

БЮЛЕТИН

Издание 1 - декември 2018 г.

ПРОБЛЕМЪТ

Интернет се превърна в неразделна част от живота на децата и младите хора. Въпреки това, увеличеното време, прекарано онлайн, предизвиква въпроси относно това дали те контролират използването на интернет и дали знаят за страничните ефекти и причините за неадаптивното поведение, свързани с прекомерно или проблемно използване на интернет.



НАЧАЛО НА ПРОЕКТА ON-OFF

Проектът започна през октомври в Единбург! Целта е да се отговори на препоръките, изискващи инструменти за овластяване на децата, учителите и родителите, които предоставят повече информация, медиация, повишено внимание и методология за това как те могат да посредничат при прекомерната онлайн употреба на младежа и възприемането на причините, които предизвикват създаването и поддържането на прекомерно използване на интернет, както и неговите последици, които засягат благосъстоянието и "балансирания живот", подтиквани от постоянната онлайн ангажираност.

„Изследванията показват, че не винаги или не само времето, прекарано в интернет, прави използването на интернет проблематично и „прекомерно“, но въздействието на използването на интернет върху това, което може да се нарече „балансиран живот“

РИСКОВЕ ОТ ПРЕКОМЕРНО ВРЕМЕ НА ЕКРАНА

- Прекомерната онлайн експозиция може да засегне физическото здраве (т.е. заседналият начин на живот може да бъде основен рисков фактор за затлъстяването на децата).
- Честата многозадачност, дължаща се на дигиталния начин на живот, може да повлияе на способността им да останат фокусирани, което води до лошо училищно или академично представяне
- Постоянното чувство за онлайн присъствие негативно влияе на тяхното емоционално благополучие (т.е. причина за тревожност за младежи, поведение, наречено „FOMO“ („страх от пропускане“), което може да доведе до лошо качество на съня, тревожност и / или дори депресия.
- Проблемното използване на медиите може да бъде свързано и с по-ниска емпатия и социално благополучие или въздържание от физически и офлайн социални взаимодействия..



Партньорите



Преки целеви групи

- **УЧИТЕЛИТЕ**, които ще могат да обменят мнения и опит с колеги от други страни с различни образователни системи. Те ще помогнат на децата да развият по-дълбоко разбиране за това как прекомерната употреба на интернет може да повлияе на тяхното физическо здраве, емоционално благополучие, академичен и/или социален живот и да подтикнат целенасоченото, уважително и фокусирано използване на технологиите.
- **УЧЕНИЦИТЕ (12-14 ГОДИШНИ)**, които ще идентифицират скритите съобщения зад постоянната онлайн ангажираност и ще бъдат предизвикани чрез подход за AR игра, за да възприемат балансиран подход между онлайн и офлайн взаимодействия и дейности.
- **РОДИТЕЛИТЕ**, които ще участват в AR играта чрез игра и тестване и които, заедно с учителите, ще помогнат на децата да развият по-дълбоко разбиране за това как прекомерната употреба на интернет може да повлияе на тяхното физическо здраве, емоционално благополучие, академичен, семеен и/или социален живот.

Основни цели на проекта

Разработването на инструмент:

- Да помогне на професионалистите, работещи с деца, да достигнат до децата с цел да им помогнат да идентифицират поведенческите, ситуационните и структурните причини, които водят до прекомерно време пред екрана
- Да насърчи, основано на забавна и позитивна атмосфера, усвояването от страна на младите хора на балансирано поведение между онлайн ангажираност и офлайн алтернативи.

ИСКАТЕ ДА ЗНАЕТЕ ПОВЕЧЕ?

Посетете нашия уебсайт и ни следвайте в социалните медии



on-off4youngsters.eu



[on-off4youngsters](https://www.facebook.com/on-off4youngsters)



[#on-off4youngsters](https://twitter.com/on-off4youngsters)