



Overlev digital
(overleve)

"Undersøgelse: Identifikation
af innovativ praksis til støtte
for kampen mod
skærmafængighed"

OVERLEV

VedIASIS



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein. 2021-1-FR01-KA220-ADU-00033578

"Undersøgelse: Identifikation af innovativ praksis til støtte for kampen mod skærmafængighed"

Undersøgelsens behov og mål

I de senere år har videnskabelige undersøgelser vist de skadelige virkninger af overeksponering af små børns skærme. I øjeblikket er der ikke udviklet nogen praksis, som effektivt hjælper voksenundervisere med at bekæmpe denne tendens.

Altså denne undersøgelse udført fra projektpartnerne med det formål at:

- Identificer nogle af de potentielle forhindringer, voksne kan møde, når de forsøger at minimere skærmb brug i børneopdragelse.
- Identificer praksis, der kan hjælpe med udviklingen af nyt læringsmateriale, som kan tilegnes af sundhedspersonale, der ønsker at opsætte deres egne processer for kapacitering mod overeksponering af skærme.
- Støt tilegnelse af færdigheder af mennesker med færre muligheder, baseret på deres viden, så de kan blive "ambassadører" og ledsage deres kammeraters refleksion og træning.

Metode anvendt

Med henblik på at opnå alt det ovenstående gennemførte projektpartnerne fra Frankrig, Spanien, Irland, Grækenland og Danmark og Italien en undersøgelse baseret på 30 casestudier konstrueret ud fra tekniske elementer og praktiske, levede erfaringer og 10 interviews med fagfolk med fokus på:

- udfordringer ved voksenlæring i kampen mod skærmafængighed generelt
- kompetenceniveauer, der forventes i offentlige eller private, små eller mellemstore sociale organisationer, der arbejder inden for uddannelse og sundhed
- betingelser for succesfuldt bidrag og positive resultater: sociale, miljømæssige, kulturelle, faglige og økonomiske resultater
- definition af resultaterne af de bidragende tilgange med lokalsamfund og virkningen af disse initiativer i form af offentlig politik



Præsentation af undersøgelsens 10 hovedresultater

Fra casestudierne og interviewene foretaget af hver partner var der identificerede de 10 vigtigste nøgleresultater af inddragelsen af målgrupperne (borgere og offentlige/patientsamfund) i plejemodellerne (forebyggelse og plejesystemer relateret til afhængighed).

Vigtigste nøgleresultater Mål

De vigtigste nøgleresultater havde til formål at validere de fælles uddannelsesbehov, som er tildelt af målgruppen.

Fælles berettigelseskræterier

Gennem disse tildelte behov blev de vigtigste nøgleresultater afsluttet i form af følgende fælles støtteberettigelseskræterier:

- Fælles behov for alle partnerlande.
- Fælles uddannelseshuller rettet af de forskellige målgrupper.
- Forskningsdata, der beviser det opståede behov for at skabe træningsinterventioner.
- Anerkendelse af behovet for at finde alternative træningsmåder til at styrke og styrke
- målgruppernes kompetencer.



Præsentation af de 10 hovedresultater

NØGLEFIND 1. Forældreoplevelsestræning

med hensyn til:

- god brug, afbalanceret og sund brug af digitale medier og skærmteknologi,
- risici, farer ved skærmb brug og afhængighed.

Målgruppe: Forældre

Forældre bør trænes og uddannes i, hvad god og sund brug af digitale medier og skærmteknologi betyder, og hvad der er forskellen mellem sund, problematisk brug og afhængighed. De bør også oplyses om risici og farer ved skærmb brug og afhængighed.

Fælles punkter opdaget af projektets konsortium:

- uddannelse, træning af forældre,
- træning om god brug og afhængighed
- undervisning om afbalanceret og sund brug af digitale medier og skærmteknologi
- manglende viden om virkningen
- frygt for at dømmes i forældrenes side
- nogle gange betragter forældre skærme som en positiv ting
- forældre undervurderer nogle gange omfanget af et barns computerbrug
- forskel mellem tilfældig brug, eksperimentel brug, systematisk brug

NØGLEFINDING 2. Professionelles erfaringstræning: Teoretisk og klinisk træning

i forhold til at styrke børn på følgende:

- god brug, afbalanceret og sund brug af digitale medier og skærmteknologi,
- risici, farer ved skærmb brug og afhængighed.

Målgruppe: fagfolk, lærere, sundhedsprofessionelle, mentale sundhedsprofessionelle.

Professionelle, der arbejder med børn (lærere, sundhedsprofessionelle, mentale sundhedsprofessionelle osv.) bør være teoretisk og klinisk uddannet til at fungere som rollemodeller, styrke og overføre deres viden til børn om god, afbalanceret og sund brug af digitale medier og skærmteknologi, samt risici, farer ved skærmb brug og afhængighed.

Fælles punkter opdaget af projektets konsortium:

- træning om god brug og afhængighed
- være en rollemodel for børn
- undervisning om afbalanceret og sund brug af digitale medier og skærmteknologi
- manglende viden om virkningen
- empowerment fra de professionelle side
- ordentlig uddannelse af pædagoger og lærere
- forskel mellem tilfældig brug, eksperimentel brug, systematisk brug
- mangel på teoretisk og klinisk uddannelse hos størstedelen af psykisk sundhedsprofessionelle
- nå ud til forældre, der måske ikke søger hjælp på grund af socialøkonomiske og sociale barrierer

3 | Præsentation af de 10 vigtigste fund

NØGLEFIND 3. Børns oplevelsestræning

med hensyn til:

- god brug, afbalanceret og sund brug af digitale medier og skærmt teknologi,
- risici, farer ved skærmb brug og afhængighed.

Målgruppe: Børn

Børn bør trænes og uddannes både af deres forældre og deres lærere i god brug, afbalanceret og sund brug af digitale medier og skærmt teknologi, samt risici, farer ved skærmb brug og afhængighed.

Fælles punkter opdaget af projektets konsortium:

- træning om god brug og afhængighed
- undervisning om afbalanceret og sund brug af digitale medier og skærmt teknologi
- træne forældre, hvordan man leger med barnet

NØGLEFINDING 4. Oplysningskampagner og aktiviteter

med hensyn til:

- at informere alle målgrupper (børn, forældre, professionelle, bredere offentlighed) om god og sund brug af digitale medier og skærmt teknologi, forskellen mellem sund, problematisk brug og afhængighed, som
- samt risici og farer ved skærmb brug og afhængighed.
- organisering og implementering af bevidstgørelsesaktiviteter i deres organisationer (trinvis procedurer for, hvordan man organiserer en bevidstgørelsesaktivitet osv.)
- manglende viden om virkningen

Målgruppe: Organisationer, relevante interessenter, børn, forældre, professionelle, bredere offentlighed

Fælles punkter opdaget af projektets konsortium:

- skabe opmærksomhed
- forstå farerne ved internettet, bevidst
- øge bevidstheden om konsekvenserne
- bevidsthed om afbalanceret og sund brug af digitale medier og skærmt teknologi
- kampagner, der har til formål at uddanne den bredere offentlighed

3 | Præsentation af de 10 vigtigste fund

NØGLEFIND 5. Alternative aktiviteter

Med hensyn til:

- finde kreative aktiviteter for at frigøre barnets opmærksomhed fra skærmen, såsom sport, kunst, udendørs aktiviteter mm.

Målgruppe: Professionelle, børn, forældre

Fælles punkter opdaget af projektets konsortium:

- udendørs aktiviteter
- kunst og leg
- interagere med mennesker uden skærme

NØGLEFINDING 6. Individuel eller gruppestøtte - vejledning

med hensyn til:

- støtte børn og familier i kampen igen skærmafængighed.

Målgruppe: Børn, familier, der vil blive støttet, fagfolk, der er ansvarlige for at give børn eller familier individuel eller gruppe pædagogisk støtte

Fælles punkter opdaget af projektets konsortium:

- aktive lytteevner
- gruppestøtte
- individuel og gruppestøtte, vejledning



3 | Præsentation af de 10 vigtigste fund

NØGLEFINDING 7.

Forebyggelsesprogrammer for skærmafængighed

med hensyn til:

- forebyggelse af skærmafængighed.

Målgruppe: Fagpersoner, der vil være hovedpersonalet i forebyggelsesprogrammerne, børn, der skal deltage i forebyggelsesprogrammerne, forældre, der vil blive trænet og støttet inden for rammerne af forebyggelsen programmer

Fælles punkter opdaget af projektets konsortium:

- Forældrekontrol over internetbrug spiller kun en lille eller ingen forebyggende rolle
- Forebyggelsesprogram

NØGLEFINDING 8.

Skadesreduktionsprogrammer til skærmafængighed

Med hensyn til:

- at reducere konsekvenserne af skærmafængig adfærd.

Målgruppe: Fagfolk, der vil være hovedpersonalet i programmerne, børn, der skal deltage i programmerne, forældre, der vil blive trænet og støttet inden for rammerne af skadesreduktionsprogrammerne

Fælles punkter opdaget af projektets konsortium:

- risiko for tilbagefald
- internetbrug er problematisk
- at reducere risici



3 | Præsentation af de 10 vigtigste fund

NØGLEFINDING 9. Vurderingsværktøjer og -metoder

med hensyn til:

- opdage fænomenet skærmafængighed.
- at vurdere fænomenet skærmafængighed.

Målgruppe: Professionelle

Fælles punkter opdaget af projektets
konsortium:

- vurderingsværktøjer
- lidelsen er ikke officielt anerkendt
- kliniske forsøg med tvivlsomme resultater, der reducerer terapeuternes pålidelighed
- minimal litteratur om deres effektivitetsbehandlingsprotokoller
- undgå at indgyde følelser af skyld eller skam
- erfaring med at animere et gruppenetværk eller -kollektiv

NØGLEFINDING 10. Medieuddannelse / Mediekendskab

Gennem udførelsen af casestudiernes forskning blev det opdaget behovet for korrekt brug af sociale medier og andre relevante mediersressourcer, som målgruppen udnytter.

Målgruppe: professionelle, forældre

Fælles punkter opdaget af projektets
konsortium:

- ordentlig uddannelse om online sikkerhed og sikker browsing

