



# GAME OFF

Game-based approach towards  
moderating screen time

## GameOFF project

2020-1-FR02-KA205-17382

### Δελτίο Τύπου 2 – Σεπτέμβριος 2021

Την 1η Ιουνίου 2020, ξεκίνησε το έργο «Game-based approach towards moderating screen time» (προσέγγιση με βάση το παιχνίδι για τον περιορισμό του χρόνου μπροστά στην οθόνη - GameOFF). Χρηματοδοτούμενο από το πρόγραμμα Erasmus+ της Ευρωπαϊκής Ένωσης, θα είναι σε εξέλιξη έως τις 31 Μαΐου 2022.

Το έργο περιλαμβάνει έξι εταίρους: E-Juniors (Γαλλία), Asociación Valencia Inno Hub (Ισπανία), Asserted Knowledge Omorythmos Etaireia (Ελλάδα), The Nottingham Trent University (UK), Civic Computing Limited (UK), Rightchallenge Associaçã (Πορτογαλία).

Το GameOFF στοχεύει να βοηθήσει τους νέους (16-25 ετών) να αντιμετωπίζουν αποτελεσματικά καταστάσεις που αφορούν την υπερβολική ενασχόληση με το διαδίκτυο ή την κατάχρηση του χρόνου τους μπροστά από μια οθόνη, εξοπλίζοντάς τους με τις απαραίτητες δεξιότητες και τα κατάλληλα μεθοδολογικά εργαλεία ώστε να προβαίνουν σε υγιή χρήση του υπολογιστή.

Ο πρωταρχικός στόχος του έργου είναι να αναπτυχθούν μέθοδοι προσέγγισης και εργαλεία και που θα βοηθήσουν όσους εργάζονται με νέους να επικοινωνήσουν μαζί τους με σκοπό να τους βοηθήσουν να υιοθετήσουν μια ισορροπημένη προσέγγιση στη χρήση της τεχνολογίας αποκτώντας μια βαθύτερη κατανόηση και ερμηνεία των αιτιών, των κινδύνων και των συνεπειών της συνεχούς διαδικτυακής δέσμευσης και με τον εντοπισμό και την αντίσταση σε εθιστικές φόρμουλες.

Προκειμένου να επιτύχει τους στόχους του, το GameOFF αναπτύσσει ένα καινοτόμο «σοβαρό παιχνίδι» (παιχνίδι εκπαιδευτικού σκοπού) για να βοηθήσει τους χρήστες να εφαρμόσουν μια στρατηγική απόσυρσης/μείωσης και πρόληψης προσφέροντας ένα εξατομικευμένο και εύχρηστο περιβάλλον.

Μέχρι στιγμής οι συνεργάτες έχουν:

- Προετοιμάσει και μοιράσει ένα ερωτηματολόγιο σε 257 νέους (16-25 ετών) για να κατανοήσουν τις ανάγκες τους όσον αφορά την προώθηση χρήσης του Διαδικτύου με μέτρο.
- Προσδιορίσει την κατάλληλη προσέγγιση κατάρτισης προκειμένου να παρέχεται στις ομάδες - στόχους η καλύτερη δυνατή υποστήριξη.
- Δημιουργήσει το εκπαιδευτικό υλικό για το παιχνίδι GameOFF. Το υλικό χωρίζεται σε 6 κατηγορίες:
  1. Διαχείριση Διαδικτυακού
  2. Συναισθηματική Νοημοσύνη
  3. Αυτο-φροντίδα
  4. Κοινωνικά μέσα και διαδικτυακή συνομιλία

5. Streaming και διαδικτυακά τυχερά παιχνίδια
  6. Αποτοξίνωση από το διαδίκτυο
- Ενσωματώσει το εκπαιδευτικό υλικό στο εκπαιδευτικό παιχνίδι GameOFF. Το παιχνίδι είναι ένα ψηφιακό επιτραπέζιο παιχνίδι όπου ο χρήστης μπορεί να επιλέξει το avatar του και τις αντίστοιχες «δυνάμεις» του. Παίζοντας ο χρήστης μαθαίνει με έναν διασκεδαστικό και συναρπαστικό τρόπο για τον εθισμό στο Διαδίκτυο και πώς να αναπτύξει μια πιο υγιή σχέση με την τεχνολογία. Αυτή τη στιγμή η αγγλική έκδοση του παιχνιδιού δοκιμάζεται από τους συνεργάτες. Η τελική έκδοση θα είναι διαθέσιμη τις επόμενες εβδομάδες.

Όλα τα αποτελέσματα του έργου είναι διαθέσιμα στην [ιστοσελίδα](#) του έργου.

## Πού μπορείτε να μας βρείτε;

Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα μας:  
[www.gameoff.eu](http://www.gameoff.eu)  
και τη σελίδα μας στο Facebook:  
<https://www.facebook.com/GAME-OFF-Game-based-approach-towards-moderating-screen-time-103358734812545/>

