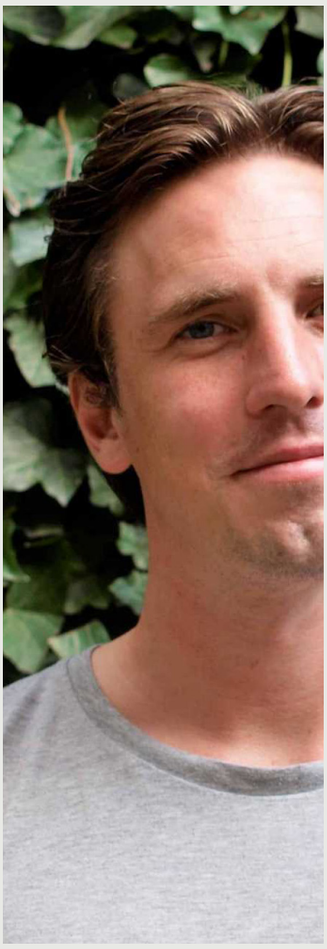
PSYKOLOG - OG LÆGEHUS ET, DABECO - EN SOCIALØKONOMISK VIRKSOMHED

Foredragsfolder

Vi tilbyder foredrag om digitale mediers påvirkning på børn og unges mentale og fysiske sundhed. Fordragene er målrettet fagpersoner, forældregrupper samt børn og unge.

MEDLEM AF
DANSK PSYKOLOG FORENING

www.dabeco.dk
kontakt@dabeco.dk



Hvem er vi?

Dabeco er et socialøkonomisk psykolog- og lægehus med fokus på børn, unge og voksnes digitale liv.

I psykolog- og lægehuset, Dabeco vil vi gerne sikre at de mennesker der søger hjælp får kvalificeret rådgivning og støtte gennem hele forløbet.

Derfor har vi kun ansat læger, specialiserede psykologer og højt specialiserede fagfolk til at varetage samtaler samt afvikle foredrag om det digitaliserede liv.

Indsigt og viden

I Dabeco er vi tilknyttet en international gruppe af forskere og praktikere. Vi har derfor indsigt i den nyeste viden inden for digital livsførelse fra forskning til praksis.

Dabeco er desuden repræsenteret i Medierådet for Børn og Unge og netværket Tech og Trivsel.

Det giver dig og din organisation en tryghed i at alle indsatser udføres med udgangspunkt i evidensbårne og fagligt kvalificerede metoder.

Foredrag til lærere og pædagoger

Computerspil og sociale medier er blevet en tidskrævende beskæftigelse hos mange børn og unge. Det kan risikere at gå ud over deres engagement i skolen, fritidsinteresser og sociale relationer. De mange telefoner og skærme i skolen kan ligeledes forstyrre undervisningen og efterlade læreren i en tilstand af magtesløshed. Danmark er det land i Europa, hvor børn og unge er mindst fysisk aktive, er mindst fysisk sammen efter skole og samtidig er vi det land, hvor børn og unge sidder mest foran en skærm.

Det har betydning for skoler og institutioner, som kan opleve udfordringer med at få eleverne til at engagere sig i skolearbejde. Børn og unge risikerer at møde trætte i skole, og ser sjældent deres venner efter skole.
I Danmark ser vi desuden en bekymrende stigning af elever der udvikler skolevægring, og som symptom herpå risikerer de at sidde alene på deres værelser i timevis, hvor de spiller computerspil eller ser passivt til på deres SoMe feed alt imens de indrulleres i stadigt flere fastholdende adfærdsdesigns.

Desuden færdes børn i digitale rum, hvor kulturen ofte er hård og bærer præg af mobning og en hård tone.
Vi vil med dette oplæg tilbyde refleksioner og gå i dialog om handleanvisninger ift. hvad der sker når et menneske mister kontakten til livsvigtige domæner, som fysisk kontakt til sine jævnaldrende, skoledeltagelse, og en tæt tilknytning til deres betydningsfulde mennesker (herunder deres lærere).

Vi ønsker at hjælpe jer til at fremme forståelsen af børns digitale liv og dannelse, så de unge kan leve et frit liv uden unødige forstyrrelser fra techindustrien.

Forældreforedrag

Computerspil og sociale medier er blevet en tidskrævende beskæftigelse hos mange børn og unge. Det kan risikere at gå ud over deres engagement i deres skole, fritidsinteresser og deres familieliv samt sociale relationer.

Familier kan føle sig klemt fordi det kan være svært at finde en balance, hvor børnene kan spille eller scrolle, og samtidig indgå i familielivet. Familiens værdier kan således blive udfordret af de mange timer foran skærmen. Forældre kan opleve modstand når de ønsker samvær med børnene, som hellere vil spille computer eller deltage i et virtuelt fællesskab. Dette kan være en vanskelig opgave for enhver forælder, som ved at deres børn har brug for nærvær, frisk luft og sanselige stimuli.

De mange adfærdsdesigns som er installeret i digitale platforme synes på mange måder at diktere det unge menneskes fysiske og mentale sundhed, hvilket i sidste ende kan ende med skolevægring eller blot isolering fra fysiske fællesskaber.

Foredraget giver indblik, i hvad der ligger i et sundt og usundt forbrug af sociale medier og computerspil, samt hvilke implikationer et usundt forbrug af computerspil og sociale medier har på børn og unges udvikling. Dertil vil foredraget omhandle forskellige spiltyper, og hvad der gør at de forskellige spil virker så dragende på børn og unge.

Slutteligt vil forældrene få kendskab til de neurobiologiske mekanismer der sker i hjernen når man spiller computerspil og bevæger sig rundt på de sociale medier. Dabeco tilbyder forældregrupper at deltage i en workshop om børn og unges digitale dannelse, samt give konkrete redskaber til at skabe en sund balance, digitalt og analogt.

En omsorgsfuld dialog om vigtigheden af, at huske det betydningsfulde i en tid med digitale medier. Foredraget vil kunne skræddersyes såvel tidsmæssigt som indholdsmæssigt afhængigt af målgruppens behov.

Fagpersoner der arbejder med udsatte børn og unge

Fagpersoner i behandlingstilbud til sårbare målgrupper står ofte med en stor gruppe børn, unge og unge-voksne, som ikke længere er interesseret i at deltage i offline aktiviteter. Det kræver forståelse, men også indblik i virkningsfulde samtaler målrettet sårbare unges digitale liv.

Vi tilbyder foredrag der berører alt fra WHO's nye diagnose, gamingdisorder (computerspilsafhængighed), samt ekstreme fora hvor sårbare unge ofte færdes.
Vi kommer ind på grooming, digitale krænkelser og meget mere.
Med erfaringer fra mere end 10.000 samtaler med børn, unge og deres forældre om digitale medier - vil vi indføre jer i samtalestrategier og interventioner I kan bruge i jeres arbejde med digitale unge.

Foredraget kommer omkring nye virkemidler i arbejdet med en målgruppe som ofte er fysisk isoleret og ofte udenfor beskæftigelse eller uddannelse.

Computerspil og Sociale medier kan af forskellige årsager medføre en afhængighed, hvor prisen hverken er økonomisk ruin eller biologisk forfald, men i stedet betales med forbindelser.

Det kan være ødelagte forbindelser til arbejdsmarkedet, uddannelsessystemet eller venner og familie og i afhængiges tilfælde som oftest en blanding. Områder som er vitale for menneskers mentale sundhed. Dette kan være en vanskelig opgave, da skærme på mange måder synes at have overtaget unge og unge-voksnes fritidsinteresser, hvilket i sidste ende kan føre til et liv på offentlig forsørgelse, skolevægring eller isolation fra fysiske fællesskaber.

Gennem algoritmer bliver de unge mennesker ført ned ad mørke sidegader, hvor de risikerer at blive eksponeret for grooming, digitale krænkelser selvmord og meget mere.

Til pædagoger i dagtilbud – om småbørns brug af skærme

Formålet med dette pædagogiske foredrag er at skabe en refleksiv dialog om brugen af/ikke brug af digitale medier i dagtilbud, med fokus på at forholde sig til skærme på en måde, der er i overensstemmelse med institutionens pædagogiske værdier og støtter børns udvikling og sprogtilegnelse.

Gennem en åben og konstruktiv dialog håber vi at opnå en dybere forståelse for, hvordan I som institution kan forholde jer til jeres pædagogiske ståsted og se det i relation til brugen af digitale platforme i dagtilbud.

Foredraget giver en forståelse af hvordan skærmen påvirker småbørns leg, tilknytning samt sprogtilegnelse.

- Er Youtube kids i virkeligheden for børn?
- Hvad betyder det for tilknytningen ved til det lille barn ved afhentning og bringning, når omsorgspersonen er i færd med at tjekke sin telefon?
- Hvordan kan man bruge digitale medier i en børne have?
- Hvilke argumenter er der for at være en skærmfri institution i 2023?
- Hvad betyder skærmforbrug for barnets sprog
- Hvordan kan man som pædagog tale med forældre om deres digitale færden uden for institutionen, og er det overhovedet institutionens ansvar?
- Hvorfor har WHO valgt at sige, at børn under 2 år ikke bør bruge en skærm?

Foredraget afholdes af autoriserede læger og psykologer.

Digital dannelse til unge i udskolingen eller på gymnasier

Foredraget bygger på en inddragende og coachende tilgang, hvor de unge inviteres til at tage kritisk stilling til deres digitale medier. Det vil sige, at alle elever går hjem med refleksioner der gør dem i stand til at træffe beslutninger om eget skærmforbrug ud fra et oplyst grundlag.

Den digitale industri er udgjort af en lang række Adtech virksomheder.

Alt fra sociale medier til gamingindustrien tjener deres penge ved at sælge brugerens data. Dvs. viden om brugerens interesser, køn, socioøkonomisk status etc.

Denne viden sælger platformene videre til tredjeparts virksomheder som derfra kan målrette annoncer og reklamer til lige netop den målgruppe de ønsker. For at kunne høste mest mulig viden om brugeren kræver det, at brugeren bruger mest mulig tid på lige netop deres platform, og derfor er der i samtlige spil og sociale medier installeret en lang række velimplementerede fastholdelsesdesigns.

Foredraget tilbyder desuden eksempler på, hvordan teknologibranchen anvender algoritmer og virkemidler til at fastholde mennesker i deres app eller spil, hvordan vi tror at vi er forbrugere, men faktisk er produktet og hvorfor man pludselig ikke kan motiveres til andet end endnu et afsnit af yndlingsserien på Netflix. Det hele er godt krydret med praksiseksempler fra Dabecos psykologiske praksis.

Alt sammen fortalt på en spændende, forståelig og underholdende måde. Den primære agenda med dette foredrag er at inddrage og engagere eleverne, således at de selv kan reflektere over, hvordan de kan skabe sunde skærmvaner for dem selv og deres klasse.

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, motivation og læring. Dabeco tilbyder skoler og institutioner at kvalificere medarbejderne til at understøtte sunde digitale vaner til alle børn og unge.

En certificering i sunde digitale vaner er en mulighed for at blive en skole eller institution, hvor fornuftige og velreflektererede skærmaktiviteter er i højsædet.

Vi tror på, at med 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. Således får skolen/institutionen mulighed for at formalisere meningsfulde digitale strategier der passer til lige nøjagtig deres skole eller institution.

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

Praktisk om certificeringen
Certificeringen strækker sig over 5 timer, hvor personalet på den pågældende institution bliver introduceret for nyeste viden om digitale medier, og dets sammenhæng til trivsel, læring og sundhed. Med udgangspunkt i denne viden inviteres personalet til at reflektere og drøfte hvordan de ønsker at inddrage eller undlade brug af digitale medier.

Personalets refleksioner vil herefter præsenteres for ledelsen, som under kyndig sparring vil skulle nedfælde hvilke digitale retningslinjer den pågældende institution skal bygge på.

Dertil vil certificeringen indeholde et oplæg til børn og unge samt et oplæg til forældrene.

Psykolog- og lægehuset, Dabeco
Klostermosevej 5
3070 Snekkersten

(+45) 31 49 70 75
kontakt@dabeco.dk
www.dabeco.dk