

En certificering i sunde digitale vaner

Til skoler, institutioner og organisationer

Dabeco tror på, at et afbalanceret skærmforbrug er en nødvendig kilde til et liv med trivsel og motivation. Dabeco tilbyder institutioner at kvalificere medarbejderne til at understøtte sunde digitale vaner til alle børn og unge

Hvad er en certificering i sunde digitale vaner?

Dabeco tilbyder institutioner en unik mulighed for at blive certificeret i sunde digitale vaner. Dette er en mulighed for at blive en institution, hvor fornuftige og velreflekterede skærmaktiviteter er i højsædet. Vi tror på, at de rette pædagogiske refleksioner vedr. børn og unges digitale liv - vil vi se flere mennesker, der dyrker venskaber, sunde aktiviteter og får øget motivation og lyst til læring.

Certificeringen betyder, at institutionen i sin helhed får fokus på såvel de værdier som de skyggesider, der findes i den digitale verden. Dertil får medarbejderne på institutionen mulighed for at fastlægge meningsfulde digitale skærmvaner der passer til lige nøjagtig deres

institution. Fokus for hele certificeringen er at værne om børn og unges mentale sundhed og deres motivation læring, sociale fællesskaber og fritidsinteresser.

Den certificerede institution sender således et klart signal til omverden, til brugerne, til familierne, til medarbejderne, til køber-kommuner og politikerne om, at de har en skærpet opmærksomhed på de unges digitale liv.

Hvorfor vælge at blive certificeret i sunde digitale vaner?

Danske børn og unge oplever mistrivsel som ikke er set tidligere. Vi ved fra sundhedsstyrelsens forskning, at sociale medier og skærmaktiviteter har negativ effekt på de unges søvn. Vi ved ud fra statistik fra institut for folkesundhed, at børn og unge aldrig har set hinanden mindre i den fysiske verden – kun 7% og 13% af hhv. 15 årige piger og drenge ses regelmæssigt fysisk efter skole. Vi ved at under 25% af børn og unge mellem 11-15 år lever op til sundhedsstyrelsens anbefalinger for fysisk aktivitet. Vi ved samtidig også, at danske børn og unge har verdens rekord i at sidde foran en skærm.

Vi ved at techgiganterne implementerer meget virkningsfulde adfærdsdesigns primært ud fra et økonomisk incitament.

Med en certificering i sunde digitale vaner vil medarbejderne blive kvalificerede til at møde de udfordringer, der kommer med børn og unges skærmforbrug. Det vil sige, at medarbejderne får et indgående kendskab til skærmenes rolle i børn og unges liv – på godt og ondt. Medarbejderne skal desuden reflektere over alt fra:

skærmtider i institutionens åbningstider, billeddeling, den gode tone online, aldersmærkede spil samt alternative former for aktiviteter, online radikalisering, krænkende digital adfærd, computerspilsafhængighed + hvornår bliver skærmen et problem, den meningsfulde samtale om skærmaktiviteter + meget mere.

Oplægsholderne består af én læge og to psykologer, der alle har et bredt kendskab til børn og unges digitale liv. De har siden 2016 beskæftiget sig indgående med skærmaktiviteter og hjulpet folk til at navigere i en digital tid.

Vi vil forsøge at få pressedækning, så institutionen vil blive kendt for at have sunde digitale vaner.

Praktisk om kurset

Kurset strækker sig over 4 timer inkl. frokostpause til fagpersonalet på skolen eller institutionen.

Foruden et medarbejderkursus bliver forældrene inviteret ind til et forældreforedrag digitale medier. Slutteligt afholdes et foredrag for institutionens børn og unge. Certificeringen gælder i 3 år, hvorefter institutionen skal have et 2 timers brushup kursus.

Institutionen får et fysisk messingskilt samt et virtuelt emblem, hvorpå det fremgår at skolen er certificeret i sunde digitale vaner.

Efter aftale kan kursisterne få et diplom for deltagelse i kurset.

Kursets foredragsholdere

Teamet i psykolog- og lægehuset, Dabeco sikrer, at det altid er autoriserede psykologer og læger der står for at føre institutionen sikkert mod sunde digitale vaner.

Vi glæder os til at høre fra jer!