

IADliber

SONDAJ CU PRIVIRE LA CONȘTIENTIZAREA PUBLICULUI ASUPRA DÉPENDENŢEI DE INTERNET (IAD)

NUMĂR PROIECT: 2022-1-RO01-KA220-ADU-000087209

Consortiul proiectului IADliber a desfășurat focus grupuri în rândul profesioniștilor din educația adulților din fiecare țară parteneră, pentru a obține o imagine actuală a nivelului de conștientizare a publicului cu privire la utilizarea mindfulness-ului și a altor metode de concentrarea a atenției, a conștientizării de sine și a unei evaluări corecte a situației pentru a combate și preveni dependența de internet (Internet Addiction Disorder - IAD) în rândul adulților. Țările investigate au fost România, Spania, Cipru, Turcia, Portugalia, Polonia și Malta.

7 FOCUS GRUPURI
49 PARTICIPANȚI
33 FEMEI, 16 BĂRBAȚI



MINDFULNESS

Participanții au dovedit un nivel relativ ridicat de conștientizare în ceea ce privește mindfulness-ul, dar nu și în ceea ce privește posibilitatea aplicării acestuia în IAD. Deși este privit ca o tehnică eficientă, conștientizarea nu s-a tradus într-o practică eficientă. În consecință, participanții au evidențiat o mare nevoie de exerciții de mindfulness structurate, practice și ușor de urmat, pentru a facilita aplicarea acestuia în IAD.



ALTE METODE DE CONCENTRARE A ATENȚIEI

Aceste metode sunt considerate de către participanți ca fiind nu numai eficiente în raport cu IAD, ci și extrem de practice. În ciuda disponibilității informațiilor și resurselor referitoare la aceste metode, cea mai mare provocare rămâne totuși recunoașterea comportamentului problematic în IAD. Prin urmare, este necesară mai multă pregătire pentru profesioniști în aplicarea acestora atunci când se adresează IAD.



CONȘTIENTIZAREA DE SINE ȘI EVALUAREA CORECTĂ

Aici, beneficiile au fost imediat recunoscute de către participanți. Conștientizarea de sine și evaluarea corectă sunt considerate ingrediente fundamentale în abordarea IAD. Cu toate acestea, participanții au raportat foarte puține cunoștințe sau informații în legătură cu aplicarea acestora. Cunoștințele participanților și nivelul lor de înțelegere s-au dovedit a fi prea abstracte pentru a-i ajuta în eforturile lor de prevenire a utilizării greșite a internetului în rândul adulților.



PREVENȚIA IAD IN RÂNDUL ADULȚILOR

Prevenția este considerată un aspect important în depășirea IAD și participanții au dezvăluit o recunoaștere generală destul de ridicată a consecințelor IAD în rândul publicului larg. Cu toate acestea, ei au explicat că astfel de consecințe nu sunt privite în același mod de către toată lumea. Lipsa de formare în legătură cu liniile directe stabilite la identificarea și recunoașterea IAD a fost raportată ca principalul factor care împiedică eforturile de prevenție.

Conștientizarea este relativ prezentă la nivel teoretic, dar cunoștințele despre aplicarea în practică rămân limitate.

În ciuda dispoziției extrem de pozitive și a conștientizării generale asupra metodelor explorate în rândul participanților, este evident că conștientizarea nu se traduce automat în aplicarea eficientă a metodelor. Mai mult, lipsa cunoștințelor legate de identificarea corectă a utilizării problematice a internetului limitează adesea intervenția în cazul unor situații care devin vizibil grave, evidențiind nevoia unor linii directe mai bune de identificare, pentru a facilita capacitatea profesioniștilor de a preveni IAD. Participanții au subliniat, de asemenea, nevoia de resurse care să simplifice utilizarea metodelor și care să ofere tehnici practice și ușor de urmat pentru aplicare.

Puteți găsi mai multe informații aici:
www.iadliber.erasmus.site

Finanțat de Uniunea Europeană. Punctele de vedere și opiniile exprimate aparțin, însă, exclusiv autorului (autorilor) și nu reflectă neapărat punctele de vedere și opiniile Uniunii Europene sau ale ANPCDEF. Nici Uniunea Europeană și nici ANPCDEF nu pot fi considerate răspunzătoare pentru acestea.



Cofinanțat de
Uniunea Europeană