

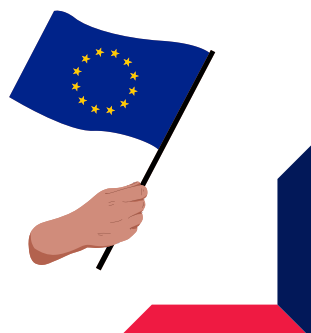
Digitální well-being

Co si představit pod pojmem "digitální well-being"?

Digitální well-being chápeme jako zdravý digitální životní styl a zdravé digitální návyky. Je vhodné jej brát jako součást kyberprevence a je jedním ze zásadních témat, na které by se prevence měla zaměřit.

Dle Doporučení Rady Evropy digitální well-being, neboli být spokojený online, obsahuje tyto složky: etické chování a empatii, zdravé a vyvážené užívání technologií a online komunikaci.

Rozměr EU

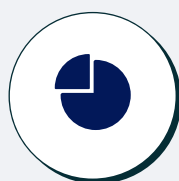


Rozměr ČR

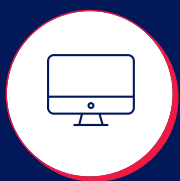


Digitální well-being by měl být vnímán jako proces, který vyžaduje neustálou reflexi o digitálním světě. Je dobré ho chápat jako dovednost umět žít v reálném a digitálním světě, tak abychom byli odolní, cítili se v pohodě a prospívali jsme. A měli digitální technologie pod kontrolou - ne naopak.

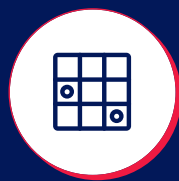
Co by se mělo dít, aby byl digitální well-being pojímán jako součást života školy a rodiny?



Sběr a vyhodnocování dat



Podpora BYOD a rozvoj digitálních gramotností učitelů s cílem kreativního, aktivního a smysluplného použití technologií



Dostupnost ve formě online vzdělávání



Individuální a skupinové supervize



Podpora etiky, soft skills a networkingu



Šíření příkladů dobré praxe (diskuze k tématu vyvolávané školními metodiky prevence a ICT koordinátory; tandemová výuka; návštěvy mezi školami)



Kampaně, tematické e-learningy



Vytvoření komunikačního prostoru (skrze školu, vedení skupinových rozhovorů s rodiči, žáky, učiteli a metodiky)