

## ZAPROSZENIE DO PROJEKTU „SZKOŁA ODPOWIEDZIALNA CYFROWO”

Szanowni Państwo

fundacja Dbam o Mój Z@sięg serdecznie zaprasza do udziału w projekcie pt. **Szkoła Odpowiedzialna Cyfrowo**, który jest projektem BEZPŁATNYM skierowanym do wszystkich szkół podstawowych i ponadpodstawowych (z wyłączeniem szkół ponadpodstawowych dla dorosłych). Jego główną ideą jest **wspieranie szkół we wdrażaniu nowych technologii i higieny cyfrowej w edukacji**. Do projektu SOC można dołączyć rejestrując szkołę na stronie <https://dbamomojzasieg.pl/soc/>. Zanim zarejestrują Państwo swoją placówkę do projektu prosimy upewnić się, czy nie są już Państwo włączeni w działania projektowe.

**Szkoła Odpowiedzialna Cyfrowo** to wspólnota uczniów, rodziców i nauczycieli, dla których wartością jest kształtowanie równowagi między korzystaniem z nowych technologii i świadomym tworzeniem realnych więzi poza przestrzenią Internetu. Troszcząc się o ów balans wpływamy pozytywnie na dobrostan psychiczny, fizyczny i społeczny całej społeczności szkolnej. Jak to chcemy osiągnąć? Rozwijając **7 obszarów Szkoły Odpowiedzialnej Cyfrowo**, które wyodrębniliśmy na podstawie naszych badań naukowych i wielu lat doświadczenia. Przedstawiamy je poniżej w piśmie oraz na stronie w materiale wideo: <https://www.youtube.com/watch?v=8pMi6us5QoA>

Projekt **Szkoła Odpowiedzialna Cyfrowo** wpisuje się w podstawowe kierunki realizacji polityki oświatowej państwa na rok szkolny 2021/2022, tj. punkt 4 (Podnoszenie jakości edukacji poprzez działania uwzględniające zróżnicowane potrzeby rozwojowe i edukacyjne wszystkich uczniów, zapewnienie wsparcia psychologiczno-pedagogicznego, szczególnie w sytuacji kryzysowej wywołanej pandemią COVID-19 w celu zapewnienia dodatkowej opieki i pomocy, wzmacniającej pozytywny klimat szkoły oraz poczucie bezpieczeństwa. Roztropne korzystanie w procesie kształcenia z narzędzi i zasobów cyfrowych oraz metod kształcenia wykorzystujących technologie informacyjno-komunikacyjne).

Korzyści **DLA GMINY** wynikające z dołączenia do ogólnopolskiej sieci Szkół Odpowiedzialnych Cyfrowo:

1. Możliwość wygenerowania wyników diagnozy prowadzonej wśród uczniów, rodziców oraz nauczycieli na poziomie gminy.
2. Możliwość wykorzystania zebranych wyników badań do tworzenia lokalnych dokumentów strategicznych.
3. Możliwość wykorzystania zebranych wyników badań do kształtowania polityki oświatowej i zdrowotnej w gminie.



4. Możliwość realizacji projektów społecznie odpowiedzialnych dla grup i osób wykluczonych społecznie w gminie.
5. Możliwość promocji gminy i jej działań po ustaleniu szczegółów z fundacją.

Korzyści **DLA SZKOŁY** wynikające z dołączenia do ogólnopolskiej sieci Szkół Odpowiedzialnych Cyfrowo:

1. Dostęp do innowacyjnego programu Szkoły Odpowiedzialnej Cyfrowo i bieżące wsparcie w jego realizacji.
2. Udział w badaniu naukowym poświęconym relacjom w szkole – start już we wrześniu 2021 – możliwość otrzymania wyników dla własnych uczniów, nauczycieli oraz rodziców.
3. Bezpłatny dostęp do realizowanych diagnoz szkolnych oraz szeregu materiałów edukacyjnych z zakresu e-uzależnień, higieny cyfrowej i ważności relacji osobistych.
4. Możliwość udziału w dedykowanych webinarach i konferencjach tematycznych realizowanych dla sieci Szkół Odpowiedzialnych Cyfrowo.
5. Wsparcie w zakresie zarządzania mediami cyfrowymi w społeczności szkolnej.
6. Dostęp do ogólnopolskiej społeczności Szkół Odpowiedzialnych Cyfrowo umożliwiający wzajemną wymianę doświadczeń.
7. Certyfikat dla szkoły oraz zaświadczenie dla szkolnego koordynatora projektu.

W roku szkolnym 2021/2022 realizowane będą następujące działania o charakterze bezpłatnym:

- **badania naukowe dotyczące oceny jakości relacji szkolnych – badania prowadzone będą wśród uczniów, rodziców i nauczycieli. Każda szkoła zrzeszona w projekcie otrzyma bezpłatnie wyniki swoich uczniów, nauczycieli oraz rodziców do własnego użytku,**
- 25-29 października 2021 odbędzie się we wszystkich szkołach TYDZIEŃ DBANIA O RELACJE,
- szkolnym psychologom zostaną dostarczone narzędzia diagnostyczne w zakresie wykonywania diagnoz szkolnych związanych z e-uzależnieniem
- dostarczenie metodologii związanej z możliwością przeprowadzenia przez wychowawców dwudniowego detoksu cyfrowego,
- **wykłady online**, realizowane przynajmniej raz na kwartał, dostępne wyłącznie dla SOC, poświęcony konkretnym obszarom rozwoju cyfrowego szkoły,
- **SOCowirówka**: wyjątkowe spotkania online, których formuła opiera się o odpowiedzi na nadsyłane przez Państwa pytania dotyczące konkretnych wyzwań w szkole. Wspólnie będziemy rozmawiać o rozwiązaniach, przy zachowaniu anonimowości autora nadesłanego problemu czy pytania,
- **SOC NEWS**: newsletter dostępny tylko dla Szkół Odpowiedzialnych Cyfrowo, wychodzący do Państwa raz w miesiącu – dzięki niemu nie przegapią Państwo nowych dostępnych materiałów dydaktycznych, ciekawych wieści ze świata edukacji cyfrowej czy informacji o konkursach lub pomysłach na pracę z uczniami,
- **cykliczne poradniki**: w formie krótkich instrukcji, w tym scenariusze zajęć dotyczących higieny cyfrowej, problemu e-uzależnień czy zrobienia klasowego detoksu cyfrowego.

W swojej działalności statutowej fundacja Dbam o Mój Z@sięg zajmuje się edukacją społeczeństwa na temat cyfrowej higieny i profilaktyki e-uzależnień wśród dzieci, młodzieży i dorosłych. Uczymy odpowiedzialnego korzystania z internetu, smartfona i innych narzędzi ekranowych, pamiętając, że kluczowe dla dobrostanu jednostki są relacje międzyludzkie. Podstawą



naszych działań jest profesjonalna diagnoza problemu, działanie we współpracy międzysektorowej, jak również idea partycypacji rozumiana jako włączenie w proces wsparcia tych, którzy sami tego wsparcia potrzebują. Realizację naszej misji opieramy o trzy filary: badawczy, szkoleniowy i edukacyjny. Prowadzimy, samodzielnie lub z partnerami, badania naukowe z obszaru e-uzależnień, nowych technologii w edukacji oraz relacji w świecie cyfrowym. Na ich podstawie opracowujemy programy naszych szkoleń, materiały edukacyjne i kampanie społeczne. Realizujemy szkolenia i warsztaty dla szkół, instytucji i firm prywatnych na terenie całej Polski. Nasz przekaz dostosowujemy zarówno do dzieci i młodzieży, jak i osób dorosłych. Nasz zespół tworzą doświadczeni eksperci z ugruntowanym doświadczeniem z dziedziny socjologii, psychologii, pedagogiki, neurobiologii i komunikacji społecznej. Pozwala nam to oferować szerokie wsparcie dla przedszkoli i szkół, gmin i miast, instytucji państwowych oraz firm z sektora prywatnego.

Linki do naszych najważniejszych publikacji:

1. <https://dbamomojzasieg.com/granienaekranie/wp-content/uploads/2021/05/Raport-Granie-na-Ekranie.pdf>
2. [https://zdalnenauczanie.org/wp-content/uploads/2020/10/ZDALNA-EDUKACJA\\_FINAL.pdf](https://zdalnenauczanie.org/wp-content/uploads/2020/10/ZDALNA-EDUKACJA_FINAL.pdf)
3. [https://dbamomojzasieg.pl/wp-content/uploads/2021/03/Nalogowe\\_korzystanie\\_z\\_telefonow\\_komorkowych\\_RAPORT\\_Z\\_BADAN.pdf](https://dbamomojzasieg.pl/wp-content/uploads/2021/03/Nalogowe_korzystanie_z_telefonow_komorkowych_RAPORT_Z_BADAN.pdf)
4. [https://dbamomojzasieg.pl/wp-content/uploads/2021/03/Mlodzi-Cyfrowi.-Nowe-technologie.-Relacje.-Dobrostan\\_książka-1.pdf](https://dbamomojzasieg.pl/wp-content/uploads/2021/03/Mlodzi-Cyfrowi.-Nowe-technologie.-Relacje.-Dobrostan_książka-1.pdf)

Mając nadzieję, że projekt realizowany przez fundację znajdzie uznanie w Państwa oczach pozostaję do Państwa dyspozycji w przypadku jakichkolwiek pytań. Serdecznie proszę o przekazanie tej informacji wszystkim szkołom w Państwa gminie.

**UWAGA!!!** Zanim zarejestrują Państwo swoją placówkę do projektu prosimy upewnić się, czy nie są już Państwo włączeni w działania projektowe.

Z poważaniem,  
**dr Maciej Dębski**

**FUNDACJA DBAM O MÓJ Z@SIĘG**  
80-537 Gdańsk, ul. Wyzwolenia 17c/3  
KRS 0000591833  
REGON: 363242207 NIP: 957-108-25-04  
[www.dbamomojzasieg.pl](http://www.dbamomojzasieg.pl)  
email: [m.debski@dbamomojzasieg.pl](mailto:m.debski@dbamomojzasieg.pl)

## O FUNDACJI DBAM O MÓJ Z@SIĘG

Pamiętając o tym, że podstawą dobrego życia są relacje międzyludzkie, FUNDACJA DBAM O MÓJ Z@SIĘG (dalej: Fundacja) przyczynia się do odpowiedzialnego korzystania z nowych narzędzi komunikacyjnych. Podstawą podejmowanych działań jest profesjonalna diagnoza problemu, działanie we współpracy międzysektorowej, jak również idea partycypacji rozumiana jako włączenie w proces wsparcia tych, którzy sami tego wsparcia potrzebują. Korzystanie z nowych technologii powinno przyczyniać się do osobistego rozwoju, społecznego zaangażowania, jak również do wysokiego poziomu dobrostanu psychicznego. Jako Fundacja dążymy do tego, aby wszelkie działania przez nas podejmowane doprowadzały do poprawy jakości życia wszystkich członków społeczności lokalnej.

W swojej działalności badawczo-szkoleniowej Fundacja kieruje się kilkoma najważniejszymi zasadami. **Uznajemy bowiem, że:**

1. W społeczeństwie sieci internet jest naturalnym środowiskiem wzrostu dzieci i młodzieży.
2. To nie media cyfrowe niszczą więzi, ale osłabiane przez rodziców więzi otwierają przestrzeń nową, ale w istocie obce dzieciom, bycie online.
3. Kontakt w sieci różni się od relacji bezpośredniej.
4. Odpowiedzialność cyfrową buduje się od wczesnych lat dziecka.
5. Ludzki mózg nie jest przystosowany do używania mediów cyfrowych, jak również do szybkich zmian zachodzących w zmieniającym się środowisku.
6. Dobrostan psychiczny użytkownika mediów cyfrowych uzależniony jest od świadomego pozostawiania poza przestrzenią Internetu.
7. To nie media cyfrowe są złe, niewłaściwe może być ich używanie.
8. Zachowania podejmowane w przestrzeni internetu mają takie same skutki co zachowania podejmowane w świecie realnym.
9. Życie wirtualne i realne to dwie manifestacje tego samego życia.

**Od czasu powołania Fundacji w grudniu 2015 roku udało nam się przeprowadzić kilka ciekawych projektów:**

- Kampania społeczna W RUCHU DROGOWYM JESTEM OFFLINE.
- Kampania społeczna IDĄ ŚWIĘTA NIE O SMS-IE, LECZ O KARTCE PAMIĘTAJ.
- Realizacja badań naukowych pt. DBAM O MÓJ Z@SIĘG wśród uczniów polskich szkół (22 tys. Uczniów) oraz nauczycieli (3 tys.).
- Realizacja badań naukowych pt. MŁODZI CYFROWI wśród uczniów polskich szkół (ponad 40 tys.).
- Realizacja badań naukowych pt. CYFROWI RODZICE wśród rodziców posiadających przynajmniej jedno dziecko w wieku przedszkolnym lub szkolnym (w trakcie realizacji).
- Eksperyment społeczny pt. POZ@ SIECIĄ polegający na 72-godzinym odcięciu 102 młodych osób od wszelkich mediów cyfrowych.
- Opracowanie innowacyjnego materiału edukacyjnego dla 5-6 latków oraz uczniów klas I-III szkół podstawowych pt. W KRAINIE FONOLANDII. Jak odpowiedzialnie i bezpiecznie korzystać z urządzeń cyfrowych.

**W swoich oddziaływaniach edukacyjnych podejmujemy następujące wątki:**

- Nadużywanie mediów cyfrowych w ruchu drogowym. Na czym polega bezpieczeństwo publiczne w świecie zdominowanym przez nowe technologie?



- Atrybuty społeczeństwa sieci – internet jako szansa i zagrożenie.
- Mechanizmy prowadzące do uzależnienia od mediów cyfrowych.
- Skala zjawiska oraz najważniejsze psychospołeczne determinanty zjawiska fonoholizmu – problemowego używania telefonu komórkowego
- Magia portali społecznościowych.
- Ochrona prywatności oraz problem sekstingu.
- Negatywne skutki związane z nadużywaniem mediów cyfrowych dla zdrowia somatycznego, psychicznego, społecznego oraz duchowego
- Sposoby codziennych rozwiązań zmierzających do bezpiecznego oraz odpowiedzialnego używania mediów cyfrowych.
- Ważność relacji osobistych w świecie zdominowanym przez nowe technologie