



Digitalisierung mit Augenmaß

Ob die Digitalisierung an Ihrer Schule nun schneller oder langsamer erfolgt: So oder so läuft es darauf hinaus, dass Sie künftig mehr Zeit als bisher vor dem Bildschirm verbringen werden. Das hat seine Vor- und Nachteile. Manches kann durch den Einsatz digitaler Medien vereinfacht, beschleunigt und auch qualitativ verbessert werden. Aber die Nutzung dieser Medien kann auch negative Folgen haben, mit denen wir uns in dieser Fortbildung beschäftigen wollen, um den möglichen Schäden der Digitalisierung rechtzeitig vorzubeugen und entgegen zu wirken. Drei Bereiche sind dabei anzusprechen:

1. Körper

Muskelverspannungen, Augenprobleme, Kopfschmerzen und auch Ernährungsfehler können die am eigenen Leib verspürbare Konsequenz einer intensiveren Mediennutzung sein. Wir zeigen Ihnen, wie Sie durch eine zweckmäßigere Arbeitsplatzgestaltung, durch Entspannungsübungen und durch eine gesundheitsförderliche Zeiteinteilung Vorsorge treffen können, um derartige Schäden zu vermeiden.

2. Emotionen

Nervosität, Ungeduld, Reizbarkeit und Frustration sind häufige Begleiterscheinungen der Arbeit am PC. Ändern Sie Ihre Reaktionsmuster, um künftig besser damit zurecht zu kommen, wenn 'die Kiste mal wieder spinnt' oder 'das Programm nicht macht, was es machen soll'. Und dosieren Sie klug Ihren Medienkonsum, um nicht inmitten der neuen digitalen Betriebsamkeit womöglich in Isolation oder Einsamkeit zu geraten.

3. Kognition

Vielen Produzenten digitaler Medien ist anscheinend die Verpackung wichtiger als der Inhalt. Oft wird man mit Phrasen, hübsch verpackten Halbwahrheiten oder gar mit Fake News abgespeist. Lernen Sie die wichtigsten Qualitätskriterien kennen, um schneller und souveräner die Spreu vom Weizen trennen zu können und sich nicht bei jeder Recherche erst durch Berge von nutzlosem Datenmüll wühlen zu müssen. Und nutzen Sie außerdem praxiserprobte Verhaltensstrategien zur Gewährleistung adäquater Datenschutzstandards und zur Abwehr von Gefahren wie Hate Speech oder Cybermobbing.

Es können alle genannten Themen oder nur die aus Ihrer Sicht vordringlichen behandelt werden. Bei Zeitpunkt, Dauer und Durchführungsart dieser Fortbildung richten wir uns nach Ihren aktuellen Möglichkeiten und Bedürfnissen:

- vier- oder sechsstündig, am Stück oder in mehreren Abschnitten
- für die Schulleitung oder für das ganze Kollegium
- bei Ihnen vor Ort und/oder als Videokonferenz