

# TECHSENIOR

TECHNOLOGY FOR ASSISTING SENIORS

**Τίτλος:** Ενότητα 1: Πώς να διδάξεις ηλικιωμένους για να χρησιμοποιήσουν τη ψηφιακή τεχνολογία

**Εταίρος:** SOSU Oestjylland

**Ημερομηνία:** 15/09/2017

**Intellectual Output:** IO3



Erasmus+



AARHUS  
KOMMUNE



## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Ψυχολογικές Πτυχές.....	2
Οι γνώσεις των ηλικιωμένων όσον αφορά την απομνημόνευση και τις γνωστικές ικανότητες.....	2
Κίνητρο .....	2
Ενεργή ακρόαση.....	3
Θετική ανταπόκριση.....	3
Συγκαταβατική προσέγγιση .....	3
Υπομονετικότητα/Ταχύτητα.....	4
Τεχνικές Πτυχές .....	5
Ο εκπαιδευτής αντιλαμβάνεται διαφορετικά την μαθησιακή διαδικασία .....	5
Διατήρηση μνήμης .....	6
Επανάληψη.....	6
Απλά βήματα .....	6
Αποφεύγοντας όρους πληροφορικής .....	7
Ηθική της ιδιωτικότητας.....	8
Καθορίζοντας όρια .....	8
Κανόνες ηθικής.....	8
Προστασία προσωπικών δεδομένων.....	8
Βιβλιογραφία.....	8

## Ψυχολογικές Πτυχές

### Οι γνώσεις των ηλικιωμένων όσον αφορά την απομνημόνευση και τις γνωστικές ικανότητες

Η διά βίου μάθηση γίνεται όλο και πιο σημαντική για να συμβαδίζει κάποιος με τις νέες τεχνολογίες της πληροφορικής στην κοινωνία. Η ζήτηση για βασικές δεξιότητες πληροφορικής έχει εξελιχθεί μετά από τον αυξανόμενο αριθμό επίσημων ψηφιακών λύσεων σε πολλές χώρες. Η απόκτηση βασικών γνώσεων και δεξιοτήτων πληροφορικής είναι επομένως απαραίτητη για τους ηλικιωμένους, προκειμένου να βελτιωθεί η ανεξαρτησία τους και η ικανότητά τους να λειτουργούν σε μια όλο και περισσότερο ψηφιακή κοινωνία.

Ωστόσο, υπάρχει ένα εμπόδιο στη μάθηση σε μια ώριμη ηλικία. Με τη γήρανση ακολουθεί φυσική επιδείνωση της λειτουργίας του εγκεφάλου, προκαλώντας προοδευτική εξασθένιση της συγκέντρωσης, της μνήμης και της πνευματικής ευελιξίας. Η ικανότητα δημιουργίας νέων συνάψεων μεταξύ νευρώνων ως απάντηση σε εξωτερικά ερεθίσματα, όπως η διδασκαλία και η κατάρτιση, μειώνεται. Η απόκτηση νέων γνώσεων και δεξιοτήτων για έναν άνθρωπο γίνεται όλο και πιο δύσκολη με το πέρασμα των χρόνων.

Τα καλά νέα είναι ότι ο εγκέφαλος είναι εύπλαστος σε όλα τα στάδια της ζωής, καθιστώντας δυνατή τη διατήρηση της λειτουργικότητας του εγκεφάλου για να μάθει, ακόμα και στα γηρατειά. Η έρευνα στη νευροπλαστικότητα επιβεβαιώνει ότι η μάθηση στην ώριμη ηλικία μπορεί να είναι επιτυχής αν εμπλέξουμε τον εγκέφαλό μας σε νέα προκλητικά καθήκοντα (1).

Καθώς διδάσκουμε βασικές τεχνολογίες της πληροφορικής και δεξιότητες σε άτομα μεγαλύτερης ηλικίας, θα είναι σημαντικό να λάβουμε υπόψη ορισμένους εκπαιδευτικούς παράγοντες.

Τα προγράμματα διδασκαλίας και κατάρτισης στον τομέα της πληροφορικής για τους ηλικιωμένους πρέπει να επικεντρωθούν στην πρόσβαση και την ποιότητα της εκπαίδευσης, με στόχο την ψηφιακή ένταξη των ηλικιωμένων.

### Κίνητρο

Είναι πολύ σημαντικό να προωθήσουμε και να διατηρήσουμε τα κίνητρα των πρεσβυτέρων κατά τη διάρκεια της διδασκαλίας και της κατάρτισης. Συχνά οι μαθησιακοί στόχοι δεν επιτυγχάνονται αμέσως. Προκειμένου να διατηρηθεί το κίνητρο των ηλικιωμένων, ο εκπαιδευτής πρέπει να θέτει ενδιάμεσους στόχους, προσαρμοσμένους στην εξέλιξη των μαθητών. Οι προοδευτικές ασκήσεις θα πρέπει να συνοδεύονται από θετική ανατροφοδότηση, ούτως ώστε οι ηλικιωμένοι να φτάσουν στον ενδιάμεσο στόχο. Ως εκ τούτου, θα χρειαστεί περαιτέρω προσαρμοσμένη κατάρτιση και πρακτική για την ανάπτυξη γνώσεων ή δεξιοτήτων. Είναι σημαντικό να επαινέσουμε τα καλά μέρη της

μαθησιακής διαδικασίας, δίνοντας τον εκπαιδευόμενο το απαραίτητο κίνητρο για να συνεργαστεί με τα πιο δύσκολα τμήματα της εκπαίδευσης.

### Ενεργή ακρόαση

---

Κατά τη διδασκαλία των ηλικιωμένων, ο εκπαιδευτής θα πρέπει να λαμβάνει υπόψη τις προτεραιότητες, τα κίνητρα, τις προηγούμενες μαθησιακές εμπειρίες και ικανότητες και τις πιθανές περιοχές ανάπτυξης των εκπαιδευομένων. Η μαθησιακή προσπάθεια ενισχύεται, όταν προσανατολίζεται προς εμπειρίες που συνδέονται με την πραγματική ζωή και είναι χρήσιμες στην καθημερινή πρακτική. Επομένως, ο εκπαιδευτής για να ικανοποιήσει τις ανάγκες των ηλικιωμένων, πρέπει να επιδεικνύει ενδιαφέρον για τις ανάγκες και τα προβλήματα των εκπαιδευομένων και όχι να επικεντρώνεται αποκλειστικά στο περιεχόμενο του μαθήματος. Ο εκπαιδευτής πρέπει να προσαρμόσει μια προσέγγιση κατάστασης και όχι μια θεωρητική προσέγγιση, όταν διδάσκει πρεσβύτερους.

### Θετική ανταπόκριση

---

Η απόκτηση δεξιοτήτων πληροφορικής μπορεί να είναι περίπλοκο ζήτημα για τους ηλικιωμένους. Επομένως, η θετική ανταπόκριση κατά τη διάρκεια της μάθησης είναι απαραίτητη για την μαθησιακή ακολουθία και πρόοδο. Η θετική ανατροφοδότηση προκαλεί απελευθέρωση ντοπαμίνης και ακετυλοχολίνης στον εγκέφαλο, προκαλώντας μια αίσθηση επιτυχίας. Η θετική ανατροφοδότηση μπορεί στην πραγματικότητα να βελτιώσει τις νοητικές ικανότητες των ηλικιωμένων, διευκολύνοντας την πρόοδο της μαθησιακής διαδικασίας (1). Η εμπιστοσύνη του εκπαιδευόμενου μπορεί να αυξηθεί λόγω μιας επιτυχημένης εμπειρίας.

### Συγκαταβατική προσέγγιση

---

Προκειμένου να διατηρηθεί το κίνητρο, η προσοχή και η περιέργεια των εκπαιδευομένων, ο εκπαιδευτής πρέπει να αντιμετωπίσει τους πρεσβύτερους με μια συγκαταβατική προσέγγιση. Είναι σημαντικό να συνδέσετε το περιεχόμενο του μαθήματος με τις προσωπικές ανάγκες και τα κίνητρα του εκπαιδευόμενου. Ο εκπαιδευτής πρέπει επομένως να επιδείξει πραγματικό ενδιαφέρον για τις ανάγκες, τις ικανότητες και τις απαιτήσεις του εκπαιδευόμενου. Το ενδιαφέρον, η προσοχή και η θετική ανάδραση μπορούν να ενισχύσουν την εμπιστοσύνη του εκπαιδευόμενου.

## Υπομονετικότητα/Ταχύτητα

---

Λόγω της φυσικής επιδείνωσης της λειτουργίας του εγκεφάλου, οι γνωστικές λειτουργίες - συμπεριλαμβανομένης της μάθησης- είναι πιο αργές με το πέρασμα των χρόνων. Ο εκπαιδευτής πρέπει συνεπώς να λάβει υπόψη την ταχύτητα της μαθησιακής διαδικασίας. Ο σχεδιασμός του μαθήματος πρέπει να επιτρέπει στους ηλικιωμένους να προχωρούν με αργούς ρυθμούς. Η υπομονή του εκπαιδευτή είναι σημαντική, ούτως ώστε να ενθαρρύνει τους ηλικιωμένους να προχωρήσουν βήμα προς βήμα με τη δική τους ταχύτητα. Η μάθηση είναι μια διαδικασία όπου πρέπει να ληφθεί σοβαρά υπόψη ο επιτρεπόμενος χρόνος μιας απόκρισης, συζήτησης και ανάδρασης, είτε τις περισσότερες φορές από άλλους εκπαιδευόμενους, είτε από τον ίδιο τον εκπαιδευτή και ως εκ τούτου είναι δύσκολο να αυξηθεί η ταχύτητα της μάθησης.

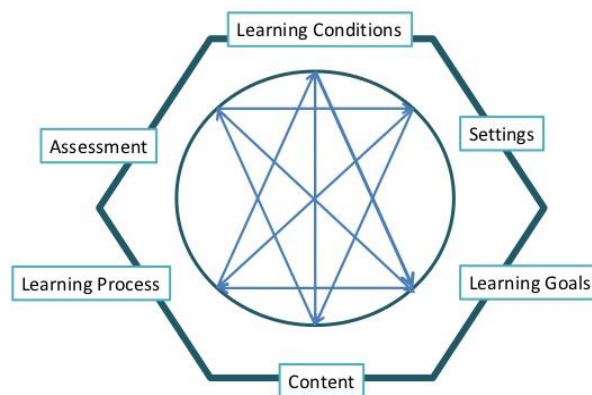
## Τεχνικές Πτυχές

### Ο εκπαιδευτής αντιλαμβάνεται διαφορετικά την μαθησιακή διαδικασία

Όταν η διδασκαλία περιλαμβάνει τη χρήση ψηφιακών μέσων, απαιτεί δεξιότητες των εκπαιδευτικών που βασίζονται στην οργάνωση της διαδικασίας μάθησης για άτομα ή ομάδες, αντί για ικανότητες που βασίζονται στην οργάνωση θεμάτων, όπως στην παραδοσιακή τάξη. Ο εκπαιδευτής πρέπει συνεπώς να είναι ικανός να σχεδιάζει τη μαθησιακή διαδικασία του εκπαιδευόμενου. Ωστόσο, για να είναι σε θέση να προγραμματίσει μια διαδικασία μάθησης, ο εκπαιδευτής πρέπει να γνωρίζει τις ικανότητες που συνδέονται με διαφορετικούς ρόλους διδασκαλίας, όπως ο ρόλος που αντιδρά, το κίνητρο και η προγύμναση στη διδασκαλία.

Η διδακτική θεωρία που δημιουργήθηκε από τους Hilde Hiim και Else Hippe (2) συνδέει τις έξι πιο σημαντικές πτυχές του προγραμματισμού ενός μαθήματος ή μιας μαθησιακής διαδικασίας. Και οι έξι πτυχές αλληλοεξαρτώνται, ενώ οι αλλαγές σε ένα χαρακτηριστικό έχουν συνέπειες για τα άλλα χαρακτηριστικά.

### The Didactic Relationship Model



The Didactical Relationship Model (Hiim & Hippe, 1998)

Οι συνθήκες μάθησης του μαθητευόμενου είναι μια σημαντική πτυχή, όσον αφορά την κατανόηση διαφορετικών διαδικασιών μάθησης. Οι εκπαιδευόμενοι μπορούν να έχουν διαφορετικές μαθησιακές συνθήκες και αυτό μπορεί να σημαίνει ότι οι εκπαιδευόμενοι πρέπει να εργαστούν με μια σειρά από διαφορετικές προσεγγίσεις που προσαρμόζουν τους δικούς τους τρόπους μάθησης για να αποκτήσουν τα βέλτιστα αποτελέσματα.

Οι ερωτήσεις που πρέπει να απαντηθούν σχετικά με τις συνθήκες μάθησης του εκπαιδευόμενου περιλαμβάνουν:

- Ποιες επαγγελματικές ή λουπές δεξιότητες διαθέτει ο εκπαιδευόμενος;

- Ποιες επικοινωνιακές ικανότητες διαθέτει ο εκπαιδευόμενος;
- Ποιες συνεργατικές δεξιότητες διαθέτει ο εκπαιδευόμενος;
- Διαθέτει ο εκπαιδευόμενος το απαραίτητο κίνητρο για να παρακολουθήσει το θέμα;
- Έχει ο εκπαιδευόμενος κάποιες ιδιαίτερες δυσκολίες ή ανάγκες για πόρους που σχετίζονται με την πορεία του μαθήματος;
- Με ποιον τρόπο μαθαίνει ο εκπαιδευόμενος;

Τα παραπάνω ερωτήματα είναι απαραίτητο να εξεταστούν τόσο στο σχεδιασμό όσο και στην επαφή με τους εκπαιδευόμενους.

## Διατήρηση μνήμης

---

Όπως αναφέρθηκε προηγουμένως, με την πάροδο των χρόνων επέρχεται φυσική επιδείνωση της λειτουργίας του εγκεφάλου, προκαλώντας προοδευτική εξασθένηση της συγκέντρωσης, της μνήμης και της πνευματικής ευελιξίας. Ο εκπαιδευτής πρέπει να λαμβάνει υπόψη τους παράγοντες αυτούς κατά τον προγραμματισμό του μαθήματος. Πτυχές όπως ο ρυθμός, η επανάληψη και τα απλά βήματα είναι σημαντικά στη διαδικασία εκμάθησης, όσον αφορά τη διατήρηση της μνήμης.

## Επανάληψη

---

Η επανάληψη διαφορετικών βημάτων στη διαδικασία εκμάθησης είναι απαραίτητη, όταν διδάσκουμε τους ηλικιωμένους. Για να κατανοήσουμε πλήρως και να αναπτύξουμε διαφορετικές δεξιότητες, ο ηλικιωμένος μαθητής μπορεί να χρειαστεί οδηγίες που θα επαναληφθούν περισσότερο από μία φορές. Η ανάπτυξη μιας συγκεκριμένης τεχνικής ικανότητας μπορεί επίσης να απαιτήσει πολλές προσπάθειες, με ή χωρίς τη βοήθεια του εκπαιδευτή. Κατά τον σχεδιασμό της διαδικασίας μάθησης, ο εκπαιδευτής πρέπει να εξετάσει τον καλύτερο δυνατό τρόπο παροχής διδασκαλίας και ανάδρασης, δίνοντας τον απαιτούμενο χρόνο για την επανάληψη του εκπαιδευόμενου.

## Απλά βήματα

---

Διδάσκοντας τους ηλικιωμένους, ο εκπαιδευτής μπορεί να βρει τον KISS κανόνα (Keep It Simple, Stupid) χρήσιμο. Ο εκπαιδευτής πρέπει να κρατήσει τις οδηγίες και τα σχόλια στο επίπεδο του εκπαιδευόμενου. Η επίτευξη βασικών γνώσεων πληροφορικής απαιτεί απλά βήματα. Διαφορετικά, ο εκπαιδευόμενος θα απογοητευτεί από τις απαιτήσεις που είναι πάνω από το επίπεδο ικανότητάς τους. Είναι σημαντικό να απαντήσετε στον εκπαιδευόμενο στο δικό του επίπεδο εμπειρίας. Ο

κανόνας KISS βοηθά τον εκπαιδευτή να θυμάται ότι πρέπει πάντα να λαμβάνουμε υπόψη το επίπεδο του εκπαιδευόμενου κατά τη διδασκαλία.

Οι εκπαιδευτικοί πρέπει να γνωρίσουν τους εκπαιδευόμενους στο δικό τους επίπεδο και να τους παρακινήσουν να κάνουν το καλύτερο. Ο εκπαιδευτής μπορεί να χρησιμοποιήσει ανοιχτές ερωτήσεις και οδηγίες για να φτάσει τους ηλικιωμένους σε υψηλότερο επίπεδο γνώσης ή δεξιοτήτων, αφήνοντάς τους να βρουν από μόνοι τους τις απαντήσεις. Οι ανοιχτές ερωτήσεις με περισσότερες (απλές) δυνατότητες για την επίλυση θεμάτων υποκινούν επίσης τον εκπαιδευόμενο να αναζητήσει περισσότερες πληροφορίες.

### Αποφεύγοντας όρους πληροφορικής

---

Το ψηφιακό λεξιλόγιο αποτελεί πρόκληση για πολλούς ηλικιωμένους. Εάν είναι δυνατόν, η χρήση όρων πληροφορικής θα πρέπει να διατηρηθεί στο ελάχιστο, προκειμένου να ενισχυθεί η διαδικασία μάθησης. Εάν το άτομο μεγαλύτερης ηλικίας δυσκολεύεται να καταλάβει κάποιες εκφράσεις πληροφορικής, ίσως είναι δύσκολο να ακολουθήσουν ακόμη και απλές οδηγίες σχετικά με την έκφραση.

Ορισμένες εκφράσεις ίσως χρειαστεί να εξηγηθούν ή να "μεταφραστούν" στην αρχή του μαθήματος, ως βασικές γνώσεις πληροφορικής που απαιτούνται για την παρακολούθηση του μαθήματος.



## Ηθική της ιδιωτικότητας

### Καθορίζοντας όρια

Η διδασκαλία και η κατάρτιση των δεξιοτήτων πληροφορικής, ειδικά όταν πρόκειται για ψηφιακές υπηρεσίες, απαιτεί συνειδητοποίηση της δεοντολογίας της ιδιωτικής ζωής. Ο καθορισμός ορίων, από την άποψη του είδους των πληροφοριών που είναι προσβάσιμες ή ορατές για τον εκπαιδευτή ή άλλους, είναι σημαντική. Η διδασκαλία του τρόπου χρήσης ψηφιακών υπηρεσιών, όπως η τραπεζική στο σπίτι, απαιτεί προσεκτική εξέταση προκειμένου να μην αποκτά πρόσβαση στις προσωπικές πληροφορίες του εκπαιδευόμενου κατά τη διάρκεια της εκπαίδευσης. Τα όρια πρέπει να καθορίζονται ξεκάθαρα στους εκπαιδευόμενους από την αρχή του μαθήματος, καθώς οι εκπαιδευόμενοι μπορούν επίσης να μοιραστούν προσωπικές πληροφορίες ακούσια.

### Κανόνες ηθικής

Ο εκπαιδευτής πρέπει να γνωρίζει ότι στο πλαίσιο του διδακτικού ρόλου, έχει ευθύνη για την εφαρμογή της καλής ηθικής στη διδασκαλία. Η καλή ηθική, όσον αφορά τις ψηφιακές υπηρεσίες, θα μπορούσε να είναι μια χρήσιμη προσέγγιση με συμβουλές για τον τρόπο δημιουργίας ασφαλών κωδικών πρόσβασης, αλλά ΟΧΙ για να αποκτήσετε γνώση νέων ή υφιστάμενων κωδικών πρόσβασης. Η ηθική της ιδιωτικής ζωής ποικίλλει ανάλογα με τη σχέση μεταξύ του εκπαιδευτή και του εκπαιδευόμενου. Οι επαγγελματίες φροντιστές και οι εθελοντές θα πρέπει να γνωρίζουν πολύ καλά την ευθύνη τους όσον αφορά την πρόσβαση σε προσωπικές πληροφορίες, η οποία είναι συνήθως πολύ περιορισμένη. Ανεξάρτητα από το αν ο εκπαιδευόμενος δεν έχει κανένα πρόβλημα με την ανταλλαγή πληροφοριών, είναι ευθύνη των εργαζομένων φροντίδας ή των εθελοντών να προστατεύσουν την ιδιωτικότητα του εκπαιδευόμενου.

### Προστασία προσωπικών δεδομένων

Οι εργαζόμενοι φροντίδας και οι εθελοντές έχουν υποχρέωση να τηρούν το απόρρητο σε επαφή με τις ιδιωτικές υποθέσεις του εκπαιδευόμενου. Διδάσκοντας διαφορετικές δεξιότητες στον τομέα της πληροφορικής, ο εκπαιδευτής αποκτά πρόσβαση σε διάφορες πληροφορίες για τις οποίες υποχρεούται να τηρεί το απόρρητο. Αυτό σημαίνει ότι ο εκπαιδευτής δεν μπορεί να μοιραστεί με τους άλλους καμία προσωπική πληροφορία του μαθητευόμενου, ούτε να χρησιμοποιήσει οποιαδήποτε προσωπική πληροφορία του μαθητευόμενου για το δικό του όφελος. Παρόλο που μερικές φορές είναι απαραίτητο να μοιραστεί κανείς μερικές ιδιωτικές πληροφορίες για τις ανάγκες της μάθησης ψηφιακών δεξιοτήτων, είναι σημαντικό ο εκπαιδευόμενος να αισθάνεται ασφαλής ότι οι ιδιωτικές πληροφορίες παραμένουν απόρρητες.

## Βιβλιογραφία

1. [https://www.openeducationeuropa.eu/sites/default/files/legacy\\_files/asset/In-depth\\_29\\_2.pdf](https://www.openeducationeuropa.eu/sites/default/files/legacy_files/asset/In-depth_29_2.pdf), 5/9-2017
2. <http://www.odlexpert.net/iaml3/getstart/chapter5.pdf>, 5/9-2017

www.techsenior.eu



Co-Funded by the European Union

The production of this document has been funded with support from the European Commission. The current document reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Erasmus+