
This is the **published version** of the bachelor thesis:

Candela Parrilla, Marc; Rodriguez Parron, Montserrat, dir. Projecte educatiu pel canvi d'actituds envers l'addicció a les pantalles en joves. Bellaterra: Universitat Autònoma de Barcelona, 2023. (Grau en Educació Social)

This version is available at <https://ddd.uab.cat/record/280671>

under the terms of the  license



Treball de final de grau:

**Projecte educatiu pel canvi d'actituds envers l'addicció a
les pantalles en joves.**

Marc Candela Parrilla

Tutora: Montserrat Rodríguez Parron,

Dep. Pedagogia Aplicada

Grau: Educació Social 22-23

02/06/2023

Índex

1.	Resum.....	1
	Català:	1
	Castellano:	1
	English:	1
1.	Presentació del tema.....	2
2.	Objectius del TFG	3
3.	Marc teòric:	3
3.1	Introducció a les noves tecnologies i les pantalles en l'educació.	3
3.2	Aspectes positius de l'ús de les pantalles en educació	4
3.3	Aspectes negatius de les pantalles pels joves	6
3.4	Models d'inspiració pel programa en vers l'addicció a les pantalles	8
5.	Disseny Metodològic	10
5.1	Context de la proposta	10
5.2	Procés de diagnòstic de necessitats en el grup de joves del centre "La Fàbrica". ..	10
6.	Proposta d'intervenció:	14
6.1	Justificació del projecte	14
6.2	Objectiu general i específics de la intervenció	15
6.3	Mètode, metodologia i disseny fonamentat teòricament	15
6.4	Procediments	16
6.5	Activitats programades	17
7.	Anàlisi del test abans i després de la intervenció	17
8.	Conclusions i discussió	19
9.	Reflexió final.....	21
10.	Bibliografia:	23
11.	Annexes	24
a.	Sessions programades.....	24
	Sessió 1	24
	Sessió 2:	26
	Sessió 3:	28
	Sessió 4:	30
b.	Instruments utilitzats en la detecció de necessitats:	34
i.	Entrevista directora del centre grup la Fàbrica de Can Tusell:	34
ii.	Entrevista educador referent del grup de joves del centre la Fàbrica de Can Tusell:	
	35	

iii.	Anàlisi dels resultats, primer test abans de la intervenció i segon test després de la intervenció, per avaluar la millora	37
c.	Materials didàctics de les intervencions	47
i.	Sessió 1: El concurs de les pantalles	47
ii.	Sessió 2: La taula dels consells	49
iii.	Sessió 3: El memori de les pantalles.....	49
iv.	Sessió 4: Curts de reflexió	49
d.	Cessió de drets d'entrevistes	50
i.	Consentiment informat directora del centre:	50
ii.	Consentiment informat, educador grup de joves:	51
e.	El pla de treball.....	52

1. Resum

Català:

Conceptes/Paraules clau: Pantalles, addicció, concentració, afectes negatius i positius, model de canvi d'actituds, projecte.

Aquest TFG se centra a dissenyar un projecte educatiu pel canvi d'actituds envers l'addicció a les pantalles en joves d'un centre obert. En ell es realitzà un marc teòric, on es contextualitza com les pantalles afecten aquestes noves generacions, una diagnosi de necessitats a través de diferents instruments de recollida d'informació, per tal de contextualitzar el màxim la proposta i finalment la implementació, execució i avaluació de quatre sessions centrades en tractar l'addicció dels joves sobre les pantalles i els aparells mòbils. En ell es demostra com a través de la implementació del model de canvi d'actituds, els joves han mostrat millores en la capacitat d'adquirir eines educatives per tal de gestionar l'abús de les pantalles, desenvolupar un pensament crític, adquirir una millora en relació el coneixement de competències favorables que les pantalles poden donar i finalment la conscienciació sobre les conseqüències negatives que comporta un ús excessiu de les pantalles.

Castellano:

Conceptos/Palabras clave: Pantallas, adicción, concentración, efectos negativos y positivos, modelo de cambio de actitudes y proyecto.

Resumen: Este TFG está centrado en diseñar un proyecto educativo para el cambio de actitudes con relación a la adicción a las pantallas en jóvenes de un centro abierto. En este trabajo, se realiza un marco teórico, donde se contextualiza como las pantallas afectan a estas nuevas generaciones, un diagnóstico de necesidades a través de diferentes instrumentos de recogida de información, para adaptar al máximo la propuesta, y finalmente la implementación, ejecución y evaluación de cuatro sesiones centradas en tratar la adicción de los jóvenes del centro sobre las pantallas y los dispositivos móviles. En él, se observa como a través de la implementación del modelo de cambio de actitudes, los jóvenes han demostrado mejoras en la capacidad de adquirir herramientas educativas para mejorar el abuso de las pantallas, desarrollar un pensamiento crítico, adquirir una mejora con relación al conocimiento de competencias favorables que las pantallas pueden dar y finalmente la concienciación en relación con las consecuencias negativas que comporta un uso excesivo de las pantallas.

English:

Concepts/Key words: Screens, addiction, concentration, negative and positive effects, attitude change model and project.

Abstract: This thesis is focused on the design of an educational project to change attitudes in relation to addiction to screens in young people in a social educative center. In this work, a theoretical framework is carried out, where the key academical concepts relating to how the screens affect these new generations are contextualised, to be able to adapt to a diagnosis of needs through different information that is also collected. Finally, this work explains and analyses the implementation, execution and evaluation of the proposed project to that entailed four sessions focused on treating the addiction of the young people of the center on screens and mobile devices. In it, it is observed how through the implementation of the attitude change model, young people have shown improvements in the ability to acquire educational tools to improve the abuse of screens, develop critical thinking, acquire an improvement in relation to knowledge of favorable skills that screens can provide, finally there is also a part in which

awareness of the negative consequences of excessive use of screens for this collective is discussed.

1. Presentació del tema

Sota la temàtica "Prevenió i canvi d'actituds de les conductes de risc dels joves", aquest TFG es vol concretar a la creació d'un programa pel canvi d'actituds en vers l'addicció a les pantalles per a joves catalans del centre/esplai diari, la Fabrica Can Tusell. Aquest és un centre situat a Catalunya, concretament a la ciutat de Terrassa, en el barri de Can Tusell.

A través del grau d'educació social, es busca fer ús de les competències bàsiques que aquest aporta a l'estudiant, amb la finalitat de complementar-se a través de l'execució d'aquest TFG. Aquestes competències se centren principalment en el coneixement i estudi de les bases de l'educació, la possibilitat d'aplicar el coneixement, així com l'execució, la defensa i la resolució de conflictes dins l'àrea de l'educació social. També, la capacitat d'interpretar i reunir dades o informació per tal d'extreure judicis o reflexions ètiques amb l'objectiu que les puguin transmetre a un públic especialitzat com general, i finalment, que es desenvolupin les habilitats d'aprenentatge necessàries per emprendre estudis posteriors amb un alt grau d'autonomia.

Amb el pas del temps i el creixement de les noves tecnologies la societat està adaptant-se a la possibilitat de viure en una època de canvis constants. Aquesta etapa de transició que ens acosta cada vegada més a una població més informatitzada i tecnològica, està generant un canvi en les actituds o maneres de fer des dels més petits fins als més grans. Fets com que els infants neixin i ja tinguin a les seves mans un mòbil o pel contrari avis i àvies que comencen a dominar l'ús de l'ordinador o les tablets, ens demostren com l'ésser humà està en un procés d'adaptació.

Davant aquest innovador context canviant, l'àmbit educatiu i respectivament les noves generacions estan presenciant una etapa informatitzada mai viscuda que està obrint les portes a un munt d'avantatge com les d'obtenir un fàcil accés als coneixements o la possibilitat d'agilitzar qualsevol procés d'informació, entre altres. Tot i això, no totes les conseqüències són bones, sinó també hi ha de dolentes, com per exemple un ús inadequat de les pantalles i la presència de certa addicció en elles.

A través d'una decorosa recerca bibliogràfica es presenta un marc teòric on s'exposa una contextualització de l'ús de les noves tecnologies (pantalles) amb l'àmbit educatiu, s'avaluen els pros i els contres i finalment s'exposen diferents models en vers el canvi d'actituds davant l'addicció a les pantalles de les noves generacions. La finalitat d'aquest TFG és executar un projecte al centre del grup la fàbrica de Can Tusell per tal de donar eines a les noves generacions davant l'ús inadequat de les pantalles.

Per tal de facilitar la contextualització, aquest centre neix a principi dels anys noranta, conformat per un conjunt de voluntaris que tenien l'objectiu de millorar el barri i oferir un ventall ampli d'activitats, així com diverses possibilitats pels infants, adolescents i joves del barri. Actualment, ja porten més de 25 anys en funcionament promovent la solidaritat, l'educació en el lleure i la igualtat d'oportunitats. Per tant, es creu que plasmar aquest projecte en el centre de

La Fàbrica, és el més adient, ja que en ell es pot comptar amb els i les joves del barri que assisteixen el casal.

2. Objectius del TFG

- Aprendre competències en vers la realització d'un programa centrat en l'addicció a les pantalles per joves.
- Conèixer el pensament crític d'autors rellevants en el món educatiu, en vers a les pantalles i l'educació.
- Avaluar l'eficàcia del programa en el canvi d'actituds en relació amb l'addició de les pantalles.

3. Marc teòric:

3.1 Introducció a les noves tecnologies i les pantalles en l'educació.

Avui en dia tal com ho va definir Bauman, vivim en una societat líquida, que s'ha allunyat d'aquells elements sòlids, rígids del passat i ha adquirit una direccionalitat nova plena de canvis i innovacions. El que abans enteníem com una societat estable, en l'actualitat s'entén com una societat canviant, dinàmica. Amb l'arribada de les noves tecnologies, s'ha desencadenat una sèrie de transformació que ha afectat en tots els àmbits de la nostra vida formal (professional) com no formal (entenent-la com aquella externa a la vida laboral), creant noves formes de comunicació i metodologia, és a dir, altres formes de desenvolupar-nos en el transcurs de la nostra vida. Aquestes tecnologies estan afectant en el nostre dia a dia.

En l'àmbit educatiu com en el laboral s'estan desencadenant una sèrie de canvis que donen molt del que parlar. Tal com ens diu C. Cantillo, et al. (2012).

“En la societat actual en constant moviment, els avanços tecnològics apareixen per donar resposta a les necessitats d'estar en contínua connexió amb la informació i les comunicacions. És per aquesta raó per la qual apareixen les tecnologies mòbils que configuraran el nostre paradigma social, cultural i educatiu” (p.2).

Aquests autors també ens expliquen que vivim en una societat del coneixement que demana cada vegada més els individus, competències relacionades amb les capacitats d'aprenentatge, adaptabilitat i flexibilitat. “Els avanços tecnològics donen resposta a les necessitats que es planteja aquesta societat en moviment, d'aquí surten les tecnologies mòbils, per tal de donar resposta a les necessitats constants d'accés a la informació i la comunicació”(p.2). Entre aquestes tecnologies moblis i trobaríem, les pantalles, exemplificades amb els ordinadors, mòbils, taulets, entre els més importants.

Castells (2006, citat a C. Cantillo, et al. (2012)), ens va plantejar que “l'arribada d'aquestes tecnologies mòbils ens porten a una sèrie d'interrogants en relació amb els afectes que tindran sobre la vida quotidiana” (p.2). El que ens volia dir en aquell temps, és que no sabia com aquestes tecnologies mòbils ens afectaria en l'àmbit laboral, polític, familiar i sobretot l'educatiu.

L'ús d'aquestes tecnologies apareixen al segle XX, a partir d'aquesta època es comencen a generar canvis en el panorama educatiu, “aportant en ella no només una mobilitat sinó també connectivitat, permanència i ubiqüitat, característiques pròpies dels dispositius mòbils necessaris en els sistemes d'educació a distància com presencial” (C. Cantillo, et al. (2012), p.3). Amb el pas de temps les noves tecnologies es van situant en el marc educatiu fet que es

generessin canvis en ell modificant-se perquè s'utilitzés com una eina didàctica, plena de recursos informatius i formatius.

Quant volem relacionar aquestes noves tecnologies amb l'educació, cal situar-les i contextualitzar-les, és a dir, és necessari exposar com aquestes han anat creixent amb el pas del temps de forma exponencial. C. Cantillo, et al. (2012), ens fan referència a que "la taxa de penetració de l'accés mòbil amb internet (en els països desargollats) va augmentar d'un 27% a un 46% entre l'any 2007 i 2010". Amb xifres com aquestes era impossible negar que les pantalles irrompien en el món educatiu i acadèmic de forma immediata, ja que ja ho estaven fent en altres sectors de la vida quotidiana.

En l'actualitat les pantalles es troben a tot arreu, ja sigui a través dels ordinadors, els mòbils, la televisió o "les tablets", s'han transformat en eines essencials pel desenvolupament del nostre dia a dia. Al domicili, a la feina i fins i tot en el cotxe, ja disposem d'aquestes pantalles, fins a tal punt de crear certa dependència. "Tot i així la familiaritat, que es tradueix en una estreta i prolongada convivència, no correspon amb un adequat coneixement d'aquests medis" (I. Moreno, et al. 2006, p.1), ja que la majoria de la població seria incapaç d'explicar el funcionament intern d'un mòbil, la seva programació i els algorismes que utilitza.

"Sense que hagi donat temps a què la persona conegui bé aquestes tecnologies més tradicionals, han aparegut ja altres medis, altres pantalles que plantegen noves formes de comunicació, hàbits d'oci i procediments de consum. Entre els més importants hi hauria internet, telèfon mòbil i els videojocs" (I. Moreno, et al. 2006, p.2).

Podem observar com el primer que vam fer va ser "aprendre el seu funcionament abans de conèixe'l, sobretot els més joves, que a més s'enfronten amb el seu bagatge en la seva limitada experiència, exposant-se a alguns riscos" (I. Moreno, et al. 2006, p.2). Com a resultat d'això, aquests mateixos autors ens expliquen que ja estan apareixent problemes com l'addició a les pantalles i les disfuncions socials.

Podríem considerar que gran part dels joves d'avui en dia interpreten el món a través de les pantalles on a mesura que van desenvolupant el seu funcionament, van entenent com internament està programat. D'altra banda, l'escola encara li costa canviar el plantejament educatiu i com utilitzar adequadament aquests recursos en la joventut. És de vital importància

"facilitar i promoure l'anàlisi de les característiques de cada una d'aquestes noves pantalles, així com deixant clar els avantatges que pot suposar el seu ús i advertir sobre aquelles disfuncions que es poden arribar a produir quan es fa una utilització no adequada d'elles" (I. Moreno, et al. 2006, p.2).

Abans és necessari esmentar quines són les principals pantalles avui en dia existents. Segons I. Moreno, et al. (2006), s'esmenta la televisió i la publicitat, els videojocs, internet i els telèfons mòbils. Totes aquestes noves pantalles estan involucrades en diferents àmbits. Pel que fa a l'escolar, aquestes noves pantalles estan exposades constantment en els joves, ja sigui en la mateixa aula com a l'hora d'esbarjo.

3.2 Aspectes positius de l'ús de les pantalles en educació

Un cop situades les pantalles en el nostre context, especialment l'educatiu és hora d'exemplificar els aspectes positius que envolten el món de les noves tecnologies i l'ús de les pantalles en l'àmbit educatiu.

Segons C. Cantillo, et al. (2012), ens mostren quines són les possibilitats educatives dels dispositius mòbils en l'àmbit educatiu. Aquestes són:

1. **Competències de comunicació lingüística:** Se centren a fer servir bé el llenguatge ja sigui en la comunicació oral com escrita, és a dir, en si la persona té una capacitat de generar per si judicis crítics, crear idees o prendre decisions. En els dispositius mòbils com els ordinadors, "les tablets" o els mòbils, poden trobar diverses aplicacions que poden ajudar a millorar aquesta competència, com la del diccionari de la RAE.
2. **Competències matemàtiques:** Centrada en determinar si la persona té capacitat de relacionar números, utilitzar-los, dominar les operacions bàsiques (sumes, restes, multiplicació i divisió), interpretació del que se t'està demanant i la resolució de problemes. En aquest cas també existeixen moltes aplicacions que poden fomentar la millora en competències matemàtiques pels joves.
3. **Competències del coneixement i la interpretació amb el món físic:** Aquestes es focalitzen en la capacitat d'analitzar, interpretar i generar conclusions en diferents sectors, com el de la salut, la ciència o el consum. A internet estan penjats al núvol tota mena d'articles científics, que et permeten obtenir diversitat de coneixements. També a través d'aplicacions ens donen l'oportunitat d'adquirir aquestes competències.
4. **Tractament de la informació i les competències digitals:** Centrades en l'aptitud de l'alumna per obtenir, buscar, processar, comunicar informació i per tal de transformar-la en coneixement. La seva utilització pot anar dirigida en qualsevol assignatura en l'escola.
5. **Competències socials i ciutadania:** Capacitat de participar de forma activa en la nostra societat a gran o a petita escala. Ens permet aportar idees, reflexions, així com escoltar altres propostes, generar i compartir nous models de pensament diferents. A través de vídeos o pàgines web, es poden utilitzar com a vincle entre les escoles i àmbits de l'administració (institucions).
6. **Competències artístiques i culturals:** Avui en dia, hi ha una gran quantitat d'aplicacions mòbils que et permeten conèixer, comprendre apreciar i valorar de forma crítica diferents aspectes culturals com artístics. Ja sigui a través d'internet o mitjançant aplicacions mòbils, aquestes ens presentarien des d'un recopilatori i emmagatzemen d'obres d'arts, fins a aplicacions que et permetessin expressar-te artísticament.
7. **Competències per aprendre a aprendre:** Centrada en la formació i l'aprenentatge en el transcurs de la teva vida, en la capacitat de seguir-te formant de forma autònoma per tu mateix, a través d'un interès propi pel mateix aprenentatge.
8. **L'autonomia i iniciativa personal:** Se centra en aquelles habilitats que proporciona a l'alumna la capacitat de ser responsable, perseverant, creatiu i autocrític. D'aquesta manera l'alumna en el mateix centre educatiu pot obtenir un ampli coneixement dels reptes futurs que es pot trobar. El fet d'utilitzar dispositius mòbils per a entregar tasques, els obliga en certa manera a buscar informació en línia, verificar-la, aconseguir un coneixement crític, informar-se, és a dir, totes aquelles competències que en un futur el mercat laboral o fins i tot la seva pròpia vida privada es requeriran.

D'altra banda, Y. Smith, et al. 2020 apunta que:

"l'increment de l'ús dels dispositius mòbils en l'àmbit educatiu, ha donat origen al concepte del "Mobile Learning". Aquest nou invent neix de l'adquisició de coneixement, habilitats i actituds a través de l'ús dels dispositius mòbils" (p. 4).

Smith, proposa que els dispositius mòbils han de ser avaluats amb criteris d'adaptabilitat, rendiment i eficiència per les institucions tenint en compte les necessitats particulars que presenta l'ecosistema d'aprenentatge. Segons l'autor, les característiques més importants en aquesta nova vida d'aprenentatge, són les capacitats de revisar il·limitadament els continguts i tenir l'oportunitat d'entendre'ls millor.

Així a través del M-Learning, els beneficis no són pas únicament pels estudiants, sinó també pels professors, ja que aquests enforteixen el procés d'ensenyança i els permet ampliar la participació dels seus estudiants en les diferents dinàmiques educatives que es suggereixin.

Per tant, l'autor ens diu que:

“Els dispositius mòbils beneficien a les dues parts en el procés educatiu, contribueix a satisfer les necessitats dels estudiants, impartir classe amb eficiència, dinamitzar i millorar l'aprenentatge, trencar paradigmes de l'educació tradicional i portar l'aprenentatge més enllà de la institució (p.4).”

Finalment, en relació amb els afectes positius, l'estudi realitzat per J. María, et al. 2020, apunten que hi ha una necessitat molt ampla a seguir investigant la influència dels dispositius mòbils en l'aprenentatge per tal de conèixer aquells recursos tecnològics que verdaderament tenen un efecte positiu en els estudiants, així doncs, a partir de dades fiables que ens serveixin com a referents, podrem obtenir resultats clars, que actualment pel desconeixement no s'acaben de tenir.

3.3 Aspectes negatius de les pantalles pels joves

Un cop determinats els punts positius de la utilització de les pantalles i en l'àmbit educatiu, és necessari recalcar i tenir en compte els següents punts negatius que es poden donar tant en la vida quotidiana del jove, com en l'àmbit escolar.

Unicef (2021), ens explica que:

“la salut física i emocional de les persones joves és cada vegada més preocupant, ja que al passar més temps en internet, es realitzen menys activitats a l'aire lliure, tenint així una pitjor qualitat de la son, apareixent més símptomes d'ansietat i el desenvolupament d'hàbits alimentaris menys saludables” (citat a L. Cynthia i O. Rodríguez. 2021, p.5).

S'han generat diversos estudis que mostren com un consum excessiu pot generar afectes negatius en el desenvolupament de la persona. Entre aquest hi hauria el d'Heuvel, et al. (2019), en aquest es comprova com existeix un fort vincle entre el fet de visualitzar o utilitzar aparells mòbils i el desenvolupament d'un cert retard en el llenguatge expressiu. Tot i que aquest estudi se centra en nens i nenes de divuit mesos d'edat, aquests quan creixin patiran aquests efectes, sobretot en la joventut.

També s'ha pogut observar com:

“Un temps excessiu mirant pantalles acaba tenint un impacte negatiu en el desenvolupament nutricional que acaba afectant en un augment de l'obesitat empitjorant així la qualitat de vida com l'estat emocional de les persones”. (Gavoto (2020), citat a L. Cynthia i O. Rodríguez, 2021, p.19).

En relació amb el temps màxim recomanat davant d'una pantalla, la Guia per la utilització de les pantalles del col·legi real de pediatria i salut del nen al Regne unit (2019), ens especifica que no

hi ha d'haver límits fixats, ha de ser la família qui conjuntament amb el metge de capçalera determini segons l'infant o jove, la quantitat de temps que pot estar mirant la pantalla.

Seguin amb el dèficit que pot generar un excés en el consum de les pantalles, hi trobaríem els estudis de A. Velasco (2018), qui en el seu estudi amb relació a l'impacte del temps de la pantalla sobre el desenvolupament del coeficient intel·lectual, ens diu que hi ha una

“relació existent amb l'exposició al temps de pantalles i el desenvolupament del coeficient intel·lectual en edats prematures, considerant que un 42% dels infants expressen un desenvolupament del coeficient intel·lectual deficient entre els sis mesos i els dos anys”. (p.53)

També aquesta mateixa autora explica com el temps invertit estan amb les pantalles disminuirà la interacció familiar, fent que el coeficient intel·lectual no es desenvolupi, ja que per això és essencial relacionar-se en grup (sigui la família o els amics).

O. Mohedano i P. Hernández (2021, citat a L. Cynthia i O. Rodríguez 2021, p.6), ens esmenten que "l'ús excessiu de les pantalles també afecte a la son i al descans de la persona". Amb això el que ens volen dir, és que, si estem massa temps mirant les pantalles, a través de l'ordinador, les "tablets" o el mòbil acaben afectant de forma negativa al nostre desenvolupament físic com emocional (psíquic), promovent en el cas dels joves un pitjor rendiment escolar afectant la seva trajectòria acadèmica.

Seguin amb l'efecte negatiu de les pantalles, aquest mateix article esmenta que “la revolució tecnològica, avui en dia exerceix una important influència sobre el comportament dels éssers humans” (M. Gómez (2015), citat de L. Cynthia i O. Rodríguez, 2021, p.8). Aquesta està canviant i generant transformacions en

“la concepció de valors fonamentals com la tolerància, la justícia, la solidaritat i el respecte, especialment entre els més joves, els quals, a partir de les noves modalitats comunicatives es veuen afectats amb carències afectives, dificultats en la construcció d'una unitat de grup i una inadequada recerca de sentits en el projecte de vida de cada persona” (A. Jiménez (2015) citat de L. Cynthia i O. Rodríguez, 2021, p.8)).

Una de les principals vies per les quals les pantalles han arribat a l'escola seria a través de les conegudes TIC (tècniques de la informació i la comunicació). Aquestes es van veure incrementades en la quarantena a conseqüència de la COVID-19. Això ha generat que amb la tornada escolar possiblement molts joves no s'acaben d'adaptar al retorn de les aules promovent que en les mateixes aules educatives de l'àmbit escolar es faci ús dels mòbils en hores no destinades a les TIC. Segons C. Cantillo, et al. (2012), ens exposen que:

“una possible solució en aquesta dualitat entre la prohibició dels dispositius mòbils en l'aula i la necessitat de desenvolupar projectes educatius que lliguin l'escola amb l'entorn social i tecnològic en el qual es desenvolupa l'alumnat fora d'ella, és optar per una entrada dels dispositius mòbils autoregulada pel mateix professorat i l'alumnat a la vegada, exposant el tema en comú i buscant entre tots solucions pel consens” (p.9).

Finalment Y. Smith, et al. 2020 apunta al fet que:

"Els dispositius mòbils en l'aula de classe poden portar conseqüències negatives com la distracció, la falta d'habilitats pràctiques i la reducció de la interacció del "cara a cara", ja que al ser multi-tasques no és necessari tenir una aplicació exclusiva amb continguts acadèmics, és a dir, es converteix en una eina genèrica d'ús recurrent" (p.4).

També aquest mateix article destaca que moltes de les aplicacions que es creen, per fer un servei educatiu i per tant, poder-se utilitzar a l'aula (escola), no estan testejades o provades científicament, aquest tipus d'aplicacions danyen molt a les que sí que ho estan.

3.4 Models d'inspiració pel programa en vers l'addicció a les pantalles

Tal com hem vist avui en dia l'ús de les pantalles es troba en tots els sectors. El principal problema que s'ha detectat és que el consum descontrolat d'aquestes pantalles pot esdevenir conseqüències nefastes en el desenvolupament social com intel·lectual per l'infant, jove o adolescent (ja sigui en l'àmbit educatiu com el de la vida quotidiana). D'altra banda, la desconexió de les conseqüències en la nostra societat, com la mala gestió d'aquestes són els principals factors negatius de les pantalles en l'àmbit del jovent i les noves generacions. Per tots aquests motius a continuació es citen un seguit d'articles educatius fonamentats en el canvi d'actituds. L'objectiu principal de citar-los és plasmar el funcionament i conèixer com aquests programes centrats en el canvi d'actituds es poden adaptar en vers el bon ús dels dispositius mòbils (pantalles) en educació, que malauradament no es dona.

Montané, J et al. (1999), ens mostra com treballar l'educació pel canvi d'actituds en relació a l'educació viària des d'una basant pràctica, portant-ho a la realitat. Per fer-ho explica tres punts fonamentals a tenir en compte en tota pràctica, aquests es poden extrapolar en el programa que es realitzarà en vers a l'addicció a les pantalles:

1. Transmetre el coneixement d'allò que s'ha de fer.
2. Treballar l'adquisició de destreses.
3. Ensenyar a voler fer el que s'ha de fer.

També aquests mateixos autors classifiquen les activitats a realitzar en tres grups. Aquests serien activitats col·laterals no relacionades directament amb la prevenció, activitats parcialment relacionades amb la reducció d'accidents (que es podria adaptar a la reducció de l'ús de les pantalles), la transmissió d'emocions i sentiments favorables, també adaptables en la utilització de la comunicació verbal com a mitja d'expressió emocional, més enllà de l'ús de les pantalles i finalment, activitats relacionades amb la transmissió de coneixements i destreses de prevenció. En relació amb les modalitats d'intervenció en educació viària, Montané, J et al. (1999), ens mostra dos grans factors de classificació:

- Segons si els agents d'intervenció són externs o interns al centre.
- Segons si l'educació viària està integrada en la formació o constitueix una part específica del currículum de formació.

Pel que fan els elements metodològics per a la intervenció en educació viària, per tal que aquests siguin tan optimitzats com sigui possible, s'explica que s'ha de tenir en compte la integració d'aquest projecte de forma permanent (en el lloc on s'implementés), així doncs si s'instaurés en l'educació formal centrat en el canvi d'actituds dels joves (en relació a les pantalles), es podria dur a terme una visió molt més àmplia del que engloba l'educació viària. En relació amb l'ús de les pantalles en l'àmbit escolar, és cert que hi ha les TIC, però aquestes actualment estan totalment sobrepassades pels canvis constants i la falta d'unidireccionalitat educativa en vers a les pantalles i les noves generacions.

D'altra banda, Montané, J et al. (1999) ens comenta la importància de les educadores en tot aquest procés, ja que són fonamentals per tenir èxit, de la mateixa manera que ho seran en el programa que es proposarà vers l'addicció a les pantalles.

Un cop analitzat aquesta proposta, és necessari suggerir-ne de més per entendre la millor manera de crear una proposta ajustada a la realitat. M. Rodríguez, et al 2007, en relació a l'aplicació del canvi d'actituds en aquest cas en vers a la prevenció dels accidents de tràfic, estipula que s'han de seguir els següents passos:

1. Inici amb l'observació de la conducta per tal de deduir quina hauria de ser la conducta segura. Aquest cas faria referència a la conducció, però es podria traslladar a com a través d'un diagnòstic de necessitats mitjançant una entrevista o un diari de camp com a instruments, es pot realitzar una observació adequada.
2. Determinar els objectius de la conducta segura i eficaç. Aquests podrien ser els objectius de la intervenció que es vol plantejar.
3. Es dedueixen les necessitats de formació que deuen integrar els conductors segurs i eficaços. Per fer-ho es proposen tres aspectes:
 - a. Formació per a la millora de la informació. Aquest apartat podria traslladar-se en la conscienciació de les noves generacions en l'ús i regulació dels dispositius mòbils i com aquests els afecten.
 - b. Integració dels hàbits de conducta segura, és a dir, eines de gestió en l'ús dels dispositius mòbils.
 - c. Formació per a la integració d'emocions favorables a la seguretat. En aquest cas tot i no tenir gran relació en l'àmbit educatiu, dins l'aula, es podria traslladar en dinàmiques en vers a les emocions que molts cops no sabem com gestionar-les en les xarxes socials.
4. Elaboració del programa per un canvi de conducta
5. Aplicació del programa de formació i d'avaluació d'aquest.

Com es pot observar el plantejat en aquest apartat del marc teòric, es veurà reflectit en l'apartat del disseny metodològic.

Aquests mateixos autors, expliquen que a més de seguir aquest procés esmentat anteriorment, és necessari que es segueixin cinc passos essencials pel canvi d'actituds de les persones. Aquest són els principals enfocaments que ens faciliten entendre millor la teoria del canvi d'actituds. En primer lloc, hi trobaríem les "Aportacions del model de qualitat". Aquest model ens mostra una perspectiva empresarial diferent, enfocada a què els centres de formació (en aquest cas autoescoles, però podria traslladar-se a les escoles) siguin productores de conductes segures. D'aquesta manera les institucions podrien gestionar que es fes una adequada formació.

En segon lloc, hi hauria el model "d'Aportacions a la conducta segura". En aquest es presenten 3 enfocaments diferents en vers al model de canvi d'actituds. Aquest serien els següents:

- Els paradigmes d'alguns aprenentatges: Fa referència els aprenentatges a través dels condicionants evitatius i apetitius i com aquests ens permeten avançar cap a un model de conducta segura. L'exemple que ens mostra seria el carnet de conduir i com el condicionant de que no te'l treguin per mala conducció, et fa conduir millor i més segur.
- Els paradigmes de factors de risc i mesures preventives: Aquest enfocament ens ajuda a entendre que totes les conductes en relació amb la conducció (adaptable a l'ús dels dispositius mòbils) es poden catalogar en comportaments agrupats, en factors de seguretat i risc.

- Els diferents passos per canviar les actituds segons el propi model de canvi d'actituds: Aquest model permet conèixer tots els aspectes que s'han d'avaluar i modificar perquè en un futur funcionin.

5. Disseny Metodològic

5.1 Context de la proposta

El projecte educatiu pel canvi d'actituds en vers l'addicció a les pantalles en joves suposarà un disseny, implementació i avaluació. Concretament, es realitzarà un diagnòstic de necessitats, posteriorment s'elaboraran uns objectius a partir dels quals treballar i finalment es formularà i s'executarà una proposta amb la finalitat d'avaluar-la i veure l'impacte d'aquesta.

La proposta es plantejarà en l'esplai diari d'infants i joves, del que compta el centre el Grup la Fàbrica situat en el barri de Can Tusell a Terrassa. En aquest esplai i centre diürn es brinda l'oportunitat als infants i joves de 5 a 8 de la tarda a poder participar en activitats diàries educatives fora de l'horari escolar lectiu. Aquesta proposta sorgeix davant la necessitat del barri de tenir altres opcions pels infants i joves, que no siguin estar al carrer un cop han acabat l'escola. D'aquesta manera es realitzen activitats extraescolars, educatives, centrades en el lleure educatiu.

L'esplai diari compta amb 5 grups a partir dels quals es distribueixen el conjunt d'infants que van al centre. Aquest serien el de petits, grans, pre-joves i finalment l'últim en el qual es vol centrar aquest programa, el de joves on es troben nens i nenes de 14 a 18 anys. Tot i que la proposta està enfocada en el grup de joves, aquesta també es pot traslladar a altres tipus de grups d'edat, entre ells, adolescents i infants. Tal com ens diu les Nacions Unides (2022), no existeix una definició internacional universalment acceptada del grup d'edat que compren el concepte de joves, així i tot, també ens explica que en termes estadístics es considera joves com aquella persona entre 15 i 24 anys. Així doncs, el programa estarà focalitzat en la franja d'edat del grup de joves del centre, tot i que també es podrà aplicar en altres grups d'edats.

5.2 Procés de diagnòstic de necessitats en el grup de joves del centre “La Fàbrica”.

Per la realització d'aquest diagnòstic de necessitats s'ha vist convenient utilitzar com a instrument de recollida d'informació l'execució de dues entrevistes estructurades. Per una banda, a la directora del centre i per l'altre a l'educador referent del grup de joves. D'aquesta manera el diagnòstic de necessitats es pot contextualitzar més a la realitat del centre des d'una basant més formal o teòrica amb l'opinió objectiva de la directora del centre i per l'altre es pot descobrir des d'un àmbit més pràctic a partir de l'educador referent del grup de joves. També tot i que en aquest apartat no s'analitza, es realitzarà un primer test als joves, per tal d'avaluar els coneixements des d'on parteixen, amb la finalitat que més endavant un cop executada la intervenció es torni a passar per identificar l'impacte de la nostra intervenció.

La informació d'aquestes dues entrevistes ha estat recollida a través del recurs d'àudio que serveix per enregistrar i gravar. També, cal destacar que el consentiment informat que les educadores han firmat per poder desvelar la informació que exposen, es pot visualitzar en l'apartat d'annexos de la mateixa manera que també allà es poden trobar les dues entrevistes.

A continuació es procedirà a analitzar cada apartat de les dues entrevistes realitzades. Per fer-ho s'extrauran fragments de cada pregunta es compartiran i s'analitzaran, referenciant en tot moment d'on surt la informació.

En primer lloc, s'analitza l'entrevista feta a la directora del centre. En la primera pregunta relacionada amb l'ús excessiu de les noves tecnologies i els dispositius mòbils (pantalles) en l'àmbit educatiu es pot observar com esmenta que realment hi ha un ús excessiu de les pantalles a les escoles, sobretot pel que veu ella amb aquells infants o joves que venen al cau a fer deures de repàs on tots ells porten ordinadors del mateix col·legi. Concretament esmenta que:

"Avui en dia gairebé totes les escoles donen ordinadors als infants, per tal que des d'aquestes noves tecnologies, facin els deures, entreguin tasques o puguin realitzar un munt d'activitats educatives a través de les pantalles" (línia 4-7).

Pel que fa a la segona pregunta, centrada en si en l'entitat es fan ús d'aquests dispositius mòbils, comenta que, realment ells com a entitat no tenen necessitat de fer un ús constant de les pantalles com a suport educatiu. Tot i això, els infants a l'hora de fer deures, utilitzen els mateixos ordinadors que es donen a l'escola per fer-los. Afirmar que:

"d'aquesta manera tot i que és cert que des de l'entitat es podria treballar molt més, creiem més necessari donar importància a altres tipus d'eines educatives" (línia 11-12).

En la tercera pregunta, ja més enfocada en si hi ha una falta d'educació i formació per part de l'àmbit educatiu en l'ús de les pantalles en l'educació, es pot detectar com es comencen a detectar certs dèficits o necessitats. Des de la seva experiència afirma que tot i que els educadors tenen cert domini de com s'utilitzen els dispositius mòbils, aquest coneixement no va més enllà de saber únicament utilitzar-los. És a dir, detectem com ella mateixa exposa que:

"no tenim constància dels efectes negatius que pot tenir un mal ús d'aquestes pantalles, així com els avantatges que pot proporcionar educativament en els infants o joves del centre. Així doncs, podríem considerar que hi ha una falta de conscienciació tant pels educadors com per les noves generacions de com fer un ús adequat de les pantalles" (línia 17-21).

La quarta pregunta, centrada en la conscienciació dels joves en vers l'addicció o un abús en la utilització de les pantalles, contesta que realment aquestes noves generacions no són conscients dels efectes negatius que pot tenir una constant utilització d'un dispositiu mòbil o una pantalla. També esmenta que tampoc són conscients de l'avantatge que poden arribar a extreure en cas que fessin un bon ús d'aquestes.

"podríem considerar que no són pas conscients del rerefons de tot això i ni molt menys tenen un pensament crític en vers l'ús adequat de les pantalles" (línia 30-31)

La cinquena pregunta, enfocada a la dependència del grup de joves del centre a les pantalles o dispositius mòbils, esmenta que gran part dels joves del cau tenen una gran dependència a les pantalles. Comenta que anteriorment posaven més imposicions perquè els joves utilitzessin els

dispositius mòbils en els caus, tot així assegura que ja no ho fan tot i que seria el més adient. Finalment acaba contestat que:

"Avui en dia és cert que el grup de joves constantment sigui fent deures o qualsevol activitat, estan pendents del mòbil mirant xarxes socials o altres coses" (línia 40-41).

En la sisena i última pregunta que es fa, per tal de determinar si és necessària la meua intervenció en vers un programa de canvi d'actituds sobre l'addicció a les pantalles del grup de joves del centre, l'educadora ens contesta que, sí que ho és. Acaba dient que a través d'aquesta proposta els joves podrien tenir suficients eines educatives que en un futur podrien utilitzar. Finalment acaba admetent que:

"el grup de joves és l'ideal per plasmar el projecte, ja que tal com té explicat es presenten bastants necessitats en vers l'addicció a les pantalles" (51-52).

Un cop analitzada l'entrevista de la directora del centre, per tal d'acabar amb la diagnosi de necessitats, és necessari analitzar l'entrevista realitzada a l'educador referent del grup de joves. S'ha de deixar clar que les respostes de l'educador són semblants a les de la directora, tot i això, és necessari evidenciar-les per tal de fer una bona detecció de necessitats.

En la primera pregunta, centrada en l'ús excessiu de les noves tecnologies o les pantalles en l'àmbit educatiu, l'educador referent contesta que realment hi ha un ús excessiu d'aquestes, ja sigui en l'àmbit escolar com fora d'ell. Fins i tot posa exemples que ell mateix ha vist quan el grup de joves fa repàs escolar. Explica que:

"els deures no s'apunten a l'agenda sinó que es penjen al Classroom online. Així que obligatòriament, vulguem o no vulguem, hi ha un ús excessiu a les pantalles" (línia 4-5).

Pel que fa a la segona pregunta, quan se li pregunta si des de l'entitat intenten utilitzar els dispositius mòbils com a suport educatiu, esmenta que no massa, sobretot en el repàs escolar, tot i això, explica que pels més petits hi ha un programa educatiu que busca introduir els infants a les pantalles anomenat OMNIA, però diu que:

"intentem no utilitzar-ho massa com un suport educatiu, sinó com una eina de tant en tant" (línia 9-10).

En la tercera pregunta, relacionada amb si l'educador creu que hi ha una falta d'educació i formació per part de l'àmbit educatiu en l'ús adequat de les pantalles cap als joves, l'entrevistat contesta que hi ha una gran falta de formació i com a tal no es fa un ús responsable de les pantalles sigui dins l'escola, fora o fins i tot a l'entitat. Podem observar com l'educador creu fermament que els joves no coneixen o coneixen molt poc els efectes negatius de les pantalles i com es poden identificar.

En la quarta pregunta, quan es fa èmfasi a si l'educador creu que les noves generacions (que de ven petits utilitzen les pantalles) són conscients dels efectes negatius que pot generar un abús d'aquestes, ell pel que ha vist en la seva experiència com a educador, considera que no són

pas conscients. Sobretot remarca que la realitat que cada generació ha viscut amb la utilització de les pantalles és molt diferent. Acaba concretant que:

“No tenen ni idea del que estan fent quan tenen un ús excessiu de les pantalles” (línia 27-28)

En la cinquena pregunta, centrada en si ell com a educador del grup de joves ha detectat un ús excessiu dels dispositius mòbils o les pantalles dins del cau, respon afirmant amb el cap dient que sí. Esmenta que aquesta problemàtica neix només entrar el cau, però sobretot on més es dona és a l'hora de fer repàs escolar. Acaba dient que:

“els infants no coneixen altres alternatives amb les quals passar el temps, que no sigui a través d'un mòbil o ordinador” (línia 35-36).

En la sisena pregunta, quan se li pregunta en relació amb si els dispositius mòbils generen certa distracció pels joves a l'hora de concentrar-se, l'educador contesta que sí. Expressant que hi ha una necessitat important. Explica que:

“en el moment en el qual poden estar mirant un PDF que els hi ha passat un company o el professor en el mòbil i en el mateix temps li estan parlant 34 persones a la vegada per Instagram, és impossible discernir entre un ús responsable i l'oci” (línia 40-43).

En la setena pregunta, enfocada més en si en el dia a dia de l'educador ha detectat com els joves tot i no poder utilitzar les pantalles a través dels dispositius mòbils ho fan igualment, contesta que sí. Explica que tot i que els impedeixis fer ús, els joves no fan gaire cas. En aquesta resposta podem observar com l'educador determina que existeix una certa dependència o addicció a les pantalles, sobretot quan diu que:

“hi ha moments en els quals tu els prohibeixes explícitament utilitzar el mòbil, i l'addicció sempre és superior a ells/es fent que ho utilitzin constantment” (línia 46-47).

En la vuitena pregunta, quan se li pregunta a l'educador amb relació a la dependència els dispositius mòbils o les pantalles en el grup de joves, ell contesta dient que aquesta dependència potser en el centre no es dona tant en ordinadors o taulets, sinó que on més apareix en els mòbils on els joves constantment els estan utilitzant.

Finalment, en l'última pregunta, centrada en si creu que és necessari que la intervenció sobre el programa de canvi d'actituds del grup de joves amb relació a l'addició de les pantalles és necessari realitzar-se, contesta dient que sí, concretament diu que:

“Seria el més adient i més després del que té dit, ja que els joves d'avui en dia que venen el casal no són conscients o no tenen un pensament crític en vers l'abús en la utilització de les pantalles. Seria adequat que aquesta proposta tingués en compte tant les coses bones com dolentes i a la vegada dones eines educatives per gestionar aquesta addicció” (línia 60-63).

A través d'aquesta detecció de necessitats, s'ha pogut concretar o acorar molt més els objectius que busca respondre aquest programa d'intervenció.

6. Proposta d'intervenció:

6.1 Justificació del projecte

Tal com s'ha pogut comprovar al llarg d'aquest TFG, l'ús de les pantalles en l'àmbit educatiu, ens aporta un munt de competències a tenir en compte. Tot i això, després de realitzar una recerca informàtica i acadèmica, s'ha pogut deduir que una mala gestió d'aquestes noves tecnologies i sobretot de les pantalles, ja sigui en l'àmbit educatiu com fora d'aquest, pot tenir un impacte negatiu en el dia a dia de les noves generacions.

Concretament, s'ha comprovat com, un augment descontrolat del temps utilitzat en les pantalles pot tenir afectes negatius en la son, i per tant també en el descans de la persona, pot generar un augment de l'ansietat i desenvolupament d'hàbits alimentaris poc saludables, afavorint a una pitjor nutrició, pot disminuir el contacte amb la família i paral·lelament amb l'aire lliure, la natura o el camp, ja que pot generar aïllament. També la utilització de les pantalles en edats prematures com els divuit mesos, acaba tenint un fort impacte negatiu en el desenvolupament cognitiu i el coeficient intel·lectual, que acabar afectant a mesura que l'infant baixi creixent.

D'altra banda, aquesta addicció que molts joves poden tenir a les pantalles, acaba influenciant aquestes noves generacions en l'àmbit escolar, on la falta de gestió i la capacitat de posar límits en l'ús dels dispositius mòbils, els porta a utilitzar-los en moments que no toca dins la mateixa aula, dificultant molt el procés d'ensenyament i aprenentatge que les escoles proposen, augmentant d'aquesta manera el nivell de desconcentració. També s'ha de tenir en compte que la utilització de les pantalles de forma descontrolada pot acabar afectant en el comportament dels joves, ja que pot acabar modificant la seva perspectiva en vers la tolerància, justícia, solidaritat i respecte.

Tenint en compte totes aquestes raons més les que s'especifiquen en el procés de diagnosi de necessitats, es creu necessari realitzar un projecte enfocat en el grup de joves del centre la Fàbrica de Can Tusell. Aquest grup com ja s'ha comentat està conformat per diversos nois i noies que es troben entre els 14 i 18 anys.

Es creu essencial desenvolupar un projecte en aquest grup, ja que tal com es demostra a la detecció de necessitats, aquest es podria considerar que té certa addicció a la utilització constant del mòbil a partir del qual a les hores de fer deures utilitzen i, per tant, es distreuen. També es considera que al trobar-se en edats on han de prendre decisions importants que marcaran d'alguna manera la direccionalitat al llarg de la seva vida (com per exemple, escollir el tipus de batxillerat que realitzarà, decidir si faran batxillerat o un cicle, o fins i tot si un cop acabat batxillerat decidir si volen accedir a la universitat, entre altres), i a la vegada estar enganxats en l'ús del mòbil i conseqüentment de les xarxes socials, pot afectar el desenvolupament de la personalitat d'aquestes noves generacions, distraient-los de les seves metes professionals acadèmics com socials. Per tant, proporcionar dinàmiques a partir de les quals els joves puguin conèixer o conscienciar-se en vers els efectes negatius que tenen els dispositius mòbils, així com donar eines de gestió en vers la possibilitat de posar límits en l'ús d'aquest, es pot afavorir en

crear una perspectiva de futur en vers a ells mateixos on els efectes negatius esmentats abans es puguin gestionar o resoldre.

Per tots aquests motius s'utilitzarà la metodologia emparada en el model de canvi d'actituds esmentat anteriorment en el marc teòric, a partir del qual buscarem pal·liar aquests dèficits o necessitats que el grup de joves presenta.

6.2 Objectiu general i específics de la intervenció

Avaluar l'eficàcia del programa de canvi d'actituds en relació amb l'addició a les pantalles.

- Dissenyar un programa d'intervenció fonamentat en el canvi d'actituds per joves.
- Aplicar el programa en el centre diari de Can Tusell.
- Donar eines educatives per gestionar l'abús de les pantalles.
- Desenvolupar un pensament crític en els joves usuaris que utilitzen habitualment les pantalles
- Promoure el coneixement en vers les competències favorables que les pantalles ens poden donar.
- Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles.

6.3 Mètode, metodologia i disseny fonamentat teòricament

Pel desenvolupament del programa de canvi d'actituds en vers l'addicció a les pantalles es seguirà la metodologia explicada anteriorment en el marc teòric, concretament ens inspirarem amb la idea que proposa, M. Rodríguez, et al (2007) on a l'hora de concretar necessitats a tractar i desenvolupar aquest canvi d'actituds dels joves a través de les dinàmiques que es realitzaran, aquestes hauran d'estar enfocades en tres punts fonamentals:

- **Millorar la informació dels joves.** En aquest punt es podrien treballar objectius esmentats com el de "Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles".
- **Integrar hàbits de conducta segura en vers la utilització de les pantalles.** En aquest punt també es podria treballar l'objectiu anterior centrat en "Donar eines educatives per gestionar l'abús de les pantalles".
- **Desenvolupar emocions favorables en l'ús de les pantalles** que es podria traslladar a través de l'objectiu centrat en "Desenvolupar un pensament crític en els joves usuaris que utilitzen habitualment les pantalles" i el de "Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles

Un cop esmentats aquests tres punts fonamentals i necessaris per treballar el canvi d'actituds dels joves, s'ha de determinar quin model s'utilitzarà en aquesta intervenció. Així doncs, després d'avaluar els diferents models proposats en el marc teòric, s'ha decidit optar per un model inspirat en el "D'aportacions a la conducta segura", concretament, dins aquest, el de "paradigmes d'alguns aprenentatges". El principal motiu pel qual s'ha tirat aquest és perquè tal com es defineix en el marc teòric fa referència als aprenentatges mitjançant condicionants evitatius i apetitius i com aquests ens permeten avançar cap a una conducta segura. És a dir, si les dinàmiques que suggereixen permeten conscienciar, reflexionar o promoure el pensament crític en vers els punts negatius de l'abús en la utilització de les pantalles

i, per tant, es coneixen els resultats nefastos que es poden produir, es podrà generar fàcilment un canvi d'actituds per tal d'adquirir conductes adequades en la utilització de les pantalles en els joves del grup la Fàbrica de Can Tusell. Finalment, és necessari aclarir que aquest traspàs d'un model centrat en la conducta viària adaptat per la utilització adequada de les pantalles, també s'ha donat en altres ramificacions o altres models de canvi d'actituds com seria el de M. Jariot, et al. (2010), a partir del qual, mitjançant aquest model de canvi d'actituds i hàbits saludables, es poden tractar altes problemàtiques com l'addicció a les drogues o la higiene, entre els més destacats.

6.4 Procediments

Concretats aquests dos punts anteriors, s'ha de deixar clar que aquesta intervenció també anirà acompanyada d'una avaluació, que com es mostra en el marc teòric anteriorment aquesta, és necessari seguir els següents passos:

1. Determinar els objectius de la conducta segura i eficaç. Ja comentats anteriorment.
2. Avaluar la perdurabilitat dels resultats obtinguts a curt i llarg termini a través del test que passarem els joves abans i després de la intervenció (esmentat lleugerament en l'apartat de la diagnosi de necessitats).
3. Es dedueixen les necessitats de formació que deuen integrar els joves. En aquest cas ja s'ha comentat anteriorment, a través de les entrevistes.
4. Determinar les teories i models que s'utilitzaran per aplicar els processos de canvi d'actituds. També esmentades en el punt superior aquest.
5. Elaboració del programa per un canvi de conducta.
6. Aplicació del programa de formació i d'avaluació d'aquest.

Pel desenvolupament d'aquesta intervenció s'executaran 4 sessions, que es duren a terme en el mes d'abril. D'aquesta manera el maig estarà previst per executar l'avaluació. Cal destacar que aquestes diverses intervencions estan planificades per tal de desenvolupar el canvi d'actituds del grup de joves de Can Tusell.

- Amb el color blau s'indiquen al dia en el qual es va realitzar l'entrevista al director del centre i a l'educador referent així com també el primer test els joves abans d'iniciar la intervenció, per tal de conèixer des d'on partim (això es troba en l'apartat de detecció de necessitats).
- Amb el color verd s'indiquen els dies en els quals es realitzarà les quatre intervencions i les seves corresponents avaluacions.
- En color vermell s'indica el dia en què es realitzarà el segon test (els joves) després de la intervenció, per tal de detectar si hi ha hagut millores.

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13 Sessió 1	14	15
16	17 Sessió 2	18 Sessió 3	19	20 Sessió 4
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30

*Cal destacar que en la tria escollida dels dies s'ha tingut en compte l'opinió del centre.

6.5 Activitats programades

Les següents activitats es poden adaptar segons el nombre de joves que participin, tot i això, per tal de concretar i ajustar més la nostra proposta d'intervenció en el centre, estaran pensades per un grup de 7 joves. Aquestes activitats estan compartides, en l'apartat d'annexos, concretament on posa sessions programades. Allà es pot observar els diferents elements que componen les sessions, entre aquest hi trobaríem el nom de cada una, l'espai on s'executa l'activitat, el grup, l'objectiu i la relació d'aquest amb el model escollit, el material, el desenvolupament de l'activitat, l'avaluació de la dinàmica i finalment una breu conclusió de com va anar l'activitat.

7. Anàlisi del test abans i després de la intervenció

Un cop analitzat el procediment de cada intervenció o sessió realitzada, és necessari fer referència als resultats obtinguts del test abans i després del que cada jove ha fet. Tal com es mostra en la taula del test abans i després (compartits en els annexos), cada pregunta era derivada d'un objectiu en concret que es volia treballar en aquestes intervencions, així doncs si analitzem cada resposta abans i després de les intervencions podrem identificar clars canvis positius o negatius que aquest model de canvi d'actituds en relació amb l'addicció a les pantalles ha tingut en els 7 joves del centre Grup la Fabrica. Per fer aquest anàlisi, compararem cada pregunta i com la contestació per part dels joves ha canviat. Abans és necessari aclarir que la manera en la qual s'ha preguntat el qüestionari és a través d'una escala de Likert (menys en una pregunta on se'ls va demanar que escrivissin una breu resposta), per tant, podien contestar en una escala d'1 a 5, evidenciant que 5 és l'afirmació absoluta i l'1 la negació absoluta.

En la pregunta número 1, "Actualment, tens recursos educatius per gestionar quan estàs molt temps utilitzant el mòbil o davant d'una pantalla?", que sorgeix de l'objectiu "Donar eines educatives per gestionar l'abús de les pantalles", el test abans de la intervenció ens mostra com de les 7 persones participants, quatre persones havien contestat puntuant amb el número 1 i tres persones amb el número 2, d'aquesta manera s'evidenciava la necessitat dels joves a tenir recursos educatius per gestionar quant pesen molt temps a les pantalles. Un cop executada la intervenció, els resultats que ens mostra el segon test, és que, quatre de les persones participants van respondre amb un 4, mentre les tres persones restants van respondre amb un 3. S'aprecia, per tant, una millora segons els joves en relació amb la capacitat de tenir eines educatives per gestionar l'abús a les pantalles.

En la pregunta número 2, "Ets conscient de la quantitat d'hores que passes davant d'una pantalla?", que sorgeix de l'objectiu "Desenvolupar un pensament crític en els joves usuaris que utilitzen habitualment les pantalles", el test abans de la intervenció ens diu que de les 7 persones que van participar, dues persones van contestar amb un 1, tres persones van contestar amb un 2 i dues persones van respondre amb un 3. Per tant, apareix una mancança en relació amb conèixer i obtenir cert pensament crític en relació a l'ús de les pantalles. Després de la intervenció, el mateix test ens ha indicat que cinc persones han contestat amb un 3 i dues amb un 4. S'ha de tenir en compte que en excepció d'una persona la qual ha contestat les dues vegades del test amb un 3, les altres sis persones han millorat, tot i que en alguns casos únicament amb un punt. Per tant, tot i que la millora no hagi estat notable, hi apareix, així doncs, s'ha pogut treballar de forma adequada el desenvolupament del pensament crític en relació amb les pantalles en els joves.

En la pregunta número 3, "Fas alguna cosa per reduir el nombre d'hores que peses davant d'una pantalla?", derivada del mateix objectiu anterior "Desenvolupar un pensament crític en els joves usuaris que utilitzen habitualment les pantalles", el primer test ens indica que dels 7 participants, tres persones van contestar amb un 1 i les altres quatre restants amb un 2. Un cop executada la intervenció, el test realitzat posteriorment ens indica que de les tres persones que van puntuar amb un 1, totes han presentat millora, en un cas només d'un punt, en l'altre de dos i el restant de tres. D'altra banda, de les altres quatre persones que havien puntuat el primer cop amb un dos, tots han presentat millora, concretament de tres, de dos i d'un punt. D'aquesta manera es torna a confirmar com l'objectiu centrat a desenvolupar un pensament crític, s'ha treballat correctament.

En la pregunta 4, "Sabies que les competències culturals o les matemàtiques són competències que les pantalles et poden donar?", que surt de l'objectiu "Promoure el coneixement en vers les competències favorables que les pantalles ens poden donar", els resultats que ens dona el primer test són què, de les 7 persones participants dues van contestar amb un 1, quatre persones van contestar amb un 2 i la persona restant amb 3. Després de la intervenció, un cop realitzat el primer test, en el segon, els resultats indiquen que dues persones ho han puntuat amb un 3, tres persones amb un 4 i les altres dues amb un 5. Cada una de les persones que ha contestat ha expressat una millora. Tot i que en dos casos sigui únicament un punt el que s'ha millorat, en contra posició, la resta ha millorat fins a dos punts. Així doncs, l'objectiu en relació amb promoure el coneixement en vers les competències favorables en les pantalles és apreciable.

La pregunta 5, "Saps en què exactament les pantalles et poden ajudar en el teu dia a dia? Posa un exemple", parteix del mateix objectiu que la pregunta 4, la gran diferència és que en aquest cas l'avaluació no s'ha fet en relació amb una puntuació en forma d'escala sinó que s'ha demanat els i les joves que escriguin una breu resposta. Aquests han estat els resultats obtinguts tant en l'abans com en el després d'haver executat la intervenció. És interessant observar com les respostes han anat canviant un cop executada la proposta.

Primer test (abans de la intervenció)	Segon test (després de la intervenció)
1- A veure Netflix o serien online	1- A veure documentals d'història
2- A poder fer els deures que em pengen en el Classroom del col·legi.	2- A poder resoldre dubtes de l'assignatura de matemàtiques.
3- A poder parlar per Instagram o WhatsApp amb els meus companys de classe.	3- Hem poden ajudar a consultar el diccionari online.
4- A jugar a videojocs online amb els meus amics.	4- Em poden ajudar a saber utilitzar eines tecnològiques com el Word.
5- Actualment, crec que em poden ajudar per veure YouTube.	5- A part de per veure vídeos online, poden ser útils per utilitzar la calculadora online.
6- Sí, per poder buscar informació que molts cops no sé.	6- Sempre que sigui amb control, hem poden ajudar a buscar informació que desconec.
7- A poder mirar Tiktok o estar en contacte amb les meves xarxes socials com Instagram.	7- Amb les xarxes socials però també amb competències relacionades amb les matemàtiques o les diferents assignatures del col·legi.

Tal com es pot comprovar, a simple vista s'observa un canvi en cada una de les seves respostes. D'aquí que considerem de forma correcta com la intervenció que es va realitzar en relació amb

conèixer les competències favorables que les pantalles et poden donar, obtingues aquests bons resultats.

En la pregunta 6, "Actualment, saps quines conseqüències negatives pot tenir un abús de les pantalles (tablets, ordinadors, telèfons mòbils...)?", derivat de l'objectiu "Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles", els resultats del primer test (abans de la intervenció) ens indiquen que, de les 7 persones participants, sis d'elles s'han puntuat amb un 2, menys una que s'ha puntuat amb un 1. A simple vista es veu una necessitat clara. D'altra banda, pel que fa al test posterior a la intervenció, tres persones han respost marcant el número 3, unes altres tres persones han respost amb un 4 i una única persona ha respost amb un 5. S'ha de destacar que únicament dues persones han millorat únicament amb un únic punt, les altres han millorat en dos o en algun cas en més de dos punts. Així doncs, es pot identificar una millora en els joves en relació l'objectiu centrat en la conscienciació.

Finalment, en la pregunta 7, "Voldries o estaries disposat a fer un canvi per reduir aquest abús?" desenvolupada a partir del mateix objectiu que la pregunta 6, "Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles". En un principi tenia la necessitat d'avaluar la motivació que tenien els joves per participar en la intervenció, és a dir, determinar si el tema els hi agradava o ho trobaven interessant. D'aquesta manera, els resultats dels 7 participants en el primer test indiquen que, una única persona va puntuar la resposta amb un 3, quatre persones amb un 4 i dues amb un 5. Per tant, la intervenció abans de ser realitzada ja agradava els joves del centre. En segon lloc, les respostes del segon test (executat després de la intervenció) fan referència a si els joves repetirien una intervenció com la realitzada en relació amb el canvi d'actituds per reduir l'abús de les pantalles. Les respostes d'aquest, han estat que, quatre persones ho han puntuat amb un 4 i tres persones amb un 5. Cal destacar que hi ha hagut un únic cas en el qual s'ha passat d'un 5 a un 4 en la resposta, d'altra banda, els restats han estat igualats o superats.

8. Conclusions i discussió

Par tal d'acabar l'anàlisi dels resultats i com a tal donar una visió general de l'impacte que ha tingut la intervenció en els joves del centre del Grup la Fabrica, es mostra a continuació una taula on s'evidencia la mitjana de cada pregunta tenint en compte el conjunt de respostes de tots els joves, tant en el primer test (abans de la intervenció) com en segon test (després de la intervenció) i com a evolucionat. Cal destacar que en aquest cas no es tindrà en compte la pregunta número cinc, ja que aquesta parteix d'una resposta escrita i, per tant, seria difícil d'analitzar correctament. Tal com s'observa les preguntes que feien referència al mateix objectiu estan colorejades del mateix color. En cas de voler consultar la taula en la qual es mostra la pregunta amb el seu corresponen objectiu i la seva resposta, es pot consultar els annexos.

Número de pregunta	Mitjana primer test (abans de la intervenció)	Mitjana segon test (després de la intervenció)
1	1,42	3,57
2	2	3,28
3	1,57	3,71
4	1,85	4
6	1,85	3,71
7	4,14	4,42

Els resultats de la pregunta número 1, centrada en treballar l'objectiu "Donar eines educatives per gestionar l'abús de les pantalles", mostren una millora. Podríem considerar que treballar l'adquisició d'aprenentatges a través d'una taula rodona entre el professorat i l'alumnat, amb la finalitat que els joves adquireixin eines educatives, va ser un bon mètode. Per tant, tal com ens comentava anteriorment en el marc teòric C. Cantillo, et al. (2012), s'ha pogut comprovar com realitzar una entrada dels dispositius mòbils a l'escola (en aquest cas un centre obert) de forma autoregulada per part de l'equip educatiu i l'alumnat, amb la finalitat de gestionar l'abús de les pantalles funciona com a mètode d'aprenentatge, on a través dels dos punts de vista (professor i alumna) s'ha aconseguit l'adquisició d'aprenentatges.

En relació amb la pregunta número 2 i 3, centrades a treballar l'objectiu "Desenvolupar un pensament crític en els joves usuaris que utilitzen habitualment les pantalles", els resultats mostren també certa millora. Es creu que els motius d'aquest canvi positiu van ser donats per les dues intervencions realitzades, on es buscava treballar aquest objectiu. En primer lloc, la realització del memory de les pantalles, on a través del joc, es va poder entendre aquelles competències que apareixien un cop s'usen adequadament les pantalles, i com l'adquisició d'aquestes van facilitar un major pensament crític. En segon lloc, la visualització dels diversos curtmetratges, claus per incentivar el pensament crític i a la vegada treballar les emocions que segons M. Rodríguez, et al (2007), són necessàries per adquirir un adequat canvi d'actituds dels joves en vers les pantalles.

La pregunta número 4, centrada en l'objectiu "Promoure el coneixement en vers les competències favorables que les pantalles ens poden donar", es va treballar a través del memory esmentat en l'apartat anterior, que com es pot visualitzar en aquest cas la millora que es mostra és molt elevada. Per tant, el fet que es treballés aquest objectiu amb el memory va donar grans resultats en relació amb l'adquisició de les competències favorables que les pantalles tenen si es fa un bon ús d'aquestes. De fet, tal com es va explicar en el marc teòric, Smith, et al. (2020), apunta que, conèixer-les afavoreix la possibilitat d'adquirir millors habilitats tecnològiques que permeten revisar il·limitadament continguts educatius i et donen l'oportunitat d'entendre'ls fàcilment. D'aquesta manera l'abans i el després mostra grans canvis positius.

Finalment, la pregunta 6 i 7, centrades en l'objectiu "Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles", exemplifica una millora notable en la pregunta 6 però mínima en la pregunta 7 (ja que des d'un primer moment la puntuació era molt elevada). En aquest cas aquest objectiu es va treballar en dues sessions diferents, el concurs de les pantalles i la visualització del curtmetratge esmentat anteriorment. Es considera que aquestes dues intervencions han sigut les que han donat lloc a aquests bons resultats.

Així doncs, s'ha pogut confirmar com conèixer les conseqüències negatives que les pantalles (sigui a través d'un concurs o a través de la visualització dels vídeos) facilita la millora en vers la conscienciació dels joves sobre com utilitzar adequadament les pantalles. D'aquesta manera, el model amb el qual s'ha emparat aquesta intervenció anomenat: "model d'aportacions a la conducta segura" que sorgeix de M. Rodríguez, et al. (2007), ens mostra com a través de condicionants evitatius i apetitius es pot avançar cap a un canvi de conducta, en aquest cas centrat en l'ús de les pantalles en joves.

9. Reflexió final

En el transcurs d'aquest treball s'han pogut observar competències que un futur educador ha de tenir, entre elles destacaria la necessitat de detectar riscos associats en aquest cas en els joves, crear propostes per intentar pal·liar amb aquestes mancances i fins i tot la possibilitat d'avaluar si el programa o projecte executat ha tingut un bon o mal funcionament. Estic molt satisfet d'haver pogut traspasar aquestes competències que el grau d'educació social m'ha donat al transcurs d'aquests quatre anys. Continuant amb aquesta línia, destacaria com el fet d'haver executat aquest treball de final de grau en el mateix centre on prèviament he fet la meua estada del pràcticum II, ha facilitat la presa de contacte tant amb els joves del centre com amb els professionals que hi treballen en ell. S'ha pogut palpar el bon clima que el grup la Fabrica té i la facilitat amb la qual s'ha pogut executar aquesta proposta al centre.

En relació als resultats obtinguts, s'ha de dir que es té plena satisfacció per l'aconseguit. Com ja s'ha analitzat anteriorment, cada un dels objectius ha esdevingut una millora, en alguns casos menys i en altres més, però en tots hi ha hagut un canvi positiu. El principal motiu d'aquesta bona resposta, es considera que ha estat essencialment causat per les quatre diferents sessions, on en cada una d'aquestes es buscava treballa específicament un o dos objectius a millorar pels joves.

Seguint amb la mateixa dinàmica, és essencial comentar aquelles fortaleeses i limitacions que en aquest TFG han pogut quedar desapercebudes. En primer lloc, quan se'm va presentar l'oportunitat de poder realitzar aquesta proposta, el que més em preocupava eren precisament les fortaleeses, vaig pensar que n'hi hauria molt poques, ja que implementar la proposta en un centre desconegut (en aquell moment en el qual iniciava també les practiques), amb un equip professional i un grup de joves que no coneixia, em preocupava, si més no em generava massa inquietud. Sumant-li el fet, que el centre en el qual es desenvoluparia aquesta proposta era un centre obert, on els infants o joves venien en sortir del col·legi, vaig veure molt complicat que després de 8 hores escolars, es pogués implementar una proposta educativa més, ja que podia entendre que els joves estiguessin esgotats. Tot i així, aquestes hipòtesis no es van confirmar i tant l'equip educatiu com els joves em van facilitar molt poder tirar endavant la intervenció. On vaig tenir més complicacions van ser en l'apartat metodològic, pel fet que un cop tenia el tema escollit, havia de fer recerca per poder contextualitzar la proposta en la realitat, era essencial, per tant, fer recerca bibliogràfica. Aquí és on he d'agrair a la meua tutora Montserrat Rodríguez Parron, qui em va ajudar molt en aquest apartat. La dificultat més gran que vaig tenir no va ser pas la de trobar informació en relació amb l'addicció a les pantalles per joves i com aquesta addicció generava conseqüències negatives, no, al contrari, aquesta tasca va ser molt fàcil, i és que faig poder notar com des de la investigació s'havia fet una gran tasca de recerca acadèmica. La problemàtica va esdevenir en com podia traslladar aquesta informació en un marc metodològic, ja que no hi havien masses coses que s'ajustessin a implementacions com la meua. Per aquest motiu estic tan agraït a la meua tutora, la qual em va inspirar metodològicament facilitant-me un munt de llibres acadèmics a partir dels quals es mostraven models de canvi d'actituds en joves en relació amb la conducta viària, entre altres, a partir dels quals vaig poder crear la meua proposta adaptada a l'addicció a les pantalles. És curiós com a partir de models enfocats en diferents canvis d'actituds s'han pogut traslladar en aquest treball.

Enfocant-nos més en la proposta, un cop la vaig poder implementar he de destacar la dificultat de ser un sol educador el qual havia d'encarregar-se de dinamitzar cada sessió i al mateix temps prendre nota de tot el que estava passant. Tot i que en un principi en la proposta es va plantejar

com si fos algú molt fàcil, considero que hagués estat millor que aquestes sessions estiguessin acompanyades per un educador auxiliar el qual pogués prendre nota de cada cosa que passes m'entra l'altre dinamitzes la sessió, d'aquesta manera obtindríem una informació més exacta i valuosa. Tot o així, es considera que les diferents gravacions de veu recollides, han estat suficient per poder justificar l'avaluació realitzada.

En cas que tornes a executar aquesta intervenció, tindria en compte altres factors, entre ells el del temps i la durada. La gran majoria de les sessions més o menys tenien una durada de 45 minuts o una hora, penso que en cas que la proposta es traslladés a un centre d'educació primària o fins i tot a l'ESO, en partir d'un context on els infants ja estan predisposats a aprendre, intentaria que es desenvolupessin un parell més de sessions i que cada una d'aquestes dures únicament trenta minuts, així doncs podríem treballar altres aspectes de forma més concreta a llarga durada, desenvolupant, per tant, una millora en el canvi d'actituds dels joves. Tot i que la proposta executada en el centre obert, s'ha ajustat en tot moment, el fet de concentrar-se tota la intervenció pràcticament en un mes, podria haver saturat els joves, que per sort no va passar. Per aquest motiu en cas que la intervenció es plasmés en un altre centre obert on els joves potser no venen tan predisposats a aprendre en relació aquest tema, deixaria les mateixes sessions, però sí que cada intervenció que es fes buscaria que estigués almenys separat per 3 o 4 dies de l'anterior, per tal de no saturar els joves però mantenint la continuïtat de cada sessió.

Seguidament, és necessari destacar que el nombre de joves que conformaven el grup del centre en alguns moments ha estat una complicació. En ser un grup conformat per 7 joves des d'un primer moment em va semblar que seria un bon nombre, ja que vaig creure que seria molt més fàcil fer la primera presa de contacte, però a mesura que han anat passant les diferents intervencions, he pogut observar certes dificultats, principalment en les taules rodones on els hi costava molt al principi començar a parlar i expressar la seva opinió lliurement. D'aquesta manera en cas que es reformulés la intervenció, proposaria abans d'iniciar les avaluacions de les sessions o les mateixes activitats, jocs a partir dels quals els joves s'animessin a parlar, i com a tal perdessin la vergonya, per tal d'aconseguir respostes més enriquidores.

Finalment, ja per acabar amb aquesta reflexió final, m'agradaria que aquest paràgraf fos destinat a agrair a la meva tutora, ja anomenada anteriorment, Montserrat Rodríguez Parron, tota l'ajuda que m'ha brindat en tot moment. He de confessar que una de les principals inquietuds que tenia a l'hora de fer aquest TFG, era en relació amb el tutor o tutora que m'anava a tocar, i la veritat que no puc estar més que agraït per la facilitat que ha estat treballar al seu costat. En tot moment m'ha ofert plena disponibilitat per qualsevol dubte o problemàtica que tenia i m'ha possibilitat les tutories necessàries, per tirar endavant aquesta proposta.

10. Bibliografía:

Esplai La Fabrica de Can Tusell, esplai diari. (s. f.).
esplailafabrica. <https://no0681.wixsite.com/esplailafabrica>

Europa Press. (s. f.). *Estos cortos te harán ver el móvil y las redes sociales de otra forma*. europapress.es. <https://www.europapress.es/portaltic/sector/noticia-cortos-te-haran-ver-movil-redes-sociales-otra-forma-20140627134849.html>

Herrero, I. M. (2006). Las nuevas pantallas, un reto educativo. *Revista Complutense de Educación*, 17(1), 135-149.
<file:///C:/Users/cande/Downloads/ecob,+RCED0606120135A.PDF.pdf>

J. Montané, M. Rodríguez, M. Jariot, M. Martínez. (1999). *Educació viària a l'escola, criteris i pautes d'actuació*. Generalitat de Catalunya, Servei català de transit.

J. Montané, M. Rodríguez, M. Jariot, M. Martínez. (2007). Actitudes, cambio de actitudes y conducción segura. Generalitat de Catalunya, Servei català de transit.

Sas, O. R., & Estrada, L. C. (2021). Pantallas en tiempos de pandemia: efectos bio-psico-sociales en niñas, niños y adolescentes. *Revista Sociedad*, (42), 15-29.
<https://publicaciones.sociales.uba.ar/index.php/revistasociedad/article/view/7013/5866>

The health impacts of screen time: a guide for clinicians and parents. (2019). Royal college of paediatrics and child health. Recuperado 6 de noviembre de 2022, de https://www.rcpch.ac.uk/sites/default/files/2018-12/rcpch_screen_time_guide_-_final.pdf

Pascuas-Rengifo, Y. S., Garcia-Quintero, J. A., & Mercado-Varela, M. A. (2020). Dispositivos móviles en la educación: tendencias e impacto para la innovación. *Revista politécnica*, 16(31), 97-109.

Romero Rodríguez, J. M., Aznar Díaz, I., Hinojo Lucena, F. J., & Gómez García, G. (2021). Uso de los dispositivos móviles en educación superior: relación con el rendimiento académico y la autorregulación del aprendizaje. *Revista complutense de educación*.

United Nations. (s. f.). Juventud i Naciones Unidas. *United Nations*. <https://www.un.org/es/global-issues/youth>

Valero, C. C., Redondo, M. R., & Palacín, A. S. (2012). Tendencias actuales en el uso de dispositivos móviles en educación. *La educación digital magazine*, 147, 1-21.
http://www.educoas.org/portal/la_educacion_digital/147/pdf/ART_UNNED_EN.pdf

Van den Heuvel, M., Ma, J., Borkhoff, C. M., Koroshegyi, C., Dai, D. W., Parkin, P. C., ... & Birken, C. S. (2019). Mobile media device use is associated with expressive language delay in 18-month-old children. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, 40(2), 99.

[file:///C:/Users/cande/Downloads/Mobile_Media_Device_Use_is_Associated_with.3%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/cande/Downloads/Mobile_Media_Device_Use_is_Associated_with.3%20(1).pdf)

Velasco, A. & Almeida, E. (2018). *IMPACTO DEL "TIEMPO DE PANTALLA" (TELEVISIÓN, COMPUTADORA, CELULAR, TABLETS) SOBRE EL DESARROLLO DEL COEFICIENTE INTELECTUAL DE NIÑOS DE 12 A 48 MESES*. [TRABAJO DE TITULACIÓN DE GRADO PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE PSICÓLOGA]. UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO FACULTAD CIENCIAS SOCIALES.

11. Annexes

a. Sessions programades

Sessió 1

Nom: El concurs de les pantalles
Espai on es realitzarà l'activitat: Centre del grup la Fàbrica de Can Tusell
Duració: 45 minuts
Grup: Joves, edat de 14-18 anys
Objectius: - Millorar la informació dels joves. A través d'aquest punt podem treballar l'objectiu de "Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles".
Material: - Llapis. - Goma. - Paper en blanc.
Relació amb el model escollit: - Conèixer i a la vegada conscienciar ens pot permetre evitar i fer en un futur un ús inadequat de les pantalles. Poder entendre les diverses problemàtiques que els joves tenen a l'addicció a les pantalles pot crear responsabilitats futures en l'ús dels dispositius mòbils.
Desenvolupament de l'activitat: "El concurs de les pantalles", aquesta activitat consisteix a dur a terme un concurs, on es plantegin diverses preguntes amb relació a l'addicció a les pantalles. D'aquesta manera podem conèixer el pensament del grup de joves i intentar conscienciar-los sobre les diverses conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles per tal de donar-los una perspectiva on coneguim que un bon ús d'aquestes pantalles pot aportar beneficis. Per la realització d'aquest concurs el més útil hauria sigut fer un Kahoot, però si precisament es pretén exposar l'addicció als dispositius mòbils, no seria el més ideal. Les preguntes que es realitzaran estan compartides en l'apartat d'annexos, concretament en el punt de materials. Només arribar a l'aula, l'educador/a demanarà els i les joves que s'organitzin en grups de tres o dues persones, depenen de la quantitat de gent que hi hagi. D'aquesta manera un cop tothom està organitzat, s'iniciarà l'explicació de la dinàmica que es farà. Per fer-ho l'educadora ha de fer una breu introducció per tal de contextualitzar la situació de les pantalles i el seu ús excessiu en vers a les noves generacions, s'aconsella tenir en compte l'apartat del marc teòric (d'aquest TFG) on es contextualitza aquesta problemàtica, sense entrar en detalls. Un cop acabada la contextualització, els proposarem iniciar el concurs. Aquest consistirà en que l'educador/a els repartirà un paper en blanc a cada grup de joves, també els donarà un llapis i una goma. Posteriorment, els explicarà les instruccions que haurà de seguir l'activitat. L'educador/a exposarà un dubte i en ella donarà tres possibles respostes, un cop hagi acabat de dir la pregunta i en cas necessari repetir-la, demanarà que qui hagi marcat com a correcte la pregunta "A", aixequi la mà, d'aquesta manera l'educador contarà el nombre de mans

aixecades. Donat que cada grup de joves podrà únicament aixecar la mà un cop per pregunta, quan hagi preguntat per qui hagi contestat la "B" i posteriorment la "C" (ja que hauran també aixecat la mà), com l'educador tindrà el nombre de mans aixecades en cada pregunta i haurà vist qui ha aixecat el nombre de mans en cada una, fàcilment reconeixerà aquell grup amb la resposta correcta. Un cop hagin aixecat tots la mà en cada possible resposta, l'educador donarà la resposta correcta i demanarà que aquelles persones que hagin alçat la mà en la resposta correcta se sumin un punt. Aquell equip que hagi contestat més dubtes de forma correcta, un cop l'educador pregunti les 10 preguntes diferents, serà el que guanyarà.

Avaluació de la dinàmica:

Per poder avaluar l'activitat, al final de la sessió es proposarà una taula rodona on els joves exposaran la seva opinió de manera lliure, fent referència a diferents temes. Per tal de poder extreure la informació, anotarem aquella informació més important extreta de les mateixes preguntes que els fem. Per tal de respectar la confidencialitat amb els joves del centre, les respostes que s'exposaran a continuació estan totalment xifrades.

- Com s'han sentit desenvolupat l'activitat?

- *X: Molt bé, ha estat molt divertida.*
- *Y: M'he sentit molt còmode realitzant l'activitat.*
- *Z: La veritat, és que, el fet que fos per equips ha facilitat molt la dinàmica.*
- *R: Ha sigut molt xulo.*
- *U: M'ho he passat molt bé. De fet, he pogut aprendre molt en relació a les conseqüències negatives de les pantalles*

- Creuen que a partir d'ara cada vegada que utilitzin el mòbil seran conscients que l'abús els pot generar conseqüències negatives?

- *X: Tot i que l'activitat ha estat divertida i he après sobre les conseqüències negatives, se'm farà encara molt difícil poder deixar d'estar enganxat al mòbil o l'ordinador.*
- *Y: Jo personalment, opino que si, la veritat és que no era conscient de totes les conseqüències negatives que envolta a les pantalles*
- *Z: Jo ja coneixia les conseqüències negatives de les pantalles tot i així crec que ha estat molt interessant poder aprendre de noves, per a després en un futur anar a més en compte.*
- *R: No coneixia gaires i la veritat que no era conscient de les problemàtiques que pot arribar a donar un mal ús d'aquestes pantalles.*

- Podrien donar exemples de moments on creuen que utilitzen massa les pantalles?

- *X: A casa mirant la tele estirat en el sofà.*
- *Y: Al col·legi quan les classes són molt avorrides.*
- *Z: També al col·legi entre classe i classe o a l'hora del pati.*
- *R: Anant caminant pel carrer quan vaig algun lloc que està molt lluny.*
- *U: M'entres estic esperant algun amic en el carrer.*

- Donar possibles solucions o altres tipus de coses a fer, en comptes d'utilitzar el mòbil quan no tenen res a fer i s'avorreixen?

- *X: En comptes d'estar estirat en el sofà mirant la tele, podria estar relacionant-me amb la meva família o el meu germà petit.*

- Y: Potser no és tant culpa nostre que mirem els mòbils al col·legi si realment les classes són molt avorrides. Potser seria millor que les classes fossin més dinàmiques.
- Z: Com a solució, podria relacionar-me més amb la gent de classe i aprofitar per preguntar si hi ha deures o treballs a entregar.
- R: Podria estar escoltant música, en comptes d'estar mirant el mòbil m'entres camino, ja que és una miqueta perillós.
- U: La veritat, no sé què podria fer m'entres espero alguna persona en un banc. Penso que a diferència d'estar escoltant música i caminant, el meu cas no té res de dolent.

En la taula rodona l'educador en tot moment ha d'animar i incentivar els joves a participar en la xerrada, ja que d'aquesta manera les respostes seran més precises i enriquidores.

Cal recordar que l'educador que estigui dinamitzant l'activitat en tot moment haurà de prendre nota de les coses que estiguin passant, per tal de recollir el màxim d'informació necessària, per fer-ho haurà d'omplir la següent taula i posar una creu en aquells aspectes importants a tenir en compte dins la mateixa dinàmica com en l'apartat d'avaluació.

	No assolit	Assolit	Assolit satisfactòriament	Assolit excel·lent
Comportament				X
Participació		X		
Clima			X	
Aprenentatges			X	
Motivació				X

Conclusió de l'activitat:

Tot i que al principi ha costat organitzar i explicar l'activitat, un cop hem fet els grups tots els joves han posat de la seva part per tal que l'activitat fos tan enriquidora com fos possible.

Un inconvenient que s'ha detectat executant l'activitat, ha estat la participació. Tot i que els joves es mostraven molt interessats en el tema i la seva actitud ha estat molt correcta, el fet que el grup de joves del centre estigues únicament format per 7 persones, no ha permès extreure massa informació sobretot a l'hora d'avaluar l'activitat o no s'ha acabat de generar debat. Tot i això, a través de les aportacions dels mateixos joves es pot detectar com l'objectiu d'aquesta dinàmica ("Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles") s'ha pogut treballar de forma correcta.

Sessió 2:

Nom: La taula dels consells
Espai on es realitzarà l'activitat: Centre del grup la Fàbrica de Can Tusell
Duració: 45 minuts
Grup: Joves, edat de 14-18 anys
Objectius: - Integrar hàbits de conducta segurs vers les pantalles, en aquest cas, podria ser treballat a través de l'objectiu "Donar eines educatives per gestionar l'abús de les pantalles".
Material: - Cartolina - Paper en blanc

- Llapis - Cares amb diferents expressions per l'avaluació
Relació amb el model escollit: - Un cop els joves han estat conscienciats del que comporta l'ús de les pantalles, per tal que en un futur es faci un ús adequat d'aquestes, és adient donar eines educatives que ajudin a gestionar-ho.
Desenvolupament de l'activitat: L'educador, només arribar a l'aula realitzarà un recordatori del que es va treballar la setmana passada. D'aquesta manera els infants poden recordar els coneixements adquirits i es promou la continuïtat que proposa aquest TFG. Un cop l'educador ha fet un breu recordatori de l'activitat anterior, suggerirà una de nova, aquesta rebrà el nom de, "La taula dels consells". Donat que aquesta activitat estarà enfocada en donar eines per tal de gestionar l'abús de les pantalles, es proposarà el grup de joves, seure tots en rotllana al voltant d'una taula on tothom, d'aquesta manera es podran veure cara a cara. Aquesta activitat consistirà que l'educadora un cop tots seguts repartirà a cada jove individualment un paper en blanc i un bolígraf. Amb el material repartit els demanarà a cada jove que escriguin en el paper en blanc, un moment o una situació en què ells i elles utilitzen el mòbil. Se'ls haurà de recordar que aquesta situació ha de ser una que no tingui res a veure amb l'àmbit educatiu, és a dir, en cas que facin servir el mòbil per fer una consulta acadèmica o escolar, no contaria, però si s'utilitza el dispositiu en l'escola durant hores en les quals no es pot utilitzar, sí que es podria posar com a exemple. Haurà de ser una situació rutinària o diària en la qual sempre utilitzen el dispositiu mòbil o una pantalla. Un cop totes les persones participants del grup hagin escrit aquella situació es farà un retorn d'aquests papers l'educador, el qual els barrejarà i els repartirà de forma aleatòria, per tal que la persona que ha escrit la situació no se senti incòmode en exposar-la. Un cop s'hagin repartit aleatòriament els papers, es demanarà que per ordre, d'esquerra a dreta del cercle en el qual estarem seguts, cada jove llegeixi la situació exposada en el paper en blanc que li ha tocat. D'aquesta manera un cop acabi de llegir el que li ha tocat, es demanarà a la resta dels joves, que donin idees o exposin diferents possibilitats en la que el jove en comptes d'usar la pantalla en aquella situació, sigui per avorriment, distracció o oci, podria fer. Per tant, el grup de joves exposaria diferents perspectives de què es podria fer quan una persona se sent avorrida i passa massa temps utilitzant els dispositius. És important que en aquesta dinàmica l'educador fomenti en tot moment la participació, i promogui debat o la possibilitat que s'urgeixin idees innovadores. Un cop aquesta persona hagi acabat d'explicar la situació i la resta de la gent hagi participat o donat la seva opinió, l'educador escriurà les idees exposades en un full. Així doncs, quan tots hagin participat i tothom hagi llegit la seva situació. L'educador llegirà en veu alta les idees recollides i deixarà uns 5 minuts perquè els joves pensin si hi ha alguna que s'hauria de treure o pel contrari afegir-ne de noves. D'aquesta manera per tal de finalitzar amb l'activitat, un cop recollides totes les idees, es proposarà fer un moral al grup de joves on el títol sigui el nom de l'activitat executada: "la taula dels consells". Allà apareixeran aquelles idees, coneixements o opinions que el grup de joves a donat en l'activitat (i que l'educador ha anotat) amb l'objectiu que ells i elles el dia que ho necessitin puguin agafar idees d'allà, per saber què fer un dia qualsevol, en comptes d'estar mirant els dispositius mòbils o les pantalles.

Avaluació de la dinàmica:

Per poder avaluar l'activitat, al final de la sessió es proposarà realitzar una avaluació figuro-analògica (aquesta es troba en els annexos, concretament en l'apartat de materials). Aquesta consistirà en el fet que l'educador els ensenyarà 4 cares diferents (una contenta, trista, avorrida i enfadada). Un cop els ensenyi els demanarà que individualment cada una de les joves i els joves que han participat en la dinàmica, assenyalin aquella cara en la qual s'han sentit representats i representades a l'hora de fer l'activitat. L'educador haurà d'apuntar en la taula el nombre de persones que han senyalitzat cada cara: Han participat 7 persones.

Cara contenta	Cara trista	Cara avorrida	Cara enfadada
6		1	

Cal recordar que l'educador que estigui dinamitzant l'activitat en tot moment haurà de prendre nota de les coses que estiguin passant, per tal de recollir el màxim d'informació necessària, per fer-ho haurà d'omplir la següent taula i posar una creu en aquells aspectes importants a tenir en compte dins la mateixa dinàmica com en l'apartat d'avaluació.

	No assolit	Assoliment satisfactori	Assolit	Assolit excel·lent
Comportament			X	
Participació				X
Clima				X
Aprenentatges			X	
Motivació				X

Conclusió de l'activitat:

El funcionament de l'activitat en general ha estat el correcte. La participació el clima i la motivació s'han assolit excel·lentment, m'entra que el comportament i l'aprenentatge s'ha únicament assolit. En ser una activitat més dinàmica on s'ha proposat els i les joves que generin debat i participació per ells mateixos, s'ha pogut treballar correctament l'objectiu centrat en "Donar eines educatives per gestionar l'abús de les pantalles", ja que la gran majoria d'idees les han donat ells i elles. També la possibilitat que l'activitat els donava de realitzar el moral on poguessin plasmar totes aquelles idees que havien anat sortint, els ha motivat molt.

Sessió 3:

Nom: El memory de les pantalles
Espai on es realitzarà l'activitat: Centre del grup la Fàbrica de Can Tusell
Duració: 45 minuts
Grup: Joves, edat de 14-18 anys
Objectius: - Per tal d'adquirir un bon canvi d'actituds, es veu adient reforçar el treballat anteriorment: Integrar hàbits de conducta segurs vers les pantalles, que en aquest cas es podria traslladar a treballar dos objectius concrets. Per una banda, el de "Desenvolupar un pensament crític en els joves usuaris que utilitzen

habitualment les pantalles" i per l'altre el de "Promoure el coneixement en vers les competències favorables que les pantalles ens poden donar".				
Material:				
- Cartes del memory (compartides en l'apartat de materials dels annexos)				
Relació amb el model escollit:				
- Un cop els joves han estat conscienciats del que comporta l'ús de les pantalles, per tal que en un futur es faci un ús adequat d'aquestes, és adient donar eines educatives que ajudin a gestionar-ho. D'aquesta manera aquesta dinàmica busca anar més enllà de l'anterior, ja que proposa promoure un pensament crític i a la vegada aportar una doble visió de les pantalles on els joves després d'haver conegut els afectes negatius, entenguin que si es fa un bon ús també poden haver-hi afectes positius.				
Desenvolupament de l'activitat:				
Com s'ha pogut observar en l'apartat del marc teòric, concretament en el de les competències favorables en l'ús de les pantalles fora o dins de l'àmbit escolar, aquestes són moltes. La gran problemàtica que presenten, és que o no s'utilitzen o s'utilitzen de forma errònia, promovent que en molts casos quan els joves volen accedir aquests recursos, es distreguin i acabin buscant altres coses. Amb aquesta activitat es planteja incentivar i donar a conèixer el conjunt de competències positives que les pantalles ens poden donar quan fem un ús adequat d'aquestes. Per fer-ho proposem l'activitat següent: "El memori de les pantalles". Un cop introduïda l'activitat els joves, els demanarem que formin grups de dues persones, tots agrupats iniciarem l'explicació de l'activitat. Per realitzar el memori vers les pantalles, cada competència (en forma de carta) estarà relacionada amb un acte de la realitat (també en forma de carta), ja sigui educatiu com no educatiu. D'aquesta manera quan el grup giri la carta d'una competència, haurà de girar-ne una de nova que haurà de coincidir en l'acte o l'acció que ens pot portar a treballar la competència girada anteriorment, o pel contrari pot ser que la persona giri un acte o acció i com a tal haurà de trobar la competència que es treballa amb aquella. Cada parella té un torn i si en girar la primera carta (sigui competència o acció) no troba la seva parella adequada, perdrà el torn, si la troba, continuarà tirant, fins que falli. Un cop totes les cartes hagin estat triades pels grups i ja no quedin més, qui tingui més cartes guanyarà.				
Avaluació de la dinàmica:				
En aquest cas l'avaluació únicament constarà de l'observació que el mateix educador realitzi. Cal recordar que l'educador que estigui dinamitzant l'activitat en tot moment haurà de prendre nota de les coses que estiguin passant, per tal de recollir el màxim d'informació necessària. Per fer-ho haurà d'omplir la següent taula i posar una creu en aquells aspectes importants a tenir en compte dins la mateixa dinàmica com en l'apartat d'avaluació.				
	No assolit	Assoliment satisfactori	Assolit	Assolit excel·lent
Comportament				X
Participació				X
Clima			X	
Aprenentatges				X
Motivació				X

Conclusió de l'activitat:

El funcionament de l'activitat ha estat més que satisfactòria. Tots menys el clima, han estat assolits excel·lentment. Podríem deduir que en ser una activitat més de caràcter lúdic que es focalitzava en realitzar un joc, concretament el del memory, és normal que els joves i les joves s'esveressin més del compte i, per tant, el clima no fos excel·lent, tot i això, ha estat l'adequat.

S'ha pogut observar com a través de la intervenció, els objectius centrats en "desenvolupar un pensament crític en els joves usuaris que utilitzen habitualment les pantalles" i per l'altre el de "Promoure el coneixement en vers les competències favorables que les pantalles ens poden donar" s'han treballat de forma correcta. Per una banda, a través del joc els i les joves han conegut aquelles competències favorables que les pantalles et poden donar o com aquestes es poden aconseguir, i per l'altre han adquirit cert coneixement crític en relació amb els avantatges d'usar de forma correcta les pantalles.

Sessió 4:

Nom: Curts de reflexió

Espai on es realitzarà l'activitat: Centre del grup la Fàbrica de Can Tusell

Duració: 1 hora

Grup: Joves, edat de 14-18 anys

Objectius:

- Desenvolupar emocions favorables en l'ús de les pantalles, en aquest cas, podria ser treballat a través de diferents objectius, ja proposats en aquest programa. Entre ells el de "Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles" i el de "Desenvolupar un pensament crític en els joves usuaris que utilitzen habitualment les pantalles".

Material:

- Projector o pantalla per visualitzar els curts
- Els curts que es visualitzaran seran els següents:

1: Doble Chek (<https://www.youtube.com/watch?v=XjCUrU-9eIU>)

2: What's on your mind (<https://www.youtube.com/watch?v=QxVZYiJKl1Y>)

3: I forgot my phone (<https://www.youtube.com/watch?v=OINa46HeWg8>)

Relació amb el model escollit:

- A través de les emocions podem exterioritzar aquells sentiments que per si sols costarien molt d'expressar. D'aquesta manera quan ho fem, podem conscienciar-nos i a la vegada adquirir un pensament crític que ens ajudi a evitar un mal ús de les pantalles.

Desenvolupament de l'activitat:

Aquesta activitat o dinàmica, consisteix en que els infants visualitzin un seguit de curtmetratges relacionats amb l'ús de les pantalles i com aquestes utilitzades de forma errònia poden generar un seguit de problemàtiques que de forma inconscient no les visualitzem. Concretament, es visualitzaran 3 curts, aproximadament cada un de 10 minuts. La finalitat d'aquesta activitat és que després de cada curt es faci una taula rodona on l'educador preguntin als i les joves, preguntes relacionades en cada curt.

Per tal de respectar la confidencialitat amb els joves del centre, les respostes que s'exposaran a continuació estan totalment xifrades.

En el primer vídeo anomenat “Doble Chek”, es preguntaran els següents dubtes:

- Com s’han sentit després de visualitzar el curt
- X: Representat, ja que alguna vegada m’ha passat aquesta situació.
 - Y: Trist ja que realment es discuteixen per una ximpleria.
 - Z: Impactat.
 - W: Incòmode, ja que en algun cas m’ha arribat a passar aquesta situació
 - U: M’ha fet sentir malament.
 - T: Enfadat, perquè no entenc com aquestes coses avui en dia poden estar passant.

- Els ha passat alguna vegada aquesta problemàtica que s’exposa en el vídeo?

- X: Sí, algun cop m’ha passat, però en comptes de ser amb la meva parella, ha estat amb la meva millor amiga, on per deixar-me en “visto”, em vaig posar molt trista.
 - Y: Sí, també de la mateixa manera que la meva companya, però en el meu cas va ser la meva novia qui es va enfadar amb mi perquè no la contestava m’entres estava en un menjar familiar.
 - Z: En el meu cas no m’ha passat mai, però sí que conec a gent molt propera a mi, que si que els hi ha passat o han viscut una situació semblant.
 - W: Sí, l’any passat amb el meu exnòvio.
 - U: No, mai m’ha passat.
 - T: A mi tampoc m’ha passat mai, però el meu millor amic va viure una situació semblant amb la seva novia fa poc.

- Creuen que les persones que es projecten en el vídeo han fet un mal ús de les pantalles i per aquest motiu han arribat aquesta situació?

- X: Sí, personalment penso que sí, ja que si t’hi fixes, la raó per la qual s’enfaden és una ximpleria.
 - Y: Sí, tot i que la situació que es presenta és difícil de gestionar, de la manera en la que es fa o es mostra és totalment errònia.
 - Z: Òbviament, jo penso que al parlar normalment més per “whats” o a través d’una pantalla que no pas cara a cara, això fa que adquirim hàbits completament tòxics com el que es veuen.
 - W: Totalment.
 - U: Estar clar.
 - T: Malauradament sí.

En el segon, anomenat “What’s on your mind”, es proposaran les següents preguntes:

- Els likes en les vostres xarxes socials ús arriben a afectar emocionalment?

- X: La veritat és que sí.
 - Y: Molt, tot i que sembli mentida.
 - Z: De tant en tant, depenen del dia. O m’afecta molt o molt poc.
 - W: L’altre dia em vaig posar trista, ja que un amic no em va comentar una fotografia que acabava de penjar. Em va afectar emocionalment.
 - U: No massa.
 - T: Algun cop sí que m’ha passat.

- En algun moment del vídeo ús heu sentit identificats/des? Sobretot quan l’home penja imatges dient que està emocionalment d’una manera en les xarxes socials i en un altre en la vida real?

- X: Sí, en aquest cas m'he sentit molt identificat, tot i que em faci vergonya explicar-ho.
- Y: I tant, amb els meus amics molts cops m'he arribat a enfadar en la vida real i per les xarxes socials o a través de les pantalles no ha estat així, al revés, he actuat amb ell com si no hagués passat res.
- Z: Un amic meu una vegada es va posar a plorar a classe i el mateix dia en el que estava molt trist, va penjar una fotografia dient que estava molt content.
- W: Sí en algun moment de la meua vida suposo que m'he sentit identificat.
- U: La veritat és que no.
- T: A mi tampoc m'ha arribat a passar algo tan clar com el que succeeix en el vídeo.

- Creieu que li doneu més importància el vostre estat emocional virtual, que no pas al real?

- X: Sí.
- Y: Massa.
- Z: Unia miqueta sí.
- W: Sí, ja que normalment parlo més amb les pantalles que no pas en la vida real. Llavors sempre vull semblar que estigui content.
- U: No
- T: A vegades sí.

En el tercer, anomenat "I forgot my phone", es proposaran les següents preguntes:

- Creieu que el que es visualitza en el vídeo avui en dia passa?

- X: Sí, jo crec que a dia d'avui les persones es comuniquen molt més a través de les pantalles.
- Y: Personalment, penso que si quan et fas gran, no tens un dispositiu mòbil o una pantalla, se't farà molt difícil comunicar-te o relacionar-te.
- Z: Jo penso igual, és essencial tenir un dispositiu mòbil per comunicar-te, tot i així m'ha impactat molt visualitzar com la majoria de les persones són addictes a les pantalles.
- W: Totalment cert, fins que no he vist el vídeo no m'he adonat que a vegades estem més pendents de viure la vida a través de les pantalles que no pas sense elles.
- U: Tens tota la raó.
- T: El vídeo impacte molt.

- Podríeu d'estar més d'un dia sense estar en contacte amb una pantalla?

- X: Jo crec que després de visualitzar els vídeos, hauríem de ser capaços. Tot i això, és molt difícil.
- Y: Després de mirar tots els vídeos penso que hauríem d'intentar no ser tan addictes a les pantalles. De cara a les properes setmanes m'agradaria intentar-ho.
- Z: Em costaria molt, però ho hauria de fer, si més no intentar-ho.
- W: A l'haver conegut a través d'aquestes sessions les conseqüències negatives de les pantalles, crec que hauria de reduir el meu consum fos com fos. No sé si de cop podria estar un dia sense una pantalla, però ho hauria d'intentar.
- U: Jo crec que sí, tot i que em costaria molt.
- T: Jo igual.

- Creieu que l'ús de les pantalles us treu massa temps en el vostre dia a dia?

- X: La veritat és que sí.
- Y: Sens dubte.
- Z: Ho hauríem de regular molt més.
- W: Seria millor controlar-ho, perquè a mi em treu massa temps.
- U: Després de mirar els vídeos crec que tant jo com els meus companys ens hem donat compte que sí.
- T: Molt temps.

Es important que l'educador animi a participar en tot moments els joves per tal de que les idees que es donen siguin el mes enriquidores possibles

Avaluació de la dinàmica:

Per fer l'avaluació, l'educador proposarà els joves realitzar una avaluació figuro-analògica. Per fer-ho els mostrarà 4 cares amb 4 diferents expressions (contenta, trista, avorrida i enfadada), on els joves hauran de decidir com s'han sentit fent la dinàmica assenyalant aquella cara amb la qual s'identifiquen. En aquesta activitat han participat 7 joves tot i que en algunes respostes anteriors únicament apareguin cinc o sis respostes. .

Cara contenta	Cara trista	Cara avorrida	Cara enfadada
5		2	

Cal recordar que l'educador que estigui dinamitzant l'activitat en tot moment haurà de prendre nota de les coses que estiguin passant, per tal de recollir el màxim d'informació necessària, per fer-ho haurà d'omplir la següent taula i posar una creu en aquells aspectes importants a tenir en compte dins la pròpia dinàmica com en l'apartat d'avaluació.

	No assolit	Assoliment satisfactori	Assolit	Assolit excel·lent
Comportament				X
Participació				X
Clima				X
Aprenentatges			X	
Motivació			X	

Conclusió de l'activitat:

L'activitat ha funcionat millor de l'esperat. Tal com es pot observar a la rúbrica, el comportament, la participació i el clima ha estat excel·lent, m'entres que l'aprenentatge i la motivació únicament assolits. Tot i això, estic molt content amb els resultats obtinguts, ja que en el desenvolupament de l'activitat, s'ha pogut veure com la visualització dels curts, els ha impactat emocionalment i sobretot els ha fet reflexionar en relació amb l'ús de les pantalles.

D'aquesta manera els objectius centrats en aquesta activitat, és a dir, el de "Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles" i el de "Desenvolupar un pensament crític en els joves usuaris que utilitzen habitualment les pantalles", s'han treballat adequadament, respectant a la vegada el model de canvi d'actituds a partir del qual es planteja la intervenció d'aquest TFG, on a través d'aquests objectius s'ha treballat el fet de desenvolupar emocions favorables en l'ús de les pantalles, perquè en un futur puguin conèixer el que no s'ha de fer amb elles.

b. Instruments utilitzats en la detecció de necessitats:

i. Entrevista directora del centre grup la Fàbrica de Can Tusell:

1 1. Creus que hi ha un ús excessiu en la utilització de les noves tecnologies i els dispositius
2 mòbils en l'àmbit educatiu?

3 *Si, tot i que en el meu cas com a directora del centre, no sigui tan freqüent, pel que fa a l'àmbit*
4 *escolar, sense cap dubte hi ha un ús excessiu de les noves tecnologies. Avui en dia gairebé totes*
5 *les escoles donen ordinadors als infants i els joves, per tal que des d'aquestes noves tecnologies,*
6 *facin els deures, entreguin tasques o puguin realitzar un munt d'activitats educatives a través de*
7 *les pantalles.*

8 2. Des de l'entitat intenteu utilitzar els dispositius mòbils com a suport educatiu?

9 *Personalment, penso que es podria utilitzar més, tot i això, a l'hora de fer els deures els mateixos*
10 *infants o joves ja porten els seus dispositius tecnològics, siguin ordinadors o el mateix mòbil.*
11 *D'aquesta manera tot i que és cert que des de l'entitat es podria treballar molt més, creiem més*
12 *necessari donar importància a altres tipus d'eines educatives.*

13 3. Des de la teva experiència professional, penses que hi ha una falta d'educació i formació
14 per part de l'àmbit educatiu en l'ús adequat de les pantalles cap a les noves generacions?

15 *Si, personalment, penso que sí, tot i que els educadors com jo o el mateix equip del centre, tenim*
16 *nocions de com utilitzar en molts casos els ordinadors, mòbils així com els diferents programes*
17 *actuals, crec que aquests coneixements són bastant buits, és a dir, no tenim constància dels*
18 *efectes negatius que pot tenir un mal ús d'aquestes pantalles, així com l'avantatge que pot*
19 *proporcionar educativament en els infants o joves del centre. Així doncs, podríem considerar que*
20 *hi ha una falta de conscienciació tant pels educadors com per les noves generacions de com fer*
21 *un ús adequat de les pantalles.*

22 4. Creus que aquestes noves generacions que des de ben petits ja utilitzen les pantalles,
23 tenen una falta de coneixement o són conscients, sobre l'impacte que pot causar l'ús
24 excessiu de les pantalles?

25 *Personalment, penso que tot i que les dominen, sobretot els joves, no són conscients dels afectes*
26 *negatius que pot generar estar enganxats constantment a les pantalles ni tampoc al mateix*
27 *temps coneixen l'avantatge de fer un bon ús d'aquestes. Crec que en molts casos el fet d'utilitzar*
28 *de forma abusiva els dispositius mòbils sobretot per xarxes socials ja sigui Tiktok, Instagram*
29 *o altres, acaba tenint a la llarga un impacte negatiu en el desenvolupament en general del jove.*
30 *Per tant, podríem considerar que no són pas conscients del rerefons de tot això i ni molt menys*
31 *tenen un pensament crític en vers l'ús adequat de les pantalles.*

32 5. Pel que fa el grup de joves, penses que els usuaris d'aquest tenen certa dependència els
33 dispositius mòbils, com el telèfon, ordinador, tablet, etc.?

34 *La veritat és que crec que tant en els joves del cau, com per exemple en els que no hi formen part*
35 *d'aquest, tenen una gran dependència. Anteriorment, des de l'entitat intentàvem abans de la*
36 *COVID-19 fer que els joves deixessin els dispositius mòbils en una safata, per tal d'assegurar-nos*
37 *que quan aquest estaven dins el centre no estaven enganxats constantment a les pantalles i es*
38 *podia treballar amb molt més facilitat qualsevol projecte educatiu que es proposés.*
39 *Malauradament, després de la Covid-19 això es va deixar de fer i a avui en dia és cert que el grup*
40 *de joves constantment sigui fent deures o qualsevol activitat, estan pendent del mòbil mirant*
41 *xarxes socials o altres coses.*

42 6. Com a directora de l'entitat, creus que és necessari implementar un programa pel grup
43 de joves centrat en el canvi d'actituds en vers a l'addició d'aquestes noves generacions
44 cap a les pantalles?

45 *La veritat és que seria ideal, ja que com ja té comentat anteriorment, quan parlem de noves*
46 *tecnologies i pantalles no acabem de plantejar un projecte educatiu més enllà d'activitats bolet,*
47 *és a dir, aquelles que es fan un dia i no serveixen de res. El fet que la proposta estigui destinada*
48 *en el canvi d'actituds dels joves en vers l'addicció a les pantalles, seria molt adequat sobretot*
49 *perquè a través d'ella es podrien donar eines educatives a partir de les quals en un futur puguin*
50 *ajudar aquestes noves generacions (fent referència al grup de joves). D'altra banda, també penso*
51 *que el grup de joves és l'ideal per plasmar el projecte, ja que tal com té explicat es presenten*
52 *bastants necessitats en vers l'addicció a les pantalles.*

**ii. Entrevista educador referent del grup de joves del centre la Fàbrica
de Can Tusell:**

1 1. Creus que hi ha un ús excessiu en la utilització de les noves tecnologies i els dispositius
2 mòbils en l'àmbit educatiu?

3 *Si jo penso que totalment sí, ja que avui en dia a les escoles tot es fa en ordinador i de forma*
4 *telemàtica, els llibres ja no hi formen part i els deures no s'apunten a l'agenda sinó que es*
5 *pengen al Classroom online. Així que obligatòriament, vulguem o no vulguem, hi ha un ús*
6 *excessiu a les pantalles, fet que no hi ha paper sinó que tot és digital.*

7 2. Des de l'entitat intenteu utilitzar els dispositius mòbils com a suport educatiu?

8 *No, des d'aquí a l'entitat sí que és veritat que es fan alguns tallers com per exemple el*
9 *punt OMNIA, on es treballen la informàtica i l'ús dels ordinadors, però intentem no utilitzar-ho*
10 *com un suport educatiu, sinó com una eina de tant en tant.*

11 3. Des de la teva experiència professional, penses que hi ha una falta d'educació i formació
12 per part de l'àmbit educatiu en l'ús adequat de les pantalles cap a les noves generacions?

13 *Cent per cent, és a dir, les pantalles ens acompanyen en els nostres dia a dia i cada vegada més*
14 *hi ha més utilització d'aquestes. Malauradament, no hi ha un ús responsable d'aquest i tampoc*
15 *es treballa massa sigui des de les escoles o la mateixa entitat, per tal de conscienciar, ni per*
16 *donar a conèixer els aspectes negatius que comporta un abús de les pantalles. Si no sabem*
17 *identificar els aspectes negatius, com podem arribar a identificar que fer? És a dir, a si som*
18 *addictes o si no ho som.*

19 4. Creus que aquestes noves generacions que des de ben petits ja utilitzen les pantalles,
20 tenen una falta de coneixement o són conscients, sobre l'impacte que pot causar l'ús
21 excessiu de les pantalles?

22 *Jo crec que pel que he vist a l'entitat i en el meu dia a dia com a educador, tenen una falta*
23 *totalment de coneixement, ja que és una realitat que tots ells viuen diferent a la nostre i encara*
24 *més diferent de la dels nostres pares, és a dir, quan nosaltres érem petits, no teníem pantalles i*
25 *a l'ESO, potser vam tenir el nostre primer contacte amb elles, els nostres pares també van*
26 *conèixer les pantalles encara més tard, però els infants d'avui en dia ja neixen amb una pantalla*
27 *a les mans. Jo crec que no tenen ni idea del que estan fent quan tenen un ús excessiu de les*
28 *pantalles.*

29 5. Al ser l'educadora referent del grup de joves i passar gran part del temps dins del centre
30 amb ells i elles, has detectat un ús excessiu dels dispositius mòbils com el telèfon, tablet,
31 o ordinador dins el centre?

32 *Si, és a dir, sobretot a l'hora de fer els deures quan no toca o també en el temps lliure, els joves*
33 *constantment estan utilitzant les pantalles en tots moments. Personalment, penso que això es*
34 *dona, ja que avui en dia omplim el nostre temps d'oci amb aquestes pantalles. D'aquesta*
35 *manera, els infants no coneixen altres alternatives amb les quals passar el temps, que no sigui a*
36 *través d'un mòbil u o ordinador.*

37 6. Creus que els dispositius mòbils generen certa distracció o dificultat pels joves a l'hora
38 de concentrar-se i realitzar qualsevol tasca?

39 *Tal com he dit anteriorment, sí. Si tinguessin un mòbil únicament per les coses de l'escola i un*
40 *altre personal, potser no es distrauria tant, però en el moment en el qual poden estar mirant un*
41 *PDF que els hi ha passat un company o el professor en el mòbil i en el mateix temps li estan*
42 *parlant 34 persones a la vegada per Instagram, és impossible discernir entre un ús responsable i*
43 *l'oci.*

44 7. Has detectat que en horaris en el que els i les joves no poden utilitzar els dispositius
45 mòbils, aquests fan ús igualment d'ells?

46 *100%, és a dir, hi ha moments en els quals tu els hi prohibeixes explícitament utilitzar el mòbil, i*
47 *l'addicció sempre és superior a ells/es fent que ho utilitzin constantment. Aquest any no, però*
48 *l'any passat sí que en iniciar les sessions deixàvem tots els mòbils en una bandeja, per evitar*
49 *temptacions.*

50 8. Pel que fa en el grup de joves, penses que els usuaris d'aquest tenen certa dependència
51 els dispositius mòbils, com el telèfon, ordinador, tablet, etc.?

52 *Si, tot i això, penso que aquesta dependència no es dona tant en taulets o ordinadors com si*
53 *amb els mòbils, ja que potser al fet que els joves vinguin d'un barri on es presenten*
54 *problemàtiques socioeconòmiques, els hi impedeix poder tenir accés aquests nous dispositius, en*
55 *canvi, els mòbils no tenen cap mena de problemàtica en accedir i poder tenir accés, de fet tots*
56 *els joves del casal tenen mòbils.*

57 9. Com a educador referent del grup de joves de l'entitat, creus que és necessari
58 implementar un programa (pel grup de joves) centrat en el canvi d'actituds en vers a
59 l'addició d'aquestes noves generacions cap a les pantalles?

60 *Seria el més adient i més després del que té dit, ja que els joves d'avui en dia que venen el casal*
61 *no són conscients o no tenen un pensament crític en vers l'abús en la utilització de les pantalles.*
62 *Seria adequant que aquesta proposta tingués en compte tant les coses bones com dolentes i a la*
63 *vegada dones eines educatives per gestionar aquesta addicció.*

iii. Anàlisi dels resultats, primer test abans de la intervenció i segon test després de la intervenció, per avaluar la millora

L'objectiu d'aquesta taula, és poder observar la possible millora que hi ha hagut abans de realitzar la intervenció i un cop finalitzada. D'aquesta manera podrem avaluar un possible impacte positiu o negatiu. En aquest cas, es mostren els resultats obtinguts recollits el dia 2 i posteriorment, un cop analitzats aquests, es plasmaran els del dia 26 i s'identificaran els canvis que hi ha hagut. S'ha de tenir en compte que en la realització d'aquest TFG, han participat 7 joves, així doncs, a continuació es farà el traspàs de la informació recollida. Per mantenir la confidencialitat d'aquests joves a cada un se li adjudicarà una lletra. Cal recordar que al ser una escala de l'1 al 5, com més a prop a l'1 és referència un baix coneixement i com més al 5 un alt coneixement.

Jove X:

Objectiu	Pregunta	1	2	3	4	5
Donar eines educatives per gestionar l'abús de les pantalles.	1-Actualment, tens recursos educatius per gestionar quan estàs molt temps utilitzant el mòbil o davant d'una pantalla?		X			
Desenvolupar un pensament crític en els joves usuaris que utilitzen habitualment les pantalles	2-Ets conscient de la quantitat d'hores que passes davant d'una pantalla?	X				
	3-Fas alguna cosa per reduir el nombre d'hores que peses davant d'una pantalla?	X				
Promoure el coneixement en vers les competències favorables que les pantalles ens poden donar.	4-Sabies que les competències culturals o les matemàtiques són competències que les pantalles et poden donar?		X			
	5-Saps en què exactament les pantalles et poden ajudar en el teu dia a dia? Posa un exemple:	A veure Netflix o serien online				
Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles.	6-Actualment, saps quines conseqüències negatives pot tenir un abús de les pantalles (tablets, ordinadors, telèfons mòbils...)?		X			
	7-Voldries o estaries disposat a fer un canvi per reduir aquest abús?				X	

Jove Y:

Objectiu	Pregunta	1	2	3	4	5
Donar eines educatives per gestionar l'abús de les pantalles.	1-Actualment, tens recursos educatius per gestionar quan estàs molt temps utilitzant el mòbil o davant d'una pantalla?	X				
Desenvolupar un pensament crític en els joves usuaris que utilitzen habitualment les pantalles	2-Ets conscient de la quantitat d'hores que passes davant d'una pantalla?		X			
	3-Fas alguna cosa per reduir el nombre d'hores que peses davant d'una pantalla?		X			
Promoure el coneixement en vers les competències favorables que les pantalles ens poden donar.	4-Sabies que les competències culturals o les matemàtiques són competències que les pantalles et poden donar?	X				
	5-Saps en què exactament les pantalles et poden ajudar en el teu dia a dia? Posa un exemple:	A poder fer els deures que em pengen en el Classroom del col·legi.				
Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles.	6-Actualment, saps quines conseqüències negatives pot tenir un abús de les pantalles (tablets, ordinadors, telèfons mòbils...)?		X			
	7-Voldries o estaries disposat a fer un canvi per reduir aquest abús?			X		

Jove Z:

Objectiu	Pregunta	1	2	3	4	5
Donar eines educatives per gestionar l'abús de les pantalles.	1-Actualment, tens recursos educatius per gestionar quan estàs molt temps utilitzant el mòbil o davant d'una pantalla?	X				
Desenvolupar un pensament crític en els joves usuaris que utilitzen habitualment les pantalles	2-Ets conscient de la quantitat d'hores que passes davant d'una pantalla?	X				
	3-Fas alguna cosa per reduir el nombre d'hores que peses davant d'una pantalla?	X				

Promoure el coneixement en vers les competències favorables que les pantalles ens poden donar.	4-Sabies que les competències culturals o les matemàtiques són competències que les pantalles et poden donar?	X				
	5-Saps en què exactament les pantalles et poden ajudar en el teu dia a dia? Posa un exemple:	A poder parlar per Instagram o WhatsApp amb els meus companys de classe.				
Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles.	6-Actualment, saps quines conseqüències negatives pot tenir un abús de les pantalles (tablets, ordinadors, telèfons mòbils...)?		X			
	7-Voldries o estaries disposat a fer un canvi per reduir aquest abús?				X	

Jove W:

Objectiu	Pregunta	1	2	3	4	5
Donar eines educatives per gestionar l'abús de les pantalles.	1-Actualment, tens recursos educatius per gestionar quan estàs molt temps utilitzant el mòbil o davant d'una pantalla?	X				
Desenvolupar un pensament crític en els joves usuaris que utilitzen habitualment les pantalles	2-Ets conscient de la quantitat d'hores que passes davant d'una pantalla?		X			
	3-Fas alguna cosa per reduir el nombre d'hores que peses davant d'una pantalla?		X			
Promoure el coneixement en vers les competències favorables que les pantalles ens poden donar.	4-Sabies que les competències culturals o les matemàtiques són competències que les pantalles et poden donar?			X		
	5-Saps en què exactament les pantalles et poden ajudar en el teu dia a dia? Posa un exemple:	A jugar a videojocs online amb els meus amics.				
Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les	6-Actualment, saps quines conseqüències negatives pot tenir un abús de les pantalles		X			

conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles.	(tablets, ordinadors, telèfons mòbils...)?					
	7-Voldries o estaries disposat a fer un canvi per reduir aquest abús?				X	

Jove T:

Objectiu	Pregunta	1	2	3	4	5
Donar eines educatives per gestionar l'abús de les pantalles.	1-Actualment, tens recursos educatius per gestionar quan estàs molt temps utilitzant el mòbil o davant d'una pantalla?		X			
Desenvolupar un pensament crític en els joves usuaris que utilitzen habitualment les pantalles	2-Ets conscient de la quantitat d'hores que passes davant d'una pantalla?			X		
	3-Fas alguna cosa per reduir el nombre d'hores que peses davant d'una pantalla?		X			
Promoure el coneixement en vers les competències favorables que les pantalles ens poden donar.	4-Sabies que les competències culturals o les matemàtiques són competències que les pantalles et poden donar?		X			
	5-Saps en què exactament les pantalles et poden ajudar en el teu dia a dia? Posa un exemple:	Actualment, crec que em poden ajudar per veure YouTube.				
Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles.	6-Actualment, saps quines conseqüències negatives pot tenir un abús de les pantalles (tablets, ordinadors, telèfons mòbils...)?		X			
	7-Voldries o estaries disposat a fer un canvi per reduir aquest abús?					X

Jove U:

Objectiu	Pregunta	1	2	3	4	5
Donar eines educatives per gestionar l'abús de les pantalles.	1-Actualment, tens recursos educatius per gestionar quan estàs molt temps utilitzant el	X				

	mòbil o davant d'una pantalla?					
Desenvolupar un pensament crític en els joves usuaris que utilitzen habitualment les pantalles	2-Ets conscient de la quantitat d'hores que passes davant d'una pantalla?		X			
	3-Fas alguna cosa per reduir el nombre d'hores que peses davant d'una pantalla?	X				
Promoure el coneixement en vers les competències favorables que les pantalles ens poden donar.	4-Sabies que les competències culturals o les matemàtiques són competències que les pantalles et poden donar?		X			
	5-Saps en què exactament les pantalles et poden ajudar en el teu dia a dia? Posa un exemple:	Sí, per poder buscar informació que molts cops no sé.				
Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles.	6-Actualment, saps quines conseqüències negatives pot tenir un abús de les pantalles (tablets, ordinadors, telèfons mòbils...)?	X				
	7-Voldries o estaries disposat a fer un canvi per reduir aquest abús?				X	

Jove H:

Objectiu	Pregunta	1	2	3	4	5
Donar eines educatives per gestionar l'abús de les pantalles.	1-Actualment, tens recursos educatius per gestionar quan estàs molt temps utilitzant el mòbil o davant d'una pantalla?		X			
Desenvolupar un pensament crític en els joves usuaris que utilitzen habitualment les pantalles	2-Ets conscient de la quantitat d'hores que passes davant d'una pantalla?			X		
	3-Fas alguna cosa per reduir el nombre d'hores que peses davant d'una pantalla?		X			
Promoure el coneixement en vers les competències favorables que les pantalles ens poden donar.	4-Sabies que les competències culturals o les matemàtiques són competències que les pantalles et poden donar?		X			

	5-Saps en què exactament les pantalles et poden ajudar en el teu dia a dia? Posa un exemple:	A poder mirar Tiktok o estar en contacte amb les meves xarxes socials com Instagram.				
Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles.	6-Actualment, saps quines conseqüències negatives pot tenir un abús de les pantalles (tablets, ordinadors, telèfons mòbils...)?		X			
	7-Voldries o estaries disposat a fer un canvi per reduir aquest abús?					X

Un cop plasmada la informació extreta dels primers tests, a continuació per tal d'avaluar l'evolució que els 7 joves del centre del Grup la Fàbrica han tingut, es mostrarà els diferents tests executats posteriorment de la intervenció, que estan analitzats en l'apartat d'anàlisi dels resultats.

Jove X:

Objectiu	Pregunta	1	2	3	4	5
Donar eines educatives per gestionar l'abús de les pantalles.	1-Actualment, tens recursos educatius per gestionar quan estàs molt temps utilitzant el mòbil o davant d'una pantalla?				X	
Desenvolupar un pensament crític en els joves usuaris que utilitzen habitualment les pantalles	2-Ets conscient de la quantitat d'hores que passes davant d'una pantalla?			X		
	3-Fas alguna cosa per reduir el nombre d'hores que peses davant d'una pantalla?			X		
Promoure el coneixement en vers les competències favorables que les pantalles ens poden donar.	4-Sabies que les competències culturals o les matemàtiques són competències que les pantalles et poden donar?					X
	5-Saps en què exactament les pantalles et poden ajudar en el teu dia a dia? Posa un exemple:	A veure documentals d'història				
Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les	6-Actualment, saps quines conseqüències negatives pot tenir un abús de les pantalles				X	

conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles.	(tablets, ordinadors, telèfons mòbils...)?					
	7-Voldries o estaries disposat a fer un canvi per reduir aquest abús?					X

Jove Y:

Objectiu	Pregunta	1	2	3	4	5
Donar eines educatives per gestionar l'abús de les pantalles.	1-Actualment, tens recursos educatius per gestionar quan estàs molt temps utilitzant el mòbil o davant d'una pantalla?				X	
Desenvolupar un pensament crític en els joves usuaris que utilitzen habitualment les pantalles	2-Ets conscient de la quantitat d'hores que passes davant d'una pantalla?				X	
	3-Fas alguna cosa per reduir el nombre d'hores que peses davant d'una pantalla?					X
Promoure el coneixement en vers les competències favorables que les pantalles ens poden donar.	4-Sabies que les competències culturals o les matemàtiques són competències que les pantalles et poden donar?				X	
	5-Saps en què exactament les pantalles et poden ajudar en el teu dia a dia? Posa un exemple:	A poder resoldre dubtes de l'assignatura de matemàtiques.				
Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles.	6-Actualment, saps quines conseqüències negatives pot tenir un abús de les pantalles (tablets, ordinadors, telèfons mòbils...)?				X	
	7-Voldries o estaries disposat a fer un canvi per reduir aquest abús?				X	

Jove Z:

Objectiu	Pregunta	1	2	3	4	5
Donar eines educatives per gestionar l'abús de les pantalles.	1-Actualment, tens recursos educatius per gestionar quan estàs molt temps utilitzant el				X	

	mòbil o davant d'una pantalla?					
Desenvolupar un pensament crític en els joves usuaris que utilitzen habitualment les pantalles	2-Ets conscient de la quantitat d'hores que passes davant d'una pantalla?			X		
	3-Fas alguna cosa per reduir el nombre d'hores que peses davant d'una pantalla?				X	
Promoure el coneixement en vers les competències favorables que les pantalles ens poden donar.	4-Sabies que les competències culturals o les matemàtiques són competències que les pantalles et poden donar?				X	
	5-Saps en què exactament les pantalles et poden ajudar en el teu dia a dia? Posa un exemple:	Em poden ajudar a consultar el diccionari online.				
Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles.	6-Actualment, saps quines conseqüències negatives pot tenir un abús de les pantalles (tablets, ordinadors, telèfons mòbils...)?					X
	7-Voldries o estaries disposat a fer un canvi per reduir aquest abús?				X	

Jove W:

Objectiu	Pregunta	1	2	3	4	5
Donar eines educatives per gestionar l'abús de les pantalles.	1-Actualment, tens recursos educatius per gestionar quan estàs molt temps utilitzant el mòbil o davant d'una pantalla?			X		
Desenvolupar un pensament crític en els joves usuaris que utilitzen habitualment les pantalles	2-Ets conscient de la quantitat d'hores que passes davant d'una pantalla?			X		
	3-Fas alguna cosa per reduir el nombre d'hores que peses davant d'una pantalla?				X	
Promoure el coneixement en vers les competències favorables que les pantalles ens poden donar.	4-Sabies que les competències culturals o les matemàtiques són competències que les pantalles et poden donar?					X

	5-Saps en què exactament les pantalles et poden ajudar en el teu dia a dia? Posa un exemple:	Em poden ajudar a saber utilitzar eines tecnològiques com el Word.				
Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles.	6-Actualment, saps quines conseqüències negatives pot tenir un abús de les pantalles (tablets, ordinadors, telèfons mòbils...)?			X		
	7-Voldries o estaries disposat a fer un canvi per reduir aquest abús?				X	

Jove T:

Objectiu	Pregunta	1	2	3	4	5
Donar eines educatives per gestionar l'abús de les pantalles.	1-Actualment, tens recursos educatius per gestionar quan estàs molt temps utilitzant el mòbil o davant d'una pantalla?			X		
Desenvolupar un pensament crític en els joves usuaris que utilitzen habitualment les pantalles	2-Ets conscient de la quantitat d'hores que passes davant d'una pantalla?				X	
	3-Fas alguna cosa per reduir el nombre d'hores que peses davant d'una pantalla?					X
Promoure el coneixement en vers les competències favorables que les pantalles ens poden donar.	4-Sabies que les competències culturals o les matemàtiques són competències que les pantalles et poden donar?				X	
	5-Saps en què exactament les pantalles et poden ajudar en el teu dia a dia? Posa un exemple:	A part de per veure vídeos online, poden ser útils per utilitzar la calculadora online.				
Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles.	6-Actualment, saps quines conseqüències negatives pot tenir un abús de les pantalles (tablets, ordinadors, telèfons mòbils...)?				X	

	7-Voldries o estaries disposat a fer un canvi per reduir aquest abús?				X	
--	---	--	--	--	---	--

Jove U:

Objectiu	Pregunta	1	2	3	4	5
Donar eines educatives per gestionar l'abús de les pantalles.	1-Actualment, tens recursos educatius per gestionar quan estàs molt temps utilitzant el mòbil o davant d'una pantalla?			X		
Desenvolupar un pensament crític en els joves usuaris que utilitzen habitualment les pantalles	2-Ets conscient de la quantitat d'hores que passes davant d'una pantalla?			X		
	3-Fas alguna cosa per reduir el nombre d'hores que peses davant d'una pantalla?		X			
Promoure el coneixement en vers les competències favorables que les pantalles ens poden donar.	4-Sabies que les competències culturals o les matemàtiques són competències que les pantalles et poden donar?			X		
	5-Saps en què exactament les pantalles et poden ajudar en el teu dia a dia? Posa un exemple:	Sempre que sigui amb control, em poden ajudar a buscar informació que desconec.				
Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles.	6-Actualment, saps quines conseqüències negatives pot tenir un abús de les pantalles (tablets, ordinadors, telèfons mòbils...)?			X		
	7-Voldries o estaries disposat a fer un canvi per reduir aquest abús?					X

Jove H:

Objectiu	Pregunta	1	2	3	4	5
Donar eines educatives per gestionar l'abús de les pantalles.	1-Actualment, tens recursos educatius per gestionar quan estàs molt temps utilitzant el mòbil o davant d'una pantalla?				X	

Desenvolupar un pensament crític en els joves usuaris que utilitzen habitualment les pantalles	2-Ets conscient de la quantitat d'hores que passes davant d'una pantalla?			X		
	3-Fas alguna cosa per reduir el nombre d'hores que peses davant d'una pantalla?			X		
Promoure el coneixement en vers les competències favorables que les pantalles ens poden donar.	4-Sabies que les competències culturals o les matemàtiques són competències que les pantalles et poden donar?			X		
	5-Saps en què exactament les pantalles et poden ajudar en el teu dia a dia? Posa un exemple:	Amb les xarxes socials però també amb competències relacionades amb les matemàtiques o les diferents assignatures del col·legi.				
Conscienciar al grup de joves ubicats en el centre de Can Tusell sobre les conseqüències que comporta l'ús excessiu de les pantalles.	6-Actualment, saps quines conseqüències negatives pot tenir un abús de les pantalles (tablets, ordinadors, telèfons mòbils...)?			X		
	7-Voldries o estaries disposat a fer un canvi per reduir aquest abús?					X

c. Materials didàctics de les intervencions

i. **Sessió 1: El concurs de les pantalles**

1-Quantes hores al dia recomana un metge utilitzar com a màxim un dispositiu mòbil o una pantalla (telèfon, ordinador...)?

- 4h
- 6h
- 2h

2-Quines d'aquestes competències poden aparèixer quan utilitzem les pantalles en l'àmbit educatiu?

- Comunicació lingüística
- Competències matemàtiques
- Les dues anteriors

3-Quina d'aquestes frases és certa?

- La salut emocional com física de les persones joves, és cada vegada, més preocupant, ja que en passar més temps connectats a internet, es realitza menys activitats a l'aire lliure.

- La salut emocional com física de les persones joves, és cada vegada, més preocupant, pel fet que en passar menys temps connectats a internet, es realitza menys activitats a l'aire lliure.
- Cap de les anteriors ho és.

4- Un temps excessiu mirant pantalles acaba tenint un impacte negatiu en...:

- El desenvolupament nutricional que acaba afectant en un augment de l'obesitat empitjorant així la qualitat de vida com l'estat emocional de les persones
- En el desenvolupament de les competències matemàtiques de les persones.
- En el desenvolupament de la teva capacitat lectora empitjorant així la qualitat de vida de la persona.

5-Quines d'aquestes competències poden aparèixer quan utilitzem les pantalles en l'àmbit educatiu?

- Competències culinàries
- Competències artístiques i culturals
- Cap de les anteriors

6- Hi ha una relació existent en què l'ús excessiu de les pantalles disminueix la relació familiar, afectant també a...

- El coeficient intel·lectual
- A la intel·ligència artificial
- A la intel·ligència artística

7- La revolució tecnològica, exerceix una important influència sobre el comportament de l'ésser humà, generant canvis en...

- Els valors i la solidaritat
- La justícia
- Les dues anteriors

8- Un ús adequat dels dispositius mòbils en l'àmbit escolar permet...

- Dinamitzar l'aprenentatge
- Satisfer millor les necessitats dels estudiants
- La primera i la segona són correctes

9- L'ús excessiu de les pantalles afecte...

- Els 5 sentits (la vista, l'oïda, l'olfacte, el gust, el tacte)
- En la son i el descans de la persona
- Cap de les anteriors

10- L'ús adequat de les pantalles aporta...

- Competències socials i ciutadanes
- Autonomia i iniciativa personal
- Les dues anteriors

ii. Sessió 2: La taula dels consells

Avaluació figuro-analògica:



iii. Sessió 3: El memori de les pantalles

Competències Lingüístiques	Buscar una paraula en el diccionari online.
Competències Lingüístiques	Corregir un text en el corrector online.
Competències Matemàtiques	Utilitzar la calculadora del mòbil o l'ordinador.
Competències Matemàtiques	Jugar jocs online que incentivin les operacions matemàtiques.
Competències del coneixement i de la interpretació del món físic	Informar-te vers coneixements educatius en articles online.
Competències del coneixement i de la interpretació del món físic	Informar-te vers coneixements educatius en notícies online.
Tractament de la informació i les competències digitals	Fer servir el Word.
Tractament de la informació i les competències digitals	Fer servir l'Excel.
Competències socials i ciutadanes	Capacitat de participar de forma activa en la nostra societat, a través d'una pàgina web.
Competències socials i ciutadanes	Capacitat de crear fòrums a través dels quals es poden defensar drets del teu barri.
Competències artístiques i culturals	Visitar online el museu del Prado a Madrid.
Competències artístiques i culturals	Accedir a pàgines web relacionades amb el món artístic.
Competències per aprendre a aprendre	Formació autònoma a través d'un cicle superior online.
Competències per aprendre a aprendre	Fer la universitat online.
Competències d'autonomia i iniciativa personal	Capacitat de poder realitzar tasques des del teu ordinador o mòbil.
Competències d'autonomia i iniciativa personal	Capacitat d'entregar una tasca en la plataforma online de l'escola.

* Destacar que perquè la durada del joc sigui més àmplia, s'ha vist precis que en cada competència hi hagi dues accions.

iv. Sessió 4: Curts de reflexió

Avaluació figuro-analògica:



d. Cessió de drets d'entrevistes

i. **Consentiment informat directora del centre:**

CESSIÓ DE DRETS D'ENTREVISTES

Jo, Alba Garua Bellver

Amb DNI 49268505W

Faig constar:

- Que autoritzo que les meves opinions i consideracions recollides mitjançant entrevista cedida a Marc Candela Parrilla amb DNI 45988516Q i que té com a objectiu l'elaboració del TFG siguin reproduïdes parcialment o totalment en el treball.
- Que, en cas de tenir algun dret de propietat intel·lectual sobre l'entrevista, cedeixo a Marc Candela Parrilla amb DNI 45988516Q tots els drets d'explotació sobre els mateixos, amb caràcter de no exclusivitat, en totes les modalitats d'explotació, per a tot el món i per tot el temps de la seva durada.
- Que conec que el TFG és susceptible de fer-se'n comunicació pública a través del Dipòsit Digital de Documents de la UAB (DDD) <http://ddd.uab.cat> o qualsevol altre mitjà que la UAB cregui adient.

I perquè així consti signo la present,

Bellaterra (Cerdanyola del Vallès),

Dia: 16

Mes: març

Any: 2023



ii. Consentiment informat, educador grup de joves:

CESSIÓ DE DRETS D'ENTREVISTES

Jo, Biel Follat Cusiuba

Amb DNI 46377282-5

Faig constar:

- Que autoritzo que les meves opinions i consideracions recollides mitjançant entrevista cedida a Marc Candela Parrilla amb DNI 45988516Q i que té com a objectiu l'elaboració del TFG siguin reproduïdes parcialment o totalment en el treball.
- Que, en cas de tenir algun dret de propietat intel·lectual sobre l'entrevista, cedeixo a Marc Candela Parrilla amb DNI 45988516Q tots els drets d'explotació sobre els mateixos, amb caràcter de no exclusivitat, en totes les modalitats d'explotació, per a tot el món i per tot el temps de la seva durada.
- Que conec que el TFG és susceptible de fer-se'n comunicació pública a través del Dipòsit Digital de Documents de la UAB (DDD) <http://ddd.uab.cat> o qualsevol altre mitjà que la UAB cregui adient.

I perquè així consti signo la present,



Bellaterra (Cerdanyola del Vallès),

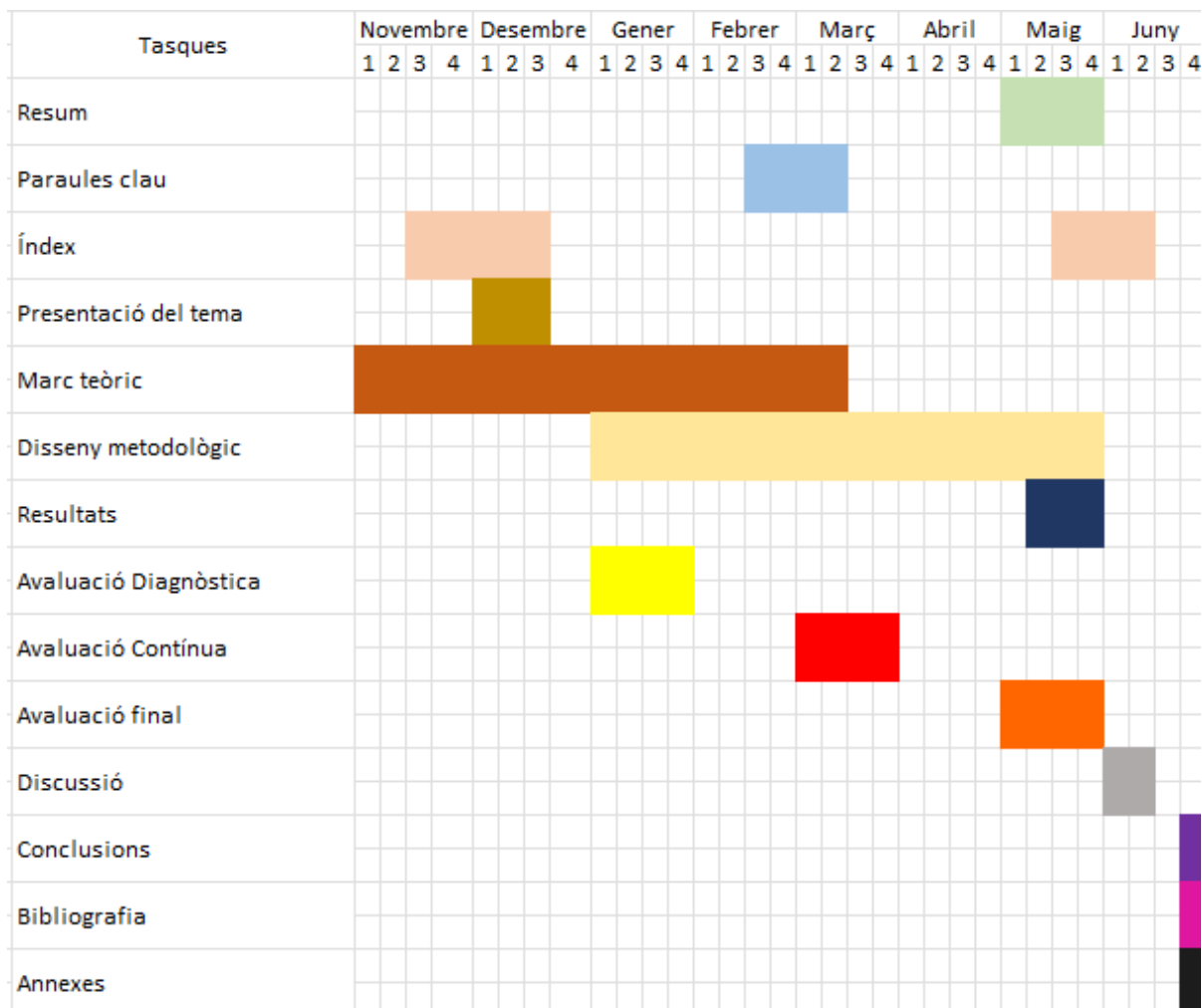
DiA: 16

Mer: MARÇ

Any: 2023

e. El pla de treball

En aquest apartat es mostra com des de l'inici fins al final s'ha intentat seguir en tot moment el planificat en aquest pla de treball. Per tal d'exposar-lo de forma més visual, a continuació es mostrarà un diagrama de Gantt, on es posa en relació les tasques a realitzar amb el temps que necessiten per desenvolupar-se. El temps es veu expressat amb setmanes (1, 2, 3, 4) i els mesos. A la part esquerra s'identifica el conjunt de tasques que s'han de dur a terme en aquest TFG i amb colors el temps que presenta cada una d'elles.



Tot i que en alguns casos no s'ha seguit l'ordre al peu de la lletra i fins i tot s'han generat canvis a mesura que el treball ha anat avançant, el fet de planificar prèviament en aquest diagrama com volia que cronològicament avances el meu TFG, m'ha ajudat molt en tot moment.