



Fundusze Europejskie

Biuletyn

Cyfrowa higiena – czyli gdzie zaczyna się dobrostan?

#KompetencjeCyfroweDlaKażdego

Myśląc o kompetencjach cyfrowych, mamy przed oczami umiejętności techniczne i informacyjne, takie jak wyszukiwanie informacji, obsługa urządzeń itd. Mówimy również o harmonijnej kompozycji wiedzy i postaw wspierających uczenie się i zdobywanie informacji w cyfrowym społeczeństwie. Niejednokrotnie jednak, z uwagi na nasze wciąż wzrastające kompetencje cyfrowe i ucyfrowienie świata, zacierają się granice harmonii pomiędzy potrzebami cyfrowymi a czasem spędzonym w sieci.

Ile czasu spędzamy w sieci i czego się boimy?
Według raportu „Nastolatki 3.0” opublikowanego przez NASK w roku 2023, jako jedną z najgroźniejszych konsekwencji korzystania z Internetu przez dzieci rodzice wskazują uzależnienie od niego (71,5%).

Kompetencje cyfrowe dla każdego



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



KRC
Kluby Rozwoju Cyfrowego

dla Rozwoju Społecznego

Obawa ta zajmuje trzecie miejsce w rankingu, tuż za: kradzieżą danych (73,4%) i cyberatakami (73,3%).

A czy my, dorośli, boimy się o siebie? I jak wiele czasu pochłaniają nam urządzenia ekranowe? Według Ogólnopolskiego Badania Higieny Cyfrowej 2022, prowadzonego przez Fundację Instytut Cyfrowego Obywatelstwa i Fundację Orange, większość – bo 64,4% badanych dorosłych internautów – uważa, że na korzystaniu z urządzeń ekranowych spędza dużo czasu. Co trzecia osoba nie jest w stanie ocenić, ile czasu w ciągu dnia spędza przed ekranami. 38,5% sądzi, że raczej dużo, a 25,9% – że zbyt dużo. Niemal co trzeciemu internaucie trudno jest ocenić, ile czasu spędza przed ekranem. Ile to jest dużo? To kwestia bardzo subiektywna. Badania higieny cyfrowej wskazują, że przed ekranami spędzamy średnio kilka godzin dziennie, szczególnie dni robocze determinują takie statystyki.

Jak wspierać cyfrową higienę?

Rok 2024 był ustanowionym przez Ministerstwo Cyfryzacji rokiem Cyfrowej Higieny. Co, gdyby u progu nowego roku przyglądnąć się własnym przyzwyczajeniom i stylom korzystania z cyfrowych rozwiązań? Jak wspierać balans i harmonię pomiędzy rzeczywistymi potrzebami korzystania z sieci, a przyzwyczajeniem i przyjemnością jaką daje nam spędzanie czasu online? Dbanie o higienę cyfrową w skali indywidualnej jest najważniejsze. Uważność na czas spędzany z bliskimi, korzystanie z różnych form cyfrowego detoksu, ograniczanie cyfrowej aktywności poza pracą i wiele, wiele innych. Niemniej ważne są rozwiązania systemowe, czy globalne, wspierające postawy świadomego korzystania z cyfrowych kompetencji i używania narzędzi cyfrowych. Jednym z takich rozwiązań są kampanie świadomościowe, edukacja cyfrowa i działania w społecznościach – wśród nich między innymi Kluby Rozwoju Cyfrowego (KRC), które już wkrótce powstaną w gminach, w Polsce.



dla Rozwoju Społecznego

Strategia Cyfryzacji Polski do 2035 roku, zakończono konsultacje społeczne

To pierwszy tak kompleksowy dokument w historii naszego kraju, który ma być planem transformacji cyfrowej na najbliższe 10 lat.

Dokument powstał w Ministerstwie Cyfryzacji we współpracy z innymi urzędami administracji rządowej oraz z uwzględnieniem postulatów interesariuszy społecznych i środowisk biznesowych. Zastąpi on Program Zintegrowanej Informatyzacji Państwa i będzie stanowić podstawę strategiczną dla wydatkowania europejskich funduszy przeznaczonych na cyfryzację, a tym samym będzie wyznaczał kierunek negocjacji obejmujących nadchodzącą perspektywę finansową.

- **Koniec z silosowością** – która sprawia, że poszczególne części administracji nie widzą się wzajemnie, podwyższa koszty i radykalnie utrudnia budowę korzystnych dla obywateli rozwiązań;

- **Pieniądże, ludzie i lepsza organizacja** – ludzie, którzy tworzą potencjał cyfrowy państwa nie mogą tego robić za płacę minimalną;
- **Współpraca** – międzynarodowa, ale też między państwem a akademią, społeczeństwem i biznesem. Współpraca, w której wszyscy – również międzynarodowe korporacje – dokładają swoje cegiełki do budowy wspólnego dobra;
- **Obywatele** – nowe rozwiązania nigdy nie mogą być wprowadzane kosztem bezpieczeństwa, zarówno w odniesieniu do cyberbezpieczeństwa, jak i do praw podstawowych;
- **Sprawiedliwa transformacja cyfrowa** – rozwijające się cyfrowe państwo musi dbać o klimat, prawa pracowników platformowych i wsparcie osób, których miejsca pracy są zagrożone przez technologię. Nie może też myśleć, że technologia sama rozwiąże wszystkie problemy;
- **Bezpieczeństwo** – w cyberprzestrzeni, w wykorzystaniu AI, w bezpiecznym korzystaniu z technologii w ogóle – przede wszystkim przez dzieci.

Z dokumentem można się zapoznać na stronie [Ministerstwa Cyfryzacji](#)



Czy kompetencje cyfrowe są domeną młodego pokolenia?

Według danych w Eurostat odsetek młodzieży w Polsce w wieku 16-19 lat, posiadającej co najmniej podstawowe umiejętności cyfrowe, wynosił w roku 2019 84% - to wynik lepszy niż średnia europejska.

Niestety, gdy grupę rozszerzymy o dorosłych, nie jest tak dobrze. Wg Indeksu gospodarki cyfrowej i społeczeństwa cyfrowego (DESI) na 2021 r. w grupie osób 16-74 lat, tylko 44% posiada co najmniej podstawowe umiejętności cyfrowe - średnia europejska to 58%.

Jedną z głównych przyczyn wykluczenia cyfrowego osób dorosłych, szczególnie osób starszych jest brak aktywności zawodowej, a tym samym brak motywacji, ciągłej stymulacji do rozwoju kompetencji. Jednym z rozwiązań, aby zaradzić temu problemowi, jest organizowanie pozaformalnej edukacji osób dorosłych w taki sposób, aby angażować wszystkich bez względu na styl życia, potrzeby, aktywność, czy wiek.

Na czym bazuje idea Klubów Rozwoju Cyfrowego i co wyróżnia to rozwiązanie?

KRC będą oferować mieszkańcom gminy zorganizowane wsparcie edukacyjne w zakresie rozwoju kompetencji cyfrowych, realizowane w różnych formach. Ich działanie wykracza poza swoją kluczową funkcję edukacyjną, pełnić też będą funkcję integrowania mieszkańców gminy. Dlatego ważne jest, aby tworzone lokalne KRC oparte były o trzy kluczowe wartości: adekwatność (do potrzeb), dostępność i atrakcyjność. W celu jak najlepszego wsparcia mieszkańców w rozwoju kompetencji cyfrowych, zajęcia w KRC nie będą mieć charakteru sformalizowanego, lecz skupią się w działaniach na modelu „klubu” – czyli miejsca, które w zorganizowanej ale bezpiecznej i swobodnej atmosferze pozwala zdobywać nowe umiejętności. Taki model może zabezpieczyć potrzeby osób dorosłych, z uwagi ich na styl uczenia się, może sprawić, że nie będą wstydzić się zdobywać wiedzy i wreszcie, nie mniej ważne, może sprzyjać dzieleniu się doświadczeniem, które są największym zasobem osób dorosłych.



Biuletyn redagowany przez zespół projektu Kluby Rozwoju Cyfrowego - projekt wspierający (KRC Wsparcie).
krc@c PPC.gov.pl

*Pod hasłem
[#KompetencjeCyfroweDlaKażdego](#)
upowszechniamy ideę rozwoju
kompetencji cyfrowych osób dorosłych.*

Fundusze Europejskie



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



KRC
Kluby Rozwoju Cyfrowego