



Co-funded by
the European Union



2021-1-ES01-KA220-ADU-000027053

ΜΙΑ ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΚΑΤΕΥΘΥΝΤΗΡΙΑ ΓΡΑΜΜΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΩΝ ΠΡΟΚΛΗΣΕΩΝ ΣΤΗΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΕΝΗΛΙΚΩΝ



Αποποίηση ευθύνης για έργα Erasmus plus (προγραμματική περίοδος 2021-2027): Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι απόψεις που εκφράζονται είναι μόνο του ή των συγγραφέων και δεν αντικατοπτρίζουν απαραίτητα εκείνες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτά.

Περιεχόμενα

1. Εισαγωγή	3
2. Τι είναι η Εκπαίδευση Ενηλίκων;	5
2.1. Εκπαίδευση Ενηλίκων	5
2.2. Η Εκπαίδευση Ενηλίκων στην Ανδραγωγική Προοπτική	9
2.3. Η δομή του μυαλού των ενηλίκων	10
3. Σημαντικές Προκλήσεις στην Εκπαίδευση Ενηλίκων	15
3.1. Ενίσχυση της μάθησης στην εκπαίδευση ενηλίκων	16
3.2. Διαφορετικές τεχνικές διδασκαλίας που θα χρησιμοποιηθούν στην εκπαίδευση ενηλίκων	18
3.3. Αντιμετώπιση των απουσιών στην εκπαίδευση ενηλίκων	20
3.4. Χρήση ψηφιακών εργαλείων στην εκπαίδευση ενηλίκων	21
4. Βοηθητικούς Πόρους	22
4.1. Ιστοσελίδες	23
4.2. Βίντεο	23
4.3. Βιβλία	23
5. Βιβλιογραφία	24

1. Εισαγωγή

Σύμφωνα με την έκθεση των Ηνωμένων Εθνών, ενώ το ποσοστό του ηλικιωμένου πληθυσμού στον κόσμο ήταν 5% το 1950, το ποσοστό αυτό καθορίστηκε σε 9,5% το 2020. Μέχρι το 2050, εκτιμάται ότι το ποσοστό των ηλικιωμένων στον κόσμο θα είναι 22%. Αν και το ποσοστό των ηλικιωμένων στον κόσμο είναι 9,5%, το ποσοστό αυτό είναι 19% στην Ευρώπη. Σύμφωνα με την έκθεση του ΟΗΕ, το ποσοστό των ηλικιωμένων στην Ευρώπη εκτιμάται ότι είναι το 45% του συνολικού πληθυσμού το 2050.

Η αύξηση του ηλικιωμένου πληθυσμού φέρνει αντιμέτωπες χώρες, κοινωνίες και άτομα με διάφορα προβλήματα. Ειδικά το ποσοστό συμμετοχής του ηλικιωμένου πληθυσμού στη ζωή είναι ένα από τα σημαντικότερα προβλήματα που πρέπει να ξεπεραστούν. Η συμμετοχή στη ζωή εξαρτάται από πολλούς παράγοντες όπως η συμμετοχή στο εργατικό δυναμικό, η συμμετοχή σε κοινωνικές και πολιτιστικές δραστηριότητες, η ενεργός δράση στην κοινωνία και η δημιουργία κοινωνικών δεσμών. Ο κοινωνικός αποκλεισμός, η μοναξιά και η κοινωνική απομόνωση είναι από τους σημαντικότερους παράγοντες που εμποδίζουν τους ηλικιωμένους να συμμετέχουν στη ζωή. Επιπλέον, η έλλειψη εκπαίδευσης αυτού του πληθυσμού και οι δυσκολίες του να παρακολουθούν τις αλλαγές στην καθημερινή ζωή επηρεάζουν αρνητικά τη συμμετοχή του στη ζωή. Για το λόγο αυτό, είναι πολύ σημαντικό να αυξηθούν οι δεξιότητες ζωής των ενηλίκων άνω των 55 ετών και να αυξηθεί η προσαρμογή τους στις μεταβαλλόμενες συνθήκες διαβίωσης.

Η Ευρωπαϊκή Ένωση εκπονεί διάφορες πολιτικές προκειμένου να αντιμετωπίσει τα προβλήματα που προκαλεί το αυξανόμενο ποσοστό των ηλικιωμένων και να εξασφαλίσει τη συμμετοχή του ηλικιωμένου πληθυσμού στη ζωή. Η αύξηση του ποσοστού συμμετοχής των ηλικιωμένων στο εργατικό δυναμικό, η εξασφάλιση πρόσβασης σε υπηρεσίες υγείας, η εξασφάλιση της συμμετοχής τους στην κοινωνική ζωή, η ανάπτυξη πολιτικών για τη διασφάλιση της φροντίδας των ηλικιωμένων και η προστασία των δικαιωμάτων των ηλικιωμένων είναι μεταξύ των σημαντικών στόχων αυτών των πολιτικών.

Η έννοια της δια βίου μάθησης είναι πολύ σημαντική για την αύξηση της συμμετοχής και της αυτό-αποτελεσματικότητας του γηράσκοντος πληθυσμού. Αυτή η έννοια, η οποία αναφέρεται στον ενήλικο πληθυσμό εκτός σχολικής ηλικίας που αυξάνει τις δεξιότητές του με βάση την εκπαίδευση, έχει γίνει πιο σημαντική με την αύξηση του ηλικιωμένου πληθυσμού.

Η «Εγκύκλιος της Ευρωπαϊκής Ένωσης για τη Δια Βίου Μάθηση» της 30ης Οκτωβρίου 2000, ορίζει ότι η δια βίου μάθηση δεν μπορεί να περιοριστεί μόνο στην εκπαίδευση και ότι πρέπει να υιοθετηθεί ένα όραμα που να καλύπτει όλες τις διαδικασίες μάθησης και απαριθμεί έξι βασικά μηνύματα που πρέπει να στοχεύσει η Ευρώπη για ολοκληρωμένη και συνεκτική στρατηγική δια βίου μάθησης. Πρώτον, η εστίαση είναι στη διασφάλιση της συνέχειας της εκπαίδευσης για την απόκτηση και ανανέωση δεξιοτήτων πληροφορικής, ξένων γλωσσών, τεχνολογικής κουλτούρας, επιχειρηματικότητας και κοινωνικών δεξιοτήτων, που θεωρούνται οι νέες βασικές δεξιότητες που απαιτεί η κοινωνία της γνώσης. Δεύτερον, στοχεύει στην αύξηση των επενδύσεων σε ανθρώπινο δυναμικό. Τρίτον, στοχεύει στη βελτίωση των μεθόδων διδασκαλίας σύμφωνα με τις ανάγκες και τις απαιτήσεις προκειμένου να αυξηθεί η αποτελεσματικότητα. Τέταρτον, στοχεύει στην τεκμηρίωση και εκτίμηση όλων των μορφών μαθησιακής συμμετοχής και μαθησιακών αποτελεσμάτων, ιδίως της μη

τυπικής και άτυπης μάθησης. Πέμπτον, να εξασφαλιστεί η εύκολη πρόσβαση στην καθοδήγηση και την παροχή συμβουλών σχετικά με τις ευκαιρίες μάθησης εντός της Ευρώπης και καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής τους. Τέλος, προτείνεται ότι οι ευκαιρίες δια βίου μάθησης πρέπει να διατίθενται όσο το δυνατόν πλησιέστερα στους εκπαιδευόμενους και ότι αυτές οι υπηρεσίες θα πρέπει να υποστηρίζονται όσο το δυνατόν περισσότερο από τεχνολογίες πληροφοριών και επικοινωνιών (Ευρωπαϊκή Επιτροπή, 2000). Στην έκθεση της Επιτροπής «Συγκεκριμένοι Στόχοι για τα Εκπαιδευτικά Συστήματα», της 31ης Ιανουαρίου 2021, ένας από τους στόχους προτεραιότητας είναι να συμβάλει στην ανάπτυξη της ενεργού συμμετοχής του πολίτη και της κοινωνικής συνοχής διευκολύνοντας την πρόσβαση σε όλα τα εκπαιδευτικά συστήματα.

Ωστόσο, το ποσοστό συμμετοχής στην εκπαίδευση ενηλίκων ποικίλλει από χώρα σε χώρα. Σύμφωνα με μελέτη που διεξήγαγε η EUROSTAT το 2018, το ποσοστό συμμετοχής στην εκπαίδευση ενηλίκων στα 28 μέλη της Ευρωπαϊκής Ένωσης είναι 11%. Σουηδία 29,2%, Φινλανδία 28,5%, Δανία 23,5%, Ρουμανία 0,9%, Βουλγαρία 2,5% και Κροατία 2,9%. Ως προς το φύλο, το ποσοστό συμμετοχής των γυναικών στην εκπαίδευση ενηλίκων στις 28 χώρες της ΕΕ είναι 12,1%, ενώ το ποσοστό συμμετοχής των ανδρών είναι 10,1%. Η Επιτροπή της ΕΕ στοχεύει να αυξήσει το ποσοστό συμμετοχής στην εκπαίδευση ενηλίκων άνω του 15%. Σύμφωνα με αυτόν τον στόχο, ορισμένες χώρες της ΕΕ έχουν επιτύχει ποσοστό πολύ μεγαλύτερο από αυτό το ποσοστό, ενώ άλλες έχουν ποσοστό πολύ χαμηλότερο από αυτόν τον στόχο. Ο μέσος όρος των 28 ευρωπαϊκών χωρών είναι επίσης κάτω από αυτόν τον στόχο.

Η Ευρωπαϊκή Ένωση έχει θέσει ορισμένους στόχους στον τομέα της δια βίου μάθησης και έχει διαθέσει σημαντικό προϋπολογισμό για το σκοπό αυτό. Προϋπολογισμός 141,8 δισ. ευρώ έχει διατεθεί για την περίοδο 2014-2020 για την προώθηση της συμμετοχής των ηλικιωμένων στη δια βίου μάθηση. Το πιο σημαντικό ζήτημα στη δια βίου μάθηση είναι η βελτίωση των ψηφιακών δεξιοτήτων των ενηλίκων. Ένας άλλος στόχος της ΕΕ είναι η βελτίωση των ψηφιακών δεξιοτήτων τουλάχιστον του 50% του ηλικιωμένου πληθυσμού.

Ο στόχος του έργου Mind the Gap είναι να εντοπίσει τις ανάγκες των ψηφιακών μεταναστών, να δημιουργήσει ένα πλαίσιο για τις σημερινές ψηφιακές δεξιότητες, να αναπτύξει νέο περιεχόμενο και μεθόδους μάθησης, να σχεδιάσει μια πλατφόρμα ηλεκτρονικής μάθησης με ψηφιακές εκπαιδευτικές ενότητες και διαδικτυακά σεμινάρια που θα βοηθήσουν τους ψηφιακούς μετανάστες να συμμετέχουν ενεργά σε ψηφιακά περιβάλλοντα. Για το σκοπό αυτό, το Mind the Gap Project διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στην επίτευξη των στόχων δια βίου μάθησης της Ευρωπαϊκής Ένωσης για την ανάπτυξη των ψηφιακών δεξιοτήτων των ενηλίκων.

Παρόλο που η εκπαίδευση ενηλίκων υποστηρίζεται από την ΕΕ μέσω διαφόρων έργων, οι συγκεκριμένες πτυχές της εκπαίδευσης ενηλίκων απαιτούν τη χρήση διαφορετικών προσεγγίσεων σε αυτά τα τμήματα κατάρτισης. Και πάλι, αν και η εκπαίδευση ενηλίκων έχει τα δικά της προβλήματα, είναι απαραίτητο να αναπτυχθούν νέες προσεγγίσεις και μέθοδοι ειδικά για αυτά τα προβλήματα. Οι εκπαιδευτές ενηλίκων που παρέχουν εκπαίδευση σε ενήλικες θα πρέπει να είναι πιο εξοπλισμένοι σε αυτόν τον τομέα. Επιπλέον, οι εκπαιδευτές ενηλίκων χρειάζονται μια στρατηγική για να ξεπεράσουν τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν κατά τη διάρκεια της εκπαίδευσης.

Το Mind the Gap Project υλοποιείται από 7 διαφορετικούς εταίρους στην Ισπανία, την Αυστρία, την Ελλάδα, την Ιρλανδία, τη Γαλλία και την Τουρκία. Ένας από τους απώτερους στόχους του έργου είναι να προετοιμάσει έναν πρακτικό οδηγό για τους εκπαιδευτές ενηλίκων για να ξεπεράσουν τις

προκλήσεις που αντιμετωπίζουν στην εκπαίδευση ενηλίκων. Πριν από την προετοιμασία του οδηγού, διενεργήθηκε έρευνα μεταξύ εκπαιδευτών ενηλίκων στις χώρες εταίρους για τον εντοπισμό των πιο κοινών προκλήσεων που αντιμετωπίζουν οι εκπαιδευτές ενηλίκων στην εκπαίδευση ενηλίκων. Με βάση τα αποτελέσματα της έρευνας, έχει ετοιμαστεί ένας πρακτικός οδηγός για τους εκπαιδευτές ενηλίκων για να ξεπεράσουν τις πιο κοινές προκλήσεις στην εκπαίδευση ενηλίκων.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το έργο Mind The Gap, επισκεφθείτε τη διεύθυνση του ιστότοπου παρακάτω:

<https://mindthegap-project.eu/>

2. Τι είναι η Εκπαίδευση Ενηλίκων;

2.1. Εκπαίδευση Ενηλίκων

Εκπαίδευση είναι η προσπάθεια παροχής επιδιωκόμενων συμπεριφορών σε κάθε άτομο. Η πολιτιστική κατάκτηση επιτυγχάνεται μέσω της εκπαίδευσης και παρέχονται στα άτομα διάφορες δεξιότητες που θα διευκολύνουν τη ζωή τους. Το πώς πρέπει να εκπαιδευτεί ένα άτομο συνδέεται συχνά με την επιστήμη της παιδαγωγικής. Αυτό συμβαίνει επειδή η διαδικασία της εκπαίδευσης και της μάθησης έχει εφαρμοστεί συχνά σε παιδιά στο παρελθόν. Για το λόγο αυτό, συναντάμε συχνότερα τη λέξη παιδαγωγική όταν αναφερόμαστε στη μαθησιακή διαδικασία.

Ωστόσο, μπροστά στην ταχύτητα της τεχνολογικής αλλαγής και στις μεταβαλλόμενες συνθήκες της καθημερινής ζωής, η εκπαίδευση που δίνεται στην παιδική ηλικία τίθεται υπό αμφισβήτηση. Ο Alfred North Whitehead δήλωσε ότι η εκπαίδευση μέσω μετάδοσης είναι λειτουργική μόνο εάν η διάρκεια της εμφάνισης σημαντικών πολιτισμικών αλλαγών είναι μεγαλύτερη από τη διάρκεια ζωής του ατόμου. Ωστόσο, εάν η διάρκεια των πολιτισμικών αλλαγών είναι μικρότερη από τη διάρκεια ζωής των ατόμων, τότε θα πρέπει να παρέχεται στα άτομα ενημερωμένη εκπαίδευση. Αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι η εκπαίδευση που έλαβε μέχρι τη δεκαετία του '20 είναι στην πραγματικότητα ξεπερασμένη από τη δεκαετία του '50 ή η εκπαίδευση που δόθηκε εκείνα τα χρόνια είναι ανεπαρκής για τις συνθήκες της καθημερινής ζωής.

Η Έκθεση Future Jobs 2020 του Παγκόσμιου Οικονομικού Φόρουμ προβλέπει ότι έως το 2025, 85 εκατομμύρια θέσεις εργασίας που υπάρχουν σήμερα στον κόσμο θα εξαφανιστούν λόγω της ανάπτυξης της τεχνολογίας. Αναφέρεται ότι θα διαδοθεί ευρέως ένα εργασιακό περιβάλλον όπου οι άνθρωποι θα διαπλέκονται με ψηφιακές τεχνολογίες, τεχνητή νοημοσύνη και μηχανές. Τονίζεται ότι με την αλλαγή αυτών των επιχειρηματικών γραμμών, οι άνθρωποι πρέπει να αποκτήσουν νέες δεξιότητες για αυτόν τον νέο επιχειρηματικό κόσμο και τις μεταβαλλόμενες συνθήκες διαβίωσης. Στην περίπτωση αυτή, η εκπαίδευση που έχουν οι ενήλικες άνω των 55 ετών στα 21^{αυ} αιώνα που έλαβαν κατά την παιδική τους ηλικία και η εμπειρία που απέκτησαν κατά την άσκηση των επαγγελμάτων τους θα γίνει δυσλειτουργική μετά από λίγο. Επομένως, όταν μιλάμε για εκπαίδευση και κατάρτιση στο 21^{αυ} αιώνα, είναι απαραίτητο να αναγνωρίσουμε ότι η εκπαίδευση δεν είναι μόνο το άθροισμα της γνώσης που αποκτήθηκε κατά την παιδική ηλικία, αλλά και μια διαδικασία που πρέπει να συνεχιστεί καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής. Επομένως, η δια βίου μάθηση είναι μια από τις πιο σημαντικές έννοιες του 21^{αυ} αιώνας.

Όπως αναφέρθηκε παραπάνω, δεδομένου ότι η διαδικασία της εκπαίδευσης και της κατάρτισης γίνεται αντιληπτή ως μια διαδικασία ειδική για την παιδική ηλικία, η έννοια της παιδαγωγικής και η έννοια της διδασκαλίας χρησιμοποιούνται συχνά μαζί. Ωστόσο, η νοοτροπία και οι αντιλήψεις των ενηλίκων για την εκπαιδευτική διαδικασία είναι αρκετά διαφορετικές από αυτές των παιδιών. Οι εκπαιδευτές ενηλίκων μπορούν να δουν ξεκάθαρα αυτή τη διαφορά στην εκπαίδευση που προσφέρουν στους ενήλικες. Οι προσδοκίες των ενηλίκων από την εκπαίδευση και η συμμετοχή τους στις εκπαιδευτικές διαδικασίες οδήγησαν στην ιδέα ότι η εκπαίδευση ενηλίκων πρέπει να θεωρείται ως ξεχωριστός τομέας. Για το λόγο αυτό, οι ειδικοί έχουν προτείνει τη χρήση της έννοιας της ανδραγωγικής αντί της παιδαγωγικής στην εκπαίδευση ενηλίκων και έχουν πραγματοποιήσει μελέτες σε αυτόν τον τομέα.

Μετά τη χρήση της έννοιας της ανδραγωγίας στη διαδικασία της δια βίου μάθησης, συζητήθηκαν οι διαφορές μεταξύ αυτής της έννοιας και της έννοιας της παιδαγωγικής. Η κύρια διαφορά μεταξύ της ανδραγωγίας και των υποθέσεων στις οποίες βασίζεται η παραδοσιακή παιδαγωγική εξηγείται από ειδικούς. Αυτές οι διαφορές περιλαμβάνουν επίσης ζητήματα που πρέπει να ληφθούν υπόψη στην εκπαίδευση ενηλίκων για ενήλικες. Αντίστοιχα, οι βασικές παραδοχές της Ανδραγωγίας είναι οι εξής:

«Καθώς οι άνθρωποι ωριμάζουν, η προσωπικότητά τους εξελίσσεται από το να εξαρτώνται από τους άλλους σε να είναι αυτοδιοικούμενοι».

Ο άνθρωπος είναι ένα άτομο που συνδέεται με το περιβάλλον του από τη γέννησή του. Αυτή η εξάρτηση τους υποχρεώνει να υπακούουν στο περιβάλλον. Το περιβάλλον μετατρέπει το άτομο σε άτομο συμβατό με την κοινωνία μέσω της εκπαίδευσης. Για το λόγο αυτό, η παιδική ηλικία είναι ένα στάδιο στο οποίο το άτομο είναι ανοιχτό στην καθοδήγηση. Σε αυτό το στάδιο, το άτομο προσαρμόζεται στις προσπάθειες του περιβάλλοντος να τα διαμορφώσει. Ωστόσο, στην ενήλικη ζωή, το άτομο έχει αυτοδιάρθρωση και κοινωνικούς ρόλους στη ζωή. Το άτομο που ήταν παθητικό στην παιδική ηλικία είναι πιο ενεργό στην ενήλικη ζωή. Αντί να τα διαμορφώνει το περιβάλλον του, το άτομο διαμορφώνει το δικό του περιβάλλον. Σε αυτό το στάδιο της ενηλικίωσης, το άτομο αντιστέκεται στην εκπαιδευτική διαδικασία στην οποία θα είναι ξανά παθητικό. Επομένως, είναι πολύ δύσκολο για τους ενήλικες να είναι ενεργοί ακροατές στην εκπαιδευτική διαδικασία όπως τα παιδιά. Ενώ τα παιδιά τείνουν να ακολουθούν τα σχέδια μαθημάτων που έχουν προετοιμαστεί για αυτά, οι ενήλικες δεν θέλουν να εμπλακούν σε ένα σχέδιο που δεν είναι υπό τον έλεγχό τους. Επομένως, σε αντίθεση με τα παιδιά, οι ενήλικες συμμετέχουν πιο πρόθυμα στην εκπαιδευτική διαδικασία όταν είναι οι σχεδιαστές και οι σχεδιαστές της εκπαιδευτικής διαδικασίας. Ένα εκπαιδευτικό περιβάλλον στο οποίο η αυτονομία του ατόμου αγνοείται και η ατομικότητα παραμένει στο παρασκήνιο δεν είναι ελκυστικό για τους ενήλικες.

«Στους ενήλικες, η βιωμένη εμπειρία που αυξάνεται με την πάροδο του χρόνου παρέχει μια συσσώρευση εμπειρίας και αυτή η συσσώρευση είναι υποστηρικτική στη διαδικασία μάθησης».

Υπάρχει μια σημαντική διαφορά μεταξύ ενηλίκων και παιδιών όσον αφορά τις εμπειρίες. Οι εμπειρίες των παιδιών είναι εξωτερικές εμπειρίες. Ο αυτοπροσδιορισμός και η αυτοαντίληψή τους διαμορφώνεται από τους ρόλους που τους δίνει το περιβάλλον. Επομένως, η αυτο-ταυτότητα των παιδιών διαμορφώνεται από περιβαλλοντικούς παράγοντες. Για τους ενήλικες, ωστόσο, η ζωή

περιέχει υποκειμενικές εμπειρίες. Για τα παιδιά, οι εξωτερικές πηγές έχουν επιρροή σε κάθε εμπειρία, ενώ για τους ενήλικες είναι σημαντικό αυτό που τους κάνει να νιώθουν αυτή η εμπειρία και οι διαδικασίες που επιφέρει στον εσωτερικό τους κόσμο. Όταν ένας ενήλικας συστήνεται, μιλάει για τα συναισθήματα, τις ιδέες, τις εσωτερικές του εμπειρίες και τις προσωπικές του πράξεις. Επομένως, οι εμπειρίες στη διαδικασία της ζωής είναι πολύ σημαντικές για τους ενήλικες. Οι ζωές και οι εμπειρίες ενός ενήλικα είναι στην πραγματικότητα τα στοιχεία που εισάγουν την ταυτότητα του εαυτού του. Ως εκ τούτου, είναι σημαντική προτεραιότητα για τους ενήλικες να αναφερθούν στις εμπειρίες ενός ενήλικα και να δημιουργήσουν επικοινωνία με βάση αυτές τις εμπειρίες. Το να λαμβάνουμε υπόψη τις εμπειρίες των ενηλίκων και να ωφεληθούμε από πληροφορίες για αυτούς είναι ανάγκη και κίνητρο για τους ενήλικες. Γιατί όταν οι ενήλικες αισθάνονται ότι οι εμπειρίες τους εκτιμώνται, νιώθουν και σεβασμό. Όταν οι εμπειρίες τους δεν αναγνωρίζονται, μπορεί να αισθάνονται απόρριψη.

Δεδομένου ότι οι ενήλικες έχουν περισσότερες εμπειρίες ζωής από τα παιδιά, οι ενήλικες έχουν περισσότερους πόρους μάθησης. Ταυτόχρονα, η μάθηση μπορεί να γίνει ισχυρότερη όταν οι νέες πληροφορίες συνδυάζονται με εμπειρίες ζωής. Ωστόσο, σε αντίθεση με τα παιδιά, οι ενήλικες μπορεί να μην σκέφτονται τόσο ευέλικτα και να μην προσαρμόζονται σε νέες καταστάσεις όσο τα παιδιά, επειδή έχουν περισσότερες εμπειρίες ζωής και βλέπουν τη ζωή από μια συγκεκριμένη οπτική γωνία. Αυτή είναι μια πρόκληση για τους εκπαιδευτές ενηλίκων. Αυτή η πρόκληση μπορεί να ξεπεραστεί κάνοντας συνδέσεις με άλλες εμπειρίες ζωής ενηλίκων.

«Τα αναπτυξιακά καθήκοντα ενηλίκων και παιδιών διαφέρουν».

Τα αναπτυξιακά καθήκοντα είναι εργασίες που προκύπτουν σε ορισμένες περιόδους της ζωής ενός ατόμου και, σε περίπτωση επιτυχίας, κάνουν το άτομο ευτυχισμένο και το παρακινούν να ολοκληρώσει άλλες εργασίες, και σε περίπτωση αποτυχίας, προκαλούν δυστυχία στο άτομο και δυσκολεύουν την ολοκλήρωση άλλων καθήκοντα.

Στα παιδιά, αυτές οι εργασίες είναι συνήθως εργασίες σωματικής ανάπτυξης και εργασίες πνευματικής ανάπτυξης. Για παράδειγμα, για ένα παιδί, η μετάβαση από το έρπημα στο περπάτημα είναι μια αναπτυξιακή εργασία. Η πραγματοποίηση αυτού του καθήκοντος σχετίζεται με το να γίνει το σώμα επαρκές για περπάτημα. Η επιτυχής ολοκλήρωση αυτής της εργασίας είναι μια φυσική εξέλιξη. Ωστόσο, οι ενήλικες έχουν διαφορετικά αναπτυξιακά καθήκοντα από τα παιδιά.

Τα αναπτυξιακά καθήκοντα των ενηλίκων σχετίζονται κυρίως με κοινωνικούς ρόλους. Αντιμετωπίζουν καθήκοντα όπως η επιτυχία στην εργασία, η μετάδοση των εμπειριών τους, η εκπλήρωση των ευθυνών τους απέναντι στα παιδιά ως γονείς και η ύπαρξη πολιτών.

Απαιτείται ένα ορισμένο επίπεδο ετοιμότητας για την ολοκλήρωση κάθε αναπτυξιακής εργασίας. Επομένως, για να ολοκληρωθεί οποιαδήποτε αναπτυξιακή εργασία, είναι απαραίτητο να καθοριστεί εάν το άτομο είναι έτοιμο να ολοκληρώσει αυτό το αναπτυξιακό έργο. Ακριβώς όπως η ανάπτυξη των μυών των ποδιών αναμένεται να ολοκληρωθεί πριν το παιδί μπορέσει να περπατήσει, έτσι και στους ενήλικες πρέπει να ολοκληρωθούν διάφορες διαδικασίες για να ολοκληρωθεί οποιαδήποτε αναπτυξιακή εργασία. Ως εκ τούτου, εκτός από το περιεχόμενο της εκπαίδευσης που θα προσφερθεί στους ενήλικες και τον τρόπο διδασκαλίας της, είναι επίσης σημαντικό το επίπεδο ετοιμότητας του ενήλικα να λάβει την εκπαίδευση και το χρονοδιάγραμμα της εκπαίδευσης.

Τα κίνητρα των ενηλίκων που υποβάλλουν αίτηση για εκπαίδευση ενηλίκων μπορεί να διαφέρουν. Η συγκέντρωση ανθρώπων με διαφορετικά κίνητρα μπορεί να προκαλέσει δυσαρμονία στο εκπαιδευτικό περιβάλλον. Ωστόσο, μια ομοιογενής ομάδα ανθρώπων με τα ίδια κίνητρα μπορεί να κάνει την εκπαίδευση πιο αποτελεσματική. Εάν καταστεί δυνατή η σύνδεση μεταξύ των κινήτρων των ενηλίκων να υποβάλλουν αίτηση για εκπαίδευση και των αναπτυξιακών τους καθηκόντων, η συμμετοχή και το ενδιαφέρον για την εκπαίδευση θα αυξηθούν. Ενώ ορισμένα άτομα μπορεί να υποβάλλουν αίτηση για διάφορες εκπαιδεύσεις ενηλίκων που παρέχουν δεξιότητες για τη διευκόλυνση της καθημερινότητάς τους, ορισμένοι ενήλικες μπορεί να υποβάλλουν αίτηση για εκπαίδευση που παρέχουν δεξιότητες κοινωνικοποίησης και βελτίωσης του κοινωνικού τους περιβάλλοντος και οι προσδοκίες αυτών των δύο ομάδων από την κατάρτιση θα είναι φυσικά διαφορετικές. Για παράδειγμα, ορισμένοι ενήλικες που θέλουν να αναπτύξουν ψηφιακές δεξιότητες μπορεί να στοχεύουν στο να επωφεληθούν από τις υπηρεσίες ιθαγένειας μέσω των ψηφιακών δεξιοτήτων και έτσι να ικανοποιήσουν τις δικές τους ανάγκες με εξατομικευμένο τρόπο και να συμμετέχουν στην εκπαίδευση με αυτό το κίνητρο. Μερικοί ενήλικες μπορεί να υποβάλλουν αίτηση για εκπαίδευση ενηλίκων για να μάθουν πώς να χρησιμοποιούν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και τους ιστότοπους ιστολογίων για να μοιράζονται τις εμπειρίες της ζωής τους με άλλα άτομα, να μοιράζονται τις ιδέες τους, τα σχόλιά τους σχετικά με την ατζέντα με την κοινωνία και να κάνουν τις σκέψεις τους γνωστές σε περισσότερους ανθρώπους και να αποκτήσουν ψηφιακές δεξιότητες που μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε αυτόν τον τομέα. Αν και οι δύο ομάδες θέλουν να βελτιώσουν τις ψηφιακές τους δεξιότητες, το υποκείμενο κίνητρο πίσω από αυτή την επιθυμία είναι αρκετά διαφορετικό. Για το λόγο αυτό, η διευκρίνιση των λόγων συμμετοχής στην εκπαίδευση και των στόχων που πρέπει να επιτευχθούν μέσω αυτής της εκπαίδευσης πριν από οποιαδήποτε εκπαίδευση ενηλίκων είναι ένας παράγοντας διευκόλυνσης της εκπαιδευτικής διαδικασίας.

Η εκπαίδευση που προσφέρεται στα παιδιά είναι μια προετοιμασία για το επόμενο επίπεδο εκπαίδευσης και το περιεχόμενο της διδασκαλίας περιλαμβάνει γνώση που θα χρησιμοποιηθεί στη μετέπειτα ζωή. Επομένως, η εκπαίδευση που προσφέρεται στα παιδιά είναι μαθηματοκεντρική. Ωστόσο, αυτή η πρακτική μπορεί να προκαλέσει δυσλειτουργική εκπαίδευση στην εκπαίδευση ενηλίκων. Επειδή οι ενήλικες θέλουν να προσαρμόσουν αυτό που μαθαίνουν να ζουν και μπορεί να αδιαφορούν για πληροφορίες που δεν μπορούν να χρησιμοποιήσουν στην καθημερινή ζωή. Για το λόγο αυτό, αντί της θεωρητικής εκπαίδευσης στην εκπαίδευση ενηλίκων, θα πρέπει να δοθεί έμφαση στην κατάρτιση με πρακτικές εφαρμογές. Η ποιότητα της εκπαίδευσης ενηλίκων θα επηρεαστεί θετικά εάν το περιεχόμενο αυτής της εκπαίδευσης συνδεθεί με τα αναπτυξιακά καθήκοντα των ενηλίκων και προσφερθούν πρακτικές εφαρμογές σύμφωνα με τα αναπτυξιακά καθήκοντα των ενηλίκων.

Από την προοπτική των αναπτυξιακών καθηκόντων, οι εκπαιδεύσεις που θα προσφερθούν στους ενήλικες θα πρέπει να είναι με επίκεντρο το πρόβλημα και όχι το θέμα. Ως εκ τούτου, ένας εκπαιδευτής ενηλίκων θα πρέπει να διευκρινίσει τις προβληματικές περιοχές, τις ανάγκες, τις δυσκολίες που αντιμετωπίζει ο ενήλικας που είναι πρόθυμος να λάβει εκπαίδευση και τις δεξιότητες που μπορούν να ξεπεράσουν αυτές τις δυσκολίες, αντί να εστιάζει στο θέμα που πρέπει να διδαχθεί ως προτεραιότητα σε κάθε ενήλικη ζωή. εκπαιδευτική διαδικασία. Όταν ξεκινούν οποιαδήποτε εκπαιδευτική διαδικασία, οι εκπαιδευτές ενηλίκων θα πρέπει να προτιμούν την ερώτηση «Τι θα επιτύχουν μέσα από αυτό το μάθημα;». αντί για «Ποιο είναι το αντικείμενο αυτού του μαθήματος;».

Οι πρώτες μελέτες για την ανδραγωγική είχαν ως στόχο να αποκαλύψουν τις διαφορές της εκπαίδευσης ενηλίκων από την παιδαγωγική. Μετά από αυτές τις εξηγήσεις στη βιβλιογραφία, διαμορφώθηκαν οι παραδοχές της ανδραγωγίας. Αυτές οι παραδοχές συνοψίζονται ως εξής:

- Πριν μάθουν οποιοδήποτε θέμα, οι ενήλικες χρειάζονται πληροφορίες σχετικά με το γιατί πρέπει να μάθουν αυτό το θέμα. Όταν οι ενήλικες αντιμετωπίζουν ένα μαθησιακό περιβάλλον, θέλουν να γνωρίζουν τι είδους συνεισφορά θα προσθέσει το προς μάθηση θέμα στην προσωπική τους ζωή και τι είδους απώλεια θα βιώσουν αν δεν το μάθουν.
- Οι ενήλικες τείνουν να αισθάνονται υπεύθυνοι για τις αλλαγές στη ζωή τους. Για το λόγο αυτό, δίνουν σημασία στις διαδικασίες λήψης αποφάσεων σε ένα θέμα που σχετίζεται με τη ζωή τους. Επομένως, θέλουν να ελέγχουν τις διαδικασίες σε όλες τις εμπειρίες που διαμορφώνουν τη ζωή τους. Για το λόγο αυτό δεν θέλουν να τους επιβάλλονται θέματα σε κανένα εκπαιδευτικό περιβάλλον. Θέλουν οι ιδέες τους να λαμβάνονται υπόψη στη διαδικασία διδασκαλίας του μαθήματος.
- Εφόσον οι ενήλικες έχουν περισσότερες εμπειρίες ζωής, έρχονται σε μια εκπαιδευτική δραστηριότητα με περισσότερες και διαφορετικές ποιότητες εμπειρίας ζωής.
- Οι ενήλικες πιστεύουν ότι είναι σημαντικό να γνωρίζουν και να μαθαίνουν για να αντιμετωπίσουν οποιοδήποτε θέμα. Επομένως, στην πραγματικότητα, οι ενήλικες είναι έτοιμοι να μάθουν αυτό που χρειάζονται.
- Τα κίνητρα μάθησης των ενηλίκων δεν είναι θεματοκεντρικά. εστιάζονται στην εμπειρία. Οι ενήλικες θέλουν να ξέρουν τι είδους αλλαγή θα επιφέρει στη ζωή τους ένα θέμα που θα μάθουν.
- Αυτό που παρακινεί τους ενήλικες να μάθουν είναι περισσότερο εσωτερικοί παρά εξωτερικοί παράγοντες. Με άλλα λόγια, οι ενήλικες παρακινούνται από εσωτερικούς παράγοντες όπως η επίτευξη ικανοποίησης από την εργασία τους, η αύξηση του επιπέδου της αυτοεκτίμησής τους και η αύξηση του επιπέδου αυτοαποτελεσματικότητάς τους παρά από πηγές κινήτρων όπως η άνοδος στην εργασία, η προαγωγή και η αύξηση του επιπέδου τους. εισόδημα.

2.2. Η Εκπαίδευση Ενηλίκων στην Ανδραγωγική Προοπτική

Στο 21^ο αιώνα, η αυξανόμενη ανάγκη για εκπαίδευση ενηλίκων έχει οδηγήσει στην ανάπτυξη νέων προσεγγίσεων στον τομέα της εκπαίδευσης ενηλίκων. Για το λόγο αυτό, καταρχάς έχουν προσδιοριστεί οι διαφορές μεταξύ της εκπαίδευσης ενηλίκων από την εκπαίδευση που προσφέρεται στα παιδιά. Σύμφωνα με αυτά τα ευρήματα, παρουσιάζονται βασικές πληροφορίες που πρέπει να γνωρίζουν οι εκπαιδευτές ενηλίκων σχετικά με την εκπαίδευση που θα προσφερθεί στους ενήλικες. Προς αυτή την κατεύθυνση, μπορεί να αναφερθεί μια σειρά από συστάσεις για εκπαιδευτές ενηλίκων από την οπτική γωνία των βασικών παραδοχών της ανδραγωγίας.

- Στην εκπαίδευση ενηλίκων, θα πρέπει να προτιμάται μια εκπαίδευση με επίκεντρο το πρόβλημα παρά μια μαθηματοκεντρική εκπαίδευση.
- Στην εκπαίδευση ενηλίκων, οι προηγούμενες εμπειρίες των ενηλίκων θα πρέπει να χρησιμοποιούνται και τα νέα μαθήματα που θα διδαχθούν θα πρέπει να συνδέονται με τις προηγούμενες εμπειρίες των ενηλίκων.
- Στην εκπαίδευση ενηλίκων, θα πρέπει να παρουσιάζονται πρακτικές πληροφορίες παρά θεωρητικές πληροφορίες.

- Θα πρέπει να δίνονται σαφείς και ακριβείς εξηγήσεις σχετικά με το πού η εκπαίδευση που θα προσφερθεί θα είναι χρήσιμη στην καθημερινή ζωή.
- Θα πρέπει να προετοιμαστεί μια ροή μαθημάτων σε συνεννόηση με ενήλικες, αντί για ένα έτοιμο πρόγραμμα σπουδών για διαλέξεις ή θέματα.
- Σε αντίθεση με τη δημοφιλή πεποίθηση, οι ενήλικες είναι πρόθυμοι να μάθουν και οι μαθησιακές τους δεξιότητες δεν έχουν ατροφήσει. Απλώς έχουν διαφορετικά ενδιαφέροντα και ενδιαφέρονται για θέματα που μπορούν να συμβάλουν στη δική τους ζωή.
- Τα κίνητρα των ενηλίκων για μάθηση δεν είναι εξωτερικές ανταμοιβές. Είναι εγγενή κίνητρα που θα συμβάλουν στην προσωπικότητα και την αυτό-αποτελεσματικότητα του ενήλικα. Επομένως, τα εργαλεία παρακίνησης που απαιτούνται για να μάθουν οι ενήλικες οποιοδήποτε θέμα θα πρέπει να συμβάλλουν στον εσωτερικό τους κόσμο και να υποστηρίζουν την προσωπική τους ανάπτυξη.
- Οι ενήλικες έχουν ορισμένες αρχές και κοσμοθεωρίες. Σε περιπτώσεις όπου αυτές οι αρχές δεν λαμβάνονται υπόψη, εμφανίζεται έλλειψη κινήτρων και έλλειψη ενδιαφέροντος για το αντικείμενο που πρόκειται να μαθευτεί στη μαθησιακή διαδικασία. Για να αποφευχθεί αυτό, οι προσδοκίες, οι απαιτήσεις και οι προτάσεις των ενηλίκων θα πρέπει να λαμβάνονται υπόψη πριν από οποιαδήποτε εκπαίδευση ενηλίκων και τα μαθήματα να δομούνται ανάλογα.
- Η συμβολή του μαθήματος που διδάσκεται στην εκπαίδευση ενηλίκων στην καθημερινή ζωή δεν πρέπει να εξηγείται μόνο προφορικά, αλλά να εξασκείται κατά τη διάρκεια του μαθήματος. Τα μαθήματα που δεν είναι πρακτικά προσανατολισμένα δεν είναι ενδιαφέροντα και λειτουργικά για ενήλικες. Για παράδειγμα, σε ένα μάθημα εκπαίδευσης ενηλίκων για την ανάπτυξη ψηφιακών δεξιοτήτων, η εισαγωγή του συστήματος ηλεκτρονικού ταχυδρομείου και η εξήγηση του τρόπου αποστολής μηνυμάτων ηλεκτρονικού ταχυδρομείου δεν αρκεί για την εκπαίδευση ενηλίκων. Επιπλέον, κατά τη διάρκεια του μαθήματος, οι άνθρωποι θα πρέπει να δημιουργήσουν έναν λογαριασμό ηλεκτρονικού ταχυδρομείου και να στείλουν e-mail οπουδήποτε.

2.3. Η δομή του μυαλού των ενηλίκων

Αν και η διαδικασία μάθησης είναι πρωτίστως μια προσπάθεια να επιφέρει αλλαγή συμπεριφοράς στο άτομο, αυτή η διαδικασία σχετίζεται στενά με τις γνωστικές δεξιότητες. Επομένως, πριν από οποιαδήποτε διδακτική δραστηριότητα, είναι απαραίτητο να αναγνωριστεί η γνωστική λειτουργία του ατόμου που θα εκπαιδευτεί.

Οι γνωστικές δεξιότητες διαφέρουν στα στάδια της ζωής. Υπάρχουν διαφορές μεταξύ της ψυχικής λειτουργίας ενός νεογέννητου μωρού και της νοητικής δομής ενός ατόμου στα 20 ή στα 50 του. Οι γνωστικές δεξιότητες περιλαμβάνουν την ταχύτητα επεξεργασίας πληροφοριών, την προσοχή, τη μνήμη, τη γλώσσα, τις οπτικο-χωρικές ικανότητες και τις δεξιότητες εκτελεστικής λειτουργίας. Έχουν διεξαχθεί διάφορες μελέτες για τον προσδιορισμό της διαφοράς μεταξύ της νοητικής δομής του νου των ενηλίκων και της νοητικής λειτουργίας άλλων ηλικιακών ομάδων.

Σε αυτόν τον οδηγό για εκπαιδευτές ενηλίκων, πιστεύουμε ότι η γνώση σχετικά με τη δομή του μυαλού των ενηλίκων θα συμβάλει στους εκπαιδευτές ενηλίκων. Για το λόγο αυτό, έχουν συγκεντρωθεί διάφορες πληροφορίες σχετικά με τη δομή του νου των ενηλίκων.

Οι έννοιες της κρυσταλλωμένης νοημοσύνης και της ρευστή νοημοσύνη αναφέρονται συχνά για να περιγράψουν τις γνωστικές δραστηριότητες. Η κρυσταλλωμένη νοημοσύνη αναφέρεται στο είδος της νοημοσύνης που αναπτύχθηκε ως αποτέλεσμα εμπειριών, βασισμένη σε εμπειρίες και διαμορφώθηκε ως αποτέλεσμα της μαθησιακής διαδικασίας. Η γνώση του λεξιλογίου και οι εμπειρίες είναι παραδείγματα κρυσταλλωμένης νοημοσύνης. Για παράδειγμα, η συμβολή ενός έμπειρου γιατρού στη γνωστική λειτουργία των διαδικασιών που σχετίζονται με το επάγγελμά του εξηγείται από την έννοια της κρυσταλλωμένης νοημοσύνης. Σύμφωνα με τους ειδικούς, ενώ η κρυσταλλωμένη νοημοσύνη παραμένει σταθερή τα πρώτα 6 χρόνια της ζωής, αυξάνεται όσο αυξάνονται οι εμπειρίες ζωής. Για το λόγο αυτό, οι ενήλικες ή οι ηλικιωμένοι είναι πιο πλεονεκτικοί από τους νέους σε ενέργειες που απαιτούν κρυσταλλωμένη ευφυΐα. Και πάλι, αν πάρουμε ως παράδειγμα το επάγγελμα του γιατρού, η επιτυχία ενός έμπειρου ενήλικου γιατρού στη διάγνωση και την παρέμβαση σε περίπλοκες ασθένειες μπορεί να βρίσκεται σε υψηλότερο επίπεδο από έναν νεαρό γιατρό. Αυτό συμβαίνει γιατί η πολυετής επαγγελματική εμπειρία του ενήλικα γιατρού έχει συμβάλει στην ανάπτυξη της κρυσταλλωμένης νοημοσύνης.

Η ρευστή νοημοσύνη αναφέρεται στην ικανότητα του ατόμου να επιλύει προβλήματα ενόψει νέων προβλημάτων. Η ρευστή νοημοσύνη περιλαμβάνει την έμφυτη ικανότητα ενός ατόμου να επεξεργάζεται και να μαθαίνει νέες πληροφορίες, να επιλύει προβλήματα και να δίνει προσοχή και να χειρίζεται το περιβάλλον του. Η ρευστή νοημοσύνη σχετίζεται με την εκτελεστική λειτουργία, τη μνήμη ταχύτητας επεξεργασίας και τις ψυχοκινητικές περιοχές της γνώσης. Αυτό το είδος νοημοσύνης κορυφώνεται στη δεκαετία του '30 και αρχίζει να μειώνεται μετά από μια ορισμένη ηλικία.

Η γνώση σχετικά με αυτούς τους δύο διαφορετικούς τύπους νοημοσύνης θα αυξήσει την ποιότητα των εκπαιδευτικών υπηρεσιών που προσφέρονται σε ενήλικες που λαμβάνουν εκπαίδευση στη διαδικασία της δια βίου μάθησης. Ειδικά όταν αξιολογούνται οι πληροφορίες ότι η κρυσταλλική νοημοσύνη είναι υψηλή σε άτομα ηλικίας άνω των 55 ετών, αλλά η ρευστή νοημοσύνη αποδίδει χαμηλότερα από τις πρώιμες ηλικίες, αποκαλύπτει ότι η εκπαίδευση που προσφέρεται στους ενήλικες πρέπει να βασίζεται στις γνώσεις και τις δεξιότητες των ενηλίκων. Ταυτόχρονα, παρέχει την πληροφορία ότι ενώ εξηγείται οποιοδήποτε θέμα σε ενήλικες των οποίων η ρευστή νοημοσύνη επιβραδύνεται, έννοιες και λέξεις που δεν είναι εξοικειωμένοι οι ενήλικες θα πρέπει να αποφεύγονται όσο το δυνατόν περισσότερο. Εάν οι ενήλικες δεν έχουν καμία προηγούμενη γνώση για το αντικείμενο που θα διδαχθεί, η διαδικασία εκμάθησης αυτού του θέματος απαιτεί περισσότερη προσπάθεια. Για το λόγο αυτό, το θέμα θα πρέπει να εμπλουτιστεί με λέξεις που γνωρίζουν οι ενήλικες και παραδείγματα από τις εμπειρίες της ζωής τους.

Τα είδη νοημοσύνης μπορούν να χωριστούν στους τομείς που αναφέρθηκαν παραπάνω και η λειτουργικότητα και η απόδοση αυτών των περιοχών μπορεί να διαφέρουν στους ενήλικες. Για το λόγο αυτό, θα παρουσιαστούν ορισμένες πληροφορίες σχετικά με τις επιμέρους συνιστώσες της νοημοσύνης.

- **Ταχύτητα διαδικασίας**

Η ταχύτητα επεξεργασίας περιλαμβάνει την ικανότητα κατανόησης της σημασίας οποιασδήποτε πληροφορίας μετά την αντιμετώπισή της και τη δυνατότητα σύνδεσης με άλλες πληροφορίες στο μυαλό. Αυτή η γνωστική λειτουργία, η οποία παρουσιάζει υψηλές επιδόσεις στα πρώτα χρόνια της ζωής, τείνει να εμφανίζει τις χαμηλότερες επιδόσεις από τη δεκαετία του '40 και μετά. Αυτός ο γνωστικός τομέας, ο οποίος περιλαμβάνει την ικανότητα εκμάθησης μιας νέας λέξης

και κατανόησης ενός νέου θέματος, επιβραδύνεται στα τέλη της ενηλικίωσης. Για το λόγο αυτό, όταν λαμβάνεται υπόψη η ηλικιακή ομάδα στην εκπαίδευση που θα προσφερθεί σε ενήλικες, πάρα πολλές νέες έννοιες και λέξεις στο αντικείμενο μπορεί να επηρεάσουν αρνητικά την αποτελεσματικότητα της εκπαίδευσης. Ταυτόχρονα, οι μαθησιακοί στόχοι σε επίπεδο γνώσης θα πρέπει να είναι λιγότεροι στην εκπαίδευση που προσφέρεται στους ενήλικες. Επειδή η ταχύτητα επεξεργασίας επιβραδύνεται, μπορεί να είναι δύσκολο για αυτές τις πληροφορίες να γίνουν μόνιμες στο μυαλό και οι ενήλικες μπορεί να αναπτύξουν μια αρνητική προοπτική για την εκπαίδευση. Από την άλλη πλευρά, η θεματική και το περιεχόμενο του μαθήματος θα πρέπει να κατανέμονται με την πάροδο του χρόνου, να προχωρούν με ρυθμό κατάλληλο για ενήλικες και να επαναλαμβάνονται συνεχώς. Αυτές οι πρακτικές θα αποτρέψουν τις αρνητικές επιπτώσεις της επιβράδυνσης της ταχύτητας επεξεργασίας με την ηλικία.

- **Προσοχή**

Η προσοχή αναφέρεται στην ικανότητα συγκέντρωσης και εστίασης σε συγκεκριμένα ερεθίσματα. Οι δεξιότητες προσοχής ορίζονται σε δύο διαφορετικούς τομείς: την επιλεκτική προσοχή και τη διαιρεμένη προσοχή. Η επιλεκτική προσοχή αναφέρεται στην ικανότητα αγνοίας άσχετων πληροφοριών και εστίασης σε συγκεκριμένες πληροφορίες στο περιβάλλον. Για παράδειγμα, ενώ οδηγείτε ένα αυτοκίνητο, η παράβλεψη ερεθισμάτων όπως το ραδιόφωνο, τα αντικείμενα στο δρόμο και τα οχήματα στο πλάι και η εστίαση στην οδήγηση είναι μια κατάσταση που σχετίζεται με την επιλεκτική προσοχή. Η επιλεκτική προσοχή αποδίδει καλύτερα στους ενήλικες παρά στους νέους. Επειδή οι ενήλικες αντιλαμβάνονται τα περιβαλλοντικά ερεθίσματα με πιο περιορισμένο τρόπο, επηρεάζονται λιγότερο από εξωτερικά ερεθίσματα και αποδίδουν καλύτερα στην εστίαση της προσοχής στην επιθυμητή τοποθεσία.

Η διαιρεμένη προσοχή αναφέρεται στην ικανότητα εστίασης σε περισσότερες από μία εργασίες. Για παράδειγμα, το να μπορείς να μιλάς στο τηλέφωνο ενώ ετοιμάζεις ένα γεύμα αναφέρεται σε διχασμένη προσοχή. Οι ηλικιωμένοι κρατούν πληροφορίες στο μυαλό τους ακαριαία. Αυτό μπορεί να δυσκολέψει την εκτέλεση ορισμένων εργασιών. Δεδομένου ότι οι δεξιότητες που απαιτούν διαιρεμένη προσοχή απαιτούν πιο ενεργή χρήση της βραχυπρόθεσμης μνήμης, οι ηλικιωμένοι τείνουν να έχουν χαμηλή απόδοση στη χρήση αυτής της δεξιότητας. Με άλλα λόγια, οι ηλικιωμένοι βρίσκονται σε μειονεκτική θέση όσον αφορά τις δεξιότητες διαιρεμένης προσοχής.

Σύμφωνα με αυτές τις πληροφορίες σχετικά με τις δεξιότητες προσοχής, το γεγονός ότι οι ηλικιωμένοι έχουν ιδιαίτερα επιλεκτική προσοχή τους βοηθά να έχουν καλύτερο επίπεδο μαθησιακών δεξιοτήτων όταν εστιάζουν σε οποιοδήποτε θέμα. Εάν δεν υπάρχουν άλλοι εσωτερικοί περισπασμοί, οι ενήλικες μπορούν να δώσουν καλύτερη προσοχή στο θέμα όταν τους παρακινηθεί. Αυτό είναι ένα σημαντικό πλεονέκτημα για τους εκπαιδευτές ενηλίκων. Από την άλλη πλευρά, δεδομένου ότι οι ηλικιωμένοι έχουν κακές δεξιότητες διαιρεμένης προσοχής, μπορεί να μην μπορούν να προσαρμοστούν σε διαλέξεις που είναι αποδιοργανωμένες, αλληλένδετες και δεν ακολουθούν μια συγκεκριμένη σειρά. Εάν υπάρχουν σωματικά προβλήματα στο περιβάλλον του μαθήματος που μπορεί να προκαλέσουν δυσφορία και οι ηλικιωμένοι επικεντρώνονται σε αυτά, μπορεί να είναι δύσκολο για αυτούς να εστιάσουν στο μάθημα ταυτόχρονα. Επομένως, η επιλεκτική προσοχή των ηλικιωμένων θα πρέπει να στρέφεται στο μάθημα όσο το δυνατόν περισσότερο.

- **Μνήμη**

Η μνήμη είναι όλες οι πληροφορίες που αποθηκεύονται στο μυαλό. Ένα από τα μεγαλύτερα προβλήματα για τους ηλικιωμένους είναι οι αλλαγές στη μνήμη. Η μνήμη διακρίνεται επίσης σε δηλωτική και μη δηλωτική μνήμη. Η δηλωτική μνήμη είναι η ικανότητα ανάκλησης πληροφοριών στη μνήμη όταν χρειάζεται. Η γνώση του λεξιλογίου, η γνώση του τόπου, του χρόνου και της αλληλουχίας των γεγονότων και οι πληροφορίες σχετικά με την αναγνώριση ανθρώπων είναι δεξιότητες δηλωτικής μνήμης.

Η μη δηλωτική (σιωπηρή) μνήμη είναι η ακούσια ανάκληση πληροφοριών στη μνήμη. Για παράδειγμα, η ικανότητα να οδηγείς ποδήλατο, να δένεις παπούτσια, να θυμάσαι ένα τραγούδι όταν ακούγεται η μελωδία ενός τραγουδιού είναι δεξιότητες που ανήκουν στην άρρητη μνήμη. Οι δεξιότητες της άρρητης μνήμης ενισχύονται με τη συχνή επανάληψη ενός θέματος που πρόκειται να μάθει. Πιο συγκεκριμένα, οι συχνά επαναλαμβανόμενοι στόχοι μάθησης αποστέλλονται στην άρρητη μνήμη μετά από λίγο. Ωστόσο, πληροφορίες που δεν επαναλαμβάνονται ή εξασκούνται παραμένουν στη δηλωτική μνήμη και η ανάκλησή τους απαιτεί ξεχωριστή προσπάθεια.

Οι δεξιότητες δηλωτικής μνήμης δείχνουν χαμηλότερες επιδόσεις με την ηλικία. Οι αρνητικές επιδράσεις που εμφανίζονται στη μνήμη με την πρόοδο της ηλικίας είναι οι εξής:

- Μείωση της ικανότητας ανάκλησης πληροφοριών χωρίς ενδείξεις
- Μείωση της ικανότητας ανάκλησης της πηγής των πληροφοριών που μάθαμε. Η αδυναμία να θυμηθεί ποια είναι η πηγή μιας πληροφορίας.
- Πτώση στη μνήμη των επιδιωκόμενων μελλοντικών ενεργειών. Για παράδειγμα, το να ξεχάσετε να πάρετε φάρμακα μετά το δείπνο είναι ένα παράδειγμα σε αυτόν τον τομέα.

Ωστόσο, η ηλικία μπορεί να μην έχει καμία επίδραση σε ορισμένες λειτουργίες της μνήμης και οι ηλικιωμένοι μπορούν να χρησιμοποιήσουν αυτές τις δεξιότητες μνήμης εξίσου καλά με τους νεότερους. Αυτές οι δεξιότητες είναι:

- Η ικανότητα ανάκτησης πληροφοριών όταν δίνεται μια ένδειξη
- Ανάκληση γεγονότων του παρελθόντος με τη σωστή σειρά και χρόνο
- Απομνημόνευση πληροφοριών σχετικά με το πώς να κάνετε πράγματα. Για παράδειγμα, η ικανότητα μαγειρέματος οποιουδήποτε φαγητού, η ικανότητα οδήγησης αυτοκινήτου, η ικανότητα χρήσης οποιουδήποτε εργαλείου.

Οι εκπαιδευτές ενηλίκων θα πρέπει να οργανώσουν το εκπαιδευτικό περιβάλλον λαμβάνοντας υπόψη τα μειονεκτήματα της μνήμης που προκύπτουν με την ηλικία. Για παράδειγμα, εάν οποιαδήποτε πληροφορία δεν επαναληφθεί, δεν εξηγηθεί μέσω της πρακτικής ή δεν εφαρμοστεί σε ενήλικες, είναι πιθανό να ξεχαστεί. Ως εκ τούτου, πρέπει να δοθεί έμφαση στην πρακτική στην εκπαίδευση ενηλίκων. Δεδομένου ότι η ικανότητα αποστολής μαθησιακών πληροφοριών στη δηλωτική μνήμη μειώνεται με την ηλικία, θα πρέπει να γίνεται μια σύντομη επανάληψη του προηγούμενου μαθήματος σε κάθε μάθημα, προκειμένου να προστατευθούν από τα μειονεκτήματα που μπορεί να προκαλέσει αυτή η κατάσταση. Πληροφορίες που δεν επαναλαμβάνονται και δεν εφαρμόζονται μπορούν να ξεχαστούν σε σύντομο χρονικό διάστημα σε ενήλικες μεγαλύτερης ηλικίας. Ταυτόχρονα, η αντιστοίχιση των νέων πληροφοριών που θα διδαχθούν με τους τομείς όπου η μνήμη των ηλικιωμένων είναι ακόμα ισχυρή διασφαλίζει τη μονιμότητα της μάθησης.

- **Γλώσσα**

Το λεξιλόγιο των γλωσσικών δεξιοτήτων ορίζει την ικανότητα να εκφράζεται με την αλληλουχία των λέξεων με ουσιαστικό τρόπο. Το λεξιλόγιο αυξάνεται με την ηλικία. Οι εμπειρίες ζωής συμβάλλουν στην ανάπτυξη των γλωσσικών δεξιοτήτων. Η γλωσσική ικανότητα είναι επίσης συνάρτηση της άρρητης μνήμης. Δεδομένου ότι η λειτουργία της άρρητης μνήμης δεν μειώνεται με την ηλικία, είναι εύκολο να θυμόμαστε τις λέξεις που μάθαμε τα τελευταία χρόνια. Ωστόσο, η μείωση που σχετίζεται με την ηλικία μπορεί να φανεί στην ονομασία μιας νέας εικόνας ή στην ανάμνηση μιας έννοιας που ακούστηκε πρόσφατα. Αυτό μπορεί να εμποδίσει τους ηλικιωμένους να ανακαλέσουν μια νέα λέξη ή το όνομα ενός αντικειμένου όταν τη μαθαίνουν. Για το λόγο αυτό, εάν μια νέα έννοια, λέξη ή λεξιλόγιο διδάσκεται στην εκπαίδευση που προσφέρεται σε ενήλικες μεγαλύτερης ηλικίας, είναι απαραίτητο να αντιστοιχιστεί αυτή η έννοια με τις εμπειρίες των ενηλίκων ή να δοθούν περισσότερα παραδείγματα σχετικά με τις λειτουργίες της έννοιας. Για παράδειγμα, εάν θέλουμε να διδάξουμε έννοιες και λέξεις που χρησιμοποιούνται στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης σε μια ομάδα ενηλίκων που λαμβάνουν εκπαίδευση για την ανάπτυξη ψηφιακών δεξιοτήτων, είναι απαραίτητο να δείξουμε αυτές τις έννοιες και λέξεις με εφαρμογές. Για παράδειγμα, εάν διδάσκεται η λέξη "κοινή χρήση" στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, μπορεί να πραγματοποιηθεί μια δραστηριότητα κοινής χρήσης της ανάρτησης κάποιου από ένα δείγμα λογαριασμού κοινωνικών μέσων. Αυτό εξασφαλίζει μια ισχυρότερη εκμάθηση της λέξης "κοινή χρήση".

- **Οπτικές-Χωρικές Ικανότητες**

Αυτός ο γνωστικός τομέας αναφέρεται στην ικανότητα κατανόησης οποιασδήποτε περιοχής σε δύο ή τρεις διαστάσεις. Είναι η ικανότητα να γνωρίζουμε τη θέση ενός αντικειμένου σε μια συγκεκριμένη περιοχή και να εντοπίζουμε τα μέρη ενός κατακερματισμένου συνόλου. Αυτή η ικανότητα δεν μειώνεται με την ηλικία. Με άλλα λόγια, η ικανότητα να θυμόμαστε τη θέση και τη θέση ενός αντικειμένου του οποίου η θέση και η θέση έχουν μάθει δεν μειώνεται με την ηλικία. Επομένως, οι μεγαλύτεροι ενήλικες δεν έχουν μεγάλη δυσκολία να αναγνωρίσουν και να θυμηθούν οποιαδήποτε περιοχή έχουν μάθει. Ωστόσο, οι ενήλικες μεγαλύτερης ηλικίας μπορεί να έχουν δυσκολίες να αποδεχτούν μια αλλαγή σε αυτόν τον τομέα. Για παράδειγμα, όταν αλλάζει η σειρά των θρανίων και η θέση των εργαλείων και του εξοπλισμού που χρησιμοποιούνται σε ένα εκπαιδευτικό περιβάλλον, αυτό μπορεί να είναι μια πρόκληση για ενήλικες μεγαλύτερης ηλικίας. Για το λόγο αυτό, η διατήρηση του τύπου εξάσκησης σε μια συγκεκριμένη σειρά και η μη αλλαγή του οικισμού που έχουν συνηθίσει οι ενήλικες βοηθά στην αποφυγή προβλημάτων που μπορεί να εμφανιστούν κατά τη διδακτική διαδικασία.

- **Εκτελεστική Λειτουργία**

Αυτός ο τομέας των γνωστικών δεξιοτήτων είναι η ικανότητα προγραμματισμού για οποιοδήποτε θέμα, επίλυσης μιας προβληματικής κατάστασης, απάντησης σε δεδομένες ερωτήσεις και υπέρβασης αβεβαιοτήτων. Αυτός ο τομέας των γνωστικών δεξιοτήτων μειώνεται με την ηλικία. Επομένως, μπορεί να υπάρχουν περιορισμοί σε δεξιότητες όπως η επεξεργασία πληροφοριών, η ερμηνεία και η μεταφορά στην πρακτική άσκηση σε ενήλικες μεγαλύτερης ηλικίας. Αυτό μπορεί να κάνει τους ηλικιωμένους να αισθάνονται ανεπαρκείς και ανήμποροι όταν μαθαίνουν οποιοδήποτε μάθημα και μπορεί να τους κάνει να εγκαταλείψουν την εκπαιδευτική διαδικασία. Η μείωση αυτής της λειτουργίας μπορεί ακόμη και να δημιουργήσει μια προκατάληψη για την εκπαίδευση και να εμποδίσει τους ηλικιωμένους να υποβάλουν αίτηση για εκπαίδευση. Για να το ξεπεράσει αυτό, ο εκπαιδευτικός πρέπει να είναι πολύ υπομονετικός στην εκπαίδευση των ενηλίκων και δεν θα πρέπει

να βιάζεται να επιδείξει την ικανότητα που θα διδαχθεί. Αν και οι ηλικιωμένοι μπορεί να κατανοούν μια δεξιότητα, μπορεί να είναι δύσκολο για αυτούς να την εφαρμόσουν στην πράξη. Για το λόγο αυτό, ο εκπαιδευτικός πρέπει να είναι πολύ αποδεκτός, να κινείται με τον μαθησιακό ρυθμό του ενήλικα και να του μεταδίδει ότι αυτό είναι φυσικό.

Για παράδειγμα, σε μια εκπαίδευση που προσφέρεται για ενήλικες στον τομέα της ανάπτυξης ψηφιακών δεξιοτήτων, όταν καλύπτεται το θέμα της αποστολής e-mail, οι ενήλικες μπορεί να έχουν καταλάβει πώς να το κάνουν αυτό. Ωστόσο, μπορεί να δυσκολεύονται να εξασκήσουν την ικανότητα αποστολής μηνύματος σε οποιονδήποτε λογαριασμό ηλεκτρονικού ταχυδρομείου. Σε αυτή την περίπτωση, η πρακτική θα πρέπει να συνεχιστεί, ο ενήλικας θα πρέπει να ενθαρρύνεται και σε περίπτωση λαθών, ο ενήλικας θα πρέπει να αντιμετωπίζεται σαν να δοκιμάζει αυτή την ικανότητα για πρώτη φορά.

3. Σημαντικές Προκλήσεις στην Εκπαίδευση Ενηλίκων

Αν και οι παραδοχές της ανδραγωγίας στην εκπαίδευση ενηλίκων είναι γνωστές και οι νοητικές δομές των ενηλίκων είναι κατανοητές, μπορεί να υπάρχουν υποκειμενικά προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι εκπαιδευτές ενηλίκων στην εκπαίδευση ενηλίκων. Αυτά τα προβλήματα μπορούν να ξεπεραστούν από την προοπτική των παραδοχών της ανδραγωγίας και της επιστημονικής έρευνας για τις γνωστικές δεξιότητες των ενηλίκων. Προκειμένου να εντοπιστούν οι προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι εκπαιδευτές ενηλίκων στην εκπαίδευση ενηλίκων, χορηγήθηκε ένα ερωτηματολόγιο σε εκπαιδευτές ενηλίκων που εργάζονται στις χώρες εταίρους του έργου Mind the Gap. 31 εκπαιδευτές ενηλίκων από 5 διαφορετικές χώρες συμμετείχαν σε αυτήν την έρευνα και εντοπίστηκαν οι πιο κοινές προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι εκπαιδευτές ενηλίκων. Αυτή η ενότητα στοχεύει να παρέχει πληροφορίες σχετικά με αυτές τις προκλήσεις και πώς να τις αντιμετωπίσετε.

3.1. Ενίσχυση της μάθησης στην εκπαίδευση ενηλίκων

Ως αποτέλεσμα του ερωτηματολογίου, καθορίστηκε ότι ο πιο δύσκολος τομέας για τους εκπαιδευτές ενηλίκων είναι η έλλειψη επαρκών πόρων για την ενίσχυση των πληροφοριών που μαθαίνονται στην εκπαίδευση ενηλίκων.

Η ικανότητα των ενηλίκων να μεταφέρουν τις πληροφορίες που παίρνουν από τη βραχυπρόθεσμη στη μακροπρόθεσμη μνήμη εξασθενεί σταδιακά. Ταυτόχρονα, οι ενήλικες είναι εκπαιδευόμενοι προσανατολισμένοι στην πρακτική άσκηση. Για το λόγο αυτό, είναι πολύ σημαντικό να ενισχυθεί το αντικείμενο που θα διδαχθεί.

Οι πόροι που θα χρησιμοποιηθούν από τους εκπαιδευτές ενηλίκων σχετικά με αυτή τη δυσκολία ποικίλλουν ανάλογα με το περιεχόμενο του μαθήματος που θα διδαχθεί. Αν και οι ενήλικες μπορούν να επωφεληθούν από εξωτερικούς πόρους στην εκπαιδευτική διαδικασία, ο εκπαιδευτής ενηλίκων που διδάσκει το μάθημα θα πρέπει επίσης να κάνει ρυθμίσεις που σχετίζονται με το εκπαιδευτικό σχέδιο. Αυτά είναι:

- **Όταν σχεδιάζετε την εκπαίδευση, ζητήστε από τους ενήλικες να σας πουν πώς μπορούν να μάθουν καλύτερα ένα θέμα.** Η διαδικασία μάθησης και ενίσχυσης κάθε ατόμου διαφέρει μεταξύ τους. Επομένως, πριν από την εκπαίδευση, ρωτήστε τους ενήλικες για τα καταλληλότερα εργαλεία ενίσχυσης που θα τους παρέχουν μόνιμη μάθηση. Αυτή η μέθοδος όχι μόνο κάνει τους ενήλικες να αισθάνονται ότι περιλαμβάνονται στη διαδικασία και ότι οι απόψεις τους εκτιμώνται, αλλά βοηθά επίσης τον εκπαιδευτή ενηλίκων να προγραμματίσει την εκπαίδευση.
- **Προετοιμάστε εργασίες στο εκπαιδευτικό σχέδιο που μπορούν να ενισχύσουν τη μάθηση μετά την εκπαίδευση.** Ορισμένα σχέδια μαθημάτων μπορεί να είναι προσανατολισμένα στο θέμα και να περιλαμβάνουν περισσότερες θεωρητικές πληροφορίες στη διαδικασία εκπαίδευσης. Ο κύριος λόγος για αυτό μπορεί να οφείλεται στη δομή του αντικειμένου ή μπορεί να είναι κακή εφαρμογή της μεθόδου εκπαίδευσης. Για το λόγο αυτό, ο εκπαιδευτής ενηλίκων θα πρέπει να ελέγξει πόσος χώρος δίνεται στο σχέδιο μαθήματος για εξάσκηση προκειμένου να μάθει το αντικείμενο. Εάν υπάρχει ένα σχέδιο μαθήματος που δίνει έμφαση στη διάλεξη, αυτό το σχέδιο θα πρέπει να ενημερωθεί.
- **Η πρακτική είναι απαραίτητη στην εκπαίδευση ενηλίκων.** Αυτή η προσέγγιση, η οποία είναι ακόμη πιο σημαντική από τις διαλέξεις, δεν πρέπει να αγνοηθεί στην εκπαίδευση ενηλίκων. Η σύντομη διάρκεια του μαθήματος και τα προβλήματα που μπορεί να παρουσιαστούν στην

παρακολούθηση των μαθημάτων μπορεί να αποκαλύψουν το πρόβλημα της έλλειψης επαρκούς χρόνου για εξάσκηση. Για το λόγο αυτό, ο εκπαιδευτής ενηλίκων θα πρέπει να προετοιμάσει δραστηριότητες που μπορούν να ασκήσουν οι ενήλικες μετά την εκπαίδευση. Οι δραστηριότητες εντός της τάξης μπορεί να είναι ανεπαρκείς. Για το λόγο αυτό, οι δραστηριότητες που μπορούν να συνεχίσουν οι ενήλικες μετά την εκπαίδευση θα πρέπει να προετοιμαστούν εκ των προτέρων. Αυτές οι δραστηριότητες μπορεί να έχουν τη μορφή εργασίας για το σπίτι ή μια εργασία απόδοσης που μπορεί να χρησιμοποιήσει ο ενήλικας στην καθημερινή ζωή. Προφανώς, οι παραστάσεις που μπορούν να εκτελέσουν οι ενήλικες στην καθημερινή ζωή είναι πιο λειτουργικές από τις σταθερές εργασίες. Για παράδειγμα, στην εκπαίδευση ανάπτυξης ψηφιακών δεξιοτήτων για ενήλικες, μια εργασία απόδοσης μπορεί να είναι η αποστολή ενός email οπουδήποτε. Ωστόσο, αυτή η εργασία πρέπει να έχει μια θέση στην καθημερινή ζωή του ενήλικα. Το μήνυμα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου που θα σταλεί μπορεί να είναι ένα μήνυμα που θα σταλεί στον πωλητή σχετικά με την ικανοποίηση ή το παράπονό του για ένα προϊόν. Αυτό όχι μόνο βοηθά στην εξάσκηση του εκπαιδευτικού αποτελέσματος, όπως η ικανότητα αποστολής e-mail, αλλά επίσης καθιστά σαφές ότι αυτή η γνώση είναι λειτουργική για τους ενήλικες στην καθημερινή τους ζωή. Για το λόγο αυτό, θα ήταν χρήσιμο να επικεντρωθούν οι εργασίες ενίσχυσης σε εργασίες που συναντούν οι ενήλικες στην καθημερινή ζωή και θέλουν να λύσουν ή να πραγματοποιήσουν.

- **Για κάθε μάθημα, προσδιορίστε πόρους όπως ηλεκτρονικά βιβλία, βίντεο, ιστότοπους, μπροσούρες κ.λπ. που θα βοηθήσουν στην ενίσχυση αυτού του θέματος του μαθήματος.** Η ταχύτητα με την οποία οι ενήλικες επεξεργάζονται πληροφορίες είναι αργή. Για το λόγο αυτό, ενδέχεται να μην είναι δυνατή η γρήγορη κατανόηση του θέματος που καλύπτεται κατά τη διάρκεια της διάλεξης. Ωστόσο, όταν οι ίδιες πληροφορίες επαναλαμβάνονται από άλλο άτομο ή γραπτή πηγή, οι ενήλικες μπορούν να μάθουν τις πληροφορίες που παρουσιάζονται.
- **Επωφεληθείτε από την online εκπαίδευση. Με τον αναπτυσσόμενο ψηφιακό κόσμο, η χρήση του ψηφιακού κόσμου ως εκπαιδευτικού περιβάλλοντος έχει γίνει ευρέως διαδεδομένη.** Ειδικά μέσω του περιεχομένου βίντεο, τα προς επεξήγηση θέματα παρουσιάζονται πιο αποτελεσματικά. Χάρη σε αυτά τα περιεχόμενα, η διαδικασία μάθησης μπορεί να διευκολυνθεί και οι ενήλικες μπορούν να εξασκηθούν στα θέματα που θέλουν να μάθουν και να έχουν πρόσβαση στην εκπαίδευση ανά πάσα στιγμή. Μερικές διαδικτυακές εφαρμογές που μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε αυτό το πεδίο είναι οι εξής:
 - ✓ **Udemy:** Η Udemy είναι ένας από τους παγκόσμιους ηγέτες στη διαδικτυακή εκπαίδευση και προσφέρει ένα ευρύ φάσμα θεμάτων. Προσφέρει μαθήματα προγραμματισμού, σχεδίου, επιχειρήσεων, μάρκετινγκ, μουσικής, ξένων γλωσσών και πολλά άλλα. Τα περισσότερα από τα μαθήματα στο Udemy έχουν απεριόριστη πρόσβαση. Ταυτόχρονα, μπορούν να κρατηθούν σημειώσεις στα βίντεο των μαθημάτων και να γίνουν ερωτήσεις στον εκπαιδευτή. Το περιεχόμενο του μαθήματος μπορεί να αναζητηθεί ανά θέμα στον ιστότοπο. Οι εκπαιδευτές ενηλίκων μπορούν να χρησιμοποιήσουν αυτόν τον ιστότοπο για να βρουν μαθήματα που μπορούν να βοηθήσουν στην ενίσχυση των δικών τους μαθημάτων και να συστήσουν αυτό το περιεχόμενο σε ενήλικες. [Udemy](#)
 - ✓ **LinkedIn Learning:** Το LinkedIn Learning προσφέρει εκπαιδευτικό περιεχόμενο για επιχειρήσεις, τεχνολογία, δημιουργικά ταλέντα, επιστήμη δεδομένων και πολλά άλλα θέματα. Τα μαθήματα διδάσκονται από ηγέτες επιχειρήσεων, εμπειρογνώμονες του

κλάδου και διδάσκοντες, προσφέροντας ένα ευρύ φάσμα ευκαιριών ανάπτυξης δεξιοτήτων. Αυτή η πλατφόρμα, η οποία γενικά περιέχει περισσότερες ακαδημαϊκές πληροφορίες, είναι πολύ χρήσιμη για όσους θέλουν να μάθουν σε βάθος. Διαφορετικά κομμάτια εκπαίδευσης για το επιθυμητό θέμα μπορούν να παρακολουθηθούν και να μοιραστούν με ενήλικες που παρακολουθούν τα μαθήματα. [Linkedin Learning](#)

- ✓ **Ανοιχτός Πολιτισμός:** Το Open Culture είναι μια πλατφόρμα που παρέχει δωρεάν πρόσβαση σε διαδικτυακούς εκπαιδευτικούς πόρους. Μπορείτε να αποκτήσετε πρόσβαση σε διάφορους διαφορετικούς πόρους για την επιστήμη, τη φιλοσοφία, την τέχνη, την τεχνολογία, την ιστορία και πολλά άλλα θέματα. Μπορείτε να αποκτήσετε πρόσβαση σε ένα ευρύ φάσμα περιεχομένου, όπως ηλεκτρονικά βιβλία, βίντεο, άρθρα, ηχητικά βιβλία κ.λπ. [Ανοιχτός Πολιτισμός](#)
- ✓ **Skillshare:** Το Skillshare προσφέρει μαθήματα δημιουργικών δεξιοτήτων, σχεδιασμού, τεχνολογίας και επιχειρήσεων. Οι χρήστες μπορούν να αλληλεπιδρούν μεταξύ τους μέσω διαδραστικών μαθημάτων που οργανώνονται από καθηγητές. Είναι μια πολύ χρήσιμη εφαρμογή, ειδικά για όσους θέλουν να βελτιώσουν τον εαυτό τους σε ένα συγκεκριμένο χόμπι. [Skillshare](#)
- ✓ **FutureLearn:** Το FutureLearn είναι μια πλατφόρμα που προσφέρει μαθήματα από κορυφαία πανεπιστήμια και ιδρύματα. Προσφέρει μαθήματα στις επιστήμες, τις κοινωνικές επιστήμες, τις επιχειρήσεις, τις τέχνες, την υγεία και πολλά άλλα θέματα. Είναι μια πλατφόρμα όπου τα μαθήματα μπορούν να επιλεγούν ανάλογα με τη διάρκειά τους και περισσότερες ακαδημαϊκές πληροφορίες, αλλά υποστηρίζει άτομα που θέλουν να μάθουν λεπτομερώς για ένα θέμα. [FutureLearn](#)
- ✓ **TED-Ed:** Το TED-Ed είναι μια πλατφόρμα που έχει σχεδιαστεί για να υποστηρίζει μαθητές και εκπαιδευτικούς σε όλο τον κόσμο. Τα θέματα περιλαμβάνουν επιστήμη, ιστορία, τέχνη, μαθηματικά και άλλα. Συχνά με ομιλίες από ειδικούς ή έμπειρους ανθρώπους σε έναν τομέα, είναι ένας πολύ καλός τρόπος για να μάθετε για διαφορετικά θέματα και να επωφεληθείτε από τις εμπειρίες των ανθρώπων. [TED-Ed](#)
- ✓ **Coursera:** Το Coursera είναι μια πλατφόρμα που παρέχει πρόσβαση σε μαθήματα που προσφέρονται από κορυφαία πανεπιστήμια στον κόσμο. Προσφέρει μαθήματα επιστήμης, μηχανικής, κοινωνικών επιστημών, επιχειρήσεων και πολλά άλλα. [Coursera](#)

3.2. Διαφορετικές τεχνικές διδασκαλίας που θα χρησιμοποιηθούν στην εκπαίδευση ενηλίκων

Ένα από τα πιο σημαντικά ζητήματα σε κάθε εκπαιδευτική διαδικασία είναι οι διδακτικές τεχνικές που πρέπει να χρησιμοποιηθούν. Τα χαρακτηριστικά της ομάδας που θα εκπαιδευτεί βοηθούν στον προσδιορισμό των τεχνικών διδασκαλίας που θα χρησιμοποιηθούν. Οι εκπαιδευτές ενηλίκων πρέπει να γνωρίζουν πολύ καλά τις παραδοχές της ανδραγωγίας πριν από οποιαδήποτε εκπαιδευτική διαδικασία. Αν και η διδακτική διαδικασία φαίνεται να σχετίζεται με τη λέξη παιδαγωγική, όπως εξηγήθηκε παραπάνω, οι δύο έχουν αρκετά διαφορετικές παραδοχές. Με βάση τις παραδοχές της ανδραγωγίας, οι ακόλουθες τεχνικές διδασκαλίας μπορούν να χρησιμοποιηθούν στην εκπαίδευση ενηλίκων.

- Ακόμα κι αν ενήλικες συμμετέχουν σε ένα μάθημα γνωρίζοντας το αντικείμενο του μαθήματος και το μάθημα έχει ένα προκαθορισμένο σχέδιο μαθήματος, αναζητήστε τις

απόψεις και τις συμβουλές τους σχετικά με το σχέδιο μαθήματος στην αρχή του μαθήματος. Οι ενήλικες είναι πιο πιθανό να τηρούν ένα δομημένο πρόγραμμα παρά ένα προσαρμοσμένο στις προτεραιότητές τους. Η πρόσκληση ενηλίκων να συνεργαστούν με το σχέδιο μαθήματος τους βοηθά να παρακινηθούν και να δείξουν πίστη στο μάθημα. Οι ενήλικες εκφράζουν πιο ξεκάθαρα τι χρειάζονται και τι θέλουν. Για το λόγο αυτό, μπορεί να είναι πιο λειτουργικό να οργανωθεί η εκπαίδευση που θα προσφερθεί στους ενήλικες σύμφωνα με τα αποτελέσματα που καθορίζονται σύμφωνα με τις ανάγκες των ενηλίκων παρά με προσχεδιασμένα αποτελέσματα.

- Οι ενήλικες έχουν περισσότερες εμπειρίες ζωής και μπορούν να συσχετίσουν αυτές τις εμπειρίες με διαδικασίες μάθησης. Για το λόγο αυτό, είναι απαραίτητο να γνωρίζουμε τις προηγούμενες εμπειρίες των ενηλίκων στην εκπαιδευτική διαδικασία και να καθορίσουμε ποιες από αυτές μπορούν να χρησιμοποιηθούν. Αυτές οι εμπειρίες μπορούν επίσης να παρέχουν εξειδίκευση στο αντικείμενο που μαθαίνεται. Αυτές οι εμπειρίες ζωής μπορούν επίσης να καθορίσουν σε ποια θέματα οι ενήλικες χρειάζονται υποστήριξη. Ταυτόχρονα, μπορεί να χρειαστεί χρόνος για τους ενήλικες να μάθουν νέες πληροφορίες καθώς η ταχύτητα επεξεργασίας των πληροφοριών τους επιβραδύνεται. Προκειμένου να απαλλαγούμε από αυτήν τη μειονεκτική κατάσταση, είναι πιο λειτουργικό να σχεδιάζουμε περιεχόμενο εκπαίδευσης ή να εξηγήσουμε θέματα εκπαίδευσης με βάση προηγούμενες εμπειρίες.
- Οι ενήλικες είναι πιο επιρρεπείς στην μάθηση με επίκεντρο το πρόβλημα. Εάν πρόκειται να μάθουμε κάποια πληροφορία για έναν ενήλικα, τι είδους συμβολή θα έχουν αυτές οι πληροφορίες στη ζωή του ενήλικα είναι ένα πολύ σημαντικό ερώτημα για τους ενήλικες. Για το λόγο αυτό, οι ενήλικες εστιάζουν στις πτυχές του αντικειμένου ή του μαθήματος που λύνουν προβλήματα της καθημερινής ζωής αντί να μάθουν ένα θέμα λεπτομερώς και να ειδικευτούν σε αυτό. Σε δραστηριότητες εκπαίδευσης ενηλίκων που δεν συμβάλλουν σε προβλήματα της καθημερινότητας αλλά παράγουν καλλιτεχνικό περιεχόμενο που θα αυξήσει την ευημερία των ενηλίκων, η έκθεση των προϊόντων που σχεδιάστηκαν από ενήλικες ως αποτέλεσμα της εκπαίδευσης μπορεί να προσφέρει ένα κέρδος κοινωνικοποίησης για τους ενήλικες. Ως εκ τούτου, η ενίσχυση του διδακτικού περιεχομένου με δραστηριότητες που θα αυξήσουν την ποιότητα ζωής του ατόμου στην καθημερινή ζωή διασφαλίζει ότι η διδακτική διαδικασία είναι αποτελεσματική.
- Ετοιμάστε ένα πρόγραμμα εκπαίδευσης με περισσότερες πρακτικές και δραστηριότητες. Οι ενήλικες θέλουν να αποκτήσουν μια δεξιότητα σε σύντομο χρονικό διάστημα και να δουν αμέσως τα αποτελέσματα της εκπαίδευσής τους. Για το λόγο αυτό η συχνή εξάσκηση θα πρέπει να γίνεται κατά την προπονητική διαδικασία. Αυτές οι πρακτικές αφαιρούν επίσης τα εμπόδια μπροστά στη μόνιμη μάθηση των ενηλίκων. Αξιολογήστε τις ιδέες των ενηλίκων για το πώς να κάνετε τις πρακτικές. Μια μέθοδος κατάρτισης που αποτελείται μόνο από διαλέξεις και θεωρητικές εξηγήσεις δεν είναι κατάλληλη για εκπαίδευση ενηλίκων.
- Θέστε όσο το δυνατόν λιγότερους μαθησιακούς στόχους. Αν και η δομή του μυαλού των ενηλίκων είναι ανοιχτή σε μαθησιακές δεξιότητες, χρειάζεται χρόνος για να εγκατασταθούν νέες πληροφορίες στο μυαλό των ενηλίκων. Επομένως, τα μαθησιακά αποτελέσματα πρέπει να είναι σαφή, ακριβή και λίγα. Αυτό βοηθά τους ενήλικες να εστιάσουν στο θέμα και διευκολύνει την επεξεργασία των πληροφοριών.
- Χρησιμοποιήστε εκπαιδευτικό υλικό. Δεν είναι λειτουργικό να συνεχίζεται η εκπαίδευση ενηλίκων με τη μέθοδο της προφορικής μόνο εξήγησης οποιουδήποτε θέματος. Η προετοιμασία διαφανειών, βίντεο, ηχογραφήσεων και υλικού που απευθύνεται στις

αισθήσεις της ακοής, της όρασης και της αφής θα πρέπει να χρησιμοποιείται συχνά. Με αυτή τη μέθοδο, οι ενήλικες αισθάνονται ότι περιλαμβάνονται στη διαδικασία και η μάθηση γίνεται πιο μόνιμη μέσα από πλούσια ερεθίσματα.

- Προτιμήστε αφήγηση σε συλ διαλόγου αντί για αφήγηση μονολόγου. Για παράδειγμα, πριν δώσετε πληροφορίες σχετικά με τα επιτεύγματα του μαθήματος, προετοιμάστε ένα περιβάλλον που θα τους επιτρέψει να δημιουργήσουν ιδέες με μια ερώτηση όπως «Ποιες δεξιότητες πιστεύετε ότι θα σας δώσει αυτό το μάθημα;». Το σημαντικό δεν είναι να απαντήσετε σε αυτές τις σωστές ερωτήσεις, αλλά να κάνετε τους ενήλικες να σκεφτούν περισσότερο το θέμα.
- Όταν πρόκειται να κάνετε οποιοσδήποτε αλλαγές σχετικά με το εκπαιδευτικό περιεχόμενο ή το σχέδιο, ή ακόμα και αν έχετε ήδη σχεδιάσει εκπαιδευτικό περιεχόμενο, μπορείτε να αποφασίσετε παρουσιάζοντας επιλογές στους ενήλικες αντί να τους ζητήσετε να το εφαρμόσουν απευθείας. Οι ενήλικες βρίσκουν μια γλώσσα συνεργασίας επικοινωνίας πιο ενδιαφέρουσα από μια αυταρχική. Για παράδειγμα, αν υπάρχουν διάφορες εφαρμογές που θα κάνετε σχετικά με το μάθημα, μπορείτε να ρωτήσετε τους ενήλικες ποια εφαρμογή θα ξεκινήσετε πρώτη.
- Συμπεριλάβετε ομαδική συζήτηση στην εκπαιδευτική διαδικασία. Η ομαδική συζήτηση είναι μια καλή ευκαιρία για τους ενήλικες να μοιραστούν τις εμπειρίες τους, να παρουσιάσουν τις δικές τους ιδέες και να διερευνήσουν τα κίνητρά τους για την εκπαίδευση. Η διεξαγωγή ομαδικών συζητήσεων πριν ή μετά την εκπαίδευση παρέχει μια ευκαιρία ανατροφοδότησης για τον εκπαιδευτικό και βοηθά στον ξεκάθαρο προσδιορισμό των προσδοκιών των ενηλίκων και των κερδών στο τέλος της εκπαίδευσης.
- Προτιμήστε μια μέθοδο διδασκαλίας προσανατολισμένη στο πρόβλημα ή στη λύση. Επιδιώξτε οποιοδήποτε μάθημα να διδαχθεί σε ενήλικες για να συμβάλετε στην επίλυση ενός προβλήματος. Για παράδειγμα, όταν ανοίγει ένα μάθημα εκπαίδευσης ενηλίκων για την ανάπτυξη ψηφιακών δεξιοτήτων, εάν υπάρχει επιθυμία των συμμετεχόντων στο μάθημα, ζητήστε από κάθε συμμετέχοντα να δημιουργήσει μια σελίδα ιστολογίου και να μοιραστεί τις εμπειρίες της ζωής του σε αυτήν τη σελίδα ιστολογίου. Μπορούν να μοιραστούν τις απόψεις τους για το επάγγελμά τους, τις εμπειρίες της ζωής τους, τις καλλιτεχνικές δεξιότητες που έχουν και τα ταξίδια τους. Ο καθορισμός ενός τέτοιου στόχου στην αρχή της εκπαίδευσης δίνει τη δυνατότητα στους ενήλικες να επιδείξουν τα μαθησιακά τους αποτελέσματα και επίσης παρέχει ένα συγκεκριμένο αποτέλεσμα της κατάρτισης.

3.3. Αντιμετώπιση των απουσιών στην εκπαίδευση ενηλίκων

Ένα από τα πιο συχνά προβλήματα στην εκπαίδευση ενηλίκων είναι η απουσία. Οι κύριοι λόγοι για την απουσία μπορεί να είναι ότι οι ενήλικες έχουν διαφορετικές ευθύνες στην καθημερινή ζωή, έχουν προβλήματα υγείας, δεν αντιλαμβάνονται την εκπαιδευτική διαδικασία ως επαρκή, τα μαθήματα δεν τους αρέσουν, οι δεξιότητες που πρέπει να αποκτήσουν είναι σε επίπεδο υψηλότερο την απόδοση που μπορούν να εκτελέσουν οι ενήλικες. Οι μελέτες που μπορούν να γίνουν για αυτή τη δυσκολία είναι οι εξής:

- Προσπαθήστε να εντοπίσετε την πιθανότητα απουσίας πριν από την εκπαίδευση. Συζητήστε τις καθημερινές ρουτίνες και τις ευθύνες των ενηλίκων και πόσο χρόνο μπορούν να διαθέσουν σε αυτήν την εκπαίδευση πριν ξεκινήσετε τις διαλέξεις κατά τη διάρκεια της εκπαιδευτικής διαδικασίας. Προσδιορίστε τα εμπόδια κάθε ατόμου για την παρακολούθηση του μαθήματος. Λάβετε πληροφορίες από ενήλικες σχετικά με τις ώρες εργασίας, τις ώρες

ανάπαυσης, τις ώρες επίσκεψης κ.λπ. Προσπαθήστε να οργανώσετε το πλάνο και την ώρα του μαθήματος σύμφωνα με αυτές τις πληροφορίες.

- Βεβαιωθείτε ότι η ροή του μαθήματος και το σχέδιο μαθήματος είναι οργανωμένα με τέτοιο τρόπο ώστε οι ενήλικες να μπορούν να είναι ενεργοί στο μάθημα. Οι ενήλικες δεν απολαμβάνουν να είναι παθητικοί στο εκπαιδευτικό περιβάλλον. Για το λόγο αυτό, θα πρέπει να προτιμώνται εφαρμογές και δραστηριότητες με δραστηριότητες που επιτρέπουν στους ενήλικες να εκφραστούν.
- Διερευνήστε τον λόγο της πρώτης απουσίας. Η αρχή κάθε αρνητικής κατάστασης είναι πολύ σημαντική. Στην πρώτη περίπτωση που οι ενήλικες απουσιάζουν από την εκπαίδευση, επικοινωνήστε με τον ενήλικα και προσπαθήστε να κατανοήσετε τον λόγο της απουσίας. Γιατί ο λόγος αυτής της απουσίας μπορεί να είναι ο τρόπος διδασκαλίας του μαθήματος, η συμπεριφορά των άλλων στην ομάδα ή το γεγονός ότι το μάθημα δεν ανταποκρίνεται στις προσδοκίες του ενήλικα. Οι ενήλικες μπορεί μερικές φορές να μην είναι σε θέση να εκφράσουν αυτές τις καταστάσεις και μπορεί να προτιμούν να αποσυνδεθούν από την εκπαιδευτική διαδικασία. Ωστόσο, εάν παρέχεται το απαραίτητο περιβάλλον εμπιστοσύνης στη σχέση με τον ενήλικα και δοθεί η ευκαιρία στον ενήλικα να εκφραστεί, αυτοί οι λόγοι μπορούν να αποκαλυφθούν και να προληφθούν. Ταυτόχρονα, η κλήση ενός ενήλικα για απουσία δίνει το μήνυμα «Θέλουμε να σε δούμε στην ομάδα, είσαι σημαντικός για εμάς» και αυτό βοηθά στη δημιουργία θετικού δεσμού μεταξύ του ενήλικα και του εκπαιδευτή.
- Σε κάθε στάδιο του μαθήματος, δείξτε ότι αυτό το μάθημα θα συμβάλει στις δεξιότητες της καθημερινότητάς τους ή θα βελτιώσει την ποιότητα ζωής τους. Για το σκοπό αυτό, παρέχετε ευκαιρίες για επίδειξη αυτών των δεξιοτήτων μέσω δραστηριοτήτων και αναθέσεων. Καθώς οι ενήλικες είναι στοχαστές προσανατολισμένοι στη λύση, θέλουν να τους επιστραφεί ο χρόνος που αφιερώνουν στην εκπαιδευτική διαδικασία ως κέρδος και δεν τους αρέσει η αίσθηση ότι ο χρόνος τους χάνεται.
- Η εκπαίδευση ενηλίκων είναι επίσης ένα περιβάλλον όπου οι ενήλικες κοινωνικοποιούνται. Μερικές φορές οι εμπειρίες που θα βιώσουν κατά τη διάρκεια της εκπαίδευσης μπορεί να είναι πιο πολύτιμες για τους ενήλικες από το περιεχόμενο της εκπαίδευσης. Για το λόγο αυτό, μην ανησυχείτε ότι οι συζητήσεις ή οι συζητήσεις κατά τη διάρκεια των μαθημάτων θα παρασυρθούν σε θέματα εκτός του μαθήματος. Αντίθετα, χρησιμοποιήστε αυτές τις διαδικασίες για να ενισχύσετε τη συνοχή της ομάδας. Για παράδειγμα, σε ένα εκπαιδευτικό περιβάλλον προετοιμασμένο για ένα μάθημα ζωγραφικής, το θέμα μπορεί να απομακρυνθεί από τις δεξιότητες ζωγραφικής στα προβλήματα επικοινωνίας που έχουν οι ενήλικες με τα παιδιά τους. Αυτή η κατάσταση μπορεί να γίνει αποδεκτή ως ένα σύντομο διάλειμμα και μπορεί να δημιουργηθεί ένα περιβάλλον όπου δίνεται η ευκαιρία στους ενήλικες να μοιραστούν τον εαυτό τους. Σε αυτήν την περίπτωση, για τους ενήλικες, αυτό το περιβάλλον μπορεί να γίνει αντιληπτό ως ένα μέρος όπου μπορούν να εκφραστούν και να προσθέσουν αξία στη ζωή τους και όχι ως ένα περιβάλλον μαθήματος. Αυτό το κίνητρο των ενηλίκων που έρχονται στο εκπαιδευτικό περιβάλλον μπορεί να λειτουργήσει ως παράγοντας πρόληψης της απουσίας.

3.4. Χρήση ψηφιακών εργαλείων στην εκπαίδευση ενηλίκων

Χάρη στην ανάπτυξη των ψηφιακών τεχνολογιών, οι μέθοδοι διδασκαλίας έχουν εμπλουτιστεί. Ιδιαίτερα, το εκπαιδευτικό υλικό που μπορεί να παρουσιαστεί στον οπτικό τομέα έχει γίνει αρκετά

διαδεδομένο. Χάρη στο Web 2.0, οποιοσδήποτε έχει σύνδεση στο διαδίκτυο μπορεί να κάνει το εκπαιδευτικό του υλικό διαθέσιμο σε άλλους και έχει προκύψει ένα μεγάλο δίκτυο κοινής χρήσης.

Η επιβράδυνση των δεξιοτήτων επεξεργασίας πληροφοριών των ενηλίκων μπορεί να βελτιωθεί με τη διαφοροποίηση του εκπαιδευτικού υλικού και του περιεχομένου που απευθύνεται σε περισσότερες αισθήσεις. Για το λόγο αυτό, είναι χρήσιμο για τους εκπαιδευτές ενηλίκων να έχουν γνώσεις σχετικά με τα ψηφιακά εργαλεία που μπορούν να χρησιμοποιηθούν στην εκπαίδευση.

Το εκπαιδευτικό περιεχόμενο σε ένα ψηφιακό περιβάλλον μπορεί να χωριστεί σε δύο κύριες ομάδες. Υπάρχουν εκπαιδευτικοί ιστότοποι με διαλέξεις, όπου οι ειδικοί δίνουν σειριακές διαλέξεις για ένα θέμα, καθώς και πλατφόρμες που επιτρέπουν στους εκπαιδευτικούς να κάνουν σχέδια για να εξηγήσουν καλύτερα το θέμα που θα παρουσιαστεί στο μάθημα και πού μπορούν να μοιραστούν αυτά τα σχέδια με άλλους εκπαιδευτικούς. Δεδομένου ότι οι πληροφορίες σχετικά με τις εκπαιδευτικές πλατφόρμες παρέχονται στις προηγούμενες ενότητες, αυτή η ενότητα θα παρέχει πληροφορίες μόνο για τις πλατφόρμες όπου σχεδιάζεται το εκπαιδευτικό περιεχόμενο. Αυτές οι πλατφόρμες είναι οι εξής:

- **Kahoot:** Το Kahoot επιτρέπει στους δασκάλους να προετοιμάζουν διαδραστικά κουίζ για τους μαθητές τους σε διάφορα θέματα. Αυτός ο ιστότοπος μπορεί να βοηθήσει τους δασκάλους να εντοπίσουν θέματα που οι μαθητές δεν κατανοούν και να βοηθήσει τους μαθητές να μάθουν τα θέματα. [Kahoot](#)
- **Κουίζλετ:** Το Quizlet παρέχει κάρτες flash, κουίζ και άλλα εργαλεία μάθησης για τους δασκάλους για να βοηθήσουν τους μαθητές τους να μάθουν. Αυτός ο ιστότοπος σας επιτρέπει να προσαρμόσετε τη μέθοδο διδασκαλίας σας ανάλογα, λαμβάνοντας υπόψη το μαθησιακό στυλ και την ταχύτητα των μαθητών σας. [Κουίζλετ](#)
- **Κωπηλατημένη:** Το Padlet επιτρέπει στους δασκάλους να μοιράζονται πληροφορίες όπως υλικό μαθημάτων, εργασίες και σημειώσεις με τους μαθητές τους. Αυτός ο ιστότοπος μπορεί να βοηθήσει τους δασκάλους να διαχειριστούν την επικοινωνία στην τάξη και την εργασία των μαθητών για το σπίτι. [Parlet](#).
- **Nearpod:** Το Nearpod επιτρέπει στους δασκάλους να δημιουργούν διαδραστικές παρουσιάσεις για τους μαθητές τους. Αυτός ο ιστότοπος μπορεί να χρησιμοποιήσει πολλά στοιχεία, όπως βίντεο, ήχο, εικόνες και κείμενο για να βοηθήσει τους μαθητές να μάθουν. [Nearpod](#).
- **Google Classroom:** Το Google Classroom επιτρέπει στους καθηγητές να μοιράζονται πληροφορίες όπως εργασίες, υλικό μαθημάτων και σημειώσεις με τους μαθητές τους. Αυτός ο ιστότοπος μπορεί να βοηθήσει τους μαθητές να διαχειριστούν τις εργασίες τους και να διευκολύνει την επικοινωνία στην τάξη. [Google Classroom](#)
- **Edpuzzle:** Το Edpuzzle επιτρέπει στους δασκάλους να επεξεργάζονται βίντεο και να τα κάνουν διαδραστικά. Αυτός ο ιστότοπος μπορεί να βοηθήσει τους δασκάλους να αυξήσουν το ενδιαφέρον των μαθητών για τα μαθήματα. [Edpuzzle](#)
- **Prezi:** Το Prezi επιτρέπει στους δασκάλους να προετοιμάσουν παρουσιάσεις. Αυτός ο ιστότοπος μπορεί να βοηθήσει τους δασκάλους να δημιουργήσουν συναρπαστικές παρουσιάσεις για να προσελκύσουν την προσοχή των μαθητών. [Prezi](#).

4. Βοηθητικούς Πόρους

4.1. Ιστοσελίδες

Αμερικανική Ένωση για Ενήλικες και Συνεχιζόμενη Εκπαίδευση (AAACE): Η AAACE είναι ένας κορυφαίος οργανισμός στον τομέα της εκπαίδευσης ενηλίκων και προσφέρει μια ποικιλία πόρων για την ανδραγωγία.

<http://www.aaace.org/>

Ερευνητικό Συνέδριο Εκπαίδευσης Ενηλίκων (AERC): Το AERC είναι ένα συνέδριο όπου παρουσιάζεται και συζητείται έρευνα στον τομέα της εκπαίδευσης ενηλίκων. Στον ιστότοπο του συνεδρίου, μπορείτε να έχετε πρόσβαση σε έρευνες και παρουσιάσεις σχετικά με την ανδραγωγία.

<https://newprairiepress.org/aerc/>

Ευρωπαϊκή Ένωση για την Εκπαίδευση Ενηλίκων (EAEA): Η EAEA είναι ένας οργανισμός που δραστηριοποιείται στον τομέα της εκπαίδευσης ενηλίκων στην Ευρώπη και προσφέρει πόρους για την ανδραγωγία.

<https://eaea.org/>

International Journal of Lifelong Education: Αυτό το περιοδικό είναι ένα από τα κορυφαία περιοδικά που δημοσιεύουν έρευνα στον τομέα της δια βίου μάθησης και περιλαμβάνει σημαντικά άρθρα για την ανδραγωγία.

<https://www.tandfonline.com/toc/cjle20/current>

4.2. Βίντεο

- Θεωρία Μάθησης Ενηλίκων | Knowles' 6 Assumptions of Adult Learners
https://www.youtube.com/watch?v=yQuQF_rZXZw
- Χρήση αρχών μάθησης ενηλίκων για τη δημιουργία αποτελεσματικής εκπαίδευσης
<https://www.youtube.com/watch?v=Uk-CV53O9X4>
- "Knowles' Adult Learning Theory or Andragogy - Η απλούστερη εξήγηση ποτέ
<https://www.youtube.com/watch?v=vzKxZtca00o>
- «Διδάσκοντας Ενήλικες: Θεωρία Μάθησης Ενηλίκων
<https://www.youtube.com/watch?v=32V7L3-04pU>

4.3. Βιβλία

"The Adult Learner: The Definitive Classic in Adult Education and Human Resource Development" - Malcolm S. Knowles: Αυτό το βιβλίο βοηθά στην κατανόηση της θεωρίας της εκπαίδευσης ενηλίκων και των χαρακτηριστικών των ενηλίκων εκπαιδευομένων.

«Teaching Adults: A Practical Guide for New Teachers» του Ralph G. Brockett: Αυτό το βιβλίο παρέχει στους νέους εκπαιδευτές ενηλίκων μια σειρά από στρατηγικές για την εργασία με ενήλικες εκπαιδευόμενους.

"How to Teach Adults: Plan Your Class, Teach Your Students, Change the World" (How to Teach Adults: Plan Your Class, Teach Your Students, Change the World" του Dan Spalding: Αυτό το βιβλίο προσφέρει λύσεις σε προβλήματα που μπορεί να αντιμετωπίσουν οι εκπαιδευτικοί όταν εργάζονται με ενήλικες μαθητές.

"The Courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life" του Parker J. Palmer: Αυτό το βιβλίο εστιάζει στις εσωτερικές και συναισθηματικές πτυχές του επαγγέλματος του εκπαιδευτικού.

"Διευκόλυνση της μάθησης στην εκπαίδευση ενηλίκων: Εγχειρίδιο για ηγέτες και δασκάλους" Εγχειρίδιο για ηγέτες και δασκάλους" του Stephen D. Brookfield: Αυτό το βιβλίο εξετάζει πώς μπορεί να διευκολυνθεί η μάθηση όταν εργάζεστε με ενήλικες μαθητές.

5. Βιβλιογραφία

ΠΟΥ. (2015). Γήρανση και υγεία. Ενημερωτικό φύλλο <http://who.int/mediacentre/factsheets/fs404/en/>

Τμήμα Οικονομικών και Κοινωνικών Υποθέσεων του ΟΗΕ. (2015). Προοπτικές του παγκόσμιου πληθυσμού: Η αναθεώρηση του 2015. (2017), <https://esa.un.org/unpd/wpp/Λήψη/Standard/Population/>

Ευρωπαϊκή Επιτροπή. (2000), Μνημόνιο για τη Δια Βίου Μάθηση. Εrişim: https://arhiv.acs.si/dokumenti/Memorandum_on_Lifelong_Learning.pdf

EUROSTAT (2018), Στατιστικά στοιχεία μάθησης ενηλίκων - χαρακτηριστικά εκπαίδευσης και κατάρτισης, https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Adult_learning_statistics_-_characteristics_of_education_and_training

Loeng, S. (2018). Διάφοροι τρόποι κατανόησης της έννοιας της ανδραγωγίας. Cogent Education, 5(1), <https://www.tandfonline.com/doi/epdf/10.1080/2331186X.2018.1496643?needAccess=true&role=button>

Forrest III, S. P., & Peterson, T. O. (2006). Λέγεται ανδραγωγία. *Ακαδημία Διοίκησης Εκμάθησης & Εκπαίδευσης*, 5 (1),

Harada CN, Natelson Love MC, Triebel KL. (2013) Φυσιολογική γνωστική γήρανση. *Clin Geriatric Med*. Νοε. 29(4):737-52. doi: 10.1016/j.cger.2013.07.002. PMID: 24094294; PMCID: PMC4015335.

Park, D. C., & Bischof, G. N. (2022). Ο γερασμένος νους: νευροπλαστικότητα ως απάντηση στη γνωστική εκπαίδευση. *Διάλογοι στην κλινική νευροεπιστήμη*.

Ozuah, P. O. (2016). Πρώτα ήταν η παιδαγωγική και μετά ήρθε η ανδραγωγία. *Περιοδικό Αϊνστάιν Βιολογίας και Ιατρικής*, 21(2)

Conner, ML (1997). Ανδραγωγική και παιδαγωγική. Ο αγέραστος μαθητής, 2004, 01-18.

Holton, E. F., Swanson, R. A., & Naquin, S. S. (2001). Ανδραγωγική στην πράξη: Αποσαφήνιση του ανδραγωγικού μοντέλου εκπαίδευσης ενηλίκων. *Βελτίωση απόδοσης τριμηνιαία*, 14(1), 118-143.

Tomczyk, Ł., Mróz, A., Potyrała, K., & Wnęk-Gozdek, J. (2022). Ψηφιακή ένταξη από την οπτική γωνία των εκπαιδευτικών ηλικιωμένων-προσδοκίες, εμπειρίες, προκλήσεις και υποστηρικτικά μέτρα. *Γεροντολογική & Γηριατρική Εκπαίδευση*, 43(1), 132-147.

Παμπούρη, Α., Τσολακίδου, Π., & Μαυρόπουλος, Α. (2020). Εκπαίδευση Εκπαιδευτών Δια Βίου Μάθησης Ενηλίκων: Κίνητρα και Εμπόδια. Στο ICERI2020 Proceedings (σελ. 6212-6219). IATED.

Κόκκος, Α. (2015). Οι προκλήσεις της εκπαίδευσης ενηλίκων στον σύγχρονο κόσμο. *Διαδικαστικές-κοινωνικές και συμπεριφορικές επιστήμες*, 180, 19-24.