Pomaganie dorosłym użytkownikom Internetu, rodzicom i edukatorom w radzeniu sobie z nadmierną aktywnością online

Kontekst projektu

Projekt ma na celu pomoc dorosłym w walce z uzależnieniem od nadmiernego korzystaniem z internetu [znanym jako Internet Addictive Behavior – IAB (Zachowanie uzależniające od Internetu)], poprzez wyposażenie ich w umiejętności i narzędzia, które pomogą im wpłynąć na zmianę swojego zachowania. Projekt opiera się na współczesnych wynikach badań i uważa, że nadużywanie internetu nie jest tylko „chorobą wieku dziecięcego lub młodzieńczego", ale także rosnącym zagrożeniem dla osób dorosłych.

Głównym celem projektu jest opracowanie innowacyjnych treści szkoleniowych oraz praktycznych narzędzi, które umożliwią osobom z nadmierną aktywnością w Internecie zmianę zachowań w kierunku zdrowszego korzystania, a tym samym poprawy ich życia społecznego.

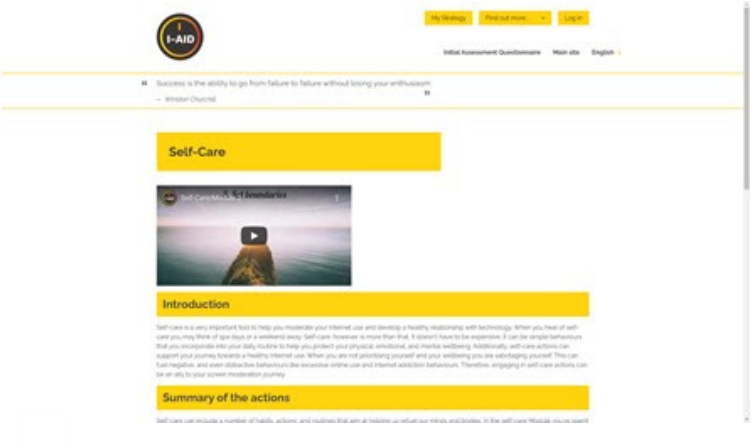
AKTUALNOŚCI

Najnowsze rezultaty

Wiele się wydarzyło od ostatniego biuletynu projektu! Projekt wypracował kolejne rezultaty, które wkrótce zostaną przetestowane w krajach partnerów konsorcjum.

Jednak z najważniejszych rzeczy - mamy gotową platformę!
Następne kilka tygodni spędzimy na testowaniu jej z grupą docelową, a później podzielimy się z Wami ostateczną wersją!

Mała zapowiedź:



Spotkanie partnerów

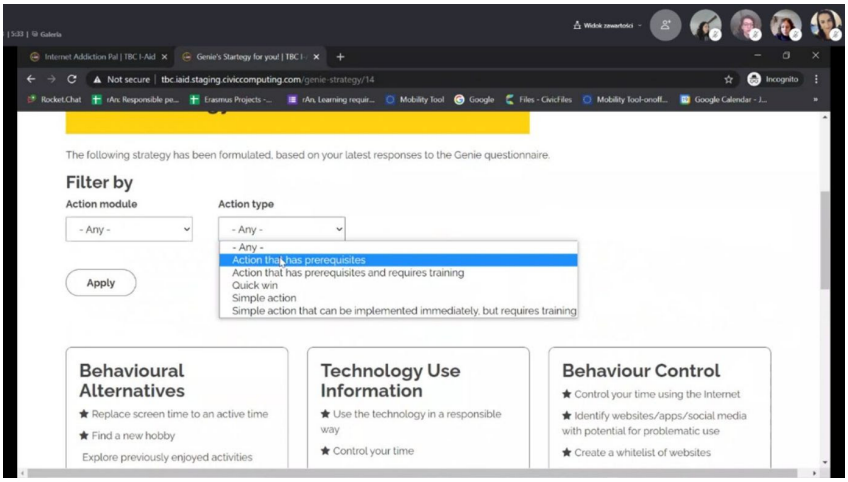
W dniu 24 lutego 2021 r. odbyło się trzecie spotkanie partnerów projektu. Ze względu na sytuację epidemiologiczną w Europie, spotkanie odbyło się w trybie online. Omówiono m.in. następujące tematy:

- Internet Addiction Pal

Partnerzy zapoznali się z pierwszą wersją platformy i mogli ocenić jej obecny wygląd i funkcjonalność.

- Serwis retencyjny

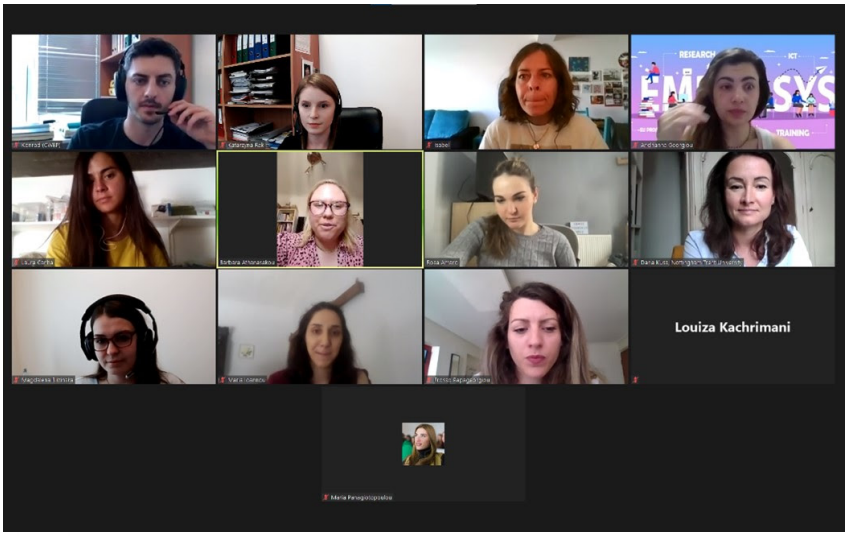
Partnerzy ustalili, jakie prace pozostały do wykonania nad tym produktem



- Szkolenie trenerów i sesja pilotażowa

Partnerzy projektu ustalili również najbliższe prace związane z wydarzeniem, które będzie miało na celu przeszkolenie trenerów oraz sesję pilotażową związaną z testowaniem rezultatów wypracowanych w ramach projektu.

Trening Trenerów



Partnerzy projektu spotkali się w maju na spotkaniu dotyczącym szkolenia trenerów. Spotkanie odbyło się 25 maja i wzięło w nim udział 13 osób.

Podczas spotkania partnerzy zaprezentowali przygotowane przez siebie treści i przeszkolili trenerów, aby mogli je prezentować grupie docelowej podczas przyszłych wydarzeń.

---

e-Życie Simona

Przygody SimOn'a dobiegły końca, ale już niedługo będziecie mogli przeczytać pełne wydanie historii naszego bohatera.
Więcej na ten temat już wkrótce!

Odszukaj Simona na naszej stronie Facebook, LinkedIn oraz Twitter!

ZALECANE ZASOBY

Zasób #1

Dr Adam Alter (profesor NYU) przedstawia dane mówiące o tym, że aż 40% ludzi jest uzależnionych od internetu. Profesor używa sformułowania "tech zombie epidemic" (epidemia technologicznych zombie) i podkreśla, jak sam fakt sposobu tworzenia aplikacji wpływa na uzależnienie. Więcej na ten temat można przeczytać w jego książce: *Irresistible*.

Zasób #2

Dowiedz się, ile czasu spędzasz na Facebooku.
Poniższy artykuł poprowadzi Cię krok po kroku i pokaże jak sprawdzić te liczby.
Artykuł dostępny na stronie: https://www.wired.com/story/your-time-on-facebook-digital-wellness/

Jesteśmy na YouTube!

Odwiedź nasz profil na YouTube i dowiedz się więcej o tematyce naszych modułów!
Aby odwiedzić nasz kanał kliknij LINK

BĄDŹ NA BIEŻĄCO Z NOWOŚCIAMI W NASZYM PROJEKCIE!

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

This project has been funded by the Erasmus+ Programme of the European Union.
The information and views set out in this publication are those of the author(s) and do not necessarily reflect the official opinion of the European Union. Neither the European Union institutions and bodies nor any person acting on their behalf may be held responsible for the use which may be made of the information contained therein.
Reproduction is authorised provided the source is acknowledged.

Project number: 2019-1-UK01 KA204-062021

Want to change how you receive these emails?

You can update your preferences or unsubscribe from this list.