

## RAPORT DE REZULTATE EVENIMENT

### Raport de rezultate generate în urma evenimentului nr. 23 *Up-grade: Care sunt efectele fizice, psihice și comportamentale ale digitalizării?*

Fondul Social European

Programul Operațional Capital Uman 2014-2020

Axa prioritară 6 - Educație și competențe

**Obiectiv tematic 10:** Efectuarea de investiții în domeniul educației, al formării și al formării profesionale în vederea dobândirii de competențe și a învățării pe tot parcursul vieții

**Prioritatea de investiții 10.iv:** Sporirea relevanței pe piața forțelor de muncă a educației și a sistemelor de formare, facilitarea tranziției de la educație la piața forțelor de muncă și consolidarea formării și a sistemelor de formare profesională, precum și a calității lor, inclusiv prin mecanisme de anticipare a competențelor, adaptarea programelor de învățământ și instituirea și dezvoltarea unor sisteme de învățare la locul de muncă, inclusiv a unor sisteme de învățare duală și programe de ucenicie

**Obiectiv specific 6.13:** Creșterea numărului absolvenților de învățământ terțiar universitar și non-universitar care își găsesc un loc de muncă urmare a accesului la activități de învățare/ cercetare/ inovare la un potențial loc de muncă, cu accent pe sectoarele economice cu potențial competitiv identificate conform SNC și domeniile de specializare inteligentă conform SNCDI

Apel de proiecte: POCU/626/6/13 Stagii de practică pentru studenți

Titlul proiectului: **INSPIRE** - Inițiative Necesare de Stagii de Practică Inovative pentru Revitalizare Economică

Contract POCU/626/6/13/133017, 11759/13.10.2020, ID MySMIS: 133017

# INSPIRE

*INSPIRE - Inițiative Necesare de Stagii de Practică Inovative pentru Revitalizare Economică*

## CUPRINS

### 1. CONTEXT

### 2. OBIECTIVE

### 3. REZULTATE

### 4. CONCLUZII ȘI PROPUNERI

## 1. CONTEXT

Evenimentul nr. 23: „Up-grade: Care sunt efectele fizice, psihice și comportamentale ale digitalizării?” din cadrul Think-Tank-ului INSPIRE a avut ca scop identificarea efectelor digitalizărilor asupra studenților. Pentru o mai bună înțelegere a tematicii abordate a fost invitată Alexandra Grobnicu, Manager al FNT Software România și Dorin Luca, Director Digitalizare COMPA SA și Manager - COMPA IT. S-a luat în considerare relevanța tematicii abordate față de grupul țintă. Gradul de interacțiune al vieții digitale cu viața fizică este tot mai accentuat în mod general, și mai ales pentru tineri și studenți care au o activitate digitală și virtuală sporită, având și

repercusiuni negative somatice, psihice și comportamentale. Activitatea suport de Think-Tank se bazează pe interacțiunea cuprinzătoare dintre studenți-profesori-angajatori pentru a dezvolta noi teme de discuție și pentru a implementa activități îmbunătățite în cadrul proiectului INSPIRE - *Inițiative Necesare de Stagii de Practică Inovative pentru Revitalizare Economică* sau în afara acestuia de către terțe părți care ar putea implementa coerent sau ar putea utiliza ideile dezvoltate pentru a îmbunătăți semnificativ situația cu privire la problemele identificate.

## 2. OBIECTIVE

Obiectivele evenimentului nr. 23: „Up-grade: Care sunt efectele fizice, psihice și comportamentale ale digitalizării?” au vizat înțelegerea efectelor holistice ale digitalizării asupra vieții fizice. În cadrul acestui eveniment au participat următorii invitați: Alexandra Grobnicu, Manager at FNT Software România și Dorin Luca, Director Digitalizare COMPA SA și Manager - COMPA IT. În același timp, prin dorința de a realiza un eveniment de tip dezbateri, s-a recurs la o sesiune de

întrebări și răspunsuri prin care studenții participanți și-au putut rezolva nelămuririle existente în ceea ce privește etica profesională. Reluarea unei tematici din domeniul de Digitalizare a avut drept scop dezbateri despre dezvoltarea de procese adaptate contextului tehnologic și digital curent pentru optimizarea competențelor studenților în vederea accesului pe piața muncii.

### 3. REZULTATE

Evenimentul de tip Think-Tank nr. 23: „Up-grade: Care sunt efectele fizice, psihice și comportamentale ale digitalizării?” s-a realizat cu participarea fizică și online ale participanților. Evenimentul a fost organizat în format online cu ajutorul platformei Google Meet și fizic la COMPA SA - Str. Henri Coandă, Nr. 8, Sibiu.

Studenții participanți au luat parte la o dezbatere obținând astfel răspunsuri la problemele cu care se confruntă în menținerea echilibrului dintre viața digitală și viața fizică. În plus, au fost gestionate discuții pe teme relevante pentru digitalizare, urmărind sporirea interesului și implicării participanților în cadrul evenimentului de Think-Tank.

Printre subiectele discutate cu invitații se regăsesc răspunsurile la cele mai frecvente întrebări legate de digitalizare și efectele acesteia asupra vieții reale. Astfel evidențiem următoarele aspecte esențiale pe baza temelor specifice redade în cadrul evenimentului:

#### 1. Cum afectează transformarea digitală societatea de astăzi?

Transformarea digitală a avut un impact profund asupra societății de astăzi, aducând schimbări semnificative în domenii precum accesul la informație, comunicarea, economia, eficiența și cultura. Prin intermediul internetului, tehnologiilor digitale și automatizării, oamenii au devenit mai conectați, au acces la o cantitate imensă de informații, au schimbat modul în care lucrează și interacționează, iar economia și modelele de afaceri s-au adaptat într-un mod în care inovația și eficiența sunt din ce în ce mai importante.

#### 2. Care este impactul digitalizării asupra studenților și absolvenților?

Digitalizarea a avut un impact semnificativ asupra studenților și absolvenților. Accesul la informație și resurse educaționale online a devenit mai ușor și mai rapid, oferind oportunități de învățare flexibile și personalizate. Cursurile online și platformele de e-learning permit studenților să-și gestioneze propriul ritm de învățare și să acceseze materiale din diverse domenii. De asemenea, digitalizarea a creat noi modalități de colaborare și comunicare între studenți și profesori, prin intermediul instrumentelor digitale. Dezvoltarea abilităților digitale relevante, cum ar fi utilizarea eficientă a tehnologiilor și analiza datelor, devine din ce în ce mai importantă pentru a-și îmbunătăți șansele de angajare și succesul în carieră. Pe de altă parte, există și provocări legate de dependența de tehnologie și necesitatea de a dezvolta competențe critice pentru a evalua și filtra informațiile disponibile online.

#### 3. Care sunt efectele digitalizării și automatizării pentru angajați?

Digitalizarea și automatizarea au efecte mixte asupra angajaților. Pe de o parte, acestea pot conduce la înlocuirea locurilor de muncă repetitive și rutiniere, ceea ce poate duce la pierderi de

locuri de muncă și necesitatea reconversiei profesionale. Pe de altă parte, digitalizarea și automatizarea creează și noi oportunități, cum ar fi locuri de muncă în domeniul tehnologiei și inovației. Angajații se confruntă cu nevoia de a dezvolta abilități avansate și adaptabile pentru a rămâne competitivi pe piața muncii digitale și pentru a se adapta la schimbările tehnologice rapide.

#### **4. Cum ne afectează la nivel fizic și psihic expunerea la digitalizare?**

Expunerea la digitalizare poate avea impact atât la nivel fizic, cât și la nivel psihic. Din punct de vedere fizic, utilizarea prelungită a dispozitivelor digitale poate duce la tulburări musculo-scheletice, cum ar fi dureri de spate și încheieturi, oboseală oculară și probleme de somn din cauza luminii albastre emise de ecrane. Pe plan psihologic, expunerea constantă la tehnologie poate contribui la stres și anxietate, izolare socială, dependență de tehnologie, scăderea capacității de concentrare și scăderea stimei de sine. Este important să fim conștienți de efectele negative și să adoptăm măsuri pentru a ne menține un echilibru sănătos între utilizarea tehnologiei și nevoile noastre fizice și psihologice.

#### **5. Cum putem păstra un echilibru între viața digitală și viața reală?**

Pentru a păstra un echilibru între viața digitală și cea reală, este important să stabiliți limite clare și să adoptați câteva strategii. Acestea pot include stabilirea unui program sau alocarea de timp rezervat activităților offline, cum ar fi plimbări în natură, socializare față în față și practicarea unor hobby-uri offline. În plus, puteți încerca să reduceți timpul petrecut pe rețelele sociale și să setați limite pentru utilizarea dispozitivelor înainte de culcare. Este important să fiți conștienți de propriul nivel de confort și să găsiți un echilibru care să vă permită să vă bucurați de beneficiile tehnologiei, în timp ce vă mențineți conectați și prezenți în viața reală.

#### **6. Ce recomandări pot primi studenții pentru adaptarea la schimbările digitale?**

Pentru adaptarea la schimbările digitale, studenții pot primi următoarele recomandări: să-și dezvolte abilități digitale esențiale, cum ar fi utilizarea eficientă a instrumentelor digitale și analiza datelor, prin participarea la cursuri, training-uri sau resurse online; să își gestioneze timpul și să stabilească limite clare pentru utilizarea tehnologiei; să cultive abilități de gândire critică și adaptabilitate pentru a se adapta rapid la schimbările tehnologice; să caute oportunități de stagii de practică sau internship, proiecte și colaborări care să le permită să-și aplice cunoștințele digitale într-un context practic; să își dezvolte o rețea de contacte și să caute mentori care să le ofere îndrumare și sfaturi în domeniul digital; să fie curioși, deschiși la învățare continuă și să fie dispuși să-și actualizeze cunoștințele pe măsură ce tehnologiile digitale avansează.

## 7. Care este un proces optim de digitalizare a proceselor unei organizații?

Un proces optim de digitalizare a proceselor unei organizații implică mai multe etape cheie. În primul rând, este important să se efectueze o evaluare exhaustivă a fluxurilor de lucru existente și a nevoilor organizației pentru a identifica zonele care pot beneficia cel mai mult de digitalizare. Apoi, se pot selecta și implementa soluții tehnologice adecvate, care să răspundă nevoilor specifice ale organizației. În paralel, este esențial să se asigure integrarea și securitatea datelor, precum și formarea și implicarea angajaților în procesul de digitalizare. Monitorizarea și evaluarea constantă a rezultatelor obținute sunt, de asemenea, esențiale pentru a îmbunătăți și ajusta procesele digitale în funcție de feedback și de evoluția tehnologică.

## 4. CONCLUZII ȘI PROPUNERI

În urma discuției evenimentului nr. 23: „Up-grade: Care sunt efectele fizice, psihice și comportamentale ale digitalizării?” au putut fi identificate efectele digitalizării. În concluzie, digitalizarea a adus schimbări semnificative în societate, afectând diverse aspecte ale vieții noastre, inclusiv educația, economia și modul în care interacționăm. Deși aduce oportunități și avantaje considerabile, este important să abordăm cu atenție și echilibru procesul de digitalizare, adaptându-ne la schimbările tehnologice, dezvoltând abilități digitale relevante și menținând legătura cu aspectele umane și offline ale vieții noastre. Aprecierea beneficiilor tehnologiei în paralel cu gestionarea adecvată a efectelor sale asupra noastră este esențială pentru a atinge un echilibru optim între viața digitală și cea reală.

**Responsabil facilitare cooperare și dialog stakeholderi 4**

**Rusu Petruța-Gabriela**