

Digital-in

DIGITAL SKILLS FOR THE INCLUSION OF DIGITALLY VULNERABLE GROUPS: A DVGS' NEEDS-BASED APPROACH TO DIGITAL SKILLS PROVISION IN ADULT EDUCATION

3.1.1 Εγχειρίδιο Ψηφιακού Γραμματισμού για Ευάλωτες Ομάδες (DVGs) για Φορείς Εκπαίδευσης και Κατάρτισης

Οδηγίες Εγχειριδίου στις εθνικές γλώσσες της ΕΕ: Ελληνικά

Παράρτημα του Παραδοτέου 3.1

1. Εισαγωγή

Το έργο DIGITAL-IN, που χρηματοδοτείται από το πρόγραμμα Erasmus+ της ΕΕ, αντιμετωπίζει το χάσμα ψηφιακών δεξιοτήτων που επηρεάζει δύο ψηφιακά ευάλωτες ομάδες (DVG): τους ηλικιωμένους (60+) και τους ιδιοκτήτες μικρών επιχειρήσεων (SBO). Το παρόν έγγραφο συνοψίζει τις βασικές κατευθυντήριες γραμμές του Οδηγού κατάρτισης σε ψηφιακές δεξιότητες (Παραδοτέο 3.1), ενός ολοκληρωμένου εγχειριδίου κατευθύνσεων για εκπαιδευτές και ενδιαφερόμενους φορείς που ασχολούνται με την εκπαίδευση για την ψηφιακή ένταξη.

Οι κατευθυντήριες γραμμές βασίζονται σε εκτενή έρευνα, συνεντεύξεις με ενδιαφερόμενους φορείς, ερωτηματολόγια με ευάλωτους εκπαιδευόμενους και θεματικές ομάδες εργασίας με έμπειρους εκπαιδευτές ψηφιακών δεξιοτήτων από την Ελλάδα, την Κύπρο, την Ιταλία, τη Λιθουανία και την Ισπανία. Όλο το περιεχόμενο είναι εναρμονισμένο με το πλαίσιο DigComp 2.2.

Βασική αρχή

Η όλη εκπαιδευτική προσέγγιση είναι επικεντρωμένη στον εκπαιδευόμενο. Ο εκπαιδευόμενος είναι ο πρωταγωνιστής σε όλες τις αποφάσεις που αφορούν τη μάθηση – από το περιεχόμενο έως το χρονοδιάγραμμα και τη μεθοδολογία. Η κατανόηση της προηγούμενης εμπειρίας, των δεξιοτήτων, των αναγκών και των στόχων κάθε εκπαιδευόμενου είναι το σημείο εκκίνησης για μια αποτελεσματική εκπαίδευση.

2. Κατανόηση των εκπαιδευόμενων

2.1 Εκπαιδευόμενοι Τρίτης Ηλικίας

Οι ηλικιωμένοι αντιμετωπίζουν μια σειρά από σωματικές, γνωστικές, ψυχολογικές και κοινωνικές προκλήσεις που απαιτούν μια προσεκτική, εξατομικευμένη εκπαιδευτική προσέγγιση. Οι βασικοί παράγοντες που πρέπει να λαμβάνουν υπόψη οι εκπαιδευτές περιλαμβάνουν:

- **Σωματικές περιορισμοί:** Η μειωμένη όραση, η ακοή και η περιορισμένη λεπτή κινητικότητα μπορεί να δυσχεραίνουν τη χρήση ψηφιακών συσκευών. Για τον λόγο αυτό, η εκπαίδευση είναι σημαντικό να ενσωματώνει βοηθητικές τεχνολογίες, προσβάσιμες διεπαφές και κατάλληλες εργονομικές προσαρμογές.
- **Γνωστική έκπτωση:** Δυσκολίες στη μνήμη, στη συγκέντρωση και στη βραδύτερη επεξεργασία πληροφοριών καθιστούν αναγκαία τη χρήση επαναλήψεων, απλοποιημένων οδηγιών, σταδιακής καθοδήγησης και οπτικών υποστηρικτικών μέσων.
- **Φόβος απέναντι στην τεχνολογία:** Η περιορισμένη εξοικείωση με τα ψηφιακά εργαλεία συχνά συνοδεύεται από άγχος ή ανασφάλεια. Είναι, επομένως, απαραίτητη η διαμόρφωση ενός υποστηρικτικού και μη επικριτικού μαθησιακού περιβάλλοντος, το οποίο θα ενισχύει την αυτοπεποίθηση μέσω θετικής ανατροφοδότησης.



- **Κίνητρα:** Οι ηλικιωμένοι ανταποκρίνονται περισσότερο όταν το περιεχόμενο της εκπαίδευσης συνδέεται άμεσα με τις ανάγκες και τις πρακτικές της καθημερινής τους ζωής, όπως η επικοινωνία με την οικογένεια, η διαχείριση θεμάτων υγείας και η πρόσβαση σε δημόσιες ή ιδιωτικές υπηρεσίες.
- **Κοινωνική απομόνωση:** Τα ψηφιακά εργαλεία μπορούν να λειτουργήσουν ως μέσα ενίσχυσης της κοινωνικής σύνδεσης, περιορίζοντας τη μοναξιά και διευκολύνοντας την επικοινωνία με την οικογένεια, τους φίλους και την ευρύτερη κοινότητα. Η διάσταση αυτή μπορεί να αποτελέσει και ισχυρό κίνητρο για συμμετοχή στη μάθηση.
- **Εκπαίδευση και εμπειρία:** Το υψηλότερο μορφωτικό επίπεδο και η προηγούμενη επαφή με την τεχνολογία συνδέονται συνήθως με αυξημένη αυτοπεποίθηση και ευκολότερη προσαρμογή. Αντίθετα, οι αρχάριοι χρειάζονται περισσότερο χρόνο, βασική εξοικείωση και πρακτικά προσανατολισμένη υποστήριξη.
- **Διαφορές μεταξύ αστικών και αγροτικών περιοχών:** Οι ηλικιωμένοι που διαμένουν σε αγροτικές ή απομακρυσμένες περιοχές συχνά αντιμετωπίζουν περιορισμένη πρόσβαση σε αξιόπιστο διαδίκτυο, λιγότερες διαθέσιμες ευκαιρίες εκπαίδευσης και εντονότερη γεωγραφική απομόνωση, γεγονός που ενισχύει τον κίνδυνο ψηφιακού αποκλεισμού.

2.2 Εκπαιδευόμενοι ιδιοκτήτες μικρών επιχειρήσεων

Οι ιδιοκτήτες μικρών επιχειρήσεων αντιμετωπίζουν πρακτικά, οργανωτικά και συμπεριφορικά εμπόδια, τα οποία καθιστούν αναγκαία την υιοθέτηση ευέλικτων και άμεσα συνδεδεμένων με την επιχειρηματική πρακτική προσεγγίσεων κατάρτισης. Οι βασικοί παράγοντες που πρέπει να λαμβάνονται υπόψη περιλαμβάνουν τους εξής:

- **Χρονικοί περιορισμοί:** Η ανάγκη διαχείρισης πολλαπλών λειτουργιών της επιχείρησης αφήνει συνήθως περιορισμένο χρόνο για συμμετοχή σε εκπαιδευτικές δραστηριότητες. Για τον λόγο αυτό, οι δράσεις κατάρτισης πρέπει να είναι σύντομες, ευέλικτες και άμεσα εφαρμόσιμες στην καθημερινή επιχειρηματική πρακτική.
- **Οικονομικοί περιορισμοί:** Οι περιορισμένοι οικονομικοί πόροι δυσχεραίνουν την πρόσβαση σε τεχνολογικά εργαλεία, εκπαιδευτικά προγράμματα και κατάλληλες υποδομές. Συνεπώς, είναι σκόπιμο να δίνεται προτεραιότητα σε δωρεάν ή χαμηλού κόστους λύσεις, οι οποίες παραμένουν λειτουργικές και αποτελεσματικές.
- **Αντίσταση στην αλλαγή:** Πολλοί ιδιοκτήτες μικρών επιχειρήσεων τείνουν να εμπιστεύονται περισσότερο οικεία και δοκιμασμένα συστήματα εργασίας, αντιμετωπίζοντας την ψηφιοποίηση ως περιττή ή υψηλού ρίσκου μετάβαση. Η εκπαίδευση οφείλει, επομένως, να αναδεικνύει με σαφήνεια τα απτά επιχειρηματικά οφέλη της ψηφιακής μετάβασης.
- **Αυτοπεποίθηση και φόβος αποτυχίας:** Ο δισταγμός απέναντι στην υιοθέτηση νέων ψηφιακών πρακτικών συνδέεται συχνά με τον φόβο του λάθους ή με αρνητικές προηγούμενες εμπειρίες. Η υποστηρικτική καθοδήγηση, τα σταδιακά βήματα μάθησης και η αξιοποίηση δικτύων ομοτίμων μπορούν να συμβάλουν ουσιαστικά στην ενίσχυση της αυτοπεποίθησης.
- **Ποικιλομορφία του επιχειρηματικού πεδίου:** Οι ανάγκες διαφέρουν σημαντικά ανάλογα με τον κλάδο δραστηριότητας, το μέγεθος της επιχείρησης, τη γεωγραφική θέση και το προφίλ του ιδιοκτήτη. Κατά συνέπεια, το εκπαιδευτικό περιεχόμενο πρέπει να είναι ευέλικτο, προσαρμόσιμο και συναφές με διαφορετικά επιχειρηματικά περιβάλλοντα.



- **Ανάγκη αλλαγής αντίληψης:** Κεντρικός στόχος της κατάρτισης είναι η μετατόπιση της αντίληψης γύρω από την ψηφιοποίηση: όχι ως περιττό κόστος σε χρόνο και χρήμα, αλλά ως ουσιαστική επένδυση που μπορεί να ενισχύσει την αποδοτικότητα, να διευρύνει την πελατειακή βάση και να βελτιώσει την ανταγωνιστικότητα της επιχείρησης.

3. Παιδαγωγικές στρατηγικές για ηλικιωμένους

Οι ακόλουθες μεθοδολογικές προσεγγίσεις προτείνονται για την αποτελεσματική αντιμετώπιση των ειδικών μαθησιακών προκλήσεων που παρουσιάζουν οι ηλικιωμένοι εκπαιδευόμενοι. Οι εκπαιδευτές καλούνται να επιλέγουν και να συνδυάζουν τις κατάλληλες στρατηγικές, λαμβάνοντας υπόψη τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά, το επίπεδο ετοιμότητας και τις ανάγκες κάθε ομάδας-στόχου.

Μεθοδολογία	Κατάλληλη για	Βασικές αρχές
Προσαρμοστική μάθηση	Φυσικοί και γνωστικοί περιορισμοί	Προσαρμόζει το περιεχόμενο, το ρυθμό και την αξιολόγηση σε κάθε εκπαιδευόμενο. Χρησιμοποιεί βοηθητικές τεχνολογίες (αναγνώστες οθόνης, φωνητικές εντολές, μετατροπή κειμένου σε ομιλία, μεγάλες διεπαφές).
Κινησιολογική μάθηση	Πρακτική συμμετοχή	Μάθηση μέσω σωματικής δραστηριότητας και αφήψης. Περιλαμβάνει έρευνες, παιχνίδια ρόλων, συνεδρίες σε εξωτερικούς χώρους και άμεση αλληλεπίδραση με συσκευές.
Στρατηγικές επανάληψης	Μνήμη και απομνημόνευση	Περιορισμένες νέες πληροφορίες ανά συνεδρία, επαναλαμβανόμενη εξάσκηση, γνωστικές προσομοιώσεις, παιχνίδια ρόλων και χρήση γνωστού λεξιλογίου.
Μάθηση βασισμένη σε παιχνίδια	Κίνητρα και συμμετοχή	Χρησιμοποιεί στοιχεία παιχνιδιού (αβατάρ, κουίζ, πίνακες κατάταξης, εμβλήματα) για να κάνει τη μάθηση ευχάριστη και να μειώσει τον φόβο των λαθών.
Μάθηση μέσω εμπειρίας	Πρακτική εφαρμογή	Μάθηση μέσω της πράξης, της παρατήρησης, των προσομοιώσεων, της πρακτικής εκπαίδευσης και της σύνδεσης των δραστηριοτήτων της πραγματικής ζωής με το εκπαιδευτικό περιεχόμενο.
Συνεργατική μάθηση	Ψυχολογικά εμπόδια	Ομαδική εργασία, συζητήσεις και κοινή επίλυση προβλημάτων. Μειώνει τον φόβο και



		ενισχύει την αυτοπεποίθηση μέσω της υποστήριξης από τους συμμαθητές.
Διαγενεακή μάθηση	Ψηφιακή ένταξη	Νεότερες και παλαιότερες γενιές μαθαίνουν μαζί. Καταρρίπτει στερεότυπα, χτίζει εμπιστοσύνη και επιτρέπει την αμφίδρομη ανταλλαγή γνώσεων.
Μάθηση ομοτίμων	Εμπιστοσύνη και ενσυναίσθηση	Μάθηση από άλλους με παρόμοιες εμπειρίες. Δημιουργεί ταύτιση, χρησιμοποιεί προσιτή γλώσσα και προσαρμόζει το ρυθμό στις ανάγκες.
Άτυπη μάθηση	Μείωση του άγχους	Αυθόρμητη, αυτοκατευθυνόμενη μάθηση εκτός των επίσημων πλαισίων (βιβλιοθήκες, καφετέριες, πάρκα). Ευέλικτος ρυθμός και χωρίς πίεση.
Εξατομικευμένη εκπαίδευση	Ατομικές ανάγκες	Ευέλικτο πρόγραμμα σπουδών που έχει σχεδιαστεί σε συνεργασία με τους εκπαιδευόμενους. Προσαρμόζεται στο επίπεδο δεξιοτήτων, στα ενδιαφέροντα και στις προηγούμενες γνώσεις. Ο εκπαιδευόμενος γίνεται συν-σχεδιαστής.

4. Παιδαγωγικές στρατηγικές για ιδιοκτήτες μικρών επιχειρήσεων

Η εκπαίδευση των ιδιοκτητών μικρών επιχειρήσεων οφείλει να είναι πρακτικά προσανατολισμένη, ευέλικτη και άμεσα συνδεδεμένη με τις πραγματικές ανάγκες και τα αποτελέσματα της επιχειρηματικής δραστηριότητας. Για τον σκοπό αυτό, συνιστώνται οι ακόλουθες μεθοδολογικές προσεγγίσεις:

Μεθοδολογία	Κατάλληλη για	Βασικές αρχές
Συνδυαστική μάθηση	Χρονικοί περιορισμοί	Συνδυάζει την πρόσωπο με πρόσωπο μάθηση και την online μάθηση με δικό σας ρυθμό μέσω ενός LMS. Περιλαμβάνει φόρουμ, εικονικές τάξεις, chat και ηχογραφημένες συνεδρίες.
Καθοδήγηση	Επιχειρηματική καθοδήγηση	Έμπειροι μέντορες παρέχουν γνώσεις, καθοδήγηση και υποστήριξη. Βοηθά τις μικρομεσαίες επιχειρήσεις να ξεπεράσουν τις

		προκλήσεις και να εντοπίσουν ευκαιρίες καινοτομίας.
Παρακολούθηση εργασίας	Μάθηση στο χώρο εργασίας	Παρατήρηση ενός πιο έμπειρου επαγγελματία κατά τη διάρκεια της εργάσιμης ημέρας του. Προσαρμόσιμο σε προγράμματα, εστιασμένο σε καθημερινές εργασίες, μπορεί να γίνει εξ αποστάσεως.
Μικρομάθηση	Πολυάσχολα προγράμματα	Σύντομα, εστιασμένα μαθήματα με μεμονωμένους μαθησιακούς στόχους. Χρησιμοποιεί μικροπεριεχόμενο (σύντομα κείμενα, εικόνες, διαγράμματα) και μικροδραστηριότητες (κουίζ, ασκήσεις).
Συνεργατική μάθηση	Υποστήριξη από ομοτίμους	Ομαδικές δραστηριότητες, προσομοιώσεις και παιχνίδια ρόλων. Δημιουργεί δίκτυα κοινωνικής υποστήριξης και προωθεί την ανταλλαγή γνώσεων μεταξύ ομοτίμων.
Μάθηση βασισμένη σε πρακτική άσκηση	Επίλυση προβλημάτων	Μικρές ομάδες εργάζονται πάνω σε πραγματικές επιχειρηματικές προκλήσεις. Περιλαμβάνει ερωτήσεις, προβληματισμό και ανάπτυξη συνεργατικών λύσεων.

5. Συλλογή κατευθύνσεων για εκπαιδευτές

5.1 Εκπαίδευση ηλικιωμένων εκπαιδευομένων

Εξατομικευμένη εκπαίδευση

- Πριν από τον σχεδιασμό του προγράμματος, διερευνήστε τις ανάγκες, τα ενδιαφέροντα, τους τρόπους μάθησης και τα πιθανά εμπόδια των εκπαιδευομένων.
- Προσαρμόστε το περιεχόμενο στο επίπεδο των συμμετεχόντων, αυξάνοντας σταδιακά τον βαθμό πολυπλοκότητας.
- Χρησιμοποιήστε οικεία και καθημερινά παραδείγματα που έχουν νόημα για τους εκπαιδευομένους, όπως η διαχείριση φωτογραφιών, οι βιντεοκλήσεις με την οικογένεια και οι ηλεκτρονικές αγορές.

Μαθησιακό περιβάλλον

- Δείχνετε υπομονή και κατανόηση, σεβόμενοι τον ρυθμό κάθε εκπαιδευομένου και αποφεύγοντας την πίεση.
- Χρησιμοποιήστε απλή και σαφή γλώσσα και περιορίστε την τεχνική ορολογία, ώστε να μειώνεται το άγχος.



- Δημιουργήστε ένα υποστηρικτικό και κοινωνικά ασφαλές περιβάλλον μάθησης, στο οποίο οι εκπαιδευόμενοι ενθαρρύνονται να βοηθούν ο ένας τον άλλον.
- Διατηρήστε τις συνεδρίες σύντομες και τις ομάδες μικρές, ώστε να καθίσταται δυνατή η εξατομικευμένη υποστήριξη.
- Ενσωματώστε άτυπα μαθησιακά περιβάλλοντα παράλληλα με τις οργανωμένες εκπαιδευτικές δραστηριότητες.

Ψηφιακά εργαλεία και μέθοδοι

- Αξιοποιήστε βίντεο, ήχο, παρουσιάσεις πολυμέσων και πλατφόρμες με στοιχεία παιχνιδοποίησης, ώστε να εμπλουτίζεται η μαθησιακή εμπειρία.
- Χρησιμοποιήστε προσβάσιμες τεχνολογίες και αναδείξτε τις διαθέσιμες επιλογές προσβασιμότητας, όπως η μεγέθυνση κειμένου και η φωνητική υπαγόρευση.
- Ενσωματώστε πρακτικές, βιωματικές δραστηριότητες και, όπου είναι εφικτό, δραστηριότητες μάθησης σε εξωτερικούς χώρους.
- Ενθαρρύνετε την ομαδική εργασία, τον αναστοχασμό και τη συζήτηση, ώστε να ενισχύεται η κατανόηση.

Επανάληψη και ενίσχυση

- Επαναλαμβάνετε τις βασικές έννοιες σε κάθε συνεδρία, καθώς η μνήμη ενδέχεται να αποτελεί πρόκληση για ορισμένους εκπαιδευομένους
- Παρέχετε έντυπους οδηγούς, στιγμιότυπα οθόνης ή σύντομα βίντεο οδηγιών για χρήση εκτός τάξης.
- Αφιερώστε χρόνο σε ερωτήσεις και κλείνετε κάθε συνεδρία με σύντομη ανακεφαλαίωση.

Κίνητρα

- Θέστε μικρούς και εφικτούς στόχους και αναγνωρίζετε την πρόοδο, ακόμη και όταν αυτή είναι σταδιακή.
- Συνδέστε τα μαθήματα με τα προσωπικά ενδιαφέροντα και τις πρακτικές ανάγκες των εκπαιδευομένων, ώστε η μάθηση να αποκτά άμεσο νόημα και χρησιμότητα

5.2 Εκπαίδευση ιδιοκτητών μικρών επιχειρήσεων

Γνωρίστε τον εκπαιδευόμενο

- Προσδιορίστε το προφίλ, το επίπεδο ψηφιακών δεξιοτήτων και τις ανάγκες ψηφιοποίησης κάθε εκπαιδευομένου, ώστε να προσαρμόζετε το περιεχόμενο. Αξιολογήστε το υφιστάμενο επίπεδο ψηφιακής ωριμότητας της επιχείρησης πριν από την έναρξη της κατάρτισης.

Πρακτική και συνεργατική προσέγγιση

- Χρησιμοποιήστε ρεαλιστικά και πρακτικά παραδείγματα που μπορούν να εφαρμοστούν άμεσα στην επιχείρηση.
- Διατηρήστε ισορροπία μεταξύ θεωρίας και πράξης, ώστε να παραμένει αμείωτο το ενδιαφέρον.
- Σχεδιάστε συνεργατικές δραστηριότητες με σαφείς ρόλους, ώστε να ενισχύεται η ενεργός συμμετοχή όλων.

- Ενσωματώστε στοιχεία παιχνιδιοποίησης σε καθημερινές επιχειρηματικές προκλήσεις, όπου αυτό είναι παιδαγωγικά χρήσιμο.

Προσβασιμότητα και αυτοκατευθυνόμενη μάθηση

- Επιλέξτε απλές και οικονομικά προσιτές πλατφόρμες μάθησης, συμβατές με τις δυνατότητες και τις ανάγκες των εκπαιδευομένων.
- Αναδείξτε τις κινητές συσκευές ως πρακτικά εργαλεία για την υποστήριξη της ψηφιοποίησης των επιχειρηματικών λειτουργιών.
- Ενθαρρύνετε την αυτοαξιολόγηση και την αυτοκατευθυνόμενη διερεύνηση νέων γνώσεων και εργαλείων.

Ανάδειξη της αξίας και μακροπρόθεσμος σχεδιασμός

- Εστιάστε σε πραγματικές επιχειρηματικές ανάγκες και δείξτε με σαφήνεια πώς η ψηφιοποίηση μπορεί να συμβάλει στην αύξηση των εσόδων, στη βελτίωση της αποδοτικότητας και στην επέκταση της αγοράς.
- Διδάξτε βασικές αρχές μέτρησης της απόδοσης της επένδυσης (ROI), μέσα από πρακτικά παραδείγματα και απλούς δείκτες.
- Παρουσιάστε την ψηφιακή μετάβαση ως μια σταδιακή και μακροπρόθεσμη διαδικασία, με σαφή και ρεαλιστικό οδικό χάρτη.
- Προγραμματίστε τακτικές συνεδρίες παρακολούθησης και υποστήριξης, ώστε να αποφεύγεται το αίσθημα εγκατάλειψης μετά το τέλος της αρχικής εκπαίδευσης.

Διαπροσωπικές δεξιότητες και δημιουργικότητα

- Καλλιεργήστε διαπροσωπικές δεξιότητες, όπως η αποτελεσματική ψηφιακή επικοινωνία, οι διαδικτυακές διαπραγματεύσεις και η διαχείριση χρόνου.
- Ενθαρρύνετε τη δημιουργικότητα στη δημιουργία περιεχομένου, όπως βίντεο, φωτογραφίες και υλικό ψηφιακού μάρκετινγκ.
- Διδάξτε τη χρήση δωρεάν ή οικονομικά προσιτών εργαλείων για γραφιστική, επεξεργασία εικόνας και επεξεργασία βίντεο.



6. Αντιμετώπιση κοινωνικοοικονομικών προκλήσεων

Κοινωνικοοικονομικοί παράγοντες όπως η περιορισμένη πρόσβαση σε συσκευές, η κακή συνδεσιμότητα, η εργασιακή ανασφάλεια και οι οικονομικές δυσκολίες αποτελούν εμπόδια που ξεπερνούν τα όρια της τάξης. Οι εκπαιδευτές πρέπει να αναγνωρίζουν αυτούς τους παράγοντες και να προσαρμόζουν την προσέγγισή τους αναλόγως. Το εγχειρίδιο παρέχει συστάσεις σε τέσσερις διαστάσεις:

6.1 Εκπαιδευτικό υπόβαθρο

- Χρησιμοποιήστε απλή, περιεκτική γλώσσα και αποφύγετε τεχνικό λεξιλόγιο που μπορεί να προκαλέσει άγχος.
- Σχεδιάστε προοδευτικό περιεχόμενο ξεκινώντας από τα βασικά, με ενότητες για όσους έχουν προηγούμενη εμπειρία.
- Παρέχετε γλωσσάρια, μεταφράσεις και οπτικό υλικό (διαγράμματα, γραφήματα, βίντεο).
- Δώστε προτεραιότητα στην πρακτική εκπαίδευση έναντι της θεωρητικής διδασκαλίας.
- Εφαρμόστε μεθόδους καθοδήγησης, μάθησης από ομοτίμους, παιχνιδοποίησης και άτυπης μάθησης.

6.2 Κοινωνικοοικονομική κατάσταση

- Προσαρμόστε την εκπαίδευση στους τεχνολογικούς πόρους που διαθέτει κάθε εκπαιδευόμενος.
- Χρησιμοποιήστε ανακαινισμένες συσκευές και βεβαιωθείτε ότι οι εγκαταστάσεις είναι καλά εξοπλισμένες.
- Δημιουργήστε δωρεάν κέντρα κατάρτισης με πρόσβαση στο διαδίκτυο σε προσβάσιμες τοποθεσίες.
- Ενθαρρύνετε τη συμμετοχή όλων των γενιών και της οικογένειας στη μαθησιακή διαδικασία.
- Εφαρμόστε πιλοτικά προγράμματα και συνεδρίες με βάση ομάδες και προσανατολισμένες σε στόχους.

6.3 Ηλικία

- Κατανοήστε τις συγκεκριμένες ανάγκες ανάλογα με την ηλικία για να εξατομικεύσετε το περιεχόμενο των μαθημάτων.
- Χρησιμοποιήστε ανεπίσημους χώρους μάθησης, ομαδικές μεθοδολογίες και διαδραστικό υλικό για να μειώσετε το άγχος.
- Δώστε έμφαση στα πρακτικά οφέλη της ψηφιοποίησης για την καθημερινή ζωή.
- Εισάγετε πρώτα τις παραδοσιακές μεθόδους και στη συνέχεια μεταβείτε σταδιακά στις ψηφιακές προσεγγίσεις.
- Μοιραστείτε ιστορίες επιτυχίας ατόμων με παρόμοια χαρακτηριστικά που βελτίωσαν τη ζωή τους μέσω της ψηφιακής παιδείας.

6.4 Γεωγραφική θέση

- Για τις αγροτικές περιοχές: προσφέρετε βασική, κοινωτική κατάρτιση με υλικό προσαρμοσμένο στις τοπικές συνθήκες και διαγενεακή υποστήριξη.
- Για αστικές περιοχές: προσφέρετε αρθρωτό, προηγμένο, ευέλικτο περιεχόμενο με συνεχή πρόσβαση.

- Παρέχετε επιλογές ηλεκτρονικής και μικτής μάθησης για να καλύψετε διαφορετικά προγράμματα και τοποθεσίες.
- Χρησιμοποιήστε σύντομα ενημερωτικά βίντεο και ενθαρρύνετε την άτυπη, αυτοκατευθυνόμενη μάθηση

7. Συνιστώμενο περιεχόμενο ψηφιακών δεξιοτήτων

The following topics are recommended for each target group, aligned with the DigComp Framework. These are indicative and should be adjusted by trainers according to each group's specific needs.

7.1 Για ηλικιωμένους

Περιοχή DigComp	Ενδεικτικά θέματα
Γνώσεις πληροφοριών και δεδομένων	Διαχείριση αρχείων, μηχανές αναζήτησης (Google), αξιολόγηση της αξιοπιστίας των πληροφοριών, αναγνώριση ψευδών ειδήσεων, πλοήγηση στο YouTube.
Επικοινωνία και συνεργασία	Τηλεφωνικές κλήσεις, SMS, εφαρμογές ανταλλαγής μηνυμάτων (WhatsApp), ηλεκτρονικό ταχυδρομείο (Gmail), μέσα κοινωνικής δικτύωσης (Facebook). Έμφαση στη διατήρηση της επαφής με την οικογένεια.
Ενεργός πολίτης	Δημόσιες ψηφιακές υπηρεσίες, ηλεκτρονική τραπεζική, ηλεκτρονικές αγορές (ηλεκτρονικά καταστήματα), ιστότοποι σύγκρισης τιμών, κρατήσεις ταξιδιών.
Δημιουργία ψηφιακού περιεχομένου	Σύνταξη μηνυμάτων και σχολίων στα κοινωνικά δίκτυα, σύνταξη email, αναζήτηση και κοινή χρήση περιεχομένου, λήψη φωτογραφιών/βίντεο, ηχογράφηση.
Ασφάλεια	Ασφάλεια συσκευών, ασφαλείς κωδικοί πρόσβασης, χειρισμός ύποπτων email, επαλήθευση δύο παραγόντων, ασφαλής χρήση των κοινωνικών μέσων, ασφαλείς διαδικτυακές αγορές.
Γνώσεις τεχνητής νοημοσύνης	Εισαγωγή στην τεχνητή νοημοσύνη, βασικά στοιχεία του ChatGPT, παραδείγματα τεχνητής νοημοσύνης στην καθημερινή ζωή, Google Assistant, ζητήματα τεχνητής νοημοσύνης (απόρρητο, σφάλματα, ποιότητα δεδομένων).

7.2 Για ιδιοκτήτες μικρών επιχειρήσεων

Business Area	Indicative Topics
Περιοχή DigComp	Ενδεικτικά θέματα
Βασικές Ψηφιακές Δεξιότητες	Διαχείριση πληροφοριών, επικοινωνία (ηλεκτρονικό ταχυδρομείο, ανταλλαγή μηνυμάτων, μέσα κοινωνικής δικτύωσης), δημόσιες υπηρεσίες,

	δημιουργία περιεχομένου (έγγραφα, εικόνες, βίντεο), ασφάλεια, γραμματισμός στην τεχνητή νοημοσύνη.
Επιχειρησιακές Λειτουργίες	Δημόσιες υπηρεσίες (φορολογία, κοινωνική ασφάλιση), τραπεζικές υπηρεσίες και POS, λογιστική στο cloud (QuickBooks, FreshBooks), εργαλεία συνεργασίας (Google Workspace, Teams), διαχείριση έργων (Trello, Asana).
Διαχείριση Πελατών	Διαχείριση Πελατών
Ψηφιακή Παρουσία	Google My Business, επαγγελματικά προφίλ στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, επιχειρηματική ιστοσελίδα (WordPress), ηλεκτρονικό κατάστημα (Shopify), επαγγελματικό email (Google Workspace).
Δημιουργία Ψηφιακού Περιεχομένου	Συγγραφή για τον ιστό, συγγραφή για τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, σύνταξη email, δημιουργία πολυμεσικού περιεχομένου (Canva, GIMP, VSDC), επίγνωση ζητημάτων πνευματικών δικαιωμάτων.
Ψηφιακό Μάρκετινγκ	Μάρκετινγκ μέσω μηχανών αναζήτησης (Google Ads), email marketing (MailChimp), SMS marketing, διαφήμιση στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης (Facebook, Instagram, LinkedIn).

8. Στρατηγική επικοινωνίας για εκπαιδευτές

Η αποτελεσματική επικοινωνία βρίσκεται στον πυρήνα της επιτυχημένης κατάρτισης ψηφιακών δεξιοτήτων για τις Ευάλωτες Ομάδες (DVGs). Το εγχειρίδιο παρέχει ολοκληρωμένες κατευθυντήριες οδηγίες, οργανωμένες γύρω από τέσσερις πυλώνες

8.1 Ανθρωποκεντρική προσέγγιση

Διάσταση	Κατευθυντήριες γραμμές
Πώς να σχετίζεστε	Μοιραστείτε τις γνώσεις σας συνεργατικά, όχι ιεραρχικά. Χρησιμοποιήστε κυκλική διάταξη καθισμάτων. Δημιουργήστε διάλογο για μαιευτική μάθηση. Να είστε περιεκτικοί, να αποκαλείτε όλους με το όνομά τους.
Τόνος φωνής	Δείξτε ενσυναίσθηση και επιδιώξτε σύνδεση τόσο σε γνωστικό όσο και σε συναισθηματικό επίπεδο. Προσεγγίστε τους εκπαιδευομένους με ευελιξία, φιλική διάθεση και ανοιχτό πνεύμα.
Λεξιλογικές επιλογές	Χρησιμοποιήστε απλές και κοινές λέξεις. Αποφύγετε περίπλοκους τεχνικούς ή αφηρημένους όρους. Μετατρέψτε την πολυπλοκότητα σε σαφήνεια και επιλέξτε γλώσσα θετική, μη στιγματιστική και χωρίς αποκλεισμούς.

8.2 Περιεκτική επικοινωνία

Βεβαιωθείτε ότι όλο το περιεχόμενο είναι προσβάσιμο και φιλόξενο για διαφορετικά ακροατήρια:

Στοιχείο	Σύσταση
Εκπροσώπηση	Συμπεριλάβετε διαφορετικές οπτικές γωνίες. Αποφύγετε τα στερεότυπα. Χρησιμοποιήστε εικόνες που αντικατοπτρίζουν διαφορετικές ταυτότητες, ηλικίες, ικανότητες και σωματότυπους.
Χρώματα και γραμματοσειρές	Εξασφαλίστε επαρκή χρωματική αντίθεση. Αποφύγετε συνδυασμούς που δημιουργούν δυσκολίες σε άτομα με αχρωματοψία. Επιλέξτε καθαρές γραμματοσειρές sans-serif και κατάλληλο μέγεθος κειμένου
Γλώσσα και σύμβολα	Χρησιμοποιήστε εικονίδια κατανοητά σε ευρύ κοινό. Παρέχετε μεταφράσεις και οπτικά υποστηρικτικά στοιχεία όπου χρειάζεται. Οργανώστε το υλικό με σαφείς επικεφαλίδες και ευανάγνωστη διάταξη.
Πολιτισμική ευαισθησία	Λάβετε υπόψη πολιτισμικά σύμβολα και πρακτικές. Αποφύγετε την πολιτισμική ιδιοποίηση και σεβαστείτε τις διαφορετικές καταβολές των συμμετεχόντων.
Προσβασιμότητα	Παρέχετε υπότιτλους, απομαγνητοφωνήσεις και, όπου ενδείκνυται, ακουστικές περιγραφές. Υποστηρίξτε άτομα με προβλήματα όρασης, ακοής ή γνωστικές δυσκολίες.

8.3 Φιλική επικοινωνία

Με βάση τις αρχές της Μη Βίαιης Επικοινωνίας (NVC), οι εκπαιδευτές μπορούν να αξιοποιούν τις ακόλουθες στρατηγικές:

Αρχή	Εφαρμογή
Παρατήρηση χωρίς κριτική	Εστιάστε στα γεγονότα και όχι στις αξιολογικές κρίσεις. Αντί για «Πάντα αργείς», μπορείτε να πείτε «Παρατήρησα ότι έφτασες μετά την προγραμματισμένη ώρα έναρξης. Είναι όλα εντάξει;»
Έκφραση συναισθημάτων	Εκφράστε τα συναισθήματά σας χωρίς κατηγορία. Αντί για «Με εκνευρίζεις», μπορείτε να πείτε «Ανησυχώ όταν οι συναντήσεις ξεκινούν με καθυστέρηση».
Αναγνώριση αναγκών	Συνδέστε τα συναισθήματα με τις υποκείμενες ανάγκες. Για παράδειγμα: «Χρειάζομαι σαφή επικοινωνία σχετικά με τον προγραμματισμό, ώστε όλοι να μπορούν να φτάνουν στην ώρα τους».
Διατύπωση αιτημάτων	Διατυπώστε σαφή και εφαρμόσιμα αιτήματα, όχι απαιτήσεις. Για παράδειγμα: «Μπορούμε να συμφωνήσουμε να ενημερώνουμε ο ένας τον άλλον αν πρόκειται να αργήσουμε;»

8.4 Τεχνικές δημιουργίας ψηφιακού περιεχομένου

Κατά τη δημιουργία ψηφιακού περιεχομένου για εκπαιδευόμενους, οι εκπαιδευτές καλούνται να ακολουθούν τις ακόλουθες αρχές:

Ο κανόνας KISS

Κρατήστε το απλό και σύντομο. Οι περισσότεροι χρήστες διαβάζουν επιφανειακά και δεν διαβάζουν σε βάθος. Δημιουργήστε σύντομα, σαφή και εύκολα κατανοητά κείμενα. Χρησιμοποιήστε απλή, άμεση γλώσσα και διαισθητικά οπτικά στοιχεία.

Η ανεστραμμένη πυραμίδα

Ξεκινήστε με τις βασικές πληροφορίες και στη συνέχεια προσθέστε σταδιακά περισσότερες λεπτομέρειες. Αυτό τραβά αμέσως την προσοχή και επιτρέπει στον αναγνώστη να αποφασίσει αν θα συνεχίσει να διαβάζει. Αυξάνει την απομνημόνευση, βελτιώνει την εμπειρία του χρήστη και εξασφαλίζει αποτελεσματική επικοινωνία.

Πρόσθετες οδηγίες για τη σύνταξη ψηφιακού περιεχομένου:



Co-funded by
the European Union



Αρθρωτό: Σχεδιάστε το περιεχόμενο ως μεμονωμένα, πρακτικά ενημερωτικά δελτία – ένα δελτίο, ένα θέμα.

Υπερθεματικό: Συνδέστε παρόμοια θέματα, βοηθήστε τους χρήστες να βρουν γρήγορα αυτό που χρειάζονται.

Συνθετικό: Στο διαδίκτυο, το λιγότερο είναι πάντα περισσότερο.

Οπτικό: Υποστηρίξτε όλα όσα γράφετε με οπτικά στοιχεία.

Σύντομες προτάσεις: Περιορίστε τις δευτερεύουσες προτάσεις, ειδικά για οθόνες κινητών συσκευών.

Ενεργητική φωνή: Κάντε το κείμενο άμεσο και δυναμικό.

Κενό διάστημα: Αφήστε επαρκές διάστημα μεταξύ των γραμμών του κειμένου για καλύτερη αναγνωσιμότητα.



9. Οδηγίες δικτυακής εθιμοτυπίας

Το εγχειρίδιο περιλαμβάνει μια σειρά κανόνων δικτυακής συμπεριφοράς που οι εκπαιδευτές πρέπει να ακολουθούν οι ίδιοι και να διδάσκουν στους εκπαιδευόμενους:

Κανόνας	Επεξήγηση
Να είστε σεβαστικοί	Φερθείτε στους άλλους όπως θα θέλατε να σας φερθούν. Αποφύγετε την αγενή γλώσσα ή την επιθετική συμπεριφορά.
Χρησιμοποιήστε απλή γλώσσα	Επικοινωνήστε με σαφήνεια και συνοπτικότητα. Χρησιμοποιήστε σωστή ορθογραφία και γραμματική.
Σκεφτείτε πριν δημοσιεύσετε	Σκεφτείτε τις επιπτώσεις των λέξεων σας. Μόλις δημοσιευτεί στο διαδίκτυο, το περιεχόμενο είναι δύσκολο να ανακληθεί.
Σεβαστείτε την ιδιωτικότητα	Ποτέ μην μοιράζεστε προσωπικές πληροφορίες για άλλους χωρίς τη συγκατάθεσή τους.
Αποφύγετε την υπερβολική χρήση κεφαλαίων	Η χρήση κεφαλαίων γραμμάτων εκλαμβάνεται ως φωνή.
Μην αποστέλλετε ανεπιθύμητα μηνύματα	Αποφύγετε τα ανεπιθύμητα μηνύματα και την υπερβολική αυτοπροβολή.
Αναγνωρίζετε τις συνεισφορές των άλλων	Αναγνωρίστε την αξία των άλλων, προωθώντας μια θετική κοινότητα.
Προσέξτε τον τόνο σας	Χωρίς φωνητικές ενδείξεις, το κείμενο μπορεί να παρερμηνευθεί. Χρησιμοποιήστε emoji ή σημεία στίξης για να διευκρινίσετε.
Διατηρήστε τις συζητήσεις εποικοδομητικές	Συνεισφέρετε θετικά. Αποσυρθείτε αν οι συζητήσεις γίνουν έντονες.
Ακολουθήστε τους κανόνες της πλατφόρμας	Κάθε κοινότητα έχει συγκεκριμένους κανόνες. Εξοικειωθείτε με αυτούς.
Ασκήστε την ενεργητική ακρόαση	Κατανοήστε τις απόψεις των άλλων πριν απαντήσετε.

Σχετικά με αυτό το έγγραφο

Αυτή η περίληψη έχει συνταχθεί με βάση τον Οδηγό Εκπαίδευσης Ψηφιακών Δεξιοτήτων DIGITAL-IN (Παραδοτέο 3.1), που συντάχθηκε από το Ίδρυμα Magtel (Ισπανία) με τη συμβολή όλων των εταίρων της κοινοπραξίας. Το πλήρες εγχειρίδιο (116 σελίδες) είναι διαθέσιμο για λήψη στη διεύθυνση www.digital-in.eu και ως διαδραστική ηλεκτρονική έκδοση στη διεύθυνση digital-in.eu/digital-in-manual/story.html. Αυτή η περίληψη προορίζεται ως συνοδευτικό έγγραφο γρήγορης αναφοράς για εκπαιδευτές και μπορεί να διανεμηθεί ελεύθερα ως Ανοιχτός Εκπαιδευτικός Πόρος (OER).



Co-funded by
the European Union



Segui il progetto



info@digital-in.eu | www.digital-in.eu