

FAQ – når man fjerner digitale forstyrrelser

Spørgsmål og svar i denne FAQ er målrettet gymnasiale uddannelser og tager udgangspunkt i den praksis, som i øjeblikket er typisk der: Mobilerne indsamles i starten af en lektion og udleveres igen, når timen er slut. Men med enkelte tilpasninger vil de kunne bruges på erhvervsuddannelser og i grundskolen. Anbefalingerne er baseret på erfaringer fra Nyborg Gymnasium.

1. Hvordan indsamler man mobiltelefonerne hurtigt og mest gnidningsfrit?

Eleverne opdrages til ved modulets start selv at placere mobilen i mobilskabet. Det sker mest effektivt, hvis der er numre i skabet, så eleverne kan sætte mobilen ved det nummer, som de har på fraværslisten. Når eleverne har placeret mobilen i mobilskabet, fører læreren fravær ved at registrere de tomme pladser i mobilskabet. Denne måde at føre fravær på er yderst effektiv og får hurtigt vænnet eleverne til at få afleveret deres mobil ved modulets start.

2. Hvad gør man med mobilaflevering, når elever kommer for sent?

Eleverne placerer deres mobil i skabet, når de træder ind i lokalet. Alternativt afleverer de den til læreren, som får mobilen placeret i skabet.

3. Hvad gør man, når elever siger, de ikke kan aflevere deres mobil, fordi forældre/psykologen/sagsbehandleren osv. skal kunne få fat i dem?

Hvis det handler om en elev, der er nødt til at få fat i en læge i telefontiden (typisk mellem 8 og 9), eller hvis der er sket noget ud over det sædvanlige, så laver læreren en pragmatisk aftale med eleven om det. Alle andre henvendelser og aftaler må vente til frikvarter og spisepause – eller efter skoletid. Hvis den samme elev gentagne gange vil tale med læger og psykologer i undervisningstiden, sender læreren eleven til uddannelsesleder, som finder ud af, hvad det handler om.

4. Hvad gør man, når elever siger, de ikke kan aflevere deres mobil, fordi det gør dem angst?

Som udgangspunkt taler man med eleven om, at der måske ikke er tale om angst, men en utryghed ved en ny situation, og den skal eleven arbejde med at være i, for det går over. Nægter eleven fortsat at aflevere telefonen, henviser man til de klare regler, som skolen har om mobilfri undervisning og den kommunikation, som ledelsen har sendt ud til elever og forældre. Hvis det heller ikke hjælper, sender man eleven til klassens uddannelsesleder, så læreren ikke selv skal tage kampen. Lederen vil herefter forklare reglerne klart og fortælle, at det er naturligt at føle ubehag og nervøsitet ved ikke at have sin telefon på sig, fordi mange mennesker har en usund afhængighed af devices. Erfaringerne gennem tre år viser dog, at ubehaget forsvinder efter kort tid, fordi det bliver en vane at aflevere sin mobil på skolen.

5. *Hvad gør man, når voksne elever med børn siger, de har brug for deres telefon, fordi børnehaven skal kunne kontakte dem?*

Der er flere muligheder. 1. De får telefonnummeret på en sekretær, som kan tage imod opkald i nødstilfælde, og giver nummeret til vuggestuen/børnehaven. 2. De låner en af kontorets indkøbte låne-dumbphones og giver nummeret til vuggestuen/børnehaven. 3. De får lov at beholde deres egen mobil og instrueres i at sætte den på Fokus-funktion: I mobilens Indstillinger vælges Fokus - Forstyr ikke - Personer. Her vælges de kontakter, fx børnehaven, der må have lov at forstyrre. Kun opkald og notifikationer herfra kommer igennem.

6. *Hvad siger man til forældre, der vil kunne komme i kontakt med deres børn i skoletiden og derfor ikke bifalder mobilpolitikken?*

Man melder klart ud, at der på skoler gælder andre regler for kommunikation end hjemme af hensyn til det faglige arbejde og fællesskabet i skolen. Man kan således ikke regne med at kunne få fat i sit barn 24-7, fordi vi på skolen ønsker, at der i undervisningstiden skal være fagligt fokus, ro, koncentration og rigtigt socialt nærvær. Så hvis man absolut skal i kontakt med sit barn, må man vente med at ringe, til der er frikvarter eller spisepause (informer om det præcise tidsrum). I nødstilfælde ringer man på skolens hovednummer og beder kontoret om at få fat i sit barn.

7. *Hvad gør man, når man opdager, at en elev har to mobiler og kun har afleveret den ene?*

Man inddrager dem begge og afleverer dem på kontoret. Eleven kan så hente mobilerne efter skoledagens afslutning og vedkommende indkaldes desuden til samtale og mulig sanktion hos klassens uddannelsesleder, jf. studie- og ordensreglerne.

8. *Hvilke sanktioner kan man give elever, der snyder med netadgangen?*

Hvis man snyder med netadgangen, overtræder man ordensreglerne, hvor det klart er beskrevet, at man ikke må omgå skolens internetspærring. I så fald vil man kunne sanktionere "som vanligt", når ordensregler brydes. Se afsnit 5.4 i studie- og ordensreglerne: <https://nyborg-gym.dk/elev/studie-og-ordensregler/>

9. *Hvordan kan man forebygge klager og sikre sig, at det juridiske grundlag for den digitale skolepolitik er i orden?*

Ved at tænke alle scenarier igennem og revidere skolens studie- og ordensregler ud fra "Bekendtgørelse om studie- og ordensregler m.v. i de gymnasiale uddannelser". De nye regler skal cleares af skolens jurister (DG/DEG). Man kan lade sig inspirere af afsnit 5.16 og 5.2 her: <https://nyborg-gym.dk/elev/studie-og-ordensregler/>

10. *Hvordan orienterer man bedst forældrene om den digitale skolepolitik?*

Allerede til orienteringsaften og senere til møde med nye forældre og elever (hvis sådan et møde holdes) meldes skolens linje klart ud i taler m.m. Derudover sendes velkomstbrev til alle nye elever og forældre, hvor reglerne forklares med et klart "hvorfor". At skolen ønsker et fagligt fokus, rigtigt

nærvær og en kultur, hvor man ikke bliver bombarderet med distraktioner. At brugen af devices, mobiler og net kræver regler og træning.

11. Hvordan sikrer man ordblinde elever digital læse- og skrivestøtte kombineret med de generelle begrænsninger af adgang til internettet?

Her er nogle overordnede principper:

1. Ordblinde har brug for digitale hjælpemidler. Men samtidig har de ofte endnu mere brug for ikke at blive forstyrret i deres læsning og skrivning end ikke-ordblinde. Derfor skal de indimellem have dispensation fra de generelle begrænsninger, men kun til specifikke formål.
2. Internetblokeringen må ikke blokere de sider, som de ordblinde elever anvender.
3. Mange hjælpemidler kan bruges offline.
4. Ordblinde har brug for særlig hjælp til hensigtsmæssig opsætning af deres computer/telefon. Det bør ikke være den enkelte lærer, men læsevejleder og/eller it-afdelingen, der assisterer.

Her er nogle uddybende anbefalinger:

Helt generelt er det vigtigt, at lærerne er meget præcise i deres introduktion til opgaver, sådan at det er tydeligt for eleverne, hvad man må bruge computer/telefon til som ordblind. Selvfølgelig skal de ordblinde elever også aflevere deres telefoner, når de andre skal, men lærerne skal i deres forberedelse gøre sig klart, om der konkret er tale om en opgave, hvor de ordblinde har specifik brug for telefon/computer. Helt konkret kan man i dagsordenen indarbejde et ikon, der viser, hvilke hjælpemidler der er tilladte for ordblinde, når de arbejder med opgaven.

Når det generelt handler om *undervisning, hvor man beder eleverne om at lukke deres computer*, kan det være et problem, hvis der er tekster, som de ordblinde skal læse, eller opgaver, som man forventer, at de laver i hånden.

Hvis de i bestemte situationer har brug for mobilen til oplæsning, skal eleverne have hjælp til at begrænse adgang til forstyrrende apps via funktionerne *skærmfri tid* (iPhone) og *digital balance* (Android).

Hvis eleverne skal *læse selvstændigt* i en bog i klassen, mens klassens øvrige elever har lukkede computerskærme, kan de have brug for dispensation, så de kan få bogen oplæst på Nota.

Hvis det er *individuel opgaveløsning*, som de skal lave med lukket skærm, er de ordblinde ofte nødt til at have lov til at anvende computeren, så de kan få læst op eller få hjælp til stavning. Men man kan opstille regler for, at de kun må have de tabs eller filer åbne, som de skal bruge til at løse opgaven.

Hvis eleverne skal lave *grupperarbejde*, kan man opfordre til, at de andre elever hjælper med oplæsning og stavning, så det ikke er den ordblind alene, der skal gøre det.

Ved *prøver*, som eleverne får udleveret på papir, bør der laves en elektronisk udgave, hvor de ordblinde får lov til at anvende deres læse-/skriveteknologi.

12. Hvordan kan man indlægge skærmfrie arbejdsformer, når man bruger e-bøger og i-bøger?

Man kan supplere skærmarbejdet ved indimellem at tage et print af en central side og lade eleverne arbejde analogt med det, ved altid at have notespapir til rådighed som supplement, og man kan ved lærergennemgang af online-stof få eleverne til at lukke deres skærme og følge med på lærerens, indtil de selv skal arbejde med de digitale materialer.

13. Hvordan etablerer man en Internetblokering?

Det er muligt at tilkøbe forskellige tjenester og programmer, der kan blokere dele af internettet. På Nyborg Gymnasium anvender vi Cisco Umbrella.

14. Man kan jo også bruge mobilen aktivt i undervisningen, fx kamera og apps. Hvad gør man så?

I den almindelige undervisningspraksis sker det ikke så tit, at mobilen bliver brugt aktivt, men hvis man som lærer vælger at gøre det, lader man bare være med at indsamle mobilene i den pågældende time eller låser mobilene ud, når de skal bruges. Det minut, det måske koster at få mobilene frem, bliver opvejet af, at den generelle mobilfrihed giver eleverne bedre koncentration og fokus på skolearbejdet.

15. Hvad gør man, hvis man bruger YouTube i undervisningen?

På Nyborg Gymnasium har vi valgt ikke at medtage YouTube i internetblokeringen, fordi den anvendes i mange undervisningssituationer.

16. Hvad gør man, hvis man har et gæsternetværk på skolen?

På Nyborg Gymnasium har vi et gæsternetværk, som oprindeligt var tiltænkt, at gæster udefra kan koble sig op på via en mobilkode. Det har vi slået fra de fleste steder på skolen, så det kun er aktiveret i få lokaler, fordi eleverne også vil kunne tilgå det, og det giver fuld adgang til internettet. Gæster får udleveret adgang til et fuldt lærernetværk.

17. Kan lærerne heller ikke få adgang til internettet?

Lærerne logger på et netværk med fuld internetadgang. Det giver mulighed for, at lærerne alligevel kan inddrage sider, som internetblokeringen forhindrer eleverne adgang til.

18. Hvilke sites er det smartest at blokere?

Cisco Umbrella, som anvendes på Nyborg Gymnasium, kan blokere sites indenfor forskellige kategorier, som Cisco løbende opdaterer.

Kategorier som blokeres på Nyborg Gymnasium:

Adult
Auctions
Chat and Instant Messaging
Cheating and Plagism
Dating
Filter Avoidance
Gambling
Games
Hacking
Illegal Activities
Illegal Downloads
Illegal Drugs
Lingerie and Swimsuits
Non-sexual Nudity
Peer File Transfer
Pornopgrahy
Social Networking
Weapons
Adware
Internet Watch Foundation
Web Spam

Derudover kan der blokeres for specifikke sider samt whitelistede specifikke sider:

Blacklistede sider

amazon.com

hulu.com

netflix.com

teamviewer.com

9gag.com

cheezburger.com

amazon.co.uk

amazon.de

hm.com

asos.com

sling.com

amazon.fr

momondo.com

snapads.com

nelly.com

viaplay.dk

eurosportplayer.com

tui.com

zalando.com

amazon.es

missguided.co.uk

disconnect.me

play.tv2.dk

farfetch.com

blockbuster.dk

hbonordic.com

missguided.eu

boozt.com

primevideo.com

tv.yousee.dk

sp-prod.net

momondo.dk

muscdn.com

dplay.dk

hayu.com

viafree.dk

sc-jpl.com

zalando.dk

tiktokv.com

cmore.dk

disneyplus.com

sc-prod.net

f1tv.formula1.com

wsdvs.com

tv.apple.com

snapkit.com

tiktokcdn.com

sc-corp.net

sc-gw.com

snap-dev.net

musemuse.cn

worldfcdn.com

hbomax.com

tui.dk

peacocktv.com

asos.dk

boozt.dk

farfetch.dk

missguided.dk

nelly.dk

tiktokcdn.liveplay.myqcloud.com

discoveryplus.com

youtv.dk

Whitelistede sider:

microsoft.com

apple.com

lego.com

imdb.com

office.com

fandom.com

pinterest.com

play.google.com

pinterest.it

pinimg.com

pinterest.ca

pinterest.com.au

pinterest.co.uk

humanbenchmark.com

pin.it

pinterest.de

pinterest.fr

pinterest.se

pinterest.com.mx

pinterest.info

pinterest.ie

pinterest.dk

pinterest.jp

pinterest.nz

pinterest.es

pinterest.ch

pinterest.cl

pinterest.co.kr

pinterest.ru

pinterest.ph

pinterest.com.py

pinterest.com.pe

pinterest.com.uy

getbadnews.com

vismandsspillet.dk

pinterest100.com

19. Hvordan undgår man, at eleverne omgår internetblokeringen med VPN?

Det kan ikke lade sig gøre at blokere 100% for VPN, når man ikke har fuld kontrol over elevernes computere, men der kan gøres noget.

Umbrella har indbygget blokeringer af VPN og lignende, men Umbrella kan ikke fange VPN, hvis det kører direkte på IP.

Man kan finde frem til de IP-adresser som de mest anvendte gratis VPN-tjenester anvender og blackliste dem. Det er dog noget som jævnligt skal opdateres, da adresserne ændrer sig.

Det kan gøres ved manuelt at løbe de mest populære services igennem fra en test maskine, og finde frem til de forskellige adresse-områder der bruges. Derudover kan man også se på hvilken adresseområder eleverne logger ind i Office 365 med, og på den måde indsamler flere områder der skal blokeres, som bliver tilføjet løbende.

Det er ikke muligt at blokere for de store betalingstjenester på denne måde, da de anvender rigtigt mange forskellige IP-adresser som ofte skifter.

Internetblokering fungerer kun hånd-i-hånd med god klasseledelse, hvor lærerne følger op og sanktionerer, når der findes elever der bevidst omgår reglerne. Installation af en VPN-klient er et bevidst forsøg på omgåelse af reglerne og skal sanktioneres.

20. Kan eleverne ikke omgå internetblokeringer?

En internetblokering vil aldrig være 100% effektiv. Eleverne er kloge og dygtige til at finde smuthuller, og så inspirerer de hinanden. Det siger meget om, hvor dragende skærmene er, at eleverne bruger ressourcer på at omgå reglerne. Den nemmeste måde at omgå blokeringen på er ved internetdeling fra en mobiltelefon, og det kan være svært at kontrollere. Det er derfor vigtigt, at internetblokeringen er kombineret med mobilskabe, tydelige regler, konsekvenser ved overtrædelse og en lærergruppe, der er højt motiveret for at håndhæve reglerne. Uden internetblokeringen er lærerne meget dårligt klædt på til at løfte denne opgave. I den daglige undervisning handler det om at skabe friktion, så eleverne bliver bevidste om, at de er i gang med noget, der ikke er hensigtsmæssigt, ikke kun i forhold til skolens regler, men især for deres egen læring.

21. Hvordan forhindrer man, at eleverne laver internetdeling, når telefonerne ligger i mobilskabet?

Eleverne skal indstille deres telefoner til flytilstand eller slukke dem, inden de lægger dem i skabet.

22. Kommer læreren ikke til at bruge helt vildt meget tid på at kontrollere, at mobilerne ligger i skabet?

På Nyborg Gymnasium er det ikke en opgave, der tager særlig meget tid. Det er klart, at læreren skal tage ansvar for, at retningslinjerne overholdes, men det kan hurtigt klares ved at gøre det til en rutine for eleverne at få telefonen lagt i skabet hver time, og så er det jo nemt at tælle, hvor mange der ligger. Denne opgave skal også sammenholdes med den tid og den frustration, som lærere uden mobilforbud bruger på elever, der spiller spil, køber tøj og er på TikTok.

23. Hvad gør man, hvis eleverne bliver sure og stemningen dårlig, fordi eleverne har modstand på at aflevere telefonerne?

I nogle klasser kan det tage tid at få etableret en rutine og fælles accept af reglerne, men det er vigtigt at have is i maven og se det som en reaktion på, at der er elever, der i årevis har været vant til at være online hele tiden. De ved endnu ikke, at det kommer til at hjælpe dem til at lære bedre. Men når det er en fælles politik på skolen, og alle gør det samme, er det nemmere for den enkelte lærer at sige, at sådan er det. Klasseteamet skal prioritere studiemoduler med teknologiforståelse og digital dannelse for at gøre eleverne bevidste om, hvad baggrunden er for den digitale skolepolitik. Bliver der problemer med en eller flere elever i en klasse, skal klassens uddannelsesleder på banen.

24. Giver det ikke mange konflikter i det daglige, at eleverne skal aflevere deres telefoner?

Hvis alle lærere står sammen om at gøre det til en normal praksis ved timens begyndelse, bliver det hurtigt en rutine, og eventuel utilfredshed klinger af. Det er vigtigt at stå ved reglerne i fællesskab, og det er vigtigt at gribe ind, hvis der sker overskridelse af reglerne, så eleverne oplever, at alle tager det alvorligt.

25. Kan man bruge e-bøger i undervisningen, når der er lavet internetblokering?

Ja. Det kan man sagtens. Internetblokeringen indstilles, så den ikke medtager e-bøger.

26. I nogle fag analyserer man hjemmesider i undervisningen. Hvordan kan man det, når man har en internetblokering?

Internetblokeringen blokerer kun udvalgte kategorier. Det vil som udgangspunkt være bedst at blokere sider, der falder inden for de fire s'er: Sociale medier, spil, shopping og streaming. Alt andet kan man frit tilgå.

27. Sociale medier er en del af kernestoffet i nogle fag. Hvordan kommer man så uden om internetblokeringen?

Internetblokeringen gælder kun elevernes devices. Læreren vil forsat kunne tilgå forskellige sociale medier på sin egen computer og dermed vise eksempler fra sin egen skærm. Læreren kan også

<p>inddrage elevernes egne telefoner i undervisningen, når det er relevant. Eleverne skal i så fald slå Wifi fra.</p>
<p><i>28. Hvad gør man f.eks. på hhx, hvor man analyserer mange virksomheders kommunikation?</i></p> <p>Vi har lukket specifikt for særlige sites, så der er et hav af sider, eleverne stadig kan tilgå.</p>
<p><i>29. Hvad gør man med de elever, der har smartwatches?</i></p> <p>Eleverne bliver bedt om at sætte deres ure på flytilstand ved timens begyndelse.</p>
<p><i>30. Hvor køber man mobilskabe?</i></p> <p>Mobilskabene varierer i pris og kvalitet og kan købes flere steder. Der er dog et par overvejelser, man kan gøre sig, inden man investerer:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Hvis man bruger nøglebrikker på skolen, er det en fordel, hvis de indkøbte skabe har funktion til nøgleskabe, så lærerne ikke skal slæbe rundt på ekstra nøgle. 2) Det er en fordel, hvis skabene har nummererede rum til telefonerne, for så kan eleverne lægge deres telefon ud for deres nummer på klasselisten, og det bliver nemt og hurtigt at overskue, om alle telefoner er afleveret. 3) Det er bedst, hvis der er huller i skabslågen, så eleverne kan lægge deres telefon ind, selvom lågen er låst. 4) Det er en fordel, hvis skabslågen har en gennemsigtig front, så man kan se, om alle har afleveret deres telefon, uden at skabet skal låses op. <p>På Nyborg Gymnasium har vi denne model: https://safegroup.dk/produkter/opbevaringsskabe/mobilhotel-drop-in</p>
<p><i>31. Hvad gør man, hvis man oplever, at eleverne bliver urolige og utilpasse, når de har skullet undvære deres telefoner i længere tid?</i></p> <p>Det kan være helt nyt og skabe en følelse af rastløshed og uro, når eleverne skal undvære deres mobiler i længere tid. Derfor er det en god idé at lægge brainbreaks og små bevægelsessekvenser ind i undervisningen – det gælder i øvrigt al undervisning.</p>
<p><i>32. Hvis mobilerne er låst inde hele dagen: Hvad gør man, når elever plejer at købe mad i kantinen med deres mobilepay på mobilen?</i></p> <p>Eleverne skal anskaffe sig et hævekort.</p>
<p><i>33. Er det ikke lidt dumt at tage telefonerne fra eleverne og lave internetblokeringer, så lærer de jo ikke at håndtere dem, og det går ud over den digitale dannelse?</i></p>

Vi har gennem flere år oplevet, at telefoner og irrelevant adfærd på internettet forstyrrer undervisningen og udfordrer relationerne i klasserummet. Eleverne bliver tydeligvis ikke bedre til ikke at lade sig forstyrre ved at blive forstyrret. Derfor har vi, sideløbende med at vi har indført mobilskabe og internetblokering, gennemført studiemoduler med fokus på digital dannelse og teknologiforståelse. Eleverne kommer igennem følgende temaer: Multitasking og selvkontrol; Deling på sociale medier; Digitale vaner og sociale relationer; Plagiat; Algoritmer i din hverdag; Kunstig intelligens.

34. Hvordan inddrages eleverne?

Den digitale skolepolitik besluttet af skolens ledelse og lærere, og den vil måske på nogle punkter gå imod elevernes ønsker, i hvert fald i en periode, indtil eleverne oplever fordelene ved politikken. Der er således ikke lagt op til en inddragelse i betydningen *forhandling*. Men det er meget vigtigt at informere eleverne om, hvorfor skolen har vedtaget de digitale spilleregler. Det kan fx ske allerede på informationsmøder og på introdagene. Det er også en god ide at tage en dialog med elevrådet. Allervigtigst er det, at alle klasser får lektioner med viden og dialog om, hvordan de digitale medier kan påvirke koncentration, trivsel, fællesskaber, hvordan sociale medier fungerer, hvad algoritmer er osv. Skærmpolitikken skal hele vejen igennem iværksættes på en måde, så de nye klare rammer forenes med venlighed. Derfor må tonen i al information være venlig og hjælpsom, så det ikke bidrager til oplevelsen af en uvenlig, autoritær skole.

35. Hvordan kan eleverne tage notater, hvis skærmene er lukkede?

Mange elever vil gerne tage noter, og det er en kendt undskyldning for *ikke* at lukke computerskærmene. Men det er vigtigt at finde alternativer til den konstante notetagning på computeren, for ellers kan vi ikke få adgang til at åbne og lukke, når det er nødvendigt.

I forvejen kan man sætte spørgsmålstejn ved det udbytte, som eleverne får af at skrive tavlen af, for det er en meget vanskelig proces at tage gode noter. Men det vigtigste er at udvikle supplerende former for notetagning. Her er nogle forslag:

1. Efter en computerfri sekvens åbner eleverne deres computere og får 7-10 minutter til at skrive et resume af den foregående aktivitet, 10 linjer om, hvad der var vigtigst, eller nogle spørgsmål.
2. Lær eleverne også at tage noter i hånden og at have papir og kuglepen liggende ved hånden. De kan eventuelt notere stikord på papir, når de ikke har skærmene, som de kan bruge, når de skal til den efterfølgende skrivning. Man kan også træne dem i at tage fulde noter. De kan eventuelt tage et foto af dem og lægge op på computeren. Men det er en dårlig ide at tage et foto af tavlen. Det lærer man ikke noget af, fordi stoffet ikke bliver bearbejdet af eleven selv