grunnopplæringen – tre nye tverrfaglige temaer inn i den overordnede delen av læreplanverket for hele skoleløpet, fra grunnskole til videregående:<sup>2</sup>

- demokrati og medborgerskap
- bærekraftig utvikling
- folkehelse og livsmestring.

De tre temaene er samfunnsaktuelle og uttrykker prinsipper for det vi kan kalle en *ideell samfunnsutvikling*. Temaene er nesten uløselig knyttet til hverandre. Likevel kan man argumentere for at *folkehelse og livsmestring* – eller det vi også kan kalle *sosial bærekraft* – har størst betydning i livet vårt, både her og nå og for den fremtiden vi skaper for våre barn og barnebarn. Det betyr ikke at de andre to ikke er viktige. Poenget er at det å bry seg om seg selv og andre, og ha mentale ressurser til å kunne vise det og omsette det i praksis, er en grunnleggende forutsetning for å beskytte både miljøet og demokratiet.

## Min tilnærming til temaet

Jeg skal i det følgende bruke elementer fra et prosjekt jeg selv har ledet og utviklet, som utgangspunkt for mine refleksjoner om hvordan vi kan bruke digitale verktøy i skolen til å styrke nettopp folkehelse og livsmestring. Målet er ikke å fremheve dette prosjektet spesielt, men å skape diskusjon rundt hvordan vi kan bruke det digitale mulighetsrommet i skolen til å styrke det virkelig livsviktige og analoge: *mellommenneskelige relasjoner*.<sup>3</sup>

Historien til prosjektet, som bærer navnet PeopleUknow<sup>4</sup>, startet med en 16 år gammel jente som ble systematisk utestengt av en jentegjeng og passive medelever da hun begynte på en ny skole. Opplevelsen varte i hele 10. klasse og satte seg i kroppen da hun skulle fortsette sitt videre skoleløp. Det å føle seg totalt uønsket og ikke bli inkludert i fellesskapet med sine jevnaldrende gjør noe med

---

<sup>1</sup>The Harvard Study of Adult Development: *What Makes a Good Life? Lessons from the Longest Study on Happiness*. TedX ved Robert Waldinger (2015),

[https://www.ted.com/talks/robert\\_waldinger\\_what\\_makes\\_a\\_good\\_life\\_lessons\\_from\\_the\\_longest\\_study\\_on\\_happiness#t-134093](https://www.ted.com/talks/robert_waldinger_what_makes_a_good_life_lessons_from_the_longest_study_on_happiness#t-134093)

<sup>2</sup> <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/lareplanverket/fagfornyelsen/nye-lareplaner-i-skolen/>

<sup>3</sup> Det finnes også andre interessante digitale tilnærminger til kampen mot mobbing og for sosiale ferdigheter; se f.eks. <https://www.theedadvocate.org/use-technology-prevent-school-bullying/> og <https://resourced.prometheanworld.com/can-tech-help-prevent-bullying/>. For et konkret eksempel på en slik app, se <https://tootoot.co.uk>

<sup>4</sup> <https://www.peopleuknow.no>

selvfølelsen til et menneske – i dette tilfellet en ung jente – som i den mest sårbare alderen i livet skulle prøve å finne seg selv og sin egen identitet.

Mobbingen hindret den naturlige utviklingen og ødela motivasjonen til å se fremover for jenta. Det påvirket også hennes evne til å interagere med andre. Å ta initiativ overfor andre krevde ekstra mye mot, spesielt siden hun var sjenert i utgangspunktet og nå hadde opplevd å bli utestengt og avvist gjentatte ganger. Det sosiale ble rett og slett for vanskelig å takle, selv om hun var i nye omgivelser med andre mennesker. Hennes historie er utgangspunktet for dette prosjektet, men hennes historie er dessverre langt fra unik.

*Men hvordan kan vi skape trygge og positive klassemiljøer?* spurte moren datteren et par år senere. **Det er enkelt, alle må bli kjent med alle.** Disse ordene ble inspirasjonen til både navnet og konseptet PeopleUknow – som er blitt min arena for å prøve å finne svar og løsninger.

*Utestenging* er en stadig mer forekommende og alvorlig form for mobbing som rammer både jenter og gutter.<sup>5</sup> Det kan være vanskelig for skolen og læreren å oppdage utestenging, kan hende fordi mobberen eller mobberne tilsynelatende ikke har gjort noen verdens ting og fordi de er svært gode til å skjule sine ugjerninger. Ofte er det også skoleflinke, sosiale og populære elever som står bak. Man kan oppleve mobbing eller utestenging både fysisk og digitalt, og det foregår på mange arenaer som ikke er tilgjengelige for lærere, foreldre og andre voksne. I tillegg til klasserom, friminutt og på skoleveien skjer mobbing ofte i sosiale medier og på fritiden. Den digitale mobbingen angriper offeret hele døgnet gjennom vår tids kanskje mest brukte dings – mobilen. Her er mange ungdommer pålogget hele døgnet – og dermed er de også svært sårbare – hvis de først har blitt et offer for mobbing eller utestenging.



*Figur 24.1 Utestenging er en alvorlig form for mobbing som rammer veldig mange barn og unge. Illustrasjonsfoto fra Dreamstime.*

---

<sup>5</sup> <https://utdanningsforskning.no/artikler/2018/den-skjulte-mobbingen-skolene-ikke-ser/>

*Blikking* er et forholdsvis nytt begrep som beskriver noe av det som skjer ved utestenging. Det kan være himling med øynene, et tomt blikk som ser tvers igjennom deg eller et ondskapsfullt blikk som oppleves veldig sårende. Handlingen stammer fra tidenes morgen – og den oppleves som et slag i ansiktet for den som utsettes for det. Det er vel ikke uten grunn at man sier «Hvis blikk kunne drepe ...»



Figur 24.2 «Hvis blikk kunne drepe ...». *Blikking er en form for utestenging og maktdemonstrasjon. Illustrasjonsfoto fra Dreamstime.*

Forskning viser at denne og andre former for utestenging – også kalt indirekte mobbing – er like skadelig som vold og kan medføre alvorlige senskader som ofte følger offeret resten av livet. Konsekvenser av mobbing og krenkelser kan være angst og depresjon, psykosomatiske plager, lav selvfølelse eller selvmordstanker; samt økt skolefravær og svakere skoleprestasjoner.<sup>6</sup>

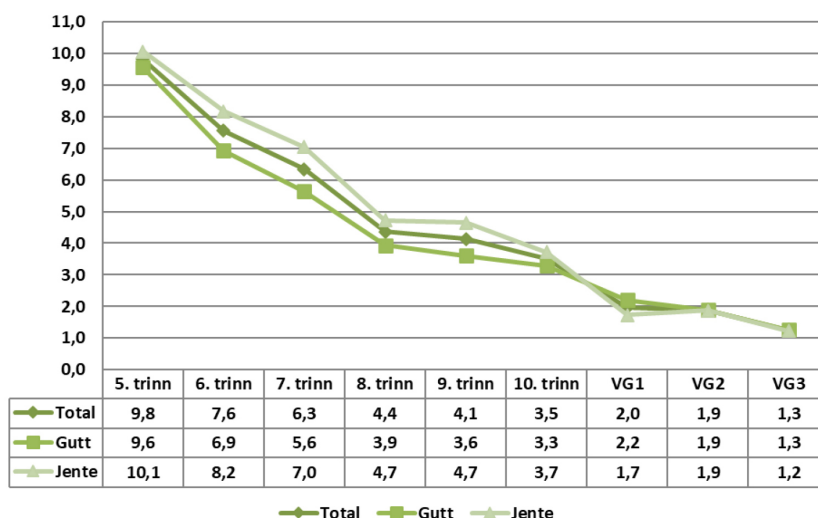
### **Problemet – hva sier tallene?**

63 000 barn og unge sier at de blir mobbet 1–3 ganger hver måned (Folkehelseinstituttet 2016). Dette tallet har vært nokså stabilt de siste 30 årene til tross for en rekke omfattende anti-mobbetiltak. Men vi må innse at her er det sikkert store mørketall, for det sitter langt inne å tørre å skrive i et spørreskjema – og innrømme overfor seg selv – at man er et mobbeoffer.

---

<sup>6</sup> <https://utdanningsforskning.no/artikler/systematisk-oppfolging-etter-mobbing/>

### Andel som oppgir at de mobbes 2 til 3 ganger i måneden eller mer av medelever



Figur 24.3 Andelen av de som er mobbet og andelen av samtlige elever som har oppgitt at de er mobbet på ulike måter (alle årstrinn, 2020). Kilde: Wendelborg, C (2020) Mobbing og arbeidsro i skolen – Analyse av Elevundersøkelsen skoleåret 2020/21, NTNU Samfunnsforskning.<sup>7</sup>

Er du blitt mobbet av andre elever på skolen på én eller flere av disse måtene?	Andel av de som er mobbet	Andel av samtlige elever
Jeg ble kalt stygge ting og ertet på en sårende måte på skolen	70,2 %	3,1 %
Jeg ble holdt utenfor og baksnakket på skolen	41,3 %	1,9 %
Jeg ble slått, dyttet eller holdt fast på skolen	25,1 %	1,1 %

Tabell 24.1 Andelen av de som er mobbet og andelen av samtlige elever som har oppgitt at de er mobbet på ulike måter (alle årstrinn, 2020). Kilde: Wendelborg, C (2020) Mobbing og arbeidsro i skolen – Analyse av Elevundersøkelsen skoleåret 2020/21, NTNU Samfunnsforskning.

Det mangler ikke på vilje til å løse problemet, og det finnes mange aktører som vil bidra. Så hvorfor har vi fortsatt dette problemet i skolen, og i tillegg økende ensomhet i samfunnet generelt?

### Å stå opp for seg selv og andre

Noen situasjoner i livet krever at du tør å si ifra om hva du mener, eller du trenger å fortelle at motparten har tråkket over dine grenser. Det handler om å stå opp for seg selv, eller å stå opp for andre.

Et av hovedproblemene med mobbing er alle de som passivt står og ser på og lar uretten skje. «Du skal ikke tåle så inderlig vel den urett som ikke rammer deg selv» – de to velkjente linjene fra Arnulf Øverlands dikt Du må ikke sove fra 1937 har stor relevans også i dagens samfunn. Vi har kommet så

<sup>7</sup> <https://docplayer.me/202987982-Mobbing-og-arbeidsro-i-skolen.html>

langt på så utrolig mange områder, men når det gjelder *menneskelig sameksistens*, har vi fortsatt mye å lære.



Figur 24.4 Sosial Puls, en rapport fra Røde Kors, dokumenterer behovet for satsning på forebyggende arbeid for å gi barn og unge en trygg og positiv oppvekst.<sup>8</sup>

En historie som har fått mye oppmerksomhet, ble delt i *Bergens Tidende* for over 10 år siden. Historien er kjent som lærer Bjørndals metode<sup>9</sup>, og den er interessant fordi den peker på dem lærer Øyvind Bjørndal mente hadde mest ansvar: de passive, men populære elevene rundt. De gode gjerningene man *ikke* gjør, er en viktig årsak til at mobbing skjer, fordi alle som er passive rundt, lar det skje. Bjørndals metode handlet om å ansvarliggjøre de sterke i klassen. Den underliggende tanken er at vi må ansvarliggjøre barn og unge mer enn det vi gjør i dag, forvente mer og tørre å si ifra oftere. Med digitale verktøy som lærere og hele klasser tar i bruk, med det eksplisitte mål å skape trygge og positive klassemiljøer, kan vi kanskje sørge for nettopp en slik ansvarliggjøring? Tanken er at verktøyene skal brukes **løpende** i skolehverdagen, og at man får en påminnelse om formålet gjennom både funksjoner, aktiviteter/øvelser og visuelle grensesnitt.



Figur 24.5 Lærer Bjørndalens metode. Illustrasjon: *Bergens Tidende*/Marvin Halleraker.

<sup>8</sup><https://www.rodekors.no/vart-arbeid/storste-humanitare-behovene-i-norge/>

<sup>9</sup><https://www.bt.no/btmeninger/kommentar/i/09LbG/laerer-bjoerndals-metode>

## Liv og lære

Hovedproblemet er neppe at barn og unge ikke *vet* hva som er rett og galt i sine mellommenneskelige relasjoner. Vi har alle med oss noen medfødte instinkter og væremåter i livet vårt, og gjennom oppveksten får de fleste av oss inn et sett med leveregler – «med morsmelka», som vi ofte sier, og gjennom normer i miljøet rundt oss. Det finnes selvsagt kulturforskjeller, men de store linjene rundt hva som er mest grunnleggende rett og galt i et samfunn og når mennesker skal møte hverandre, kan vi trygt kalle globale.

Vi finner dette for eksempel uttrykt i De 10 bud. Man trenger ikke være jøde eller kristen for å leve i tråd med de mellommenneskelige verdiene som uttrykkes der. De fleste av oss har disse verdiene med oss som en basis i livet. Vi mennesker er imidlertid feilbarlige. Vi gjør feil, vi utsettes for fristelser, og vi har våre forskjellige individuelle syn på hva som er viktig i hverdagen vår. Det gjør at vi prioriterer forskjellig.

Jeg *vet* at det er galt å lyve, men siden jeg ønsker så veldig å komme unna denne vanskelige situasjonen, så velger jeg å lyve i *akkurat* dette tilfellet. Jeg vet at det er dårlig gjort å ekskludere andre, men siden jeg ønsker å ha alenetid sammen med bestevenninnen min, så velger jeg å utestenge hun andre akkurat nå. Jeg vet at det er galt å stjele, men siden jeg har litt lite penger for tiden, så velger jeg å stjele denne buksa denne ene gangen. Og så videre ...

Hvorfor følger vi ikke normene når vi *egentlig* er enig i dem? Kan hende vet vi ikke nok om konsekvensene? Og kan hende «bedøves» vi etter hvert som vi venner oss til å handle annerledes?

Programmet «Luksusfellen» gir oss en god illustrasjon. Vi bruker mer penger enn vi har, eller vi sløser fordi vi har mer enn vi trenger og ikke bryr oss – og ofte skjer det fordi vi lar oss friste, kombinert med at vi ikke har oversikt over konsekvensene av overforbruket.

I lys av dette er det viktig å bygge *karakterstyrke* på et verdisett som gir mening – ikke bare i teorien, men også de gangene i det virkelige liv der valget oppleves vanskelig. Gode, fredelige og vennskapelige relasjoner er en sentral del av denne karakterbyggingen der vi inkluderer bevisstgjøring om konsekvensene av våre handlinger – og av det vi *ikke* gjør. Her tenker jeg vi i større grad må ta i bruk muligheter som digitale verktøy gir oss.

## Digital læringsarena mot utenforskap

Kan vi bruke digitale verktøy for å motvirke ensomhet og mobbing? Finnes det måter å tenke på som vi har utnyttet for dårlig, og som kan bringe oss videre i dette essensielle arbeidet?

Jeg skal som nevnt bruke som eksempel en digital plattform som søker å besvare disse spørsmålene. Målet med plattformen har vært å legge til rette for at **barn og unge skal finne balansen mellom det å bry seg om andre og hevde seg selv**, og derigjennom finne praktiske løsninger som kan gjennomføres i skolehverdagen der vi treffer *alle* barn og unge. **Løpende trening i sosiale ferdigheter** er nøkkelen her: gode og spennende verktøy og øvelser som bidrar til å gjøre ungdom mer bevisst på egne verdier og egen adferd og mer robust i møte med andre. Målet er blant annet at barn og ungdom skal tørre å ta initiativ og at de lærer seg å fungere bedre med andre.

PeopleUknow-plattformen eller *læringsarenaen/webappen*, som vi har valgt å kalle det – er et digitalt verktøy som skal gjøre det lettere for lærere å implementere livsmestring i skolehverdagen. Gjennom



praktiske øvelser og refleksjonsøvelser får elevene mulighet til å utvikle sin selvinnsett, sine sosiale ferdigheter og sin relasjonskompetanse. Øvelsene som tilbys, skal også føles relevante for aktuelle fag og temaer som står på timeplanen. Ved å beskrive de mest sentrale delene av læringsarenaens funksjoner, håper jeg her å kunne vise hvordan digitale løsninger kan bety mye, stilt overfor sosiale utfordringer blant barn og unge.

### **Ukekompiser**

Trygghet er et av de mest grunnleggende behovene vi mennesker har. Hvis vi ikke føler oss trygge, blir det vanskelig å konsentrere seg om læring og interaksjon med andre. «Ukekompiser» er basisen i læringsarenaen til PeopleUknow, og målet er å legge til rette for at alle i en klasse skal bli kjent med alle på tomannshånd. Læreren kan ved noen få tastetrykk opprette ukekompiser (og grupper) og ved behov også overstyre ved for eksempel å lage eller unngå ulike kombinasjoner av elever, for å forebygge mobbing og konflikter eller ta hensyn til spesielle læringsbehov. Det å føle tilhørighet skaper trygghet, og ved at man roterer ofte, så får man raskere kontakt og interaksjon med alle i klassen.

Vi ser at det beste er at elevene kan ha tilhørighet både til en ukekompis og i en gruppe. Da blir man enda raskere kjent i klassen, og læreren kan lettere variere undervisningen med både gruppearbeid og arbeid på tomannshånd. Elevene er da også mindre sårbare hvis ukekompisen er syk eller hvis denne relasjonen er utfordrende. Gruppearbeid eller det å jobbe to og to er selvsagt ikke noe nytt i skolesammenheng, men vi ønsker å hjelpe lærere med en digital løsning, slik at organiseringen er raskere, lettere, mer fleksibel og mer brukervennlig.

*Relasjoner er ferskvare* i den forstand at relasjoner må pleies og stadig videreutvikles. Relasjonsarbeid og sosiale ferdigheter må derfor øves på gjennom hele skoleløpet – og ikke bare som bli-kjent-aktiviteter i begynnelsen av skoleåret.

### **Øvelser i sosiale ferdigheter**

Sosiale ferdigheter er livslang læring. Det handler om kunnskap vi tilegner oss gjennom hele livet. Hvordan vi fungerer i møte med oss selv og med andre, er hele tiden i utvikling. Tilegnelsen av denne kunnskapen trenger å akselereres og planlegges, slik at det ikke er tilfeldig om man lærer for eksempel å be om hjelp, håndtere sinne, be om unnskyldning eller argumentere for sitt syn. Derfor har vi i vårt prosjekt utviklet et bibliotek med praktiske øvelser og videoøvelser i sosiale ferdigheter som lærerne kan implementere i skolehverdagen. Det er lett å planlegge øvelser, og lærerne kan velge om elevene skal se detaljene på forhånd eller ikke. Lærerne kan også laste opp egne øvelser. Også her ser vi viktigheten av de mulighetene som vår tids digitale arenaer gir oss.

Biblioteket vil utvikles med stadig flere øvelser, og vi vil se nærmere på hvordan øvelsene i sosiale ferdigheter kan kobles til arbeid med kompetansemål, fagfornyelsen, tverrfaglige temaer og fag.



Figur 24.6 Å si unnskyld kan være vanskelig, men kanskje lettere om vi lærer om det og kan øve på det? Skjerm bilde tatt fra en video om temaet laget av PeopleUknow. Filming: Rajan Kailasanathan.

### Trivselsbarometeret

I tillegg til ukekompiser og øvelser i sosiale ferdigheter trenger læreren å kunne «ta tempen» på klassemiljøet. Hva er bra, og hva er ikke bra? Elevene skal få muligheten til å reflektere over uka som er gått; si ifra om mobbing, eller si ifra dersom noe ikke er som det skal være – og hva de vil gjøre annerledes i neste uke. Noen få minutter med Trivselsbarometeret hver uke vil kunne bidra til bedre innsikt i status og aktuelle tiltak for et tryggere klassemiljø. Kan hende er *klassens time* også en egnet arena for å diskutere resultatet av Trivselsbarometeret og hvordan hver enkelt kan bidra til fellesskapet?

Trivselsbarometeret er med andre ord nyttig for både lærer og elev; og ikke minst for klasse- og skoleledelse. Skolene er pålagt å oppfylle de nye kravene til *handling* i opplæringslovens paragraf 9a<sup>10</sup>, som omhandler elevenes psykososiale skolemiljø. For å kunne ta tak i ting raskt må vi ha ferske svar og vite hva som skjer, og her kan Trivselsbarometeret og lignende digitale plattformer utgjøre en reell forskjell.

Prosjektet jeg bruker som eksempel, bygger på en hypotese om at de tre hovedfunksjonene i læringsarenaen – ukekompisene, øvelsene i sosiale ferdigheter og trivselsbarometeret – i kombinasjon kan utgjøre en vesentlig forskjell for å skape trygge og positive klassemiljøer. Funksjonene skal være enkle i bruk, skal sikre den enkelte elevs integritet og velferd, og utvikle relasjoner som bidrar til at alle opplever seg sett og verdsatt.

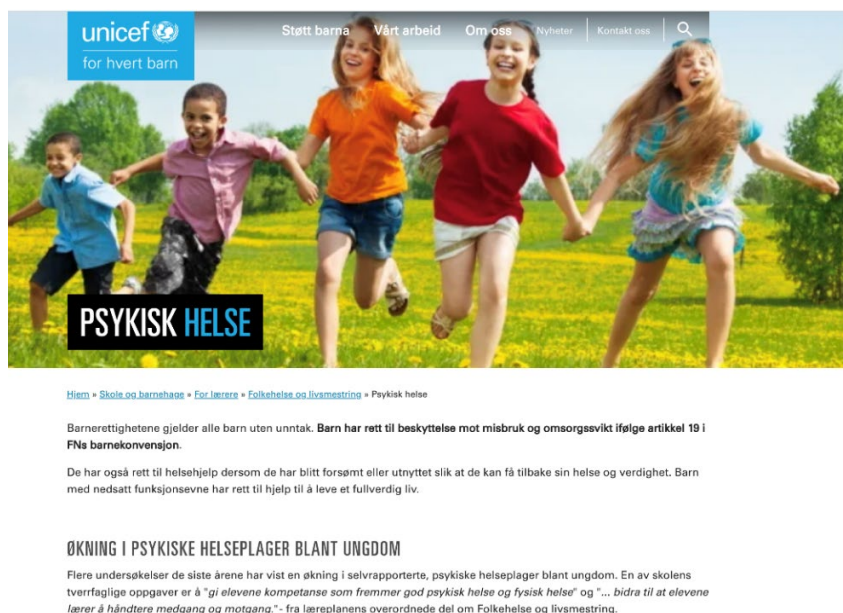
<sup>10</sup> [https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1998-07-17-61/KAPITTEL\\_11#KAPITTEL\\_11](https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1998-07-17-61/KAPITTEL_11#KAPITTEL_11)

## Hvordan kan digitale løsninger bidra til å utvikle relasjoner og forebygge mobbing?

De siste årene har det vært en eksplosjon av digitale verktøy i skolen, og mange skoler har investert i iPads, Chromebooks eller PC'er til sine elever. I tillegg brukes også mobiltelefonen mye, men her er skolene i større grad restriktive.

Digitale virkemidler mot mobbing og ensomhet synes også å være på fremmarsj – både i og utenfor skolen.

I tillegg til digitale undersøkelser, som for eksempel Elevundersøkelsen<sup>11</sup>, er video kanskje det mest brukte virkemiddelet så langt. Video brukes gjerne som kursformat live eller i opptak og som korte illustrasjoner som innledning for å diskutere ulike problemstillinger blant elever og lærere. Flere aktører har utviklet gode læringsressurser som kan tas i bruk av skolene, for eksempel NRK, Telenor, Røde Kors, og UNICEF.<sup>12</sup>



Figur 24.7 UNICEF er bare en av flere aktører som tilbyr relevante undervisningsopplegg for skolene.

Det er imidlertid varierende i hvilken grad de tradisjonelle skoleprogrammene mot mobbing tilbyr digitale verktøy til skolene. Noe er på gang, og her tror jeg vi vil se mye nytt og spennende de nærmeste årene, ikke minst ved bruk av ny teknologi som kunstig intelligens (AI – Artificial Intelligence) og virtuell virkelighet (VR – Virtual Reality).

Det finnes åpenbart mange gode argumenter<sup>13</sup> for at skolene tar i bruk digitale hjelpemidler. Her kan nevnes tilgjengelighet, individuelle tilpasningsmuligheter, engasjement og lek-basert læring, ekstra funksjoner, måleeffekt, mulighet for redigering og deling.

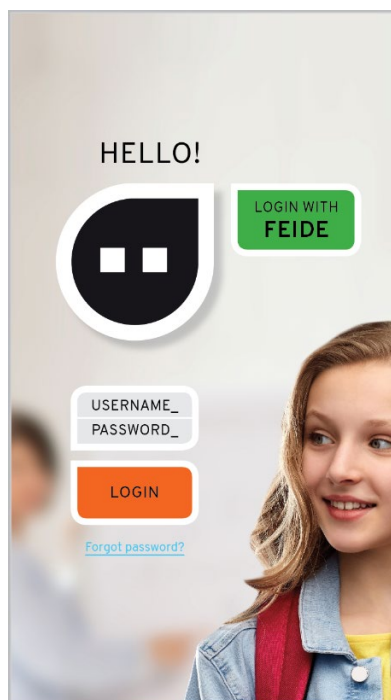
<sup>11</sup> <https://www.udir.no/tall-og-forskning/brukerundersokelser/elevundersokelsen/>

<sup>12</sup> <https://www.unicef.no/skole/undervisning/folkehelse>

<sup>13</sup> <https://www.statped.no/laringsressurser/teknologitema/struktur-og-forutsigbarhet-i-det-digitale-laringsmiljoet/pedagogiske-og-digitale-verktoy/hvordan-tilrettelegge/fordeler-med-digitale-verktoy/>

Digitale verktøy skal være *tidsbesparende og fleksible for både elever og lærere*, samt lett tilgjengelige og enkle å bruke. De underliggende algoritmene vil riktignok ofte være komplekse, men det skal ikke gjøre selve bruken kompleks. I vårt prosjekt har vi for eksempel utviklet en egen algoritme for ukekompiser og grupper, som søker raskeste vei til at alle blir kjent med alle, og som husker tidligere kombinasjoner – samtidig som læreren kan overstyre. Målet med ukekompisene er uansett ikke det digitale. Fokus er på den fysiske tilstedeværelsen elevene imellom; *ikke* at digitale dingser skal få mer plass. Tilsvarende er det for øvelsene. Selv om de presenteres i en digital løsning, og planlegges og vises for lærere og elever digitalt, så er øvelsene i seg selv i all hovedsak fysiske.

Her ligger det en utfordring – nesten et paradoks – som vi må være oppmerksomme på: I et samfunn gjennomsyret av digitale flater trenger vi økt **trening i å være til stede i øyeblikket**, møte våre medmennesker ansikt til ansikt, ha blikkontakt og følge med på samtaler. Både barn og voksne synder mye her og svarer på meldinger, surfer eller spiller spill samtidig som de snakker med andre. I arbeidet med digitale løsninger på sosiale problemer må dette aldri mistes av syne. En av de viktigste måtene som digitale løsninger kan hjelpe oss på, er ved å legge grunnlaget for bedre samarbeid og nettverksbygging, ikke bare mellom enkeltpersoner, men også på tvers av organisasjoner. En funksjon fra én løsning kan kobles opp mot andre digitale løsninger<sup>14</sup> og derigjennom spare utviklingskostnader og bidra til mer brukervennlige løsninger. Oppdateringer av innhold og brukeropplevelse er også lettere når løsningene er digitale, og det blir ikke minst lettere å nå ut til mange både lokalt og på tvers av landegrensener.

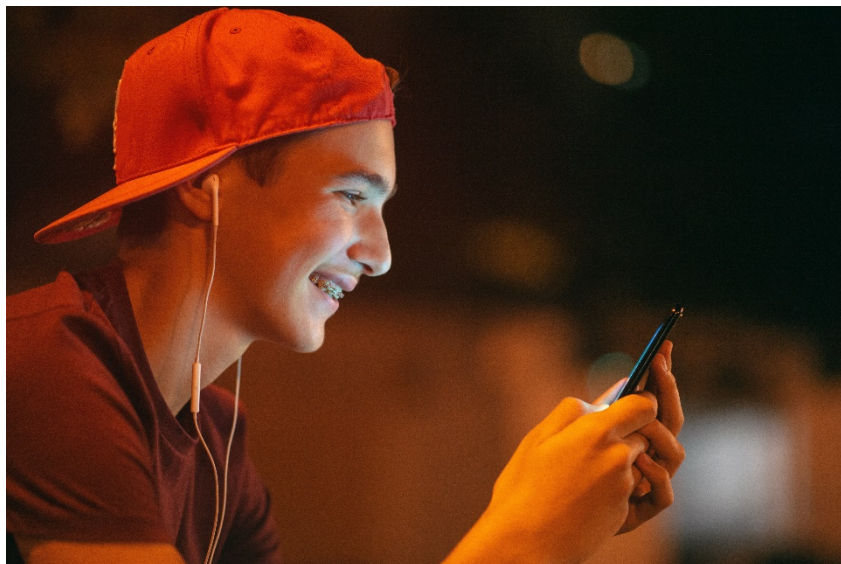


*Figur 24.8 Et godt eksempel på en nyttig integrasjon er Feide, som brukes av veldig mange aktører som tilbyr løsninger til utdanningssektoren. PeopleUknow har også prioritert denne integrasjonen for å sikre trygg og rask innlogging, samt at skoler som allerede bruker Feide får opp ferdige klasser og brukere.*

<sup>14</sup> Det er dette som kalles API (Application Programming Interface), eller integrasjoner, og som gjør det mulig å samle og koble flere programmer eller applikasjoner.

Jeg har stor tro på at digitale løsninger kan bidra til bedre klassemiljøer og bedre miljøer generelt for barn og unge, men hele tiden med *bevissthet* om de digitale løsningenes negative sider. I så måte har jeg allerede vært inne på mangel på tilstedeværelse. Manglende digital kompetanse eller tekniske sperrer kan også hindre at noen elever og lærere får innblikk i – eller får brukt – løsninger som kunne ha hjulpet dem i hverdagen. Avhengig av hva man putter inn av personlige data i en digital løsning, kan man få problemer med å ivareta personvern til både elever og lærere. De siste årene har det vært mye fokus på de nye kravene til personvern, gjennom den nye GDPR-lovgivningen. Digitale verktøy må hele tiden utvikles med stor innsikt i disse problemstillingene. Forhåpentlig vil vi etter hvert også finne løsninger som gjør at hensynet til personvernet ikke reduserer mulighetene og brukeropplevelsen, noe som dessverre kan være en ulempe med det nye regelverket.

En udiskutabel negativ effekt av mange mobile, digitale verktøy er faren for *avhengighet*.<sup>15</sup> Man risikerer rett og slett å bli hekta, slik at bruken tar fullstendig overhånd. Nå er ikke alle verktøy like suggererende, men mange sosiale medier og digitale spill er kjent for å ha denne effekten, og vi vet også at det spekuleres i dette når spill og sosiale arenaer utvikles. De digitale løsningene for bedre relasjoner og klassemiljø må ikke gå i den samme fellen!



*Figur 24.9 Digitale verktøy – og spesielt mobilen – kan forårsake sene nattetimer for både ungdom og voksne.*

**Balanse** er derfor det ordet jeg vil avslutte med. Vi må hele tiden arbeide for å balansere det digitale og det analoge. Når kan digitale hjelpemidler utgjøre en positiv forskjell, og i hvilke situasjoner bør vi heller være analoge? Og ikke minst: Hvordan skal vi klare å logge av fra det digitale før det tar overhånd?

Prosjektet jeg selv har arbeidet med, er blitt utviklet over flere år og er under utprøving i Trøndelag. Vi som arbeider med det, håper selvsagt at det på sikt skal kunne hjelpe mange skoler, lærere og elever, og læringsarenaen er nå tilgjengelig på både norsk og engelsk i hele landet. Ambisjonen vi bygger på, er allmenn og går langt utover vårt eget prosjekt. Vi vil oppfordre mennesker til å være

---

<sup>15</sup> Se f.eks. <https://www.helsebiblioteket.no/psykisk-helse/aktuelt/knytter-nettavhengighet-til-endringer-i-hjernen-medscape>

*nysgjerrige* på hverandre og åpne for å bygge *nye* relasjoner og skape et samfunn der vi *virkelig* bryr oss om hverandre. Med digitale hjelpemidler kan lærere hjelpes til å oppfylle denne livsviktige oppgaven for og med sine elever. Det digitale gjør det enklere, mer effektivt og mer spennende. Målsettingen er samtidig helt og fullt analog: å gi mennesker grunnlaget de trenger for å bygge gode relasjoner og leve i fred og harmoni med seg selv og med andre.