



Implicarea adulților în vârstă în învățare

o cale de dezvoltare profesională
continuă pentru educatorii de adulți





Counteracting AGEism for a Europe open to all aims to support the global combat on ageism

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

Project Number: 2021-1-DE02-KA220-ADU-000026529

Cuprins

Cuvânt înainte	7
Despre proiect	10
Rezumatul analizei nevoilor	11
Introducere	13
Scopul antrenamentului	14
Grupul țintă de formare	15
Varsta	16
Acțiuni intergeneraționale în contextul artei și culturii pentru combaterea vârstniciei	16
Modulul 1 Principiile educației adulților	20
Înțelegerea principiilor învățării adulților	20
Grupul țintă al educației adulților	21
Importanța educației pentru adulții în vârstă	21
Modulul	29
Activități de învățare activă	32
A1.1 Nevoia de a cunoaște principiul	32
A1.2 Principiile experiențelor	34
A1.3 Principiul conceptului de sine	36
A1.4 Disponibilitatea de a învăța Principiul	38
A1.5 Principiul orientării	41
A1.6 Principiul motivației	43
Corpul de cunoștințe	45
Evaluarea	46
Modulul 2 Învățarea adulților în vârstă	53
Corpul de cunoștințe - caracteristici ale vârstei	53
Îmbătrânire, autonomie și dependență	53
Funcții cognitive	54
Funcții fizice	54
Conceptul de vârstă și domeniul de aplicare	55
Vârstismul explicit și implicit	56
Stereotipuri, prejudecăți și discriminări împotriva adulților în vârstă	57

Interacțiuni între stereotipuri, prejudecăți și discriminare	57
Socializarea persoanelor în vârstă și vârstismul	58
Prevenirea vârstniciei	59
Politică și lege	59
Intervenții educaționale	61
Intervenții de contact intergenerațional	63
Modulul de formare	67
Evaluarea	69
Activități de învățare activă	70
A2.1 Caracteristici ale vârstei	70
A2.2 Conceptul de vârstă și domeniul de aplicare	74
A2.3 Stereotipuri, prejudecăți și discriminări împotriva adulților în vârstă	77
Modulul 3 Învățare pentru adulții în vârstă	83
Învățare pentru adulții în vârstă	84
Bariere în învățare pentru adulții în vârstă	86
Provocări fiziologice și psihologice	87
Strategii pentru abordarea barierelor de învățare	87
Depășirea percepțiilor negative	87
Mediul de învățare și motivația de învățare pentru adulții în vârstă	88
Crearea unor medii eficiente de învățare	89
Strategii motivaționale	89
Abordarea vârstniciei și promovarea socializării	90
Modulul de formare	90
Activități de învățare activă	94
A3.1 Învățare pentru adulții în vârstă	94
A3.2 Bariera de învățare pentru adulții în vârstă	97
A3.3 Motivația pentru adulții în vârstă	99
Corpul de cunoștințe	101
Evaluarea	102
Modulul 4 Comunicarea cu adulții în vârstă în mediile de învățare	106
Caracteristicile adulților în vârstă în mediul de învățare	106
Lucruri de luat în considerare atunci când comunicați cu adulții în vârstă	109

Stiluri de comunicare flexibile pentru a fi utilizate în comunicarea cu adulții în vârstă ...	111
Strategii pentru a facilita comunicarea cu adulții în vârstă	112
Activități de învățare activă	114
A4.1 Comunicare	114
A4.2 Caracteristicile adulților în vârstă în mediile de învățare	120
A4.3 Lucruri de luat în considerare atunci când comunicați cu adulții în vârstă	122
A4.4 Strategii pentru a facilita comunicarea cu adulții în vârstă	127
Corpul de cunoștințe	129
Evaluarea	130
Modulul 5 Programe de artă	133
Determinarea subiectelor programelor în contextul artei și culturii pentru adulții în vârstă	133
Determinarea conținutului programelor în contextul artei și culturii pentru adulții în vârstă	135
Lucruri de luat în considerare în terminologia care urmează să fie utilizată în programele pentru vârstnici	137
Modulul de formare	139
Activități de învățare activă	143
A5.1 Determinarea temelor programelor pentru vârstnici	143
A5.2 Determinarea conținutului programelor pentru vârstnici	147
A5.3 Lucruri de luat în considerare în terminologia care trebuie utilizată în programele pentru vârstnici	151
Corpul de cunoștințe	153
Evaluarea	154
Modulul 6 Materiale educaționale	160
Materiale educaționale	160
Proiectarea materialelor care să corespundă nevoilor de învățare ale adulților în vârstă	161
Cum să adaptați caracteristicile materialelor educaționale la adulții în vârstă	164
Selectarea materialelor pentru adulți	166
Proiectarea materialelor pentru a face mai ușoară atingerea obiectivelor educaționale pentru adulți	169
Modulul de formare	173

Activități de învățare activă	176
A6.1 Proiectarea materialelor și caracteristicilor materialelor educaționale pentru adulții în vârstă	176
A6.2 Selectarea materialelor pentru adulții	180
A6.3 Proiectarea materialelor de predare și de învățare pentru a facilita atingerea obiectivelor educaționale	182
Corpul de cunoștințe	185
Evaluarea	186
Concluzia	193
Leccióni învățate	193
Recomandări pentru viitor	194
O viziune pentru viitor	195

Cuvânt înainte

Învățarea pe tot parcursul vieții se referă la căutarea continuă și auto-motivată a cunoștințelor și abilităților de-a lungul vieții, dincolo de anii de educație formală (Ates și Alsal, 2012). Este o recunoaștere a faptului că învățarea nu este limitată la o anumită fază a vieții sau limitată la instituțiile de învățământ tradiționale (Tuijnman și Boström, 2002). În acest cadru, învățarea pe tot parcursul vieții reprezintă un proces de învățare complementar și de sprijin pentru toți cei care au părăsit educația formală (Barth et al., 2007). Deși publicul țintă al învățării pe tot parcursul vieții este definit ca toți cei care au nevoie de învățare, totuși, publicul țintă principal este adulții care au absolvit educația formală (Assefa, Moges și Tilwani, 2022).

Adulții trebuie să dobândească noi informații și abilități din diferite motive în lumea în schimbare rapidă din cauza diferitelor situații, cum ar fi găsirea unui loc de muncă, obținerea unui loc de muncă mai bun, îmbunătățirea abilităților prin învățarea celor mai recente evoluții tehnologice, menținerea unui loc de muncă pentru o perioadă lungă de timp într-un mod calificat, îmbătrânirea sănătoasă, pregătirea pentru pensionare odată cu înaintarea în vârstă și a fi cetățeni activi permit adulților să participe la învățare. Pe lângă situațiile menționate, diferite grupuri, cum ar fi adulții cu dizabilități, adulții în vârstă, imigranții și adulții care au părăsit educația formală devreme, au nevoi diferite de învățare. Printre aceste grupuri, adulții în vârstă sunt formați din persoane care găsesc diferențe semnificative față de alte grupuri în ceea ce privește nevoile lor de învățare. Potrivit UNESCO (2022), învățarea pe tot parcursul vieții este o oportunitate importantă pentru adulții în vârstă de a-și satisface nevoile de învățare și de a se adapta la procesele sociale în schimbare.

Potrivit Organizației Mondiale a Sănătății (OMS), se estimează că numărul persoanelor în vârstă de 60 de ani și peste se va dubla între 2000 și 2050 (OMS, 2022). Cu alte cuvinte, unul din cinci oameni din întreaga lume va avea 60 de ani sau mai mult (Oğlak și Canatan, 2020). Creșterea rapidă a populației de adulți în vârstă și prelungirea speranței de viață fac ca adulții în vârstă să se adapteze și mai mult la schimbările din lumea în schimbare rapidă, deoarece incapacitatea bătrânilor de a se adapta la schimbări creează o stratificare într-o societate formată din care nu se poate adapta.

Prejudecățile conform cărora adulții în vârstă sunt inutile, nu contribuie la economie și producție și că scăderea sănătății lor bolnave, slabe, fizice și mintale provoacă apariția vârstniciei (Özütürker, 2020). Adulții în vârstă care nu pot participa suficient la viața economică și socială nu se pot vedea ca parte a societății, deoarece sunt expuși excluziunii sociale (Cacioppo și Hawkey, 2003). Această situație îi determină pe adulții în vârstă să se desprindă și mai mult de viața socială (Barnes et al., 2022). În plus, îi determină să-și piardă sănătatea fizică și mentală și mai repede (Dickens et al., 2011). Prejudecățile delimitate servesc la promovarea și susținerea vârstniciei prin deprecierea aportului persoanelor în vârstă,

consolidând noțiunile preconcepute de fragilitate și inutilitate și susținând ostracismul social (Moberg și Nelson, 2003). Prejudecățile au un impact negativ asupra bunăstării fizice și mentale a persoanelor în vârstă, împiedicând astfel angajarea acestora în activități economice și sociale (Lupien și Wan, 2004). În linia informațiilor menționate mai sus, vârstismul este un fenomen social care implică perpetuarea stereotipurilor, a discriminării și a prejudecăților bazate pe vârsta unui individ, cu un accent special pe adulții în vârstă (Levy și Macdonald, 2016).

Este imperativ să confruntăm și să contestăm astfel de prejudecăți pentru a contracara vârstismul și pentru a promova o societate atotcuprinzătoare, în care indivizii de orice vârstă sunt respectați și onorați. Activitățile de învățare pe tot parcursul vieții au devenit esențiale și sunt valoroase în ceea ce privește dezvoltarea anumitor abilități la oameni și fiind un sistem care susține bunăstarea fiecărui individ (Friedman, 2012). Activitățile de învățare pe tot parcursul vieții au anumite funcții în ceea ce privește integrarea adulților în vârstă în societate, protejarea sănătății lor fizice și mintale și asigurarea existenței lor pașnice în societatea în care trăiesc (Merriam și Kee, 2014).

Activitățile intergeneraționale facilitează amestecarea indivizilor din diverse grupuri de vârstă, creând căi pentru cetățenii în vârstă de a interacționa cu cohorțele mai tinere și de a primi recunoașterea ca membri productivi ai comunității (Giraudeau și Bailly, 2019). Combinarea eforturilor de învățare pe tot parcursul vieții cu schimburile intergeneraționale este favorabilă îmbunătățirii integrării sociale (Patrício și Osório, 2016), subversiunii stereotipurilor de vârstă (Wynia, Scott și Gillett, 2019) și cultivării relațiilor amiabile (Buffel și colab. ., 2014). Implicarea în activități intergeneraționale este esențială în combaterea vârstniciei și în promovarea unei societăți mai incluzive (Fang et al., 2023). Promovarea conexiunilor și interacțiunilor intergeneraționale poate face față acestor prejudecăți și poate stabili comunități mai rezistente (del Carmen Requena și colab., 2018). Activitatea intergenerațională are o importanță semnificativă în lupta împotriva vârstniciei.

Activitățile intergeneraționale au potențialul de a facilita interacțiunile dintre indivizi din diferite grupe de vârstă, promovând astfel înțelegerea reciprocă și demontând stereotipurile negative (Swift et al., 2017). Prin activități intergeneraționale, indivizii își pot confrunta și reevalua convingerile preexistente și pot recunoaște natura multifacetată a diversității, aptitudinilor și inteligenței generaționale.

Interacțiunile dintre diferitele grupe de vârstă facilitează învățarea reciprocă prin schimbul de cunoștințe, abilități și perspective în activitățile intergeneraționale (Ayala et al., 2007). Adulții în vârstă au capacitatea de a-și transmite experiențele de viață, sagacitatea și cunoștințele istorice, în timp ce cohorțele mai tinere pot oferi perspective valoroase asupra tehnologiilor, tendințelor și transformărilor culturale emergente. Procesul de învățare reciprocă este

avantajos pentru ambele părți implicate și promovează o perspectivă mai echitabilă asupra fenomenului de îmbătrânire (Ayalon și Tesch-Römer, 2018).

Bunăstarea emoțională poate fi îmbunătățită prin interacțiuni sociale între indivizi de diferite grupe de vârstă (Murayama et al., 2014). Adulții în vârstă întâmpină frecvent un sentiment de direcție, incluziune și un atașament interpersonal sporit prin interacțiunea lor cu cohortele mai tinere. În mod similar, generația mai tânără poate obține avantaje din consilierea, sprijinul și tutela omologilor lor seniori.

Activitățile intergeneraționale sporesc gradul de conștientizare cu privire la discriminarea bazată pe vârstă și promovează o societate mai incluzivă și mai echitabilă (Gonzales și Jarrott, 2022). Aceste activități promovează coeziunea socială și înțelegerea intergenerațională prin combaterea discriminării bazate pe vârstă (Fletcher, 2007). Prin implicarea activă cu indivizi din diferite grupe de vârstă, este posibilă contestarea prejudecăților societății și cultivarea unei culturi care prețuiește respectul, aprecierea și incluziunea.

În conformitate cu informațiile menționate mai sus, proiectul „PAGES Contracurarea AGEismului pentru o Europă deschisă tuturor” își propune să promoveze lupta globală împotriva vârstniciei și să promoveze solidaritatea intergenerațională la nivel comunitar prin formarea de educatori adulți/lucrători comunitari. În scopul acestui obiectiv, modulul de formare este creat pentru a instrui educatorii și asistenții sociali care lucrează cu adulții în lupta împotriva vârstnicilor cu privire la caracteristicile de învățare ale adulților în vârstă, metodele care vor facilita învățarea acestora și aspectele care trebuie luate în considerare atunci când comunicarea cu adulții în vârstă. Modulele de formare au fost pregătite în funcție de caracteristicile de învățare ale adulților în vârstă, pe baza principiilor de învățare a adulților. Pentru că adulții în vârstă au caracteristici diferite față de ceilalți adulți în ceea ce privește psihologia fizică, mentală și a învățării. Conținutul modulului a fost pregătit ținând cont de aceste diferențe.

Sesiunile de formare desfășurate de formatori după dezvoltarea modulelor vor aduce niveluri mai mari de satisfacție și vor îmbunătăți substanțial calitatea vieții pentru populația de adulți în vârstă.

Despre Proiect

Acest proiect își propune să îmbunătățească educatorii adulți și lucrătorii comunitari pentru a implica adulții în vârstă în activități de învățare pe tot parcursul vieții pentru a combate vârstismul și pentru a încuraja solidaritatea intergenerațională. Un program intergenerațional care folosește creativitatea și cultura pentru a stimula toleranța și respectul pentru diversitatea de vârstă va fi co-creat ca parte a proiectului. Proiectul va folosi activități de educație non-formală pentru a ajunge la adulții tineri și în vârstă.

Obiectivele precise ale proiectului sunt următoarele:

- Pentru a crește cunoștințele oamenilor despre cât de important este să vorbim și să luptăm împotriva vârstniciei în societate.
- Pentru a ajuta cursanții adulți să învețe cum să folosească un program de învățare prin acțiune pentru a implica adulții în vârstă în activități de învățare comunitară.
- Opriți vârstismul între oameni și între oameni, aducând tineri și bătrâni împreună pentru activități de educație non-formală.
- Pentru a facilita colaborarea organizațiilor partenere din Europa pe probleme legate de îmbătrânire, sprijinind efortul global de combatere a vârstniciei.

Activitățile proiectului vor avea trei faze principale:

- **Analiza nevoilor și proiectarea programului** : În această etapă, echipa de proiect va analiza nivelurile actuale de vârstă și armonie intergenerațională ale comunității. Rezultatele vor crea un design de program care folosește creativitatea și cultura pentru a promova diversitatea de vârstă.
- **Formare și învățare prin acțiune** : în această fază, lucrătorii comunitari și educatorii adulți vor primi o formare suplimentară privind implicarea cetățenilor în vârstă în activități de învățare pe tot parcursul vieții printr-un program de învățare prin acțiune. Activitățile intergeneraționale vor face parte din program, destinate tinerilor și bătrânilor.
- **Diseminare și evaluare** : Faza finală a proiectului va vedea rezultatele diseminate și eficacitatea programului va fi evaluată. Echipa de proiect va sprijini campania internațională de combatere a vârstniciei și va căuta să îmbunătățească cooperarea europeană între organizațiile partenere.

Rezumatul analizei nevoilor

A fost realizat un sondaj pentru a înțelege și detecta nevoile de formare în sfera de aplicare a proiectului. În analiza rezultatelor sondajului, au apărut următoarele aspecte.

- Analiza sondajului arată că activitățile sunt mai mulțumitoare pentru ambii parteneri și că necesită anumite cunoștințe pentru a oferi o învățare permanentă. Dintre acestea, informațiile referitoare la ideile și procedurile care vor ajuta adulții în vârstă să învețe s-au dovedit a fi cel mai critic subiect de învățare. În consecință, s-a stabilit că ar fi potrivit să se furnizeze informații celor care lucrează cu bătrânii despre ideile și practicile care vor îmbunătăți învățarea adulților în general și a adulților în vârstă în special.
- Conform constatărilor evaluării, sunt necesare mai multe cunoștințe despre conceptele și metodele care îmbunătățesc învățarea celor în vârstă, precum și modul în care învață adulții în vârstă. Pentru că învățarea adulților are calități variate în diferite etape ale vieții. Aceste trăsături se pot schimba într-o varietate de circumstanțe, de la subiectele de învățare la motivația învățării, de la psihologia învățării la atitudini și perspective despre învățare. Într-adevăr, având în vedere că viața este un proces dinamic, aceste schimbări sunt, fără îndoială, normale.
- Conceptul de învățare cuprinde diverse componente, inclusiv, dar fără a se limita la, schimbare, aspecte temporale, tehnici pedagogice și crearea unor medii de învățare favorabile. În acest context, participanții pot avea cerințe diverse pentru angajamente care implică adulți în vârstă. Rezultatele sondajului au indicat o cerință pentru informații suplimentare referitoare la materialele de învățare.
- Este imperativ să se abordeze problema definirii materialelor educaționale sau de instruire în ceea ce privește expunerea inițială la un anumit subiect. Ulterior, unul dintre aspectele cheie de luat în considerare se referă la identificarea materialelor potrivite pentru adulții în vârstă, împreună cu atributele necesare pe care aceste materiale ar trebui să le posede. Rezultatele sondajului indică o nevoie de informații în rândul profesioniștilor care lucrează cu adulții în vârstă.
- Analiza sondajului arată că formatorii posedă o înțelegere generală a metodelor și tehnicilor eficiente de comunicare. Cu toate acestea, au nevoie de informații mai cuprinzătoare referitoare la comunicare, adaptate caracteristicilor specifice ale publicului țintă, care reprezintă un aspect fundamental al defalcării comunicării. În contextul analizei de conținut, s-a observat că există o cerere semnificativă pentru înțelegerea aspectelor cruciale care trebuie luate în considerare în comunicarea cu populația de adulți în vârstă. Această cerere este frecvent exprimată în literatură.

- În cazul în care rezultatele sondajului demonstrează o deficiență demnă de remarcat în înțelegerea în rândul respondenților cu privire la inițiativele educaționale adaptate adulților în vârstă, ea subliniază necesitatea educației și formării suplimentare în acest domeniu.

Introducere

Obiectivul principal al programului de formare PAGES este combaterea vârstei la scară globală și promovarea solidarității intergeneraționale în cadrul comunităților locale. Programul se străduiește să educe educatorii adulți și lucrătorii comunitari cu privire la strategii de angajare a persoanelor în vârstă în inițiative de învățare bazate pe comunitate, de combatere a vârstniciei atât la nivel individual, cât și de societate și de a promova conștientizarea importanței abordării și provocării vârstismului. Programul este centrat pe dezvoltarea unui program intergenerațional care încorporează imaginație și elemente culturale pentru a transmite valori de toleranță și respect față de diversitatea de vârstă.

Programul de formare va include ca componentă învățarea prin acțiune. Schimbul de cunoștințe și experiență între coordonatorii programelor, educatorii adulților, membrii familiei, îngrijitorii, voluntarii și lucrătorii comunitari poate facilita oportunitățile de învățare reciprocă. Astfel de interacțiuni le pot permite, de asemenea, să obțină perspective atât din perspectiva adulților în vârstă, cât și a tinerilor. Programul va facilita implicarea indivizilor în activități de învățare informală alături de persoane de diferite grupe de vârstă, promovând totodată o colaborare îmbunătățită între organizațiile partenere europene în contextul îmbătrânirii.

Programul de formare PAGES se străduiește să echipeze indivizii cu cunoștințele, competențele și dispozițiile necesare pentru a angaja adulții în vârstă în activități de învățare pe tot parcursul vieții, a combate discriminarea bazată pe vârstă și a promova armonia și reverența intergenerațională. Programul menționat mai sus constituie un pas semnificativ în construirea unei societăți în care indivizii de toate grupele de vârstă să poată contribui și să profite de avantajele existenței comunitare.

Scopul antrenamentului

Scopul programului de formare PAGES este de a îmbunătăți abilitățile coordonatorilor de programe, educatorilor de adulți, membrilor familiei, îngrijitorilor și voluntarilor și lucrătorilor comunitari pentru a implica mai bine adulții în vârstă în activitățile de învățare continuă, pentru a promova coeziunea intergenerațională și a lupta împotriva vârstniciei printr-un mod creativ și creativ. program cultural pentru toate vârstele. Programul dorește, de asemenea, să faciliteze colaborarea grupurilor partenere și sprijinirea efortului global de combatere a vârstniciei.

Obiectivele programului de formare sunt:

- Îmbunătățiți abilitățile educatorilor de adulți și lucrătorilor comunitari, astfel încât aceștia să știe cum să-i implice pe adulții în vârstă în lucruri care îi ajută să continue să învețe în comunitate.
- Combateți vârstismul prin răspândirea cuvântului despre cât de important este să vorbim și să luptăm împotriva vârstniciei în societate
- Dezvoltați toleranța și respectul față de oameni de diferite vârste prin crearea unui program care folosește arta și cultura
- Vârstismul interpersonal și auto-dirigit poate fi oprit prin aducerea tinerilor și adulților în vârstă împreună în activități de educație non-formală
- Sprijinirea efortului global de combatere a vârstniciei va ajuta organizațiile europene partenere să lucreze împreună mai bine pentru a ajuta adulții în vârstă.

Grup țintă de formare

Educatorii adulților sunt experți care lucrează în învățarea pe tot parcursul vieții, centre comunitare, centre pentru bătrâni sau educație pentru adulți. Li se încredințează crearea și implementarea inițiativelor educaționale care se adresează cerințelor cetățenilor în vârstă.

Bunăstarea, nivelul de viață și implicarea socială a persoanelor în vârstă trebuie îmbunătățite, potrivit **asistenților sociali și specialiștilor în gerontologie** .

În diferite situații, cum ar fi centre comunitare, reședințe pentru pensionari sau organizații culturale, **coordonatorii programului** sunt responsabili pentru planificarea și implementarea activităților de artă și cultură pentru rezidenții în vârstă.

Membrii familiei, îngrijitorii și voluntarii interesați să încorporeze artele și cultura în activitățile lor de îngrijire sau implicare sunt câteva exemple de oameni care oferă îngrijire și sprijin persoanelor în vârstă.

Cursurile de formare pot fi modificate pentru a satisface nevoile și mediile unice ale cohortelor de mai sus. Le oferă cunoștințele, abilitățile și resursele de care au nevoie pentru a incorpora cu succes artele și cultura în inițiative pentru educația persoanelor în vârstă, concentrându-se pe crearea de conexiuni intergeneraționale.

Vârstă

Vârstismul este termenul pentru prejudecăți, discriminare și stereotipuri față de adulții în vârstă din cauza vârstei lor (Ayalon și Tesch-Römer, 2018). Aceasta implică tratarea persoanelor în mod diferit sau inechitabil în funcție de vârstă, mai degrabă decât să ia în considerare capacitățile, competențele sau acreditările lor unice. Vârstismul poate apărea în diverse contexte, inclusiv la locul de muncă, sistemul de sănătate, portretele media și conversațiile ocazionale.

Vârstismul este exprimat printr-o multitudine de trăsături sau atribute. Următoarele sunt caracteristicile predominante ale vârstnicilor:

Stereotiparea: vârstismul implică frecvent utilizarea stereotipurilor și a ipotezelor largi cu privire la indivizii aparținând unei anumite cohorte de vârstă (Swift et al., 2017). Un exemplu în acest sens ar fi presupunerea că persoanele în vârstă prezintă incompetență tehnologică sau prezintă rezistență față de schimbare, în timp ce indivizii mai tineri le lipsesc cunoștințele experiențiale sau sagacitatea.

Discriminare: vârstismul poate duce la comportamente sau practici discriminatorii care se bazează pe vârsta unui individ (Han și Richardson, 2014). Discriminarea bazată pe vârstă se poate manifesta sub diferite forme, cum ar fi privirea persoanelor în vârstă de oportunități de angajare, promovări sau formare sau excluderea acestora de la anumite activități sau responsabilități bazate exclusiv pe vârstă (Glover și Branine, 2001).

Prejudecăți și părtiniri: vârstismul se referă la ipotezele și prejudecățile față de indivizi în funcție de vârstă (Vervaecke și Meisner, 2020). Prejudecățile influențează modul în care se iau deciziile, se formează percepțiile și sunt tratați indivizii (Bibby, 2008).

Lipsa de reprezentare: vârstismul se poate manifesta ca o reprezentare inadecvată sau o portretizare inexactă a anumitor cohorte de vârstă în diverse instituții media, campanii promoționale și alte moduri de reprezentare (Rosenthal, Cardoso și Abdalla, 2020).

Ageism instituționalizat: Ageismul este înrădăcinat în structurile, reglementările și instituțiile societale, ceea ce duce la prejudecăți sistemice față de anumite cohorte de vârstă (Farrell et al., 2022). Exemplele ilustrative includ limitări ale angajării în funcție de vârstă, praguri specifice vârstei pentru anumite beneficii sau servicii sau susținere și reprezentare insuficiente pentru persoane de diferite grupuri de vârstă.

Acțiuni intergeneraționale în contextul artei și culturii pentru combaterea vârstniciei

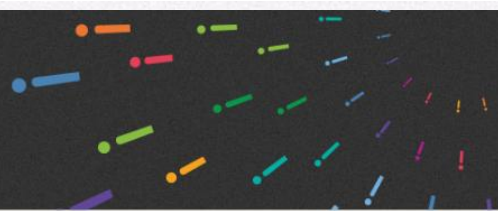
Implicarea intergenerațională în contextul artei și culturii poate fi un instrument puternic în combaterea vârstniciei (Adams, 2020). Activitățile artistice și culturale au potențialul de a contesta stereotipurile, de a promova înțelegerea reciprocă și de a cultiva un sentiment de scop comun între diferitele grupuri de vârstă prin facilitarea interacțiunilor semnificative (Lowe, 2000). Activitățile intergeneraționale în artă și cultură pot aborda vârstismul:

- Facilitarea colaborării și schimbului între indivizi de diferite grupe de vârstă în eforturile artistice promovează respectul reciproc și demontează granițele intergeneraționale (Aguilera-Hermida, 2020). Inițiativele intergeneraționale încurajează conexiunea și înțelegerea autentică prin promovarea colaborării, împărtășirii abilităților și învățării experiențiale între indivizi din diferite grupuri de vârstă (Stephen, 2023).
- Înființarea de programe de mentorat care potrivesc adulții în vârstă cu persoane mai tinere care prezintă un interes pentru artă și cultură poate fi avantajoasă pentru ambele părți implicate (Subotnik et al., 2010). Adulții în vârstă posedă experiență valoroasă, înțelepciune și cunoștințe artistice, în timp ce omologii mai tineri pot oferi perspective noi și competențe tehnologice (Tempest, 2003). Aceste programe de mentorat oferă o platformă pentru învățarea intergenerațională și promovează un sentiment de valoare și contribuție pentru adulții în vârstă (Yuan și Yarosh, 2019).
- Programele de arte intergeneraționale care vizează mai multe grupuri de vârstă pot ajuta la provocarea stereotipurilor legate de vârstă (Lou și Dai, 2017). Aceste programe pot include ateliere, cursuri sau spectacole în care oameni de diferite vârste colaborează și își prezintă talentele. Astfel de inițiative celebrează creativitatea și demonstrează bogăția și diversitatea expresiei artistice de-a lungul generațiilor (unesco.org, nd).
- Poveștile și proiectele de istorie orală ajută la combaterea vârstniciei prin prezentarea cunoștințelor, rezilienței și contribuțiilor generațiilor mai în vârstă (de Souza, 2010). În conformitate cu Challenging ageism A guide to discussing about aging and the older age (2021), prin încurajarea adulților în vârstă să-și împărtășească poveștile și experiențele de viață, aceste activități pot ajuta, de asemenea, la combaterea altor forme de discriminare împotriva adulților în vârstă. Persoanele mai tinere se pot implica în mod activ în documentarea și conservarea acestor narațiuni, încurajând empatia și aprecierea pentru experiențele adulților în vârstă (Sljivic și colab., 2021).
- Organizarea de evenimente culturale interdisciplinare care prezintă diverse forme de artă, cum ar fi muzica, dansul, teatrul și artele vizuale, poate atrage un public divers de diferite grupe de vârstă (Markusen, 2014). Prin crearea de spații incluzive pentru exprimarea culturală, aceste evenimente încurajează dialogul intergenerațional,

încurajează aprecierea pentru diferite perspective și provoacă prejudecățile legate de vârstă (Dauenhauer et al., 2021).

- Implementarea programelor comunitare care implică artă intergenerațională și inițiative culturale poate servi ca o strategie eficientă în abordarea vârstnicii, deoarece încurajează angajamentul și participarea în rândul comunităților locale (Jarott et al., 2022). Eforturile de colaborare între centrele comunitare, școli, muzee și organizații culturale sunt implementate pentru a facilita evenimente intergeneraționale, expoziții sau ateliere care vizează promovarea înțelegerii, respectului și aprecierii reciproce între diferitele grupuri de vârstă (Wu, Siu și Zhang, 2023).

În general, implicarea diferitelor generații în activități artistice și culturale oferă un spațiu de participare reciprocă, educație și manifestare imaginativă. Prin promovarea colaborării, empatiei și înțelegerii, aceste inițiative pot provoca îmbătrânirea și pot promova o societate mai incluzivă, care apreciază indivizii de toate vârstele.



modulul 1

Principiile educației adulților



Modulul 1

Principiile educației adulților

Modulul de formare 1 este conceput pentru a îmbunătăți capacitățile educatorilor de adulți, având ca scop:

- Creșterea cunoștințelor și abilităților educatorilor în principiile învățării adulților.
- Facilitează procesele de învățare ale persoanelor în vârstă.
- Asigurarea participării active a adulților în vârstă în mediile de învățare.

Prin implicarea în acest modul, participanții își vor îmbunătăți abilitățile de predare și vor crea medii mai eficiente de educație pentru adulți.

Înțelegerea principiilor învățării adulților

Învățarea este un proces pe tot parcursul vieții care începe înainte de naștere și continuă până la sfârșitul vieții. În timp ce activitățile tradiționale de învățare s-au concentrat istoric pe copii și tineri, nevoile și motivațiile unice ale adulților – în special adulților în vârstă – au fost adesea trecute cu vederea (Çiçek, 2022).

În ultimii ani, dinamica socială, economică și cotidiană în schimbare a încurajat adulții de toate vârstele care nu mai sunt în educație formală să caute în mod conștient oportunități de învățare (Onur, 2021). Învățarea pe tot parcursul vieții, ca concept, se adresează proceselor educaționale ale persoanelor care au trecut dincolo de școlarizarea formală.

Din punct de vedere istoric, activitățile de învățare planificate au fost adaptate copiilor și tinerilor, utilizând strategii concepute pentru a satisface nevoile și psihologiile lor de dezvoltare (Knowles, 1986). Cu toate acestea, atunci când aceleași strategii sunt aplicate adulților, ele nu reușesc adesea să răspundă nevoilor cursanților. Această nepotrivire poate duce la dezlegare și retragere de la activitățile de învățare, evidențiind importanța adoptării de principii adaptate în mod special cursanților adulți.

Învățarea și educația adulților apar ca domenii critice după ce indivizii tranzitează școala formală. Cursanții adulți, definiți ca persoane cu vârsta de 18 ani și peste, aduc perspective distincte modelate de rolurile, responsabilitățile, obiectivele lor, psihologia învățării și

percepțiile de sine (Lindeman, 1969). Aceste diferențe devin mai pronunțate odată cu vârsta, necesitând o abordare specializată a educației adulților în vârstă (Özütürker, 2021).

Cercetările privind caracteristicile de învățare ale adulților au condus la dezvoltarea unor principii specifice adaptate educației adulților. Aceste principii se adresează nevoilor în evoluție ale adulților pe măsură ce aceștia parcurg diferite etape ale vieții și asigură implicarea lor activă, în special în contexte profesionale și sociale (Ayhan, 1990). Pentru adulții în vârstă, concentrarea învățării se mută adesea către creșterea personală, socializare și menținerea sănătății mentale și fizice. Recunoașterea acestor schimbări este esențială pentru conceperea activităților educaționale eficiente și pentru combaterea discriminării împotriva adulților în vârstă.

Activitățile educaționale care respectă caracteristicile unice ale adulților în vârstă favorizează socializarea, distrug prejudecățile și creează oportunități pentru conexiuni intergeneraționale. Prin valorificarea acestor principii, educația adulților nu numai că sporește bunăstarea individuală, dar contribuie și la progresul societății.

Grupul țintă al educației adulților

Educația adulților cuprinde un grup țintă divers, inclusiv:

- Persoane private de educație din cauza barierelor sociale, economice sau geografice.
- Persoane cu handicap fizic sau mintal.
- Adulți cu nivel redus de alfabetizare.
- Populații dezavantajate din punct de vedere economic din zonele rurale și urbane.
- Refugiati și imigranți.
- Tineri șomeri și muncitori necalificați sau semicalificați.

În acest spectru larg, adulții în vârstă reprezintă un subgrup unic. Îmbătrânirea este un proces natural, inevitabil, influențat de factori precum genetica, nutriția, mediul și cultura. În ciuda îmbătrânirii biologice, este posibil ca indivizii să nu se perceapă ca „bătrâni”. Educația joacă un rol crucial în a ajuta adulții în vârstă să navigheze în această etapă a vieții cu încredere și eficiență, îmbunătățindu-le calitatea vieții.

Importanța educației pentru adulții în vârstă

Participarea adulților în vârstă la activități educaționale este vitală atât pentru bunăstarea individuală, cât și pentru cea socială. Societățile cu indivizi educați experimentează o dezvoltare accelerată și o bunăstare economică și socială îmbunătățită (Güleç, Çelik, Demirhan, 2012). Programele educaționale adaptate adulților în vârstă ar trebui să prioritizeze nevoile lor specifice și să folosească principiile învățării adulților pentru a stimula implicarea.

Activitățile de învățare pentru adulții în vârstă ar trebui să pună accent pe socializarea și interacțiunea cu diverse grupuri, creând oportunități de a forma noi modele de comunicare și de a contesta prejudecățile existente. Prin abordarea unor probleme precum vârstismul, aceste activități servesc ca instrumente puternice pentru promovarea incluziunii și înlăturarea barierelor. Pentru a atinge aceste rezultate, educatorii trebuie mai întâi să înțeleagă și să aplice în mod eficient principiile învățării adulților.

Concentrându-se pe nevoile unice ale adulților în vârstă, educația adulților poate facilita o dezvoltare personală semnificativă, poate spori coeziunea socială și poate combate atitudinile discriminatorii, construind în cele din urmă comunități mai incluzive și mai împuternicite.

Andragogia, metoda și practica de predare a cursanților adulți, în special a adulților în vârstă, este construită pe șase principii cheie (Knowles, 1996):

- Trebuie să știi
- Experiențe
- Conceptul de sine
- Pregătirea de a învăța
- Orientare
- Motivația

Fiecare principiu oferă perspective valoroase asupra modului în care adulții se implică în procesele de învățare și asupra factorilor care influențează participarea lor. Mai jos, aceste componente sunt explorate în detaliu.

Trebuie să știi

De obicei, cursanții adulți echilibrează mai multe roluri și responsabilități în viața lor personală și profesională. Mulți sunt angajați în locuri de muncă solicitante, sunt căsătoriți sau au copii și trebuie să își gestioneze sarcinile zilnice în mod eficient. Pentru a face față acestor cerințe, adulții trebuie să prioritizeze și să își planifice timpul cu atenție. Timpul este una dintre cele mai valoroase resurse pentru un adult, iar decizia de a-l dedica unei activități de învățare necesită adesea o atenție atentă și persuasiune.

Adulții trebuie să înțeleagă *de ce* ar trebui să învețe ceva înainte de a se angaja în asta. Această „nevoie de a ști” este un principiu cheie în andragogie. Potrivit lui Tough (1979), adulții investesc eforturi semnificative în cercetarea beneficiilor învățării și a potențialelor dezavantaje ale neînvățării înainte de a începe orice activitate educațională. În mod similar, Knowles (1986) subliniază că adulții sunt mai predispuși să se angajeze în învățare atunci când sunt convinși de valoarea și relevanța acesteia.

Studii recente confirmă faptul că mulți adulți decid dacă să participe la activități de învățare, cântărind beneficiile învățării cu consecințele nedobândirii de noi cunoștințe sau abilități (Tough, 1979). În timp ce intensitatea sarcinilor zilnice se poate reduce pentru adulții în vârstă, aceștia necesită totuși o înțelegere clară a motivului pentru care ar trebui să participe la o activitate. Pentru adulții în vârstă, este esențial să furnizeze informații detaliate despre scopul activității, rezultatele așteptate și beneficiile specifice pe care le vor obține.

Un aspect important al principiului „nevoia de a cunoaște” este crearea de oportunități pentru adulți de a recunoaște decalajul dintre cunoștințele sau abilitățile lor actuale și obiectivele dorite. Oferirea de experiențe reale sau reprezentative poate ajuta adulții să vizualizeze această diferență și să vadă pentru ei înșiși valoarea învățării. Pentru cei care lucrează cu adulți în vârstă, înțelegerea acestor caracteristici și furnizarea de informații clare și personalizate despre activitățile de învățare este esențială pentru a stimula implicarea și participarea.

Experiențe

Pe măsură ce indivizii îmbătrânesc, amploarea și profunzimea experiențelor lor – în special cele dobândite prin învățarea prin practică – continuă să crească. Aceste experiențe sunt foarte valoroase pentru adulți, deoarece nu sunt doar lecții predate de alții, ci sunt concluzii extrase din întâlniri și reflecții personale. Potrivit lui Lindeman (1969), experiențele de viață ale unui adult sunt cele mai eficiente și semnificative resurse în educația adulților. Aceste experiențe sunt profund personale și au o importanță imensă pentru individ, modelându-i viziunea asupra lumii, ghidându-i acțiunile și influențându-i personalitatea.

Adulții intră în medii de învățare cu o multitudine de experiențe diverse, depășind cu mult pe cele ale copiilor și adolescenților. Lindeman (1969) se referă la experiență ca fiind „manualul viu” al cursanților adulți, subliniind centralitatea acesteia în educația adulților. De-a lungul timpului, aceste experiențe acumulate contribuie la diferențe individuale mai mari între adulți. Ele servesc, de asemenea, ca fundație pentru a face noi învățări semnificative și permanente, creând un ciclu continuu de creștere și reflecție.

Adulții în vârstă, în special, acordă o mare valoare experiențelor lor și au adesea o dorință puternică de a le împărtăși. Atunci când aceste experiențe nu sunt recunoscute sau apreciate, adulții în vârstă se pot simți marginalizați, ceea ce duce la dezangajare și retragere din mediile de învățare. Cu toate acestea, este important să recunoaștem că experiențele extinse de viață pot stimula uneori obiceiuri mentale, păriniri și prejudecăți, limitând eventual deschiderea către idei și perspective noi. Acesta este un potențial dezavantaj al bazei exclusiv pe experiență ca resursă de învățare.

Pentru a sprijini adulții în vârstă în mod eficient, este crucial să se integreze experiențele lor în activitățile de învățare. Acest lucru nu numai că facilitează dobândirea de noi cunoștințe, ci îi încurajează și să rămână implicați în activități. Participarea continuă la activități promovează atât sănătatea mentală, cât și cea fizică, contribuind la un proces de îmbătrânire mai sănătos (MEGEP, 2008). Mai mult decât atât, activitățile care reunesc indivizi din generații diferite pot ajuta la eliminarea prejudecăților și la promovarea unei comunicări mai bune, reducând astfel îmbătrânirea și promovând înțelegerea intergenerațională.

Educatorii și asistenții sociali care lucrează cu adulții în vârstă ar trebui să acorde prioritate valorificării acestor experiențe în timp ce proiectează și implementează activități de învățare. Evaluând și utilizând experiențele de viață ale adulților în vârstă, acești profesioniști pot crea medii de învățare mai incluzive, mai antrenante și mai eficiente, susținând în cele din urmă bunăstarea și incluziunea socială a persoanelor în vârstă (Karabacak, 2018).

Conceptul de sine

Conceptul de sine, înrădăcinat în psihologie, se referă la percepțiile, sentimentele, gândurile și atitudinile unui individ despre sine (Açıkgöz Ün, 2005). În educația adulților, conceptul de sine este un factor critic care influențează învățarea, deoarece sentimentele personale și percepțiile de sine modelează modul în care indivizii se implică în activitățile educaționale. Potrivit lui Rogers (1969), percepția de sine nu este doar o piatră de temelie a vieții de zi cu zi, ci și o cheie pentru o învățare eficientă.

Conceptul de sine este în esență modul în care indivizii se văd și se definesc pe ei înșiși. Adulții, ghidați de conceptul lor de sine și de așteptările societății, își asumă responsabilitatea pentru deciziile și viețile lor. Acest concept de sine stimulează o nevoie psihologică profundă de a fi recunoscuți și tratați ca indivizi autonomi capabili de auto-direcționare (Knowles, Holton și Swenson, 2014). Când adulții simt că ceilalți își impun voința asupra lor, poate provoca frustrare și rezistență. Participarea la activități care amintesc de perioadele de dependență,

cum ar fi mediile tradiționale de educație, poate duce la o revenire la identitățile dependente anterioare, determinând adulții să acționeze contrar conceptului lor de sine autonom actual.

Acest conflict între dorința de autonomie a unui adult și amintirea dependenței poate duce la tensiune, de multe ori determinându-i să părăsească mediul de învățare pentru a evita disconfortul (Alan, 1998). Se crede că astfel de conflicte contribuie la ratele ridicate de abandon școlar în educația adulților.

În timp ce conceptul de sine poate evolua prin experiențele de viață, acesta devine mai stabil odată cu vârsta. La adulții în vârstă, conceptul de sine este profund înrădăcinat, ceea ce face ca schimbările semnificative să fie mai puțin probabile. Educatorii care lucrează cu adulții în vârstă ar trebui să recunoască această stabilitate și să își adapteze metodele pentru a se alinia cu ea, minimizând potențialele conflicte și încurajând implicarea (Karabacak, 2018).

Pentru a aborda aceste dinamici, este esențial să se proiecteze activități care să respecte și să susțină conceptul de sine al cursanților adulți. Activitățile ar trebui să încurajeze participarea voluntară și să evite constrângerea, asigurându-se că participanții se simt respectați și autonomi. Planificarea activităților pentru adulții în vârstă care includ diverse grupuri de vârstă poate contribui, de asemenea, la stimularea înțelegerii intergeneraționale, menținând în același timp respectul de sine al participanților.

Cunoștințele și abilitățile educatorilor și facilitatorilor sunt cruciale în crearea unui mediu de învățare pozitiv care susține conceptul de sine al cursanților adulți. Prin abordarea acestor factori, educatorii pot reduce ratele abandonului școlar, pot îmbunătăți experiența de învățare și pot promova implicarea susținută în rândul cursanților adulți, în special în rândul adulților în vârstă (Karabacak, 2018).

Pregătirea de a învăța

Pregătirea de a învăța este un concept practic care apare pe măsură ce indivizii trece de la o etapă de dezvoltare la alta (Knowles, 1996). Este strâns legată de procesul de luare a deciziilor în jurul participării la activitățile de învățare. Când adulții se simt pregătiți să învețe, deseori încep prin a cerceta și a căuta activități sau experiențe care se aliniază nevoilor și obiectivelor lor.

Adulții sunt deosebit de motivați să învețe atunci când percep cunoștințele sau abilitățile ca fiind direct relevante pentru rezolvarea problemelor din viața reală (Lindeman, 1969). Identificarea acestor probleme servește ca forță motrice cheie pentru pregătirea de a învăța. De exemplu, atunci când se planifică activități care vizează abordarea vârstniciei și a discriminării adulților în vârstă, este esențial să cercetăm mai întâi ceea ce adulții în vârstă

percep ca probleme în acest domeniu. Activitățile care se concentrează pe rezolvarea acestor probleme percepute au mai multe șanse să rezoneze cu adulții în vârstă și să încurajeze participarea acestora (Özütürker, 2011).

Pregătirea de a învăța este influențată și de tranzițiile dintre etapele vieții (Levinson, 1986). La vârsta adultă avansată, mulți indivizi experimentează o schimbare de la productivitate și către o mai mare introspecție și adaptare la noi roluri. Această perioadă de adaptare îi face adesea pe adulții în vârstă mai receptivi la participarea la activități care îi ajută să navigheze în aceste schimbări. Cu toate acestea, ar putea avea nevoie de îndrumări cu privire la modul în care să se implice în astfel de evenimente, precum și de asigurare că implicarea lor este apreciată. Facilitarea participării lor nu numai că le stimulează disponibilitatea de a învăța, dar le susține și socializarea și bunăstarea.

Mai mult, adulții sunt gata să învețe atunci când văd relevanța învățării pentru gestionarea eficientă a situațiilor din viața reală (Knowles, 1990). Pentru adulții în vârstă, aceasta ar putea include abilități de învățare pentru a aborda provocările legate de îmbătrânire, angajarea în dialog intergenerațional sau combaterea discriminării legate de vârstă.

Ca și în cazul altor aspecte ale educației adulților, cunoștințele și abilitățile celor care proiectează și facilitează activități sunt esențiale. Înțelegerea dinamicii pregătirii pentru învățare în rândul adulților în vârstă poate ajuta educatorii să creeze medii incluzive, antrenante, care încurajează participarea și promovează experiențe de învățare semnificative. Activitățile care reunesc adulții în vârstă cu diverse grupuri promovează, de asemenea, interacțiunea socială, reduc izolarea și contribuie la calitatea lor generală a vieții (MEGEP, 2008).

Orientare

Principiul orientării către învățare se referă la tipurile de activități de care sunt atrași adulții și la modul în care aceștia abordează învățarea. Spre deosebire de copiii și adolescenții, a căror educație este adesea bazată pe subiecte, învățarea adulților se bazează pe probleme și pe viață (Knowles, Holton și Swenson, 2014). Este mai puțin probabil ca adulții să investească efort în învățarea informațiilor, cu excepția cazului în care acestea îi ajută în mod direct să abordeze provocările din viața reală. Prin urmare, în educația adulților, accentul ar trebui să se schimbe de la predarea subiectelor abstracte la abordarea situațiilor practice (Bilir, 2004).

Adulții tind să abordeze învățarea ca pe o modalitate de a rezolva problemele legate de viață sau de sarcini. Sunt motivați să învețe atunci când văd o aplicare imediată și practică pentru cunoștințele sau abilitățile pe care le dobândesc. Învățarea devine semnificativă și durabilă

atunci când adulții o pot aplica direct în viața lor. Acest principiu se aliniază îndeaproape cu disponibilitatea de a învăța, dar subliniază aplicarea imediată a cunoștințelor ca motivator cheie (Karabacak, 2018).

Spre deosebire de abordările tradiționale de învățare bazate pe subiecte – adesea denumite „model de educație bancară”, în care informațiile sunt stocate pentru utilizare ulterioară (Freire, 2008) – adulții preferă învățarea care are relevanță imediată. Modelul bancar tinde să înstrăineze adulții, în special adulții în vârstă, care sunt mai puțin înclinați să se angajeze în planificarea pe termen lung din cauza impredictibilității timpului rămas. În consecință, activitățile de învățare ar trebui să prioritizeze abordarea problemelor curente și furnizarea de soluții imediate, practice (Ayhan, 1995).

Pentru adulții în vârstă, aceasta înseamnă să se concentreze asupra problemelor pe care le percep ca urgente sau semnificative. De exemplu, activitățile care vizează combaterea vârstniciei sau promovarea înțelegerii intergeneraționale pot fi deosebit de eficiente dacă implică soluții tangibile la problemele cu care se confruntă adulții în vârstă. Implicarea adulților în vârstă cu diverse grupuri în activități care abordează direct discriminarea sau izolarea socială nu numai că oferă beneficii imediate, ci și încurajează conexiuni semnificative.

În lumina acestor perspective, educatorii ar trebui să conceapă activități care să acorde prioritate învățării practice, orientate spre sarcini. Abordând provocările din viața reală și oferind aplicații imediate, aceste activități pot îmbunătăți angajamentul, motivația și experiența generală de învățare pentru adulți, în special pentru adulții în vârstă. Această abordare ajută la asigurarea faptului că învățarea este atât relevantă, cât și cu impact, stimulând un sentiment de realizare și împuternicire în rândul cursanților adulți.

Motivația

Motivația joacă un rol esențial în învățarea adulților, influențând inițierea, persistența și finalizarea activităților educaționale. În timp ce toată lumea are o înclinație naturală de a învăța, provocarea constă adesea în identificarea ce, când și unde să învețe (Scales, 2015). Pentru educatorii care lucrează în educația adulților, înțelegerea dinamicii motivației este crucială pentru proiectarea și implementarea programelor de învățare eficiente.

Adulții sunt conduși atât de motivatori externi, cât și interni. Motivatorii externi includ recompense tangibile, cum ar fi oportunități de angajare mai bune, promovări sau salarii mai mari. Cu toate acestea, cercetările arată că motivatorii interni, cum ar fi stima de sine îmbunătățită, încrederea în sine, pacea interioară și calitatea vieții îmbunătățite, sunt adesea mai puternice și mai durabile (Knowles, 1990; Capricorn & Canatan, 2020). Acești motivatori

intrinseci se aliniază îndeaproape cu pregătirea și orientarea adulților de a învăța (Karabacak, 2018).

Motivația la adulți poate fi clasificată în două tipuri:

- **Motivație externă:** stimuli din mediu care încurajează participarea, cum ar fi stimulente financiare, beneficii legate de locuri de muncă sau recunoaștere societală. Deși acești factori de motivare pot determina angajamentul inițial, este posibil să nu susțină angajamentul pe termen lung.
- **Motivație internă:** Motive personale înrădăcinate în nevoi emoționale, psihologice sau de autoîmplinire. Acestea includ dorința de respect de sine, creștere personală, sănătate mintală mai bună și obținerea unui sentiment de realizare. Studiile indică faptul că motivația intrinsecă este mai eficientă în promovarea experiențelor de învățare profunde și semnificative (Honor, 2021).

În contextul adulților în vârstă, motivatorii intrinseci devin deosebit de semnificativi. Activitățile de învățare ar trebui să fie concepute pentru a răspunde aspirațiilor lor interne, cum ar fi menținerea respectului de sine, stimularea conexiunilor sociale și îmbunătățirea calității vieții. Educatorii și asistenții sociali care integrează acest principiu în programele lor pot crea medii care nu numai să răspundă nevoilor de învățare ale adulților în vârstă, ci și să contribuie la combaterea discriminării legate de vârstă. Activitățile care pun accentul pe împuternicire, incluziune și împlinire personală sunt deosebit de eficiente.

În plus, alinierea motivației cu alte principii ale învățării adulților – cum ar fi disponibilitatea de a învăța și orientarea către învățare – îmbunătățește experiența generală de învățare. Înțelegând și abordând motivatorii intrinseci ai adulților în vârstă, educatorii pot dezvolta programe care încurajează participarea, susțin angajamentul și conduc la rezultate semnificative. Această abordare nu este numai benefică pentru cursanții individuali, ci servește și ca instrument de promovare a echității și de reducere a discriminării împotriva adulților în vârstă.

Modul de formare

Conceptul de maturitate variază în funcție de țări și culturi, reflectând diferite perspective juridice, sociale și biologice. Potrivit Organizației Mondiale a Sănătății (OMS, 2022), vârsta adultă începe la vârsta de 24 de ani, deși alte cadre pot defini diferit vârsta adultă. În termeni biologici, vârsta adultă este adesea asociată cu maturitatea reproductivă, în timp ce din punct de vedere legal, indivizii sunt considerați adulți la împlinirea vârstei de 18 ani. Sociologic, vârsta adultă este marcată de capacitatea de a-și îndeplini responsabilitățile societale.

În contextul educației adulților, adulții sunt de obicei definiți ca indivizi care nu mai fac parte din sistemele de educație formală. Educația adulților servește ca o platformă pentru ca indivizii să urmărească în mod conștient schimbări în viața lor prin învățare. Este conceput pentru a oferi atât cunoștințe teoretice, cât și abilități practice profesioniștilor, lucrătorilor și altor persoane din afara educației formale.

Obiectivele și importanța educației adulților

Scopul principal al educației pentru adulți este de a oferi cursanților instrumentele și abilitățile necesare pentru a face față provocărilor personale și profesionale. Sprijină învățarea pe tot parcursul vieții, încurajează adaptabilitatea și îmbunătățește capacitățile individuale ca răspuns la cerințele societale și economice în schimbare.

Pentru adulții în vârstă, programele educaționale se concentrează adesea pe îmbunătățirea calității vieții și a sănătății acestora. Politicile și inițiativele pun tot mai mult accent pe îmbătrânirea productivă, de succes și independentă. Activitățile educaționale pentru adulții în vârstă sunt adaptate acestor obiective, oferind oportunități de a învăța noi abilități, de a menține conexiunile sociale și de a promova bunăstarea mentală și fizică.

Adresându-se nevoilor diverse ale adulților în diferite etape ale vieții, educația adulților contribuie la creșterea individuală, dezvoltarea comunității și progresul societății. Este un domeniu dinamic care se adaptează la schimbările culturale, sociale și demografice, asigurându-și relevanța într-o lume în evoluție rapidă.

Numele modulului	Principii pentru a facilita învățarea adulților (6 principii pentru educația adulților)
Scopul Modulului	Pentru a crește cunoștințele și abilitățile educatorilor cu privire la principiile învățării adulților în mediile de învățare ale adulților în vârstă
Obiectivele de învățare	1- Facilitați procesele de învățare ale persoanelor în vârstă

	<p>2-Asigurarea participării active a persoanelor în vârstă la procesele de învățare din mediul de învățare</p> <p>3- Să asigure învățarea permanentă a adulților în vârstă prin utilizarea principiilor învățării adulților în educația elevilor.</p>
Subiect și context (schema modulului)	<p>Capitolul 1 – Trebuie să știi</p> <p>Capitolul 2- Experiențe</p> <p>Capitolul 3- Conceptul de sine</p> <p>Capitolul 4 – Disponibilitatea de a învăța</p> <p>Capitolul 5- Orientare</p> <p>Capitolul 6- Motivația</p>
Grup țintă	<p><i>Grupul țintă îl reprezintă educatorii de adulți și lucrătorii comunitari care lucrează cu adulții în vârstă și acei indivizi care au nevoie sau sunt interesați să învețe și să aibă mai multe cunoștințe pentru a-și îmbunătăți experiența.</i></p>
Medii și echipamente educaționale	<p>Mediu: sală de clasă, atelier, bibliotecă, mediu familial, toate mediile în care poți lucra singur și în grup</p> <p>Hardware: cărți de sursă, computer, proiector, fotografii, PPT, broșuri, documente conexe, diapozitive sau pdf.</p>
Rezumatul modulului/ Conținutul principal/ Relevanța	<p>Vor fi dezvoltate șase capitole pentru a oferi informații adecvate pentru educatorii care lucrează cu adulții în vârstă. Primul capitol va consta în introducerea educatorilor în elementele de bază ale educației adulților.</p> <p>În al doilea capitol, educatorilor li se va arăta importanța experiențelor pentru adulții în vârstă în mediul de învățare a adulților.</p> <p>În al treilea capitol va fi vorba despre relația dintre conceptul de sine și învățare.</p> <p>Al patrulea capitol va arăta modul în care adulții sunt pregătiți să învețe.</p>

	<p>Al cincilea capitol va fi despre o perspectivă de învățare „centrată pe probleme”, mai degrabă decât învățarea centrată pe subiect în educația adulților.</p> <p>Cele șase capitole tratează ceea ce motivează adulții în vârstă să învețe.</p>
<p>Orar și program</p>	<p>Capitolul 1 va fi dezvoltat cu metodologia „Scrie rapid” și va avea nevoie de un total de 30 de minute.</p> <p>Capitolul 2 va fi dezvoltat cu metodologia Circle Speech, care va necesita 30 de minute</p> <p>Capitolul 3 va fi dezvoltat prin metodologia discuțiilor de grup pentru a înțelege conceptul de sine. Încercările pot dura și până la 30 de minute</p> <p>Capitolul 4 va fi pregătit cu metodologia de învățare experiențială. Grupul va fi discutat despre factorii pregătirii pentru a învăța. Acest modul va avea nevoie de 30 de minute.</p> <p>Capitolul 5 va fi dezvoltat cu metodologia discursului în cerc. Ajută la înțelegerea dinamicii care afectează orientarea către învățare a adulților în vârstă. Modulul poate dura până la 30 de minute.</p> <p>Capitolul 6 va fi pregătit cu metodologia de scriere rapidă și va necesita 30 de minute.</p> <p>Total: 180 min</p>
<p>Rezultatele învățării ale modulelor</p>	<p>La finalizarea acestor module, cursanții ar trebui să fie capabili să:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Educatorii dobândesc informații care vor facilita învățarea adulților în vârstă ■ Înțelegeți care sunt cele mai eficiente strategii pentru adulții în vârstă în zona de învățare ■ Înțelegeți bariera de învățare pentru adulții în vârstă ■ Educatorii înțeleg cum să-i motiveze pe seniori să învețe

Activități de învățare activă

A1.1 Principiul nevoii de cunoaștere

<u>Modul</u>	Principii de învățare a adulților
<u>Capitolul 1</u>	<p>Trebuie să cunoaștem principiul</p> <p>Înainte ca adulții să încerce să învețe ceva, ei vor să vadă de ce ar trebui să-l învețe. Activitatea de învățare trebuie să aibă o problemă corespunzătoare concretă, vizibilă pentru un adult, care trebuie să fie vizibilă unui adult. Ar trebui să se asigure că cursanții văd relația dintre programul de educație și viața de zi cu zi a adultului.</p>
<u>Denumirea activității</u>	Învățarea sensului „trebuie să știi” în educația adulților
<u>Obiectiv(e)</u>	<p>Să învețe</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Sensul „trebuie să știi” ● Importanța „trebuie să știi” pentru adulții în vârstă ● Relația dintre „nevoia de a cunoaște și de a învăța”
<u>Metode</u>	<p>Metodologie: Scrie rapid</p> <p>1-Participanții își scriu opiniile despre acest concept și importanța acestuia.</p> <p>2-Apoi unii participanți își pot citi răspunsurile și va avea loc o discuție despre aceste răspunsuri care sunt potrivite pentru învățarea adulților.</p> <p>3-În final, se ia o decizie ca grup.</p>
<u>Timp alocat</u>	<p>1. Fiecare participant va avea 5 minute pentru a scrie.</p> <p>2. Participanții vor citi răspunsurile lor despre conceptul de necesitate a cunoașterii 5 minute</p>

	<p>3. Va avea loc o discuție despre concept și importanța acestuia pentru adulții în vârstă 20 de minute</p> <p>Total: 30 min</p>
<u>Resurse necesare</u>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sală de clasă sau o sală de ședințe 2. Flipchart, tablă și markere 3. PPT, computer și proiector 4. Hârtii/coli și pixuri
<u>Instrucțiuni</u>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cereți participanților să noteze, foarte concret, când sunt adulți participa la un antrenament 2. Dacă adulților în vârstă li se spune de ce trebuie să învețe materia, vor participa mai mult la activități? Această întrebare a cerut să i se răspundă. 3. Apoi participanții își citesc răspunsurile. 4. Pe măsură ce citesc, persoana responsabilă își va nota răspunsurile pe tabel 5. Persoana responsabilă va citi gânduri generale despre conceptul „nevoia de a învăța”. <p>Total: 30 min</p>
<u>Referințe</u>	<p>Malcolm cunoaște principiile învățării adulților</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=kga7re5JYA8</p> <p><u>Ayhan, S., (1995).</u> Paulo Freire: Despre viața, filosofia și practica educației sale</p>

A1.2 Principiile experiențelor

<u>Modul</u>	Principii de învățare a adulților
<u>Capitolul 2</u>	<p>Experiențe</p> <p>Valoarea vieții lor este mare pentru adult. Din acest motiv, atunci când se simte într-un mediu care nu beneficiază de viața lui sau nu o prețuiește prea mult, se crede respins odată cu experiențele sale. Din acest motiv, experiențele adulților în vârstă ar trebui să li se acorde importanță și aceste experiențe ar trebui folosite în mediul de învățare.</p>
<u>Denumirea activității</u>	Cunoașterea modului în care experiențele pot fi folosite în mediul de învățare
<u>Obiectiv(e)</u>	<ul style="list-style-type: none"> • Aflați despre importanța experienței • Înțelegerea modului de a valorifica experiența adulților în vârstă pentru a facilita învățarea
<u>Metode</u>	<p>Metodologie: Vorbirea în cerc</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participantul responsabil va oferi explicația teoretică despre „utilizarea experiențelor” • Într-un cerc, oamenii pot vorbi despre utilizarea experiențelor anterioare în procesul de învățare • Participanții vorbesc despre relația dintre experiențe și noi învățări
<u>Timp alocat</u>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Participanții responsabili vor avea 5 minute pentru a explica teoria 2. Participanții vorbesc despre modul în care experiențele afectează noua învățare. (20 min.) 3. Sunt împărtășite concluziile despre importanța experiențelor în procesul de învățare. (5 min.)

	Total: 30 de minute
<u>Resurse necesare</u>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sala de clasa sau sala de sedinte 2.PPT, computer, proiector, pix și hârtie
<u>Instrucțiuni</u>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Participantul responsabil va explica prin utilizarea modului teoretic ce înseamnă experiențele în educația adulților. 2. Apoi pot sta în cerc. 3. Ei pot discuta despre motivul pentru care experiențele sunt importante, cum poate fi folosită și cum ajută la învățare 4. Participanții descriu modul în care au beneficiat de experiențele lor anterioare în timp ce învățau subiecte noi. Vor fi împărtășite idei despre modul în care experiențele anterioare facilitează învățarea. <p>Timp total: 30 min</p>
<u>Referinte</u>	<p>Andragogie</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=RssPiq3-XKM</p> <p>Cum să-i înveți pe adulți</p> <p>https://pros.educ.queensu.ca/postgrad/workplacedev</p>

A1.3 Principiul conceptului de sine

<u>Modul</u>	Principii de învățare a adulților
<u>Capitolul 3</u>	<p>Principiul conceptului de sine</p> <p>Conceptul de sine este un concept legat de maturizarea psihologică. Ideea de sine se referă la modul în care o persoană se recunoaște și se definește pe sine. Un concept de sine dezvoltat înseamnă că adultul se simte pregătit să ia propriile decizii și să suporte consecințele ca independent. Adulții în vârstă au obiceiuri puternice înrădăcinate și individuale; cu alte cuvinte, el este autodirigit.</p>
Denumirea activității	Înțelegerea conceptului de sine
<u>Obiectiv(e)</u>	<ul style="list-style-type: none"> ● Înțelegerea conceptului de sine ● Înțelegerea modului în care conceptul de sine afectează învățarea ● Relația dintre încrederea în sine și conceptul de sine ● Înțelegerea modului în care percepția de sine facilitează / complică învățarea
<u>Metode</u>	<p>Metodologie: Discuție de grup</p> <p>Analiza efectelor diferitelor situații asupra învățării în raport cu conceptul de sine</p>
<u>Timp alocat</u>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 3 situații cu câte 10 minute de discuție pentru fiecare. 2. Participanții responsabili vor împărtăși (3 subiecte discutate, participanții alocați vor explica efectele conceptului de sine asupra învățării) (5 minute pentru fiecare situație) 3. Când participanții responsabili spun, punctele importante vor fi scrise de către un participant desemnat pe hârtiile de pe flipchart

	<p>4. În cele din urmă, fiecare situație se va prezenta. (5 min.)</p> <p>Total: 30 min</p>
<p><u>Resurse necesare</u></p>	<p>1. Sala de clasa sau sala de sedinte</p> <p>2. Exemple de situații diferite (ar fi mai potrivit să spunem eșantion) „Exemple de situații diferite”</p> <p>3. Hârtii/coli și pixuri</p> <p>4. Flip Chart (tabletă)</p>
<p><u>Instrucțiuni</u></p>	<p>1. Participanților li se vor oferi 5 situații diferite. În fiecare caz, acesta va fi analizat pe conceptul de sine.</p> <p>2. Ei își vor da cu părerea despre fiecare situație cu cunoștințele și experiențele lor. Va ajuta la înțelegerea modului în care conceptul de concept de sine afectează învățarea</p> <p>4. Un participant responsabil cu luarea notițelor opiniilor și aceste note pot fi folosite în prezentări.</p> <p>5. Concluziile vor împărtăși</p>
<p><u>Referințe</u></p>	<p>Conceptul de sine în învățarea adulților</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=Vhn1WA5bgWw</p> <p>O evaluare a teoriei Knowles despre învățarea adulților</p> <p>https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/0260137860050203</p> <p><u>Ayhan, 1990.</u> Cercetări privind participarea în educația publică. Revista Universității din Ankara Facultatea de Științe ale Educației. Ankara</p>

A1.4 Principiul pregătirii pentru a învăța

<u>Modul</u>	Principii de învățare a adulților
<u>Capitolul 4</u>	<p>Pregătirea de a învăța</p> <p>Adulții acceptă doar învățarea potrivită nevoilor lor. Se așteaptă ca educația pe care o primesc să le satisfacă nevoile concrete. Ei sunt pregătiți să învețe despre probleme legate de responsabilitățile familiale, sociale și profesionale. În acest sens, în acest sens, în primul rând, ar trebui să se cunoască subiectele pe care persoanele în vârstă trebuie să le învețe.</p>
<u>Denumirea activității</u>	Cunoașterea principiului pregătirii pentru a învăța și a efectelor acestora asupra învățării
<u>Obiectiv(e)</u>	<p>A Înțelege</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ce înseamnă să fii pregătit să înveți pentru adulți ● Cât de gata adulții să învețe ● Relația dintre disponibilitatea de a învăța și viteza de învățare ● Relația dintre disponibilitatea de a învăța și activitățile de învățare continuă
<u>Metode</u>	<p>Metodologie: Învățare prin experiență</p> <p>Grupurile vor fi prezentate cu disponibilitatea de a învăța pentru adulți. Ei vor avea șansa de a pune întrebări după prezentare.</p> <p>Apoi, participanții vor fi împărțiți în grupuri de câte 3. Fiecărui grup i se va oferi 1 situație care poate fi o problemă pentru adulți. Li se va cere să pregătească un scenariu pentru aceste situații.</p> <p>Li se va cere să facă o prezentare despre procesele de învățare care arată soluția problemei în scenariul pregătit</p>

<p><u>Timp alocat</u></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Prezentarea a ceea ce înseamnă a fi pregătit pentru a învăța pentru adulți va dura 5 minute. 2. Participanții vor fi împărțiți în grupe de câte 3 înainte de începerea activității. 3. Fiecare grup va crea un scenariu de pregătire a adulților de a învăța (15 mint) 5. Fiecare grup își va împărtăși munca altor grupuri (5 minute pentru fiecare grup) <p>Timp total: 30 de minute</p>
<p><u>Resurse necesare</u></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sală de clasă sau o sală de ședințe 2.PPT, computer și proiector, 3. Hârtii/coli și pixuri
<p><u>Instrucțiuni</u></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Întâmpinați participanții și dați-le hârtie și un creion în cazul în care trebuie să ia notițe în timpul prezentării 2. La întrebări se va răspunde după prezentare 3. O situație care poate fi o problemă pentru adulți va fi dată grupurilor 4. Se va cere să creeze un scenariu pentru această situație 5. Se va aminti că principiile principiului pregătirii pentru a învăța ar trebui incluse în soluționarea problemei. 7. Odată ce au terminat cu sarcina lor, fiecare grup să-și prezinte munca altor grupuri.

<p><u>Referințe</u></p>	<p>Conceptul de autonomie în educația adulților: o discuție filozofică</p> <p>https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0001848183034001004?journalCode=aeqb</p> <p>Pregătirea de a învăța educația adulților</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=Uk6QFIUYrKE</p>
-------------------------	---

A1.5 Principiul orientării

<u>Modul</u>	Principiile învățării adulților
<u>Capitol</u>	<p>Orientare</p> <p>O perspectivă de învățare „centrată pe problemă”, mai degrabă decât învățarea centrată pe subiect, este esențială în educația adulților. Numai în acest context este orientat către probleme de învățare și învățare. Ei nu vor să învețe informațiile pe care le vor folosi mai târziu. Acest sentiment este mai puternic la adulții în vârstă. Pentru că adulții mai în vârstă s-ar putea să nu vrea să facă planuri pe termen lung în această perioadă a vieții lor.</p>
<u>Denumirea activității</u>	Înțelegeți principiul orientării și efectele acestora asupra învățării
<u>Obiectiv(e)</u>	<p>Să învețe</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Care este orientarea adulților către învățare? ● Factorii care afectează orientarea adulților către învățare ● Relația dintre orientarea spre învățare și procesul de învățare al adulților
<u>Metode</u>	<p>Metodologie: Discuție de grup</p> <p>Grupurilor li se va prezenta principiul orientării spre învățare.</p> <p>Participanții vor fi rugați să compare dinamica participării adulților și a elevilor la învățare.</p> <p>Participanții vor fi rugați să discute factorii care afectează orientarea adulților către învățare.</p> <p>Fiecare grup își va împărtăși gândurile cu celelalte grupuri</p>

<p><u>Timp alocat</u></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Prezentarea orientării spre învățare pentru adulți va dura 5 minute. 2. Fiecare grup va discuta factorii care afectează orientarea către învățare (15 mint) 4. Fiecare grup își va împărtăși munca cu celelalte grupuri (5 minute pentru fiecare grup) <p>Timp total: 30 de minute</p>
<p><u>Resurse necesare</u></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sală de clasă sau o sală de ședințe 2. PPT, computer și proiector, 3. Hârtii/coli și pixuri
<p><u>Instrucțiuni</u></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Întâmpinați participanții și dați-le hârtie și un creion în cazul în care trebuie să ia notițe în timpul prezentării 2. Grupurilor li se va prezenta principiul orientării spre învățare. 3. Ei vor avea șansa de a pune întrebări după prezentare. 4. Apoi participanții vor fi împărțiți în grupuri de câte 3. 5. Participanților li se va cere să compare dinamica participării adulților și a elevilor la învățare. 6. Participanții vor fi rugați să discute despre factorii care afectează orientarea adulților către învățare. 7. Participanților li se va cere părerile lor asupra subiectelor care tind să învețe adulții. 8. Fiecare grup își va împărtăși gândurile cu celelalte grupuri.
<p><u>Referințe</u></p>	<p>Predarea adulților: teoria învățării adulților</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=Aqt-1nQj9yE</p>

	<p>Utilizarea principiilor de învățare a adulților pentru a crea o formare eficientă</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=MDfce4FsiT4</p>
--	---

A1.6 Principiul motivației

<u>Modul</u>	Principii de învățare a adulților
<u>Capitol</u>	<p>Motivația în învățarea adulților</p> <p>Adulții sunt motivați de factori interni, cum ar fi satisfacția în muncă, stima de sine, calitatea vieții și dezvoltarea personală, precum și factori externi, cum ar fi locuri de muncă mai bune, salarii mai mari, promovări în carieră și rezolvarea problemelor pe care le întâmpină. Cu toate acestea, pentru adulții în vârstă, unele dintre aceste motivații în acest moment al vieții lor pot să nu conducă la orientarea lor spre învățare, deoarece este posibil să fi atins unele dintre aceste obiective. Prin urmare, motivațiile de învățare ale adulților în vârstă sunt diferite de cele ale adulților mai tineri.</p>
<u>Denumirea activității</u>	Înțelegerea motivațiilor adulților de a învăța.
<u>Obiectiv(e)</u>	<p>Să învețe</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Motivațiile adulților pentru învățare ● Diferențele dintre motivațiile de învățare ale adulților în vârstă și cele ale altor cursanți ● Relația dintre „motivarea și învățarea adulților în vârstă”

<p><u>Metode</u></p>	<p>Metodologie: Scrie rapid</p> <p>1-Participanții își scriu opiniile despre componentele importanței motivației pentru adulții în vârstă</p> <p>2-Apoi unii participanți își pot citi răspunsurile și</p> <p>3- Va avea loc o discuție despre aceste răspunsuri care sunt potrivite pentru învățarea adulților și adulților în vârstă</p> <p>3-În final, se ia o decizie ca grup.</p>
<p><u>Timp alocat</u></p>	<p>1. Fiecare participant va avea 5 minute pentru a scrie.</p> <p>2. Participanții vor citi răspunsurile despre componenta motivației (5 minute)</p> <p>3. Va avea loc o discuție despre motivație și importanța acesteia pentru adulții în vârstă (15 minute)</p> <p>4. Se va sublinia răspunsul la întrebarea cum să crească motivația adulților în vârstă. (5 minute)</p> <p>Durată totală: 30 de minute</p>
<p><u>Resurse necesare</u></p>	<p>1. Sală de clasă sau o sală de ședințe</p> <p>2. Flipchart, tablă și markere</p> <p>3.PPT, computer și proiector</p> <p>4. Hârtii/coli și pixuri</p>
<p><u>Instrucțiuni</u></p>	<p>1. Cereți participanților să noteze care sunt motivațiile adulților în vârstă de a participa la un training</p> <p>2. Apoi participanții și-au citit răspunsurile</p> <p>3. Pe măsură ce citesc, persoana responsabilă își va nota răspunsurile pe tabel</p>

	<p>5. Persoana responsabilă va citi gânduri generale despre conceptul „nevoia de a învăța”.</p> <p>Total: 30 min.</p>
<u>Referințe</u>	<p>Malcolm cunoaște principiile învățării adulților</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=kga7re5JYA8</p> <p>Utilizarea principiilor de învățare a adulților pentru a crea o formare eficientă</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=MDfce4FsiT4</p>

Corpul de cunoștințe

Abordările multidisciplinare permit diferitelor domenii să lucreze interactiv între ele. În acest fel, diferite zone de lucru se alimentează reciproc și punctele umbrite din zona de lucru sunt iluminate. Este o disciplină care se găsește la intersecția multor domenii diferite ale învățării. Învățarea sub acoperișul educației, învățarea pe tot parcursul vieții ca context specific de învățare, învățarea pe tot parcursul vieții, educația adulților cu accent pe adulți ca public țintă al învățării pe tot parcursul vieții, psihologia și psihologia învățării datorită dimensiunii psihologice a învățării adulților (cum ar fi motivația, -percepție), psihologia dezvoltării datorită relevanței adulților în vârstă pentru perioadele de vârstă, precum și geriatria, discriminarea în viața socială. Deoarece este un fenomen sociologic datorat la contactul său, multe domenii diferite de studiu, cum ar fi sociologia și comunicarea pentru a sparge prejudecățile sunt ramurile științei care beneficiază de cunoștințele acestui modul.

Dacă este necesară sortarea domeniilor de studiu din care se utilizează informația

- Educație
- Învățare pe tot parcursul vieții
- Educația adulților
- Psihologie

- Psihologia învățării
- Psihologia dezvoltării
- Geriatrie
- Sociologie

Deși există sprijin din partea multor discipline diferite în studiile privind educația și adulții în vârstă, impactul psihologiei și sub-defalcări ale acesteia asupra învățării și învățării adulților în vârstă este foarte mare.

Evaluare

Modulul, conceput pentru a explora principiile învățării adulților și legătura lor cu vârstismul, este potrivit pentru evaluare folosind atât metode de evaluare cantitativă, cât și calitativă. Această flexibilitate permite o înțelegere cuprinzătoare a eficacității și impactului acesteia.

Instrumente de evaluare sugerate:

1. Chestionare la scara Likert :

Chestionarele Likert, utilizate în mod obișnuit pentru evaluările cantitative, pot fi, de asemenea, adaptate la modele calitative prin includerea de răspunsuri scalate care măsoară atitudinile, percepțiile și nivelurile de satisfacție. Aceste instrumente sunt utile pentru a capta impresiile generale ale participanților și măsura în care modulul își abordează obiectivele.

2. Întrebări deschise și închise :

Combinarea întrebărilor deschise și închise în procesul de evaluare oferă o abordare echilibrată:

- **Întrebări închise** : Oferiți date structurate pentru analiză cantitativă, concentrându-se pe rezultate specifice ale învățării sau eficacitatea livrării conținutului.
- **Întrebări deschise** : Permiteți participanților să exprime feedback și perspective detaliate, descoperind perspective nuanțate cu privire la relevanța, designul și aplicarea modulului.

Pentru acest modul, a fost prioritizat un instrument de evaluare cu **întrebări închise**. Această alegere asigură o colectare și o analiză simplă a datelor, în același timp aliniate la focalizarea modului. Întrebările închise pot măsura în mod eficient succesul modului în abordarea principiilor cheie de învățare și combaterea vârstniciei, oferind perspective acționabile pentru rafinare.

Prin utilizarea acestor metode, procesul de evaluare poate capta atât rezultate măsurabile, cât și feedback contextual, asigurându-se că modulul își atinge obiectivele propuse și sprijină experiențe de învățare semnificative pentru participanți.

- 1- Care nu este un principiu fundamental al învățării adulților?
 - a) Orientare
 - b) Învățare prin experiență
 - c) Motivația
 - d) Trebuie să știu
 - e) Pregătirea de a învăța
- 2- Care este punctul central al principiului nevoii de a cunoaște?
 - a) Cel care învață știe ce trebuie să învețe și de ce
 - b) Învățare bazată pe experiență
 - c) Motivatori de învățare
 - d) Motivele pentru care adulții în vârstă se angajează în învățare
 - e) Motivațiile de învățare ale adulților în vârstă
- 3- Ce informații sunt cel mai ușor accesibile adulților în vârstă?
 - a) Informații conținute în programele de formare
 - b) Informații despre îmbătrânirea activă
 - c) Informații în cursurile de formare desfășurate în locuri ușor accesibile
 - d) Informații furnizate cu materiale potrivite pentru adulții în vârstă
 - e) Informații pentru a rezolva o situație pe care o văd ca o problemă în viața lor
- 4- Care este mai eficient pentru a determina adulții în vârstă să participe la activități?
 - a) Având posibilitatea de a genera venituri
 - b) Să ai un curriculum bun

- c) Apelează la motivația intrinsecă, cum ar fi stima de sine, satisfacția
 - d) Programul de instruire este bine pregătit
 - e) Spațiile educaționale sunt concepute pentru adulții în vârstă
- 5- Cum să creșteți motivația adulților în vârstă de a învăța?
- a) Motivațiile de învățare ale adulților în vârstă nu pot fi stabilite prin resurse externe.
 - b) Motivația de a învăța nu crește peste vârsta de 65 de ani.
 - c) Poate fi sporită prin includerea lor în activități educaționale.
 - d) Le poate crește socializarea prin includerea în activitățile în care vor fi asigurate.
 - e) Poate fi sporit prin folosirea unor programe care oferă motivație.
- 6- Care este sensul experienței?
- a) Experiențele sunt cunoștințe învățate prin repetarea anumitor informații.
 - b) Pentru adulții în vârstă, experiența se referă la timpul trecut.
 - c) Experiențele sunt derivate din ceea ce am experimentat și din ceea ce am experimentat.
 - d) Transferurile de cunoștințe sunt importante în crearea experiențelor.
 - e) Percepția de sine este valoroasă pentru adulții în vârstă.
- 7- Pe care dintre următoarele nu include percepția de sine a adulților în vârstă?
- a) Autogovernare
 - b) Învățarea cu influența motivatorilor externi
 - c) Autogovernare
 - d) Stima de sine
 - e) Experiențe
- 8- Care nu este eficient în pregătirea adulților în vârstă de a învăța?
- a) Rămâi pasiv la evenimente pentru o lungă perioadă de timp
 - b) Prețuind experiența lor

- c) Asigurați participarea activă
- d) Asigurându-vă că învățați prin situații pe care le văd drept probleme
- e) Aspect puternic de socializare a activităților
- d) Învățarea se realizează prin definirea problemei.
- e) Este învățarea pe care adulții în vârstă o desfășoară pentru a găsi soluții la situațiile pe care le văd drept probleme.

9- Ce este învățarea centrată pe probleme?

- a) Este învățare prin probleme numerice.
- b) Este să înveți cu materiile stabilite în curriculum.
- c) Este să înveți din titlurile din programele de formare.

10- Care ramură a științei poate fi considerată a fi direct legată de principiile care facilitează învățarea adulților în vârstă?

- a) Biologie
- b) Psihologia educației
- c) Geriatrie
- d) Învățare pe tot parcursul vieții
- e) Economie

Răspunsuri: 1-b, 2-a, 3-e, 4-c, 5-d, 6-c, 7-b, 8-a, 9-e, 10-b

Referințe

Açıkgöz Ün, K. (2005). *Învățare și predare eficiente*. İzmir: Eğitim Dünyası Press.

Allan, QB (1998). Primele trei săptămâni: un moment critic pentru motivație. *Focus on Basics*, 2, 24. Canada.

Ayhan, S. (1990). Cercetare privind participarea în învățământul public. *Revista Universității din Ankara Facultatea de Științe ale Educației*. Preluat de la <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/786620>

Ayhan, S. (1995). Paulo Freire: Despre viața, filosofia educațională și practica sa. *Revista Universității din Ankara Facultatea de Științe ale Educației*. Preluat de la <https://dergipark.org.tr/en/pub/auebfd/issue/47502/599721>

Bilir, M. (2004). Viața, opiniile educaționale și serviciile lui Christian Lindeman, unul dintre liderii educației contemporane pentru adulți. *Jurnalul Facultății de Științe ale Educației Universității din Ankara*, 37 (2), 15–25.

Capricorn, S. și Canatan, A. (2020). Universitățile de vârstă a treia din perspectiva învățării pe tot parcursul vieții și a îmbătrânirii active: exemple de bune practici. *Journal of Older Adults Problems Research (YSAD)*, 13 (2), 131–141. <https://doi.org/10.46414/yasad.726075>

Floare, H. (2022). Arta educației: de la pedagogie la andragogie. *Universitatea Van Yüzüncü Yıl, Jurnalul Institutului de Științe Sociale*, 55, 10–23.

Freire, P. (2008). *Pedagogia libertății: etică, democrație și curajul civic*. Rowman & Littlefield Publishers, Inc.

Güleç, İ., Çelik, S. și Demirhan, B. (2012). Ce este învățarea pe tot parcursul vieții? O evaluare a definiției și domeniului de aplicare. *Sakarya University Journal of Education*, 2 (3), 34–48. Preluat de la <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/192264>

Karabacak, S. (2018). Nivelul de cunoștințe andragogice al educatorilor care lucrează cu adulții din Turcia. *Jurnalul Universității Bartın al Facultății de Educație*, 7 (2), 537–561. Preluat de la <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/494937>

Knowles, M. (1990). *Adultul care învață: O specie neglijată*. (S. Ayhan, Trad.). Ankara: Universitatea Ankara.

Knowles, M. (1996). *Principiile învățării adulților*. Preluat de la <https://www.youtube.com/watch?v=kga7re5JYA8>

Knowles, M., Holton, EF și Swanson, RA (2014). *Adultul care învață: clasicul definitiv în educația adulților și dezvoltarea resurselor umane*. (O. Gündüz, Trad.). Istanbul: Kaknüs Press.

Levinson, DJ (1986). O concepție despre dezvoltarea adultului. *Psiholog american*, 41 (3), 3–13.

Lindeman, E. (1969). *Sensul educației adulților*. Noua Republică.

Ministerul Educației Naționale (MoNE) Direcția genetică pentru învățare pe tot parcursul vieții (HBÖGM). (2021). *Raport de monitorizare și evaluare*. Preluat de la https://hbogm.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2022_04/15173151_HBOGM_Yzleme_ve_DeYerlen_dirme_Raporu-2021.pdf

Ministerul Educației Naționale MEGEP. (2008). *Organizarea de activități sociale și culturale pentru vârstnici și bolnavi: Consolidarea sistemului de educație și formare profesională*. Ankara.

Onur, B. (2021). *Psihologia dezvoltării*. Publicații Imagini.

Özütürker, M. (2021). Discriminarea bătrânilor. *OPUS – Jurnalul Internațional de Cercetare a Societății*, 17 (36), 3043–3056. <https://doi.org/10.26466/opus.883434>

Pregătirea de a învăța în educația adulților. (nd). Preluat de la <https://www.youtube.com/watch?v=Uk6QFIUYrke>

Rogers, C. (1969). *Libertatea de a învăța*. California University Press.

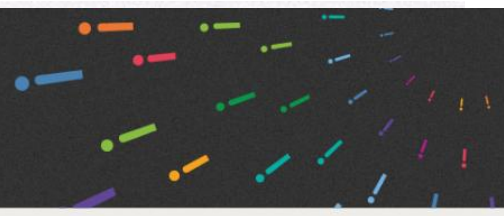
Scale, R. (2015). *Învățare și predare pe tot parcursul vieții*. (Ü. Köymen, trad.). Ankara: Palme Press.

Conceptul de autonomie în educația adulților: o discuție filozofică. (nd). Preluat de la <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0001848183034001004?journalCode=aeqb>

Cu toate acestea, A. (1979). *Proiectele de învățare ale adulților: O nouă abordare a teoriei și practicii în învățarea adulților* (ed. a 2-a). Toronto: Institutul Ontario pentru Studii în Educație.

Utilizarea principiilor învățării adulților pentru a crea o formare eficientă. (nd). Preluat de la <https://www.youtube.com/watch?v=MDfce4FsiT4>

Organizația Mondială a Sănătății (OMS). (2022). *Raport privind îmbătrânirea și sănătatea*. Preluat de la <https://www.who.int/news/item/26-05-2023-awards-for-outstanding-contributions-to-public-health-presented-during-the-seventy-sixth-world-health-asamblare>



modulul 2

Cursantul în vârstă



Modulul 2

Învățarea adulților în vârstă

Corpul de cunoștințe - caracteristici ale vârstei

În ultimii câțiva ani, speranța medie de viață a crescut; conform OMS (2022), "Până în 2030, 1 din 6 persoane din întreaga lume va avea 60 de ani sau mai mult. Numărul persoanelor cu vârsta de 80 de ani și peste este de așteptat să se tripleze între 2020 și 2050, ajungând la 426 de milioane". A existat o creștere exponențială a speranței medii de viață; această creștere reflectă reducerea deceselor cauzate de boli infecțioase, adoptarea unor stiluri sănătoase și scăderea natalității (Kulik et al., 2014).

Îmbătrânirea corespunde ansamblului de modificări anatomice și fiziologice care apar în general și inevitabil de-a lungul anilor, afectând universal toți indivizii. Îmbătrânirea are un debut nedeterminat și o progresie variabilă. Este de obicei împărțit în îmbătrânire primară sau proces normal de îmbătrânire și îmbătrânire secundară, caracterizată printr-o predispoziție mai mare la dezvoltarea bolii (Kulik et al., 2014).

Populația senior este un grup destul de eterogen, cu o scădere rapidă la unii indivizi și modificări minore la altele. Diferitele sisteme de organisme îmbătrânesc, de asemenea, în ritmuri diferite, în funcție de influența factorilor genetici și de mediu specifici (Kulik et al., 2014). Îmbătrânirea rămâne un domeniu extrem de complex în ceea ce privește înțelegerea relațiilor dintre acești factori contributivi și tranzițiile care îi leagă. În timp ce procesul de îmbătrânire este definit de o vulnerabilitate crescută la un declin al sănătății și al bunăstării, noile abordări ale bunăstării, împreună cu factori biologici, medicali, psihosociali, politici și economici complexi, pot influența traiectoria individuală și de grup la vârsta adultă. (Ayalon & Tesch-Römer, 2018).

Îmbătrânire, autonomie și dependență

Pierderile funcționale pot interfera cu capacitatea indivizilor de a-și menține autonomia în viața de zi cu zi. Autonomia se referă la capacitatea percepută de a controla, de a face față situațiilor și de a lua decizii cu privire la viața de zi cu zi în funcție de preferințele cuiva. Dependența este legată de incapacitatea persoanei de a satisface nevoile umane de bază (Becker, 1994). Toate modificările legate de procesul de senescentă au ca rezultat o pierdere progresivă a capacității de adaptare a organismului, adică o scădere a capacității sale funcționale, legată sau nu de o boală. Astfel, procesul de senescentă plasează individul într-o situație de mai mare vulnerabilitate la boală, și anume la problemele cronice de sănătate care îl pot limita în viața de zi cu zi, constituind un factor care influențează capacitatea funcțională și gradul de dependență (Vellas et al., 1992). Creșterea

speranței medii de viață este asociată cu modificări ale morbidității ca urmare a creșterii bolilor degenerative și a sechelelor acestora. Pierderea capacității de funcționare a persoanelor în vârstă din cauza tulburărilor fizice sau mentale poate duce la necesitatea intervenției și adaptărilor pentru a menține activitățile de rutină și stilul de viață (Vellas și colab., 1992).

Morbiditatea poate apărea prin trei dispoziții (Vellas și colab., 1992):

- Boală progresivă, o boală care duce la un declin funcțional relativ rapid (adică boli degenerative);
- Eveniment, o cădere sau un atac de cord;
- Proces normal de îmbătrânire, manifestat prin modificări în desfășurarea activităților zilnice.

Funcții cognitive

Funcțiile cognitive, cum ar fi memoria, atenția și funcțiile executive, tind să scadă odată cu vârsta. Cu toate acestea, alte elemente ale funcției cognitive, cum ar fi vocabularul, rămân stabile pe toată durata vieții cognitive (Anton et al., 2015). Un număr tot mai mare de dovezi sugerează că scăderile cognitive legate de vârstă ale funcției cognitive contribuie în mod semnificativ la declinul funcțional și la eventuala dezvoltare a dizabilității fizice. Există o asociere semnificativă între declinul cognitiv și ratele crescute de vătămare, spitalizare, dependență de viață asistată și mortalitate și pierderea autonomiei și a independenței (Anton et al., 2015).

Studiile longitudinale arată că inteligența fluidă (adică funcționarea structurilor neurologice – implică capacitatea de a gândi și a raționa abstract și de a rezolva probleme) pare să scadă progresiv odată cu vârsta. Cu toate acestea, inteligența cristalizată (de exemplu, reflectă asimilarea culturală - implică cunoștințe din învățarea anterioară și experiențe anterioare) pare să crească constant de-a lungul maturității (Cunningham și colab., 1975; Horn & Cattell, 1967).

Funcții fizice

După vârsta de 50 de ani, individul are tendința de a pierde un procent de 1-2% pe an din funcțiile fizice. Pierderea masei și calității musculare asociată cu vârsta, cunoscută și sub numele de sarcopenie, se datorează în principal atrofiei progresive și pierderii fibrelor musculare și a neuronilor motori. Aceste modificări contribuie la scăderea capacității funcționale musculare și a dizabilității funcționale (Anton et al., 2015). Sarcopenia este o problemă semnificativă de sănătate pentru adulții în vârstă, deoarece este asociată cu dezvoltarea dizabilității funcționale și poate duce la pierderea independenței (Anton et al., 2015). În timp ce locomoția afectată este, fără îndoială, preocuparea

caracteristică a sarcopeniei, atrofia musculară poate afecta alte funcții fiziologice, inclusiv reglarea glucozei, producția de hormoni și comunicarea celulară (Anton et al., 2015).

Îmbătrânirea nu implică neapărat declin, de fapt, acesta este unul dintre cele mai mari mituri despre îmbătrânire. Cu toate acestea, în prezent, mai multe studii arată că tabloul este mai complex decât credeam. Există zone în care apare declinul, mai ales dacă oamenii nu folosesc funcții specifice; de exemplu, există o pierdere așteptată a forței musculare sau osoase dacă oamenii nu fac mișcare. Sunt prevăzute schimbări legate de vârstă în sistemele noastre senzoriale, cum ar fi vederea și auzul. Pe de altă parte, există domenii în care există câștiguri în care oamenii devin, de exemplu, mai fericiți, relațiile sociale tind să crească, iar personalitatea tinde să se stabilizeze în timp. În acest sens, devine pertinent să analizăm domeniile în care există provocări care pot fi abordate într-o oarecare măsură și în care oamenii au oportunități vaste de a se îmbunătăți (Mills, 2023).

Cu toate acestea, vârsta cronologică nu este neapărat cel mai bun indicator al procesului de îmbătrânire al fiecărui individ (Marques, 2011); este clar că consecințele îmbătrânirii pot avea contururi mai mult sau mai puțin favorabile, care depind parțial de stadiul ciclului de îmbătrânire în care se află persoana (Lazarus & Lazarus, 2006). Astfel, în cursul îmbătrânirii pot fi găsite mai multe variații, diferențele individuale fiind mai degrabă regula decât excepția. Discrepanțele în îmbătrânire variază de la momentul în care aceasta începe până la viteza cu care se produce, dar sunt deosebit de notate în schimbările fizice și mentale care pot apărea (Lazarus & Lazarus, 2006). Astfel, pentru a înțelege starea fizică și psihologică a unui individ, trebuie să privim îndeaproape individul și să nu ne asumăm doar vârsta cronologică a individului. De asemenea, trebuie remarcat faptul că cursul vieții variază și în funcție de timpul în care trăim și diferă între culturi (Lazarus & Lazarus, 2006).

Conceptul de vârstă și domeniul de aplicare

Îmbătrânirea este în viața noastră încă de la naștere, este încorporată în contexte sociale și este modelată de factori. Îmbătrânim biologic, senescență, dar îmbătrânim și în cadrul unei rețele de socializare (ei, familie și comunitate). Aceste ipoteze, așteptări și credințe modelează îmbătrânirea umană și modul în care vedem îmbătrânirea (Ayalon & Tesch-Römer, 2018). Indivizii tind să generalizeze despre bătrânețe, îmbătrânire și modul în care tratează persoanele în vârstă. Această construcție stereotipă a bătrânilor, a îmbătrânirii și a bătrâneții se numește „vârstism”. Îmbătrânirea este un fenomen complex, cu mai multe straturi (Fragoso & Fonseca, 2022) care se referă la stereotipuri, prejudecăți și discriminare îndreptate asupra altora sau asupra propriei persoane pe baza vârstei (Ayalon & Tesch-Römer, 2018). Înseamnă că, pe lângă indivizii în vârstă, tinerii pot fi și ținta vârstniciei, evoluând astfel un răspuns la vârsta cronologică percepută despre un individ sau un grup (Hagestad & Uhlenberg, 2005).

Există diferite tipuri de discriminare (de exemplu, rasială, de gen etc.); cu toate acestea, discriminarea bazată pe vârstă este predominantă, profund înrădăcinată și mai acceptată social decât alte forme de prejudecăți (Nelson, 2005). Oamenii în vârstă tind să fie marginalizați, instituționalizați și „abandonați” de societate, dar acest lucru nu a fost întotdeauna cazul. În societățile preistorice și agrare, oamenii în vârstă erau adesea ținute la mare atenție; erau indivizii care aveau cunoștințe după vârsta lor și experiența mai semnificativă; ei erau considerați custozi înțelepți ai tradițiilor și istoriei poporului lor (Nelson, 2005).

Cu toate acestea, atitudinile față de persoanele în vârstă au început să se schimbe dramatic odată cu două evoluții majore în civilizație (Nelson, 2005): i) tiparnița și ii) revoluția industrială. Aceste atitudini negative au persistat în societatea noastră și au crescut. Oamenii în vârstă sunt acum tratați ca cetățeni fără niciun rol activ în societate, iar atitudinile negative cu privire la îmbătrânire care dau naștere vârstniciei tind să se manifeste în moduri subtile și sunt asociate cu un rol dependent.

Vârstismul explicit și implicit

Vârstismul poate fi fie implicit, în funcție de nivelul de conștientizare al persoanei care efectuează discriminarea, fie, pe de altă parte, depinde de nivelul persoanei vizate de discriminare și de conștientizarea și identificarea acesteia cu a fi o persoană în vârstă (Ayalon & Tesch-Römer, 2018):

- Explicit: îmbătrânirea unei persoane, fie prin gânduri, sentimente și acțiuni față de ceilalți, fie cu ea însăși, este conștientă de discriminare și este intenționată (adică este pe deplin conștientă și controlată asupra acțiunilor sale).
- Implicit: adulții unei persoane discriminează prin gânduri, sentimente și acțiuni față de alții sau față de ei înșiși, dar fără conștientizare, fără sentimente perjurioase și în afara controlului lor. Stereotipurile legate de vârstă și convingerile înrădăcinate declanșează compozițiile lor anti-ageist.

Există trei niveluri de discriminare în funcție de vârstă (Ayalon & Tesch-Römer, 2018):

- Nivel micro, care se referă la individ (eh, gânduri, emoții, acțiuni);
- Nivelul mezo, care se referă la grupuri, organizații și alte entități sociale (de exemplu, în domeniul muncii sau al serviciilor de sănătate);
- Nivel macro, care se referă la serviciile culturale sau la valorile sociale în ansamblu (de exemplu, reglementări politice).

Pe scurt, vârstismul este o modalitate cuprinzătoare de stereotipuri negative sau pozitive, de prejudecăți și/sau de discriminare împotriva (sau în avantajul) altor persoane pe baza vârstei lor cronologice sau a vârstei percepute. Vârstismul poate fi implicit sau explicit și exprimat la nivel micro, mezo sau macro. Adesea interiorizat de adulții în vârstă înșiși, vârstismul este în principal un fenomen invizibil (Fragoso & Fonseca, 2022).

Stereotipuri, prejudecăți și discriminări împotriva adulților în vârstă

Cele trei dimensiuni ale vârstniciei în vârstă sunt reprezentate de: stereotipuri (adică, gânduri), prejudecăți (adică, sentimente) și discriminare (adică, comportamente) (OMS, 2021).

- Stereotipurile: sunt caracterizate de structuri cognitive care stochează convingerile și așteptările noastre cu privire la caracteristicile membrilor grupurilor sociale, iar stereotipul este procesul de aplicare a informațiilor stereotipe. Stereotipurile ne ghidează comportamentul social și ne conduc comportamentele în viața de zi cu zi.
- Prejudecată: este o reacție emoțională sau un sentiment pozitiv sau negativ îndreptat către o persoană pe baza apartenenței sale percepute la grup. Prejudecățile contribuie la crearea sau menținerea relațiilor de statut ierarhic între grupuri.
- Discriminarea se referă la acțiuni, practici sau politici aplicate oamenilor din cauza percepției sau sentimentului lor de apartenență la un grup relevant din punct de vedere social, care le impune o anumită formă de dezavantaj (adică, discriminare negativă) sau avantaj (adică, discriminare pozitivă).

În vârstă, stereotipurile pe care oamenii le poartă cu privire la vârstă pot ghida inferențe pe care le fac despre ceilalți în funcție de vârsta lor, inclusiv abilitățile lor fizice și mentale de vârstă, competențele sociale și politice și credințele religioase. Aceste inferențe pot duce la generalizări excesive care consideră că fiecare persoană dintr-un anumit grup de vârstă este aceeași. De exemplu, o generalizare excesivă este că persoanele în vârstă sunt fragile, incompetenți și prietenoși sau că adulții mai tineri sunt materialişti, leneși și nerăbdători (OMS, 2021). Pe scurt, vârstismul implică modul în care gândim (adică, stereotipurile), simțim (adică, prejudecățile) și acționăm (adică, discriminarea) față de ceilalți și față de noi înșine în funcție de vârstă (OMS, 2021).

Interacțiuni între stereotipuri, prejudecăți și discriminare

Modul în care oamenii gândesc, simt și se comportă sunt strâns legate; aceste comportamente influențează direct relația dintre stereotipuri, prejudecăți și discriminare; este multidirecțională (OMS, 2021). Stereotipurile ne influențează gândirea și, prin urmare, influențează prejudecățile și discriminarea. Discriminarea este legată de modul în care gândim (adică stereotipuri și prejudecăți),

iar prejudecățile provin din stereotipuri care se răspândesc în discriminare. Aceste relații sunt influențate de contexte, inclusiv de legi și cultură (OMS, 2021).

Socializarea persoanelor în vârstă și vârstismul

Discursurile asociate cu îmbătrânirea și interacțiunile dintre aceste două cohorte pot contribui într-adevăr la îmbătrânirea intergenerațională (Ayalon & Tesch-Römer, 2018). Experiențele persoanelor în vârstă nu sunt modelate doar de un singur aspect al identității lor, ci mai degrabă de o combinație de factori, cum ar fi sexul, vârsta, religia, handicapul, sănătatea, locația, identitatea sexuală, istoricul migrației, statutul socioeconomic și etnia. Principalele procese care modelează comportamentele persoanelor în vârstă pot include dinamica vieții de zi cu zi, deciziile și presupunerile pe care oamenii le fac ca indivizi și interacțiunile dintre oameni (Ayalon & Tesch-Römer, 2018). Deși îmbătrânirea este un proces natural, modul în care societățile își văd cetățenii mai în vârstă și modul în care bătrânețea este privită de către indivizi vor influența atât modul în care sunt tratați persoanele în vârstă, cât și modul în care se văd pe ei înșiși (Ayalon, & Tesch-Römer, 2018).

Persoanele în vârstă sunt susceptibile la factori uriași care le condiționează sănătatea și statutul social. Pe lângă stresul de a face față dizabilității, care are un efect dăunător asupra bunăstării fiziologice și a calității vieții, creșterea căderilor și asocierea acesteia cu morbidități crescute determină persoanele în vârstă să adopte un comportament mai preventiv și uneori chiar la izolare. Împreună cu aceasta, impactul vulnerabilității economice asupra insecurității și sensibilității față de bunăstarea gospodăriilor, persoanele în vârstă au un rol mai puțin activ în familiile lor, așa că sunt forțate să se distanțeze și să se izoleze de rude (Ayalon & Tesch-Römer). , 2018).

Îmbătrânirea vârstei are consecințe grave și de amploare asupra sănătății oamenilor, bunăstării și drepturilor omului, costând societatea miliarde de dolari. Pentru persoanele în vârstă, vârsta este asociată cu scăderea sănătății fizice și mintale, creșterea izolării sociale și singurătății, o mai mare insecuritate financiară și scăderea calității vieții și moartea prematură (OMS, 2021).

Vârstismul crește izolarea socială și singurătatea în trei moduri principale (OMS, 2021):

- Sentimentul de excludere: vârstismul poate duce la sentimente de a fi nedorit, trădat și respins social, ceea ce poate duce la retragerea socială.
- Stereotipuri: prin credința în stereotipuri de vârstă (adică, bătrânețea este o perioadă de izolare socială și participare socială scăzută), persoanele în vârstă se pot exclude din societate deoarece cred că nu mai au un rol participativ.

- Politică și legi: odată cu înaintarea în vârstă, vârsta activă de muncă se termină, pensionarea, iar proiectarea comunităților nepotrivite comunității seniori (dificultate în accesul și rutele de transport) poate acționa ca bariere în calea participării persoanelor în vârstă la activități sociale, conducând la izolare socială și singurătate.

Nu numai că indivizii sunt nemulțumiți de procesul lor de îmbătrânire, dar avem și atitudini ambivalente față de persoanele în vârstă în general (OMS, 2021).

Prevenirea vârstniciei

Pentru a reduce vârsta, OMS (2021) evidențiază trei strategii, și anume politici și legi, activități educaționale și intervenții de contact intergenerațional. Politicile și legile pot fi folosite pentru a reduce și constrânge vârstismul împotriva oricărui grup de vârstă. Cu toate acestea, legislația trebuie să abordeze discriminarea și inegalitatea în funcție de vârstă, politicile care să asigure respectarea demnității tuturor oamenilor, indiferent de vârstă și legile privind drepturile omului (OMS, 2021). Intervențiile educaționale includ instruire care oferă informații, cunoștințe, abilități și activități pentru a crește empatia prin joc de rol, simulare și realitate virtuală. Intervențiile educaționale au un rol central de jucat în orice efort de reducere a vârstniciei (OMS, 2021). Intervențiile de contact intergeneraționale urmăresc să favorizeze interacțiunea între diferite generații. Această strategie ar trebui inclusă în orice efort cuprinzător de reducere a îmbătrânirii, împreună cu politici, legi și intervenții educaționale relevante (OMS, 2021).

Politica și Legea

Adoptarea politicilor și legilor formează o strategie critică care poate fi utilizată pentru a reduce sau elimina discriminarea în funcție de vârstă, în special discriminarea în funcție de vârstă. Prin definiție, politicile sunt planuri, angajamente sau cursuri de acțiune care sunt întreprinse pentru a atinge o anumită problemă în cadrul unei societăți. Legile corespund sistemului de reguli pe care o anumită țară sau comunitate le recunoaște ca reglementând acțiunile membrilor săi și pe care le poate aplica prin impunerea de sancțiuni. Legile ajută, de asemenea, la protejarea tuturor drepturilor omului și permit indivizilor să-și tragă guvernele la răspundere (OMS, 2021).

Politicile și legile menite să combată îmbătrânirea vârstei sunt destul de variate și includ legislația privind discriminarea în funcție de vârstă și egalitatea, precum și politicile care stabilesc acțiuni pentru a asigura respectarea corespunzătoare a demnității și a statutului egal al tuturor oamenilor, indiferent de vârstă, schimbă percepția comunității (a persoane mai în vârstă sau mai tinere), iau în considerare drepturile omului, un sistem care codifică drepturile omului ale persoanelor mai în vârstă și ale tinerilor și face ca aceste drepturi să fie aplicabile. Agențiile pentru drepturile omului, instanțele, ombudsmanii și organismele sunt folosite pentru a apăra și asigura egalitatea (OMS, 2021).

Deși efectele acestor politici sunt dificil de cuantificat schimbările observate, există șase exemple la nivel mondial care urmăresc combaterea vârstniciei împotriva persoanelor în vârstă (OMS, 2021):

- Declarația politică și Planul internațional de acțiune de la Madrid privind îmbătrânirea

În 2002, Adunarea Generală a Națiunilor Unite a adoptat Declarația politică internațională și Planul de acțiune privind îmbătrânirea de la Madrid (MIPAA); la articolul 5, declarația se angajează să elimine toate formele de discriminare, inclusiv discriminarea în funcție de vârstă. Toate țările semnatare revizuiesc stadiul implementării MIPAA și acțiunile necesare pentru a face progrese la fiecare cinci ani. Scopul imediat al abordării participative este de a se asigura că persoanele în vârstă își pot exprima opiniile cu privire la impactul politicilor și acțiunilor care le afectează viața. Scopul general este de a se asigura că persoanele în vârstă și alte părți interesate relevante sunt implicate în toate etapele, inclusiv în dezvoltarea strategică, elaborarea politicilor, identificarea activităților și monitorizarea și evaluarea. Scopul acestei abordări depășește generarea de cunoștințe și constă în sprijinirea acțiunilor și promovarea conștientizării publicului.

- Directiva-cadru privind egalitatea în muncă a Uniunii Europene

O piatră de hotar în protecția împotriva discriminării în funcție de vârstă în Uniunea Europeană a fost Directiva 2000/78/CE a Consiliului din 27 noiembrie 2000, de stabilire a unui cadru general pentru egalitatea de tratament în muncă și în muncă, care a implementat un cadru pentru asigurarea egalității între persoanele în muncă și ocupație. indiferent de vârsta lor, printre alte caracteristici protejate.

- Protocolul Uniunii Africane privind drepturile persoanelor în vârstă

O altă evoluție semnificativă, adoptată în ianuarie 2016, Protocolul interzice toate formele de discriminare împotriva persoanelor în vârstă. Acesta acoperă o serie de drepturi, inclusiv accesul la servicii de sănătate și drepturile la angajare, protecție socială și educație, oferind astfel un cadru guvernelor pentru a proteja aceste drepturi. Totuși, Protocolul nu interzice în mod explicit discriminarea în funcție de vârstă, ceea ce poate limita interpretarea acesteia la nivel național.

- Convenția Inter-Americană pentru Protecția Drepturilor Omului Persoanelor Vârstnice

Convenția Inter-Americană pentru Protecția Drepturilor Omului Persoanelor Vârstnice este primul tratat regional care protejează pe deplin drepturile omului ale persoanelor în vârstă. Interzice în mod explicit discriminarea bazată pe vârstă, încurajează atitudinile pozitive și tratarea demnă, respectuoasă și atentă a persoanelor în vârstă și promovează recunoașterea experienței, înțelepciunii, productivității și contribuțiilor persoanelor în vârstă la dezvoltarea societății.

- Cadrele juridice și politice ale Uruguayului

Cadrele juridice și politice naționale din Uruguay interzic orice discriminare bazată pe vârstă și garantează persoanelor mai în vârstă și mai tineri protecție juridică egală și eficientă împotriva discriminării, toți cetățenii sunt egali în fața legii. Uruguay a luat mai multe măsuri pentru a combate discriminarea pe criterii de vârstă în anumite sectoare, inclusiv ocuparea forței de muncă, prin politici de acțiune afirmativă și o interdicție specifică a discriminării oricărui lucrător pe criterii de vârstă.

- Legea privind egalitatea de șanse din Mauritius

În timp ce Constituția din Mauritius nu se referă în mod explicit la discriminarea în funcție de vârstă, prevederi specifice, cum ar fi Legea privind egalitatea de șanse din 2012, interzic în mod explicit o astfel de discriminare în diferite domenii de activitate, inclusiv angajare, educație, furnizare de bunuri, servicii sau facilități, locuințe, acces la facilități și sporturi, precum și la societăți, asociații și cluburi înregistrate. Legea privind egalitatea de șanse a instituit Comisia pentru șanse egale și Tribunalul pentru șanse egale, care examinează plângerile privind încălcarea drepturilor protejate de lege.

- Datele arată că adoptarea de politici și legi poate fi o strategie esențială pentru reducerea sau eliminarea vârstei.

Aceste tehnici care vizează combaterea vârstei variază și pot include legislație care abordează discriminarea și inegalitatea în funcție de vârstă, politici pentru a asigura respectarea demnității tuturor persoanelor, indiferent de vârstă și legile privind drepturile omului. Politica internațională și garanțiile legislative împotriva discriminării în funcție de vârstă ar trebui consolidate (OMS, 2021):

- Dezvoltați și aplicați legi și politici naționale anti-discriminare, modificați sau abrogeți legile și politicile existente care pot fi arbitrare și îmbunătățiți accesul la justiție pentru cei care depun plângeri bazate pe discriminarea în funcție de vârstă sau pe baza vârstei în general.
- Creșterea gradului de conștientizare a publicului cu privire la legile și politicile împotriva discriminării și a drepturilor omului.
- Cercetare pentru a îmbunătăți înțelegerea eficacității legislației și politicilor anti-discriminare existente și noi la nivel național și internațional.

Intervenții educaționale

După cum sa menționat anterior, vârstismul are diverse consecințe negative pentru adulții în vârstă, instituții și societăți. În această lume care îmbătrânește rapid, care va fi martoră la schimbări structurale în grupele de vârstă, educația și învățarea adulților par a fi o modalitate eficientă de a

îmbunătăți cunoașterea reciprocă între generații, de a deconstrui stereotipurile bazate pe vârstă și de a combate miturile și prejudecățile (Fragoso & Fonseca, 2022).). Învățarea pe tot parcursul vieții poate oferi un cadru esențial pentru îmbunătățirea vieții adulților în vârstă. Literatura de specialitate a arătat că adulții în vârstă preferă învățarea informală și/sau non-formală. Învățarea poate asigura incluziunea socială a persoanei în vârstă, promovând oportunități mai largi pentru persoanele în vârstă de a realiza schimbări sociale. Astfel, învățarea non-formală și informală are potențial incontestabil de a combate vârstismul și consecințele sale (Fragoso & Fonseca, 2022).

Intervențiile educaționale pentru reducerea vârstei se referă la o serie de activități, care sunt adesea combinate, inclusiv instruire care oferă informații, cunoștințe, abilități și competențe pentru a reduce stereotipurile de vârstă, prejudecățile și discriminarea. Aceste intervenții includ, de asemenea, activități care vizează creșterea empatiei prin luarea de perspectivă, folosind, de exemplu, jocul de rol, simularea și realitatea virtuală (OMS, 2021).

Intervențiile educaționale care urmăresc în primul rând să transmită informații și cunoștințe funcționează pe baza presupunerii că stereotipurile, prejudecățile și discriminarea rezultă din ignoranță, dezinformare, neînțelegere și gândire simplistă. Furnizarea de informații și exemple corecte împotriva stereotipurilor, diseminarea ideologiilor despre un anumit grup de vârstă și predarea unor abilități de gândire mai complexe permit oamenilor să-și reconsidere și să își actualizeze în mod conștient convingerile, sentimentele și comportamentele și să conducă la o scădere a vârstniciei. Iată câteva exemple diferite de intervenții educaționale (OMS, 2021):

- Ateliere și conversații – intervenție educațională cu element intergenerațional; 10 ateliere de lucru despre dezvoltarea umană de-a lungul vieții, inclusiv prelegeri, discuții, filme și pamflete, toate concentrându-se pe probleme importante pentru îmbătrânire.
- Documentare despre povestea vieții – Intervenție educațională față în față în care oamenii au vizionat și au discutat documentare despre povestea vieții.
- Intervenție bazată pe curriculum – Intervenție educațională față în față cu patru sesiuni interactive săptămânale care implică discuții de grup, jocuri, jocuri de rol și studii de caz.
- Realitatea virtuală - activități de realitate virtuală pentru a stimula empatia pentru persoanele în vârstă. Aceste trei activități au inclus: crearea unei imagini vizuale despre ei înșiși ca persoană în vârstă; o experiență captivantă a îndeplinirii diferitelor sarcini zilnice în casa unei persoane în vârstă cu fragilitate moderată. Prin realitatea virtuală, viteza mișcărilor și reacțiilor lor a fost încetinită, auzul le-a fost tocit și vederea încetșoșată.

Intervențiile educaționale sunt eficiente în reducerea vârstniciei. Cu toate acestea, ele cuprind intervenții disparate, cum ar fi cele care încearcă să transmită informații și cunoștințe în sala de clasă sau online și activități de îmbunătățire a empatiei, care includ jocuri de rol, jocuri de simulare și

realitate virtuală imersivă. Intervențiile educaționale și activitățile de contact intergenerațional sunt printre cele mai eficiente intervenții pentru reducerea vârstniciei, iar cele două funcționează bine atunci când sunt combinate și trebuie luate în considerare (OMS, 2021):

- Dezvoltarea intervențiilor educaționale, testarea și intensificarea, în toate țările, pentru a reduce vârstismul față de persoanele în vârstă;
- Dezvoltați intervenții educaționale ușor accesibile și ușor de utilizat, astfel încât acestea să poată fi mai ușor replicate și mai bine identificate caracteristicile lor esențiale;
- Estimați costul și rentabilitatea intervențiilor educaționale.

Intervenții de contact intergenerațional

Intervențiile de contact intergeneraționale promovează interacțiunea între oameni din generații diferite, devenind o strategie importantă de combatere a vârstniciei. De obicei, implică reunirea persoanelor mai în vârstă și a celor mai tineri pentru a lucra/interacționa în cooperare la sarcini care încurajează legătura și înțelegerea intergeneraționale. Aceste activități pot fi dezvoltate prin contact direct (adică, interacțiunea dintre două grupe de vârstă prin diverse contexte; programele școlare sunt printre cele mai frecvente) sau contact indirect (OMS, 2021). Programele intergeneraționale bazate pe teoria contactului intergrup (Allport, 1954; Pettigrew, 1998) se străduiesc să apropie două generații (adică, tineri și persoane în vârstă) pentru a promova și a facilita o schimbare de atitudini între acești actori. Autorii acestei teorii recunosc că contactul dintre două generații (contact intergrup) nu numai că reduce prejudecățile, ci și crește acuratețea percepțiilor lor față de cealaltă generație. Totuși, pentru ca aceste rezultate să fie atinse, dezvoltarea programului intergenerațional și, odată cu acesta, contactul intergenerațional ar trebui să respecte anumite condiții (Allport, 1954; Marques, et al., 2015; Pedro, 2019):

- 1 – existența unor circumstanțe egale pentru ambele generații, (adică diferenții participanți ar trebui să aibă roluri egale active în activitățile propuse).
- Al doilea – ar trebui să existe un obiectiv comun între participanții la program, care ar putea fi acela de a construi relații prin împărtășirea istoriei personale a celuilalt (de exemplu, provocări, realizări, amintiri) și, în consecință, experiențele lor. Acesta este un punct important în programele intergeneraționale, deoarece îmbunătățește schimbul de strategii, abilități și mărturii care au fost dezvoltate și la care au fost lucrate de-a lungul vieții, ceea ce promovează învățarea și împărtășirea între generații.
- 3 – este necesară încurajarea cooperării între cele două generații, promovând ajutorul reciproc și împărtășirea.

Cercetările ulterioare au identificat că intimitatea în cadrul interacțiunii facilitează efectele benefice ale contactului intergrup. Relațiile mai intime îmbunătățesc perceperea partenerului de interacțiune ca mai mult decât o „cunoștință”, promovând dezvoltarea prietenilor între grupuri (Requena et al., 2018).

Contactul intergrup poate reduce vârstismul prin facilitarea conexiunii dintre grupuri, reducerea prejudecăților și stereotipurile intergrup, reducerea anxietății cu privire la contactul intergrup și creșterea perspectivei și empatiei. Activitățile de contact intergeneraționale sunt cele mai frecvent utilizate pentru combaterea vârstniciei; există câteva exemple (OMS, 2021):

- Jocuri video în Singapore

Această intervenție intergenerațională din Singapore a implicat un contact direct între oameni mai în vârstă și cei mai tineri care s-au reunit pentru a juca jocuri video de șase ori pe parcursul a două luni. Rezultatele au arătat că plăcerea jocului a jucat un rol important în reducerea anxietății intergeneraționale și îmbunătățirea atitudinilor în rândul persoanelor în vârstă.

- Învățare prin serviciu în China, Regiunea Administrativă Specială Hong Kong

Această intervenție pentru studenții de asistenți medicali și de medicină din China și Hong Kong a constatat într-un atelier introductiv de jumătate de zi, o perioadă de interacțiune de 10 săptămâni și o sesiune de partajare interjecțională de jumătate de zi. Scopul a fost ca studenții mai tineri să învețe despre realitatea îmbătrânirii și cum s-au descurcat partenerii lor mai în vârstă. Intervenția a crescut cunoștințele generale ale studenților la medicină și asistență medicală despre îmbătrânire și înțelegerea lor asupra nevoilor de sănătate mintală la bătrânețe și a redus atitudinile lor negative față de adulții în vârstă.

- Partajarea casei în Portugalia

Programul Aconchego din Portugalia încurajează contactul direct și susținut între generații. În acest program, persoanele în vârstă oferă cazare studenților universitari, iar, în schimb, studenții ajută la atenuarea singurătății și izolării persoanelor în vârstă. Această inițiativă se potrivește cu atenție persoanelor în vârstă care trăiesc singure cu studenții care au nevoie de cazare, acordând o atenție deosebită așteptărilor, intereselor și poveștilor personale reciproce.

- Contact imaginar în Regatul Unit

O intervenție scurtă bazată pe contact intergenerațional indirect, imaginar, a fost folosită pentru a reduce atitudinile negative explicite și implicite față de persoanele în vârstă în rândul studenților de licență din Marea Britanie. Elevii au fost instruiți să petreacă două minute imaginându-se că întâlnesc un străin mai în vârstă pentru prima dată și au fost rugați să-și imagineze că vor descoperi

lucruri interesante și neașteptate despre această persoană. Intervenția a redus atitudinile negative explicite față de persoanele în vârstă și o părtinire implicită care favorizează tinerii față de persoanele în vârstă.

Shannon și colegii (2021) propun o listă de verificare bazată pe cele mai bune practici intergeneraționale:

1. Facilitatorii pregătesc activitatea ținând cont de interesele și experiențele participanților
2. Activitatea este adecvată vârstei și rolului copiilor/tinerilor
3. Activitatea este adecvată vârstei și rolului persoanelor în vârstă
4. Raportul dintre persoane în vârstă și copii/tineri este egal sau aproape egal
5. Participanții sunt organizați în perechi sau în grupuri mici
6. Materialele sunt partajate
7. Facilitatorii ghidează activitatea într-un mod care promovează interacțiunea intergenerațională
8. Sunt luate în considerare adaptările la spațiul fizic
9. Distragerile sunt minimizate
10. Personalul evită facilitarea excesivă
11. Echipa a fost receptivă la ambele generații de participanți
12. Echipa circulă prin zona în care se desfășoară activitatea
13. Activitatea este documentată (de ex. fotografii, formulare de evaluare)

Pe lângă reducerea vârstniciei, acest contact intergenerațional are și alte beneficii pentru persoanele în vârstă, și anume promovarea stării de sănătate și a bunăstării psihosociale îmbunătățite, creșterea stimei de sine, reducerea suferinței, scăderea singurătății, ceea ce duce la un sentiment mai mare de conexiune socială și creșterea solidarității intergeneraționale. (OMS, 2021):

- Dezvoltați intervenții educaționale și intergeneraționale combinate pentru a reduce vârstismul față de persoanele în vârstă și mai tinere;

- Identificați caracteristicile cheie ale intervențiilor de contact intergenerațional și educațional în intervențiile combinate;
- Este importantă estimarea costurilor intervențiilor intergeneraționale doar cu contact intergenerațional și intervenții de contact combinate.
- Investigați prietenii intergeneraționale și determinați impactul asupra reducerii vârstei.

Pentru a preveni și a răspunde la vârstă, ar trebui să se acorde prioritate celor trei strategii susținute: politici și legi, intervenții educaționale și intervenții de contact intergenerațional (OMS, 2021).

Modul de formare

I. Informații de bază	
Numele modului	Învățat adult în vârstă
Partener responsabil	Aproximar
Scopul Modulului	Scopul modului este ca educatorii de adulți și alții care creează activități educaționale pentru adulții în vârstă să înțeleagă principalele caracteristici ale cursanților adulți și procesele asociate în general cu îmbătrânirea.
Obiectivele de învățare	Formatorul ar trebui: <ul style="list-style-type: none"> ● Identificați diferite caracteristici ale îmbătrânirii; ● Recunoașteți stereotipurile de vârstă și conceptul de vârstăism; ● Specificați strategii de prevenire/combatere a vârstniciei.
Subiect și context (schema modului)	Caracteristici ale vârstei Conceptul de vârstă și domeniul de aplicare Stereotipuri, prejudecăți și discriminări împotriva adulților în vârstă Socializarea persoanelor în vârstă și vârstismul Prevenirea vârstniciei
Grup țintă	Educatori de adulți și alții care creează activități educaționale pentru adulții în vârstă.
Medii și echipamente educaționale	1. Zona fizică a sălii de antrenament și/sau spațiu online 2. Tablă/ Flipchart și markere

	<p>3. PPT, computer și proiector</p> <p>4. Hârtii/coli și pixuri</p> <p>5. Fișe</p>
II. Modulul Capitolul 2: Îmbătrânirea elevului adult	
<p>Cuvânt înainte</p> <p>Prin acest modul, sperăm să le oferim educatorilor de adulți cunoștințe și fundamente teoretice cu privire la factorii și caracteristicile importante ale procesului de îmbătrânire, precum și instrumente esențiale pentru identificarea și evitarea situațiilor de vârstă în contexte de învățare.</p>	
<p>Rezumatul modului/ Conținutul principal/ Relevanța</p>	<p>Acest modul acoperă diferite specificități despre grupul de persoane în vârstă ca cursanți, procesul de îmbătrânire în sine și influențele și impacturile pe care le poate avea. Se dobândesc cunoștințe asupra fenomenelor care pot influența educatorul în relațiile cu acest grup, dar și asupra modului în care oamenii în vârstă privesc, interacționează și iau decizii care le pot afecta comportamentul și disponibilitatea de a continua să învețe pe tot parcursul vieții.</p> <p>Modulul trece prin conceptul de vârstăism, diferitele sale forme, impacturi și măsuri de reducere/eliminarea acestuia.</p>
<p>Orar și program</p>	<p>4h (din care 90 min, pentru activități: 45+45)</p>
<p>Rezultatele învățării ale modului</p>	<p>La sfârșitul modului, participanții ar trebui să fie capabili să:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Recunoașteți individualizarea procesului de îmbătrânire.

	<ul style="list-style-type: none"> ● Identificați stereotipuri de vârstă și situații de vârstă. ● Identificați și propuneți modalități/activități de reducere/combateră a vârstniciei
--	---

Evaluare

Î: Procesul de îmbătrânire se caracterizează prin:

- Diferențele individuale, pot exista unele câștiguri, dar există în principal pierderi, iar vârsta cronologică este cel mai bun indicator al procesului de îmbătrânire al fiecărui individ.
- Un declin general.
- O scădere a sănătății și a funcțiilor cognitive pe măsură ce crește vârsta.
- Diferențele individuale, pot exista unele câștiguri și pierderi, cu toate acestea, vârsta cronologică nu este neapărat cel mai bun indicator al procesului de îmbătrânire al fiecărui individ

Î: Stereotipurile de vârstă sunt:

- Fapte care se bazează pe vârsta fizică a persoanelor în vârstă
- Credințele care se bazează pe vârsta cronologică percepută a indivizilor.
- Fapte care se bazează pe vârsta fizică a indivizilor.

d) Credințele care se bazează pe vârsta cronologică percepută a persoanelor în vârstă.

e) Nu stiu

Î: Termenul de vârstă se referă la:

- Stereotipuri și prejudecăți privind persoanele în vârstă.
- Discriminarea față de ceilalți și față de noi înșine în funcție de vârstă.
- Discriminare și prejudecăți față de persoanele în vârstă.
- Stereotipuri, prejudecăți și discriminare față de ceilalți și față de noi înșine în funcție de vârstă.
- Stereotipuri, prejudecăți și discriminare față de ceilalți în funcție de vârstă.

Î: Care sunt cele trei moduri principale prin care vârstismul poate crește izolarea socială și singurătatea?

- Discriminare; Stereotipuri; Politică și legi

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> b) Doborârea excluderii; Stereotipuri; Politică și legi c) Doborârea excluderii; Politică și legi; Comportament care a erodat prejudecățile d) Comportament care a erodat prejudecățile; Stereotipuri; Politică și legi e) Nu știu | <ul style="list-style-type: none"> a) Proteste, activități educaționale și intervenții de contact intergenerațional b) Politici și legi, activități educaționale și intervenții de contact intergenerațional c) Politici și legi, activități educaționale și intervenții directe d) Proteste, activități educaționale și intervenții directe e) Politici și legi, proteste și activități intergeneraționale |
|---|--|

Î: Care sunt cele trei strategii principale de reducere a vârștniciei:

Activități de învățare activă

A2.1 Caracteristicile vârștei

Modul	M2: Curent adult în vârștă
Capitol	2.1- Caracteristici ale vârștei
Denumirea activității	Dezmințirea stereotipurilor de vârștă
OBIECTIV(E)	Această activitate își propune ca participanții să reflecteze asupra opiniilor, stereotipurilor și prejudecăților lor. Chiar dacă știu că frazele prezentate sunt „mituri” sau nu sunt 100% adevărate, scopul este ca ei să reflecteze asupra dovezilor care îi fac să creadă că parțial sunt sau parțial nu și pot spune de ce sunt de acord. sau nu sunt de acord. Scopul nu este de a „corecta” oamenii, ci de a oferi unele cunoștințe, fapte și studii care pot contracara posibilele opinii stereotipe.
METODE	Reflecție individuală și discuții de grup
TIMP ALOCAT	5/10 min. pentru reflecție + 15 min, pentru discuții în grup mare

RESURSE NECESARE	<p>Instrument online precum mentimetru* sau șablon de cuvinte, pixuri.</p> <p>Mentimetru vă permite să aveți rezultatele grupului într-o formă anonimă, permițându-vă să înțelegeți tendința grupului față de fiecare întrebare. Prin urmare, este un instrument bun pentru acest exercițiu, chiar și în format față în față.</p>
INSTRUCȚIUNI*	<p>Pentru a desfășura această activitate, facilitatorul ar trebui să distribuie șablonul de cuvinte sau să folosească un instrument online care conține diferitele mituri/fapte (Anexa A) și să solicite participanților să reflecteze asupra fiecărei fraze și să răspundă (adevărat sau fals) în funcție de opiniile și opiniile lor. despre persoanele în vârstă și despre procesul de îmbătrânire.</p> <p>După ce toți participanții au răspuns la afirmațiile prezentate, facilitatorul ar trebui să le parcurgă pe fiecare și să vadă în grupul mare ce au răspuns și de ce. Demistificarea prejudecăților și a miturilor care există (chiar dacă sunt mai puțin conștiente).</p>
REFERINȚE	<p>https://www.nia.nih.gov/health/10-myths-about-aging</p>
FOLOSE	<p>Anexa A</p>

Anexa A – Dezmințirea stereotipurilor de vârstă

1. Depresia este o problemă foarte frecventă la bătrânețe.

Adevărat sau Fals

[**Fals** : Pe măsură ce îmbătrânim, ne putem simți izolați și singuri. Acest lucru poate duce la sentimente de depresie, anxietate și tristețe. Cu toate acestea, aceste sentimente nu sunt o parte normală a îmbătrânirii, deoarece îmbătrânirea poate avea multe beneficii emoționale, cum ar fi relații de lungă durată cu prietenii și familia și o viață întreagă de amintiri de împărtășit. Studiile arată că adulții în vârstă sunt mai puțin susceptibili de a experimenta depresie în comparație cu adulții tineri.]

2. Pe măsură ce adulții îmbătrânesc, inteligența lor scade semnificativ.

Adevărat sau Fals

[**Fals** : Cercetările arată că performanța intelectuală la indivizii sănătoși se menține până la bătrânețe. Declinul intelectual este de obicei mic în anii 60 și 70 și este probabil de puțină

importanță pentru un comportament competent. Poate exista o scădere medie pentru majoritatea abilităților observată până la vârsta de 80 de ani, deși chiar și în această grupă de vârstă există diferențe individuale mari. Cercetările indică faptul că aceasta este o etapă a vieții de mare plasticitate și dezvoltare a abilităților unice, astfel încât declinul intelectual poate fi modificat de schimbări ale stilului de viață, cum ar fi activitatea fizică, o dietă sănătoasă, stimularea mentală și interacțiunea socială.]

3. Majoritatea persoanelor în vârstă devin senile în timpul bătrâneții.

Adevărat sau Fals

[**Fals** : Demența nu face parte din procesul de îmbătrânire. Deși riscul de demență poate crește pe măsură ce oamenii îmbătrânesc, nu este inevitabil și mulți oameni trăiesc până la 90 de ani sau mai mult, fără scăderile semnificative atât ale gândirii, cât și ale comportamentului care caracterizează demența.]

4. Adulții tind să devină mai spirituali pe măsură ce îmbătrânesc.

Adevărat sau Fals

[**Adevăr** : Spiritualitatea este diferită de religie și de participarea la religie ca instituție socială. Spiritualitatea, conform lui Robert Atchley (2008), se referă la „o regiune interioară, subiectivă a vieții, care se învârtă în jurul experiențelor individuale de a fi, transcenderea eului personal și conectarea cu sacrul”. Poate apărea în sau în afara contextelor religioase. Continuarea creșterii spirituale pare a fi o frontieră deosebit de importantă pe măsură ce îmbătrânim.]

5. Adulții în vârstă sunt incapabili să învețe informații noi.

Adevărat sau Fals

[**Fals** : Deși performanța de învățare tinde în medie să scadă odată cu vârsta, toate grupele de vârstă pot învăța. Cercetările arată că performanța de învățare poate fi îmbunătățită prin instruire și practică, timp suplimentar pentru a învăța informații sau abilități și relevanța sarcinii de învățare pentru interese. S-a descoperit că cei care își exercită în mod regulat abilitățile de învățare își mențin eficiența învățării pe tot parcursul vieții.]

6. Toate cele cinci simțuri tind să scadă odată cu vârsta.

Adevărat sau Fals

[**Adevărat** : Deși există o variație individuală considerabilă, în medie procesele senzoriale (văzul, auzul, gustul, mirosul și atingerea) nu funcționează la fel de bine ca în vârstă. Cu alte cuvinte, pragul

la care percepem stimulii crește odată cu vârsta. Lentila ochiului, de exemplu, este mai puțin capabilă să-și schimbe forma pentru a se adapta la obiectele apropiate și îndepărtate, iar dimensiunea pupilei scade pentru a lăsa mai puțină lumină.]

7. Adulții în vârstă seamănă mai mult între ei decât tinerii.

Adevărat sau Fals

[**Fals** : Adulții în vârstă sunt cel puțin la fel de diverși ca orice alt grup de vârstă și, în multe dimensiuni, pot fi de fapt mai diverși datorită sănătății, rolului social și experiențele lor variate de-a lungul vieții. Este eronat să vorbim despre adulții în vârstă ca „bătrâni”, deoarece acest termen poate ascunde marea eterogenitate a acestei grupe de vârstă.]

8. Adulții în vârstă nu se adaptează la fel de bine ca grupele de vârstă mai mici atunci când se mută într-un mediu nou.

Adevărat sau Fals

[**Fals** . Deși unele persoane în vârstă pot experimenta o perioadă prelungită de adaptare, nu există dovezi care să arate relocarea dăunătoare pentru persoanele în vârstă. Studiile asupra rezidenților comunității au găsit o distribuție aproximativ normală a rezultatelor. Pentru mulți, relocarea aduce o potrivire mai bună între nevoile personale și cerințele mediului fizic și social.]

9. Majoritatea persoanelor în vârstă au trăsăturile și temperamentele bine definite și sunt incapabile de schimbare.

Adevărat sau Fals

[**Fals** : Majoritatea persoanelor în vârstă nu sunt „puse în căile lor și nu se pot schimba”. Există unele dovezi că persoanele în vârstă tind să devină mai stabile în atitudinile lor și, în consecință, în comportamente, dar este clar că persoanele în vârstă se schimbă. Pentru a supraviețui, ei trebuie să se adapteze la multe evenimente din viață, cum ar fi pensionarea, părăsirea copiilor de acasă, văduvie, mutarea în case noi și boli grave.]

10. Lucrătorii în vârstă nu sunt la fel de productivi ca lucrătorii mai tineri

Adevărat sau Fals

[**Fals** : iese în evidență tendința de a percepe lucrătorii mai în vârstă ca având competențe mai scăzute, mai puțină motivație și ca fiind mai puțin productivi în comparație cu lucrătorii mai tineri. În ciuda prevalenței acestor stereotipuri, există puține dovezi în literatura de specialitate că există

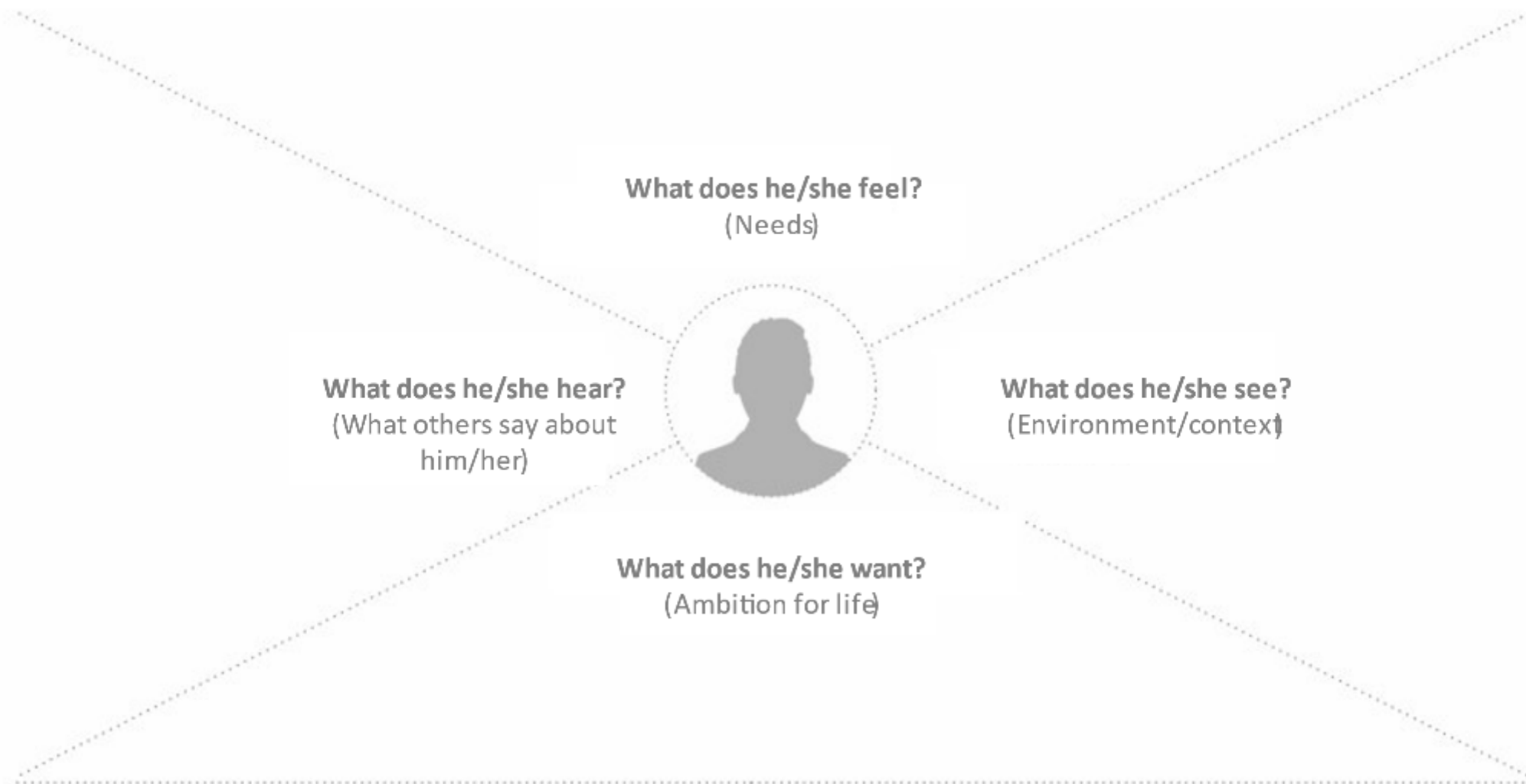
o relație între performanța la locul de muncă și vârsta lucrătorilor, dar că rezultatele lucrătorilor mai în vârstă și ale celor mai tineri sunt similare.]

A2.2 Conceptul de vârstă și domeniul de aplicare

Modul	M2: Curent adult în vârstă
Capitol	2.2- Conceptul de vârstă și domeniul de aplicare
Denumirea activității	Harta empatiei
OBIECTIV(E)	Obiectivele acestei activități sunt de a oferi cursantului un moment de reflecție, permițându-i să se pună în rolul unei persoane în vârstă și să „experimenteze” cum este să fii o persoană care aparține/este văzută ca aparținând grupului. a persoanelor în vârstă.
METODE	<i>Discuție de grup/ reflecție sau reflecție individuală.</i>
TIMP ALOCAT	20/30 min. pentru reflecție + 15 min, pentru partajarea în grup mare
RESURSE NECESARE	Fișă în Anexă, pixuri (și, dacă se preferă, post-it-uri). Pentru adaptarea online, facilitatorul poate folosi Jamboard. Participanții au scufundat-o în diferite săli online și atribuie fiecăreia câte o tablă Jamboard, astfel încât să poată scrie direct pe ea.
INSTRUCȚIUNI*	Această activitate poate fi desfășurată în grupuri mici, astfel încât participanții să poată discuta diferitele lor perspective (dacă se preferă, poate fi implementată și individual și discutată ulterior într-un grup mare). Formatorul creează grupuri mici și distribuie fișele, șabloane de hărți empatie și le cere participanților să se imagineze ca elevi adulți mai în vârstă și să completeze harta. Participanții vor avea la dispoziție 20 până la 30 de minute pentru a discuta (sau a se auto-reflecta dacă sunt într-un cadru individual) și apoi 15 minute pentru discuții și împărtășiri în grup mare.
REFERINȚE	

FOLOSE

Harta empatiei din anexa B.

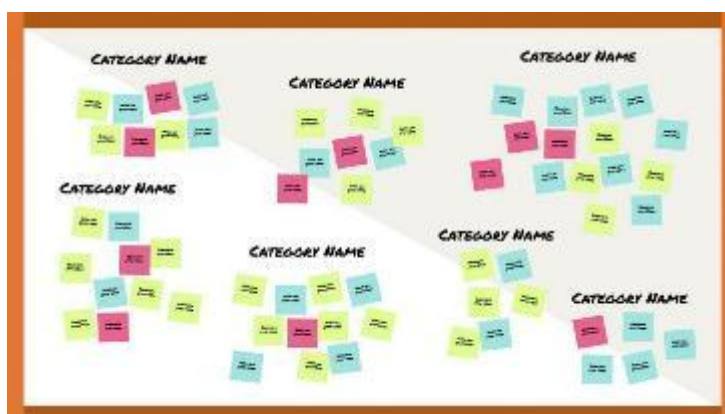


A2.3 Stereotipuri, prejudecăți și discriminări împotriva adultului în vârstă

Modul	M2: Curent adult în vârstă
Capitol	2.3- Stereotipuri, prejudecăți și discriminări împotriva adultului în vârstă
Denumirea activității	Introspecție și schimburi
OBIECTIV(E)	Această activitate își propune să dezvolte un exercițiu de cartografiere participativă pentru a explora prejudecățile și stereotipurile despre cursanții adulți mai în vârstă. Oferirea oportunității participanților de a reflecta asupra propriilor stereotipuri, temerilor lor cu privire la predarea acestui grup și oportunităților.
METODE	Formă de brainstorming pentru a dezvolta o cartografiere participativă folosind post-it-uri. Participanții își scriu ideile pe hârtie mică și le lipesc pe un perete/șablon. Avantajele acestei metode sunt că oamenii pot sta și pot gândi în liniște înainte ca ideile altora să-i influențeze, iar bucățile de hârtie pot fi re poziționate pentru a ajuta la gruparea ideilor.
TIMP ALOCAT	20 pentru auto-reflecție + 30 de minute pentru împărtășire și discuții în grup.
RESURSE NECESARE	<ul style="list-style-type: none"> • Post-it-uri (de preferință de diferite culori) • Pixuri • Tablă sau suprafață albă pentru a crea grupurile de post-it <p>Dacă este necesară adaptarea pentru sesiunile online, se poate folosi Jamboard</p>
INSTRUCȚIUNI*	<ul style="list-style-type: none"> • Facilitatorul le cere participanților să reflecteze asupra sentimentelor, prejudecăților și stereotipurilor lor despre adulții în vârstă ca elevi. • Participanții își fac brainstorming ideile folosind note Post-it. • Participanții lucrează apoi împreună pentru a grupa notele Post-it în zone tematice. • Facilitatorul analizează împreună cu grupul răspunsurile apărute.

	<p>Activitatea își propune să dezvolte un exercițiu de cartografiere participativă pentru a explora prejudecățile și stereotipurile despre cursanții adulți mai în vârstă. Scopul principal este de a explora și analiza ceea ce participanții văd ca provocări și oportunități în ceea ce privește predarea și implicarea acestui grup. Am încercat să înțelegem „starea artei” și în ce măsură există deschiderea participanților pentru a reflecta și a se confrunta cu propriile lor stereotipuri. Știind ceea ce văd ei drept beneficii ne va permite să le evidențiem și să le construim pe acestea. Înțelegerea constrângerilor/temerilor participanților ne va permite să abordăm aceste situații și să găsim modalități de a evita aceste constrângeri.</p>
<p>REFERINȚE</p>	<p>Școli pentru viitorii tineri. (2017). Metode de învățare participativă. Proiect Erasmus+. https://sfyouth.eu/images/toolkit/global_citizenship_education/Participatory LearningMethods.pdf</p> <p>Townsend, L. (2015). Comunitățile de artizanat rural în era digitală: Raport final. <i>Documente de lucru ale rețelei Comunităților și Culturii+</i>, 6, 2052-7268 http://eprints.whiterose.ac.uk/114815/</p>
<p>FOLOSE</p>	<p>-</p>

Exemplu vizual:



Activitate de învățare activă – descriere

Modul	M2: Curent adult în vârstă
Capitol	2.5- Prevenirea vârstniciei
Denumirea activității	Cele 5 de ce
OBIECTIV(E)	Această activitate își propune să ajungă la miezul unei probleme sau provocări. Permite participanților să pună întrebarea „de ce” și să se bazeze pe reflecția anterioară.
METODE	După cum sugerează titlul, grupul definește o problemă și apoi întreabă „de ce” de cinci ori, folosind adesea explicația rezultată ca punct de plecare pentru rezolvarea creativă a problemelor.
TIMP ALOCAT	20 pentru auto-reflecție + 30 de minute pentru împărtășire și discuții în grup.
RESURSE NECESARE	<ul style="list-style-type: none"> ● Pixuri ● Hârtie ● Witeboard/Flipchart <p>Dacă este necesară adaptarea pentru sesiunile online, se poate folosi Jamboard</p>
INSTRUCIUNI*	<p>1- Facilitatorul ar trebui să împartă participanții în grupuri mici și să le ceară să creeze o enunțare a problemei. Acest lucru ajută la reunirea grupului și la concentrarea asupra provocării specifice. Participanții îl pot scrie în partea de sus a hârtiei/tabletei albe/flipchart-ului. Enunțul problemei ar trebui să fie un singur enunț formulat cât mai concis posibil.</p> <p>de exemplu, „. Oamenii în vârstă sunt vârstnici față de ei înșiși. Oamenii în vârstă nu se angajează în activități intergeneraționale”.</p> <p>2- Facilitatorul întreabă grupul: De ce avem această problemă? Discutați răspunsul. Încercați să o încapsulați într-o altă declarație concisă a problemei.</p> <p>3 - Facilitatorul întreabă din nou: De ce avem această problemă? Din nou, discutați răspunsul și încapsulați-l într-o declarație a problemei.</p>

	<p>4- Dacă grupul simte că a identificat cauza principală a problemei, atunci poți să nu mai întrebi de ce. Dacă nu, atunci continuă ciclul.</p> <p>5- Odată ce au formularea problemei rădăcină, întrebați grupul cum ar dori să procedeze pentru a o rezolva.</p>
REFERINȚE	Hyper Island (2019). <i>Cele 5 de ce</i> . https://toolbox.hyperisland.com/the-5-whys
FOLOSE	-

Referințe

Anton, SD, Woods, AJ, Ashizawa, T., Barb, D., Buford, TW, Carter, CS și Pahor, M. (2015). Îmbătrânire cu succes: Avansarea științei independenței fizice la adulții în vârstă. *Aging Research Reviews*, 24 , 304–327. <https://doi.org/10.1016/j.arr.2015.09.005>

Becker, G. (1994). Cel mai vechi bătrân: Autonomie în fața fragilității. *Journal of Aging Studies*, 8 (1), 59–76. [https://doi.org/10.1016/0890-4065\(94\)90019-1](https://doi.org/10.1016/0890-4065(94)90019-1)

Cunningham, W., Clayton, V., & Overton, W. (1975). Inteligența fluidă și cristalizată la vârsta adultă tânără și bătrânețe. *Journal of Gerontology*, 30 (1), 53–55.

Fragoso, A., & Fonseca, J. (2022). Combaterea vârstniciei prin educația și învățarea adulților. *Științe sociale*, 11 (110). <https://doi.org/10.3390/socsci11030110>

Horn, J. și Cattell, R. (1967). Diferențele de vârstă în inteligența fluidă și cristalizată. *Acta Psychologica*, 26 , 107–129.

Kulik, CT, Ryan, S., Harper, S. și George, G. (2014). Îmbătrânirea populației și management. *Academy of Management Journal*, 57 (4), 929–935. <https://doi.org/10.5465/amj.2014.4004>

Lazarus, R., & Lazarus, B. (2006). Cursul tipic al îmbătrânirii. În R. Lazarus și B. Lazarus (eds.), *Coping with aging* (pp. 10–20). Oxford University Press.

Marques, S. (2011). *Discriminação da terceira idade* . Fundação Francisco Manuel dos Santos & Relógio d'Água Editores.

Requena, M., Swift, H., Naegle, L., Zwamborn, M., Metz, S., Bosems, W. și van Hoof, J. (2018). Metode educaționale care utilizează interacțiunea intergenerațională pentru combaterea

vârștncii. În L. Ayalon, & C. Tesch-Römer (Eds.), *Contemporary perspectives on ageism* (Vol. 19, pp. 383–402). Springer Open. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-73820-8>

Shannon, J., și colab. (2022). Practicile programului prezic interacțiunea intergenerațională între copii și adulți. *Gerontolog*, 62 (3), 385–396.

Vellas, BJ, Albarede, JL și Garry, PJ (1992). Boli și îmbătrânire: modele de morbiditate cu vârsta; relația dintre îmbătrânire și bolile asociate vârstei. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 55 (6), 1225S–1230S. <https://doi.org/10.1093/ajcn/55.6.1225s>

Organizația Mondială a Sănătății. (2021). *Raport global asupra vârștncii* . Organizația Mondială a Sănătății, Departamentul Națiunilor Unite pentru Afaceri Economice și Sociale, Fondul Națiunilor Unite pentru Populație, Biroul Națiunilor Unite al Înaltului Comisar pentru Drepturile Omului.

Organizația Mondială a Sănătății. (2022). *Îmbătrânire și sănătate* . Organizația Mondială a Sănătății. Preluat de la <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>



modulul 3

Învățarea pentru adulții în vârstă



Modul 3

Învățare pentru adulții în vârstă

Modulul de formare 3 se concentrează pe înțelegerea modului în care învață adulții în vârstă. În timp ce învățarea are loc pe tot parcursul vieții, învățarea eficientă și eficientă necesită o planificare atentă a procesului de învățare. Pentru grupul țintă al proiectului PAGES – adulții în vârstă – este crucial să se recunoască abordările lor unice de învățare. Spre deosebire de copii sau adulții mai tineri, adulții în vârstă aleg să învețe subiecte pe care le consideră relevante, în ritmul lor și conduși de motivațiile lor interne. Această motivație intrinsecă înseamnă adesea că ei participă la învățare sau activități în mod voluntar și rămân implicați prin alegere.

Mediile de învățare joacă un rol vital în promovarea socializării. Aceste setări oferă oportunități pentru indivizi din medii diverse de a interacționa și de a se înțelege unul pe celălalt. Fără o astfel de interacțiune, mediile pot perpetua excluderea și discriminarea, mai ales atunci când indivizii nu sunt familiarizați sau empatici unul cu celălalt. Socializarea și interacțiunile semnificative pot contracara aceste dinamici negative, promovând incluziunea și respectul reciproc.

Cu toate acestea, adulții în vârstă se confruntă adesea cu provocări semnificative în participarea și continuarea activităților. Un factor cheie care contribuie la această problemă este lipsa de conștientizare a educatorilor cu privire la caracteristicile și nevoile de învățare ale adulților în vârstă. Atunci când educatorii nu înțeleg cum învață adulții în vârstă, acești cursanți se pot simți deconectați sau nesprijiniți, ceea ce îi face să părăsească mediul de învățare prematur. Această plecare timpurie nu numai că le împiedică oportunitatea de a învăța, dar le limitează și șansele de integrare socială.

Pentru a aborda aceste provocări, este esențial ca educatorii adulților și asistenții sociali să înțeleagă procesele de învățare ale adulților în vârstă. Prin proiectarea unor medii de învățare incluzive și de susținere, educatorii pot ajuta adulții în vârstă să rămână implicați pentru perioade mai lungi, încurajând o socializare mai mare. Participarea la diverse activități în timpul formării le permite adulților în vârstă să interacționeze cu oameni din medii diferite, sporindu-le capacitatea de a empatiza și de a construi conexiuni. De-a lungul timpului, acest proces ajută la demontarea stereotipurilor care perpetuează discriminarea, luând măsuri semnificative în combaterea vârstei.

Învățare pentru adulții în vârstă

Învățarea are loc continuu și adesea inconștient. În ultimii ani, progresele tehnologice au făcut ca învățarea informală să devină din ce în ce mai răspândită, deoarece multe instrumente tehnologice facilitează învățarea întâmplătoare. Cu toate acestea, structurarea învățării în jurul unor obiective specifice rămâne una dintre cele mai eficiente și mai eficiente modalități de a obține rezultatele dorite. Învățarea intenționată nu numai că facilitează transferul de cunoștințe, dar promovează și obiective importante, cum ar fi socializarea, îmbătrânirea activă și cetățenia activă.

Înțelegerea modului în care oamenii învață este esențială pentru a concepe experiențe de învățare care să îndeplinească aceste obiective. Pentru adulți, și în special pentru adulții în vârstă, activitățile de învățare trebuie să se alinieze cu caracteristicile lor unice pentru a asigura succesul. Atunci când mediile de învățare nu reușesc să le satisfacă nevoile, este puțin probabil ca adulții în vârstă să-și investească timpul prețios în astfel de activități. Timpul este deosebit de prețios pentru adulții în vârstă, ceea ce face esențial să oferim experiențe eficiente și satisfăcătoare, oferind în același timp oportunități de socializare.

Principiile de învățare pentru adulții în vârstă se aliniază îndeaproape cu cele ale altor adulți. După cum sa evidențiat în modulul proiectului care abordează principiile învățării adulților, adulții au tendința de a învăța într-o manieră orientată către probleme, concentrându-se pe informațiile pe care le percep ca rezolvând probleme specifice. În mod similar, adulții în vârstă sunt motivați de factori intrinseci, cum ar fi dorința de a-și îmbunătăți calitatea vieții și de a se adapta la schimbările societale.

Cu toate acestea, există unele distincții în ceea ce privește nevoile de învățare ale adulților în vârstă. De exemplu, adulții în vârstă urmăresc adesea să învețe pentru a naviga mai bine în schimbările sociale, pentru a-și îmbunătăți standardele de viață, pentru a aborda provocările personale și pentru a înțelege realitățile societale (Koulaouzides & Popović, 2017). Ei manifestă, de asemenea, un interes din ce în ce mai mare pentru activitățile de învățare pe tot parcursul vieții, pentru a rămâne conectați cu inovațiile vieții de zi cu zi și pentru a-și menține sau îmbunătăți calitatea vieții (Kılıç, 2018). Astfel de experiențe de învățare oferă oportunități esențiale pentru adulții în vârstă, în timp ce lucrează pentru a se adapta la evoluțiile în curs (Kaya, 2016).

Pentru a realiza pe deplin aceste oportunități, este esențial să se creeze medii de sprijin care să încurajeze adulții în vârstă să rămână implicați în învățare pentru perioade mai lungi. Aceste medii ar trebui să acorde prioritate nu numai achiziției de cunoștințe, ci și împlinirii personale, interacțiunii sociale și dezvoltarea abilităților care le permit adulților în vârstă să navigheze și să prospere într-o lume în continuă schimbare.

După cum sa subliniat în secțiunile anterioare, procesele de învățare ale adulților în vârstă au multe asemănări cu cele ale altor adulți. Cu toate acestea, există diferențe notabile care trebuie luate în considerare:

- **Scăderea ratei de învățare**
- **Slăbirea puterii de învățare**
- **Este nevoie de mai mult timp pentru a învăța**
- **Dificultate de a rămâne nemișcat pentru perioade lungi din cauza unor probleme precum durerile musculare**
- **Nevoie mai mare de stimulenți multipli în mediile de învățare**

Având în vedere aceste diferențe, se recomandă următoarele adaptări pentru a crea medii eficiente de învățare pentru adulții în vârstă:

- Permiterea **unui timp mai lung** pentru activitățile de învățare
- Încorporând **stimulenți variați și multipli** pentru a implica participanții
- Folosind **repetări frecvente** pentru a consolida învățarea
- Proiectarea activităților care nu necesită participanții să rămână staționari pentru perioade lungi
- Utilizarea mai frecventă a **metodelor de învățare experiențială**

Atunci când proiectați conținut educațional pentru adulții în vârstă, este esențial să vă asigurați că participanții se pot raporta la material. Ei trebuie să înțeleagă *sensul și scopul* subiectului pentru a se simți motivați să se implice. În plus, mediul de învățare trebuie să fie sigur din punct de vedere psihologic, încurajând o atmosferă în care participanții se simt confortabil să își exprime opiniile fără teama de a fi judecați. Interacțiunea cu alți participanți este, de asemenea, crucială, deoarece îmbunătățește implicarea și stimulează un sentiment de comunitate. Respectul și egalitatea sunt fundamentale – adulții în vârstă, ca toți elevii, trebuie să se simtă apreciați și respectați.

Interesul pentru subiect este motivatorul principal pentru adulții în vârstă atunci când iau în considerare participarea la activități educaționale. Recomandările de la persoane de încredere cu cunoștințe directe despre educația în cauză joacă, de asemenea, un rol semnificativ, făcând **din gura în gură** un instrument puternic pentru atragerea adulților în vârstă către oportunități de învățare. Un alt factor critic este **disponibilitatea**, asigurându-se că activitățile de învățare sunt accesibile în termeni de timp, locație și resurse.

Adulții în vârstă trebuie, de asemenea, să înțeleagă *de ce* învață ceva înainte de a putea începe. Din acest motiv, rolul educatorului trece de la a fi un profesor la a acționa ca un **facilitator, antrenor sau instructor**, ghidând procesul de învățare mai degrabă decât direcționându-l.

Prin proiectarea unor medii de învățare care abordează aceste caracteristici, profesioniștii care lucrează cu adulții în vârstă pot ajuta grupul țintă să experimenteze o învățare mai eficientă și susținută. Important este că cei care lucrează cu acest public trebuie să își abordeze rolul cu răbdare, recunoscând nevoile și provocările unice ale elevilor adulți mai în vârstă.

Bariere în învățare pentru adulții în vârstă

Dificultățile de învățare afectează indivizi din toate grupele de vârstă și reprezintă un punct cheie pentru oamenii de știință din domeniul educației, care urmăresc să prevină și să atenueze impactul acestora. Mulți experți susțin că ar trebui luate măsuri proactive pentru a preveni dificultățile de învățare înainte de a se manifesta, deoarece provocările internalizate pot persista de-a lungul vieții și pot deveni mai pronunțate odată cu vârsta. Pentru adulții în vârstă, dizabilitățile de învățare le pot împiedica semnificativ capacitatea de a se angaja în activități educaționale. Prin urmare, crearea de activități cu rate ridicate de participare necesită identificarea și abordarea potențialelor bariere în calea participării.

Barierile în calea învățării pot proveni din diverse surse, inclusiv timp (de exemplu, programare incomodă), provocări fizice (de exemplu, mobilitate limitată sau locuri inaccesibile), probleme economice (de exemplu, taxe sau costuri), factori sociali (de exemplu, bariere lingvistice) sau prejudecăți culturale (de exemplu, etnocentrismul) (Wahlgren, 2010). Dincolo de aceste bariere externe, percepțiile negative față de învățare apar adesea ca obstacole semnificative, în special atunci când sunt înrădăcinate în experiențele proaste din mediile educaționale anterioare. Problemele comune care contribuie la percepțiile negative includ:

- Probleme cu antrenorul
- Conflicte sau probleme cu alți participanți
- Provocări de comunicare în mediul de învățare
- Lipsa unei atmosfere favorabile de învățare
- Critică societală sau stigmate legate de învățare

Depășirea acestor bariere poate fi o provocare, mai ales atunci când este agravată de prejudecăți legate de vârstă. Din acest motiv, educatorii care lucrează cu adulții în vârstă

trebuie să abordeze cu grijă și atenție dificultățile de învățare și sensibilitățile asociate acestora.

Provocări fiziologice și psihologice

Modificările fiziologice care însoțesc îmbătrânirea pot crea și dificultăți de învățare, inclusiv:

- **Scăderea auzului și vederii**
- **Declinul memoriei**
- **Pierderea musculară** , care afectează confortul fizic și mobilitatea

Aceste provocări fizice pot fi agravate și mai mult de dificultățile psihologice asociate cu îmbătrânirea, cum ar fi anxietatea, depresia sau scăderea stimei de sine. Împreună, acești factori pot perturba procesele de învățare.

Strategii pentru abordarea barierelor de învățare

Pentru a crea un mediu de învățare favorabil pentru adulții în vârstă, următoarele considerații sunt esențiale:

- Programarea activităților la momente care se potrivesc cu mișcări sau pauze frecvente
- Menținerea flexibilității în timpul sesiunilor de antrenament
- Asigurarea unei comunicări constructive și a unei atmosfere de sprijin
- Utilizarea unui limbaj blând și respectuos în interacțiunile dintre participanți
- Oferirea unui mediu de învățare adaptat adulților în vârstă, inclusiv iluminat adecvat, ventilație și mobilier ergonomic

Depășirea percepțiilor negative

Adulții în vârstă cu percepții negative față de învățare au nevoie de medii lipsite de critici distructive. Educatorii trebuie să se asigure că participanții se simt apreciați și respectați, experiențele lor fiind recunoscute și integrate în procesul de învățare. Un mediu constructiv, fără judecată, încurajează adulții în vârstă să participe activ și stimulează un sentiment de siguranță și incluziune.

Prin minimizarea barierelor de învățare, adulții în vârstă au șanse mai mari să rămână implicați în medii educaționale pentru perioade lungi. Acest angajament susținut permite interacțiuni semnificative cu diverse grupuri, favorizând înțelegerea reciprocă și distrugerea prejudecăților. De-a lungul timpului, aceste interacțiuni contribuie la experiențe de învățare mai incluzive și mai îmbogățitoare pentru toți cei implicați.

Mediul de învățare și motivația de învățare pentru adulții în vârstă

Motivația este definită ca ansamblul de comportamente care inițiază, direcționează, susțin și completează o sarcină (Akbaba, 2006). Motivația pentru învățare, în mod specific, reflectă percepția unui individ asupra activităților de învățare ca fiind valoroase, capacitatea sa de a maximiza rezultatele învățării și efortul pe care îl investește în proces. Cu toate acestea, motivațiile pentru învățare diferă semnificativ între educația formală și vârsta adultă. În educația formală, motivatorii extrinseci, cum ar fi notele, recompensele și obiectivele structurate, sunt adesea folosiți pentru a încuraja participarea și realizarea. Acești factori de motivare sunt determinați de experți în educație, lăsând studenților și tinerilor cursanți o contribuție minimă în definirea obiectivelor lor de învățare sau a factorilor motivaționali.

La vârsta adultă, obiectivele și subiectele de învățare sunt direct legate de nevoile și interesele individuale (Onur, 2021). Spre deosebire de educația formală, unde motivatorii externi sunt foarte eficienți, motivarea adulților necesită adesea abordarea factorilor intrinseci, deoarece intervențiile externe au un impact limitat. Motivațiile intrinseci - cum ar fi îmbunătățirea calității vieții, creșterea stimei de sine, bucuria de viață și dobândirea de cunoștințe semnificative - devin predominante (Knowles, 1996). Acești factori depășesc recompensele extrinseci tradiționale, cum ar fi succesul, scorurile mari sau câștigul monetar. Astfel, activitățile pentru cursanții adulți trebuie să pună accent pe aspectele care alimentează motivația intrinsecă pentru a stimula implicarea.

Pentru adulții în vârstă, motivațiile intrinseci rămân centrale, dar sunt influențate în mod unic de transformările fizice, psihologice și sociale. Îmbătrânirea implică adesea schimbări fizice, cum ar fi mobilitatea redusă sau declinul senzorial, și schimbări în rolurile sociale, cum ar fi pensionarea. Aceste schimbări au un impact semnificativ asupra motivațiilor de învățare, deoarece adulții în vârstă se concentrează pe adaptarea la noile circumstanțe și pe menținerea unui sentiment de scop (Dağlı, 2018). În această etapă a vieții, adulții în vârstă sunt atrași în mod deosebit de activități care abordează provocările lor personale, le oferă satisfacție și le permit să se bucure de viață. Activitățile percepute ca plăcute și semnificative sunt susceptibile de a genera o motivație mai puternică.

Crearea unor medii eficiente de învățare

Când se proiectează oportunități de învățare pentru adulții în vârstă, conținutul trebuie să fie relaționabil și semnificativ. Participanții trebuie să înțeleagă scopul și relevanța subiectului pentru a se simți implicați. În plus, mediile de învățare trebuie să fie sigure și incluzive, favorizând confortul psihologic în care participanții își pot exprima opiniile fără teama de a fi judecați. Interacțiunea cu semenii este la fel de importantă, deoarece promovează socializarea și respectul reciproc.

Interesul pentru subiect este un factor principal care influențează participarea la activități educaționale. Recomandările de la persoane de încredere cu cunoaștere directă a programului joacă, de asemenea, un rol crucial, făcând **cuvântul în gură** un instrument puternic pentru atragerea adulților în vârstă. Accesibilitatea și disponibilitatea sunt la fel de importante pentru a ne asigura că oportunitățile de învățare sunt incluzive și convenabile.

Pentru a consolida motivația, mediile de învățare pentru adulții în vârstă ar trebui să abordeze atât nevoile fizice, cât și cele psihologice. Considerațiile cheie includ:

- **Accesibilitate**
- **Izolare fonică**
- **Iluminat**
- **Ventilație și încălzire**
- **Scaune ergonomice** (de exemplu, scaune potrivite pentru adulții în vârstă)
- **Adaptări tehnologice** (de exemplu, ecrane tactile sau tastaturi ușor de utilizat)

Aranjarea atentă a acestor medii nu numai că sprijină confortul, ci și sporește încrederea și implicarea cursanților.

Strategii motivaționale

Raymond Wlodkowski identifică patru aspecte cheie pentru stimularea motivației în mediile de învățare:

- **Incluziune** : Creați un mediu respectuos și colaborativ în care cursanții și facilitatorii se simt apreciați.
- **Dezvoltarea atitudinii** : Stabiliți atitudini pozitive față de învățare prin conectarea activităților la relevanța personală și la alegerile individuale.
- **Accent pe sens** : includeți experiențe de învățare reflexive și provocatoare care se aliniază cu valorile și perspectivele participanților.
- **Producerea competenței** : evidențiați rezultatele practice, ajutând cursanții să valorifice și să aplice ceea ce învață.

Abordarea vârstniciei și promovarea socializării

Mediile de învățare bine concepute acționează ca motivatori în sine, încurajând adulții în vârstă să rămână implicați. Participarea la activități educaționale favorizează interacțiunea socială, provoacă stereotipurile legate de vârstă și ajută la combaterea prejudecăților prin promovarea interacțiunilor cu diverse grupuri, inclusiv cu generațiile mai tinere. Aceste interacțiuni contribuie la distrugerea vârstniciei, care altfel poate împiedica adulții în vârstă să trăiască vieți satisfăcătoare, conectate social.

Activitățile artistice și culturale sunt deosebit de eficiente în stimularea motivației în rândul adulților în vârstă. Aceste activități nu numai că încurajează bunăstarea fizică și psihologică, dar oferă și oportunități de a se angaja cu societatea în moduri semnificative, combătând în continuare vârstismul. Concentrându-ne pe activități care se aliniază cu motivațiile și nevoile adulților în vârstă, putem crea medii incluzive care încurajează învățarea pe tot parcursul vieții și participarea socială.

Modul de formare

Informații generale

Numele modului	<i>Învățare pentru adulții în vârstă</i>
Scopul Modulului	Scopul modului este ca educatorii de adulți și alții care creează activități educaționale pentru adulții în vârstă, să înțeleagă principiile și metodele de creare a activităților de învățare pentru grupul țintă.
Obiectivele de învățare	<p><i>Participanții ar trebui:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ● <i>obțineți o înțelegere de bază a modului în care învață adulții în vârstă</i> ● <i>să poată reflecta și acționa asupra posibilelor bariere ale învățării</i> ● <i>să înțeleagă și să reflecteze asupra modului în care să îi convingă pe adulții în vârstă să participe la activitățile planificate</i> ● <i>să înțeleagă elementele de bază ale motivației și modul în care motivația influențează învățarea</i>

	<ul style="list-style-type: none"> ● să poată reflecta asupra modului în care pot crea un mediu de învățare motivant
Subiect și context (schema modulului)	<p>Modulul 1: <i>Învățare pentru adulții în vârstă</i></p> <p>Modulul 2: <i>Bariere de învățare pentru persoanele în vârstă</i></p> <p>Modulul 3: <i>Mediul de învățare și Motivația pentru persoana în vârstă</i></p>
Grup țintă	<i>Educatori de adulți, lucrători comunitari și alții care creează activități educaționale pentru adulții în vârstă.</i>
Medii și echipamente educaționale	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sala de clasă sau zonă fizică specifică pentru a avea întâlnirea 2. Tablă și markere 3. PPT, computer și proiector 4. Hârtii/coli și pixuri 5. Ghid tipărit

Subiectul învățării la adulții în vârstă este valoros prin faptul că conține informații foarte importante care pot fi folosite împotriva vârstniciei. Pentru că cunoașterea modului în care învață adulții în vârstă va permite ca programele și conținutul să fie pregătite pentru ei în acest context. Astfel de programe și activități vor servi la eliminarea situațiilor care provoacă vârstismul prin reunirea cu diferite grupuri în multe domenii ale vieții adulților în vârstă care sunt grupul țintă.

Rezumatul modulului/ Conținutul principal/ Relevanța	<p>Acest modul, care este pregătit pentru învățarea adulților în vârstă, constă din 3 componente principale.</p> <p>Scopul primului modul este de a oferi informații generale despre modul în care învață adulții în vârstă. Modul în care învață adulții în vârstă și care sunt diferențele de învățare între ei și alți adulți sunt discutate în acest modul.</p> <p>În cel de-al doilea modul, se concentrează pe dificultăți de învățare pentru adulții în vârstă. Învățarea este un concept de-a lungul vieții care</p>
---	--

	<p>afectează standardul de viață în moduri diferite și oferă o participare activă la viață cu diferitele sale dimensiuni. Această participare activă, care poate fi descrisă și ca socializare, este o componentă importantă a combaterii vârstniciei prin reunirea diferitelor grupuri.</p> <p>În cel de-al treilea modul, modulul „Mediul de învățare și motivația persoanelor în vârstă” se va concentra pe ce este motivația, componentele legate de motivația la adulții în vârstă, caracteristicile mediilor de învățare pentru adulții în vârstă, relația dintre mediul de învățare și motivație și relația. dintre aceste componente cu discriminare de vârstă.</p>
<p>Orar și program</p>	<p>Modulul 1 va fi dezvoltat cu metodologia „Scrie rapid”. Primele 5 minute despre cum învață adulții în vârstă vor fi folosite pentru a scrie ce crede fiecare participant. Ei vor avea 15 minute pentru a-și împărtăși răspunsurile, iar ultimele 15 minute vor fi folosite pentru a observa toate răspunsurile din grup și a le completa cu comentarii suplimentare. Cei care au întrebări vor avea la dispoziție încă 5 minute pentru a-și răspunde la întrebări.</p> <p>40 de minute</p> <p>Modulul 2 va fi dezvoltat cu metodologia Circle Speech și se va concentra pe dificultăți de învățare pentru adulții în vârstă.</p> <p>40 min</p> <p>Modulul 3 va fi dezvoltat cu metodologia grupului de discuții. Componentele legate de motivația de învățare a adulților în vârstă vor fi discutate în cadrul activității grupului de discuții.</p> <p>40 min</p> <p>Total: 120 min</p>
<p>Rezultatele învățării ale modului</p>	<p>La finalizarea acestor module, cursanții ar trebui să fie capabili să:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ei vor învăța cum învață adulții în vârstă ● Vor realiza factorii care afectează învățarea adulților în vârstă. <p>Ei vor avea informații despre dificultățile de învățare ale adulților în vârstă</p>

	<p>Conștientizarea adulților în vârstă cu privire la proiectarea mediilor de învățare care le facilitează învățarea va crește.</p> <ul style="list-style-type: none">●Înțelegeți ce înseamnă motivația de a învăța pentru adulții în vârstă● Ei vor învăța factorii care afectează motivația de învățare.●Recunoașteți relația dintre vârstnici și componente pentru învățarea adulților în vârstă <p>Ei vor înțelege importanța componentelor pentru învățarea adulților în vârstă în combaterea vârstniciei și le vor folosi în propriile activități.</p>
--	---

Activități de învățare activă

A3.1 Învățare pentru adulții în vârstă

Modulul 1	Cum învață adulții în vârstă?
Capitol	Acest modul se va concentra pe dinamica de învățare a adulților în vârstă și componentele care o afectează.
Denumirea activității	Învățare pentru adulții în vârstă
OBIECTIV(E)	<p>Printre obiectivele acestui modul participanții au cunoștințe despre subiectele incluse în asagă.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ce înseamnă să înveți pentru adulții în vârstă - Ce influențează învățarea adulților în vârstă - De ce este necesar să se cunoască componentele învățării adulților în vârstă - Componente care ar trebui să fie prezente în mediile care facilitează învățarea adulților în vârstă - Caracteristicile de învățare ale adulților în vârstă și relația lor cu vârstismul
METODE	<p>Metodologie: Scrie rapid.</p> <p>În această activitate, participanții își vor scrie părerile despre învățarea la adulții în vârstă. În timpul care le-a fost acordat, fiecare participant își va scrie rapid și concret opiniile despre acest subiect pe hârtie.</p> <p>Participanții își vor împărtăși opiniile cu alți participanți citind din lucrare.</p> <p>După ce voluntarii își citesc opiniile, se va răspunde la întrebările celor care au întrebări.</p>

<p>TIMP ALOCAT</p>	<p>Modulul 1 Pentru primul modul</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Fiecare participant va avea 5 minute pentru a scrie. 2. Vor avea 15 minute pentru a-și împărtăși răspunsurile 3. Ultimele 15 minute vor fi folosite pentru a observa toate răspunsurile din grup și a le completa cu comentarii suplimentare. 4. Cei care au întrebări vor avea la dispoziție încă 5 minute pentru a-și răspunde la întrebări. <p>40 de minute</p>
<p>RESURSE NECESARE</p>	<p>Pe lângă alte materiale necesare; Un flipchart, cum ar fi un flipchart, va fi necesar pentru scrierea simultană a ideilor exprimate.</p>
<p>INSTRUCȚIUNI*</p>	<p>Modulul 1</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dați hârtia și creionul participanților. 2. Participanților li se va cere să își scrie opiniile 3. Vor avea doar 5 minute. 4. După finalizarea scrierii răspunsurilor, va începe lectura 5. În timp ce se citesc răspunsurile, o persoană selectată va scrie pe tablă răspunsurile celorlalți participanți. 6. După ce toți participanții își împărtășesc propria părere, ceea ce este scris pe flipchart va fi citit de un voluntar 7. În final, întrebările sau comentariile participanților vor fi ascultate, iar sesiunea se va încheia după răspunsul la întrebări.

REFERINȚE

Dağlı, Y. (2018). Suntem pregătiți pentru bătrânețe? Publicațiile PEGEM. Ankara

Onur, B. (2021). Psihologia dezvoltării. Publicații Imagini. Ankara

A3.2 Bariera de învățare pentru adulții în vârstă

<u>Modulul 3.2</u>	Bariera de învățare pentru adulții în vârstă
Capitol	În acest modul, vor fi oferite informații despre dificultățile de învățare ale elevilor mai în vârstă.
Denumirea activității	Importanța cunoașterii dificultăților de învățare ale adulților în vârstă
OBIECTIV(E)	Obiectivele acestui modul includ - Care sunt situațiile cu dificultăți de învățare pentru adulții în vârstă - Cum să depășești barierele de învățare - Care ar putea fi consecințele dificultăților de învățare pentru adulții în vârstă - Obținerea de informații despre relația dintre Agesim și dificultățile de învățare.
METODE	Metodologie: Vorbirea în cerc 1. Participanții sunt rugați să-și spună opiniile despre ce înseamnă un dizabilități de învățare pentru adulții în vârstă și relația acestuia cu vârsta. 2. Aceste idei sunt scrise de un voluntar pe măsură ce oamenii vorbesc. 3. La sfârșitul timpului dat, opiniile exprimate, în special cele care ies în evidență, sunt dispuse în cadrul unei anumite logici. 4. După citirea textului editat de voluntar, sesiunea se încheie.
TIMP ALOCAT	1. Se vor acorda 40 de minute pentru tema Discursul Cercului. 2. 20 de minute pentru a vorbi despre diferite aspecte ale subiectului 3. 10 minute pentru ca vederile să fie organizate și scrise într-o secvență logică 4. Se vor acorda încă 10 minute pentru a partaja rezultatele transcrise. Timp total 40 min

RESURSE NECESARE	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sala de clasă sau zonă fizică specifică pentru a avea întâlnirea 2. Ghid tipărit 3. Hârtii/coli și pixuri
INSTRUCȚIUNI	<p>Participanții sunt rugați să își aseze scaunele și să stea într-un aranjament circular înainte de începerea discursului în cerc.</p> <p>După ce subiectul de discutat este spus participanților, se așteaptă ca aceștia să vorbească despre subiect în timpul acordat.</p> <p>În timp ce participanții își exprimă pe rând părerile, un voluntar este rugat să noteze ceea ce s-a spus.</p> <p>După finalizarea discursurilor, se organizează notele luate de voluntar.</p> <p>După ce notele editate sunt citite, sesiunea se încheie.</p> <p>40 min</p>
REFERINȚE	<p>Cross, J. (2014). Motive și bariere care afectează participarea adulților în vârstă la activități de învățare pe tot parcursul vieții. Editura de disertație. STATELE UNITE ALE AMERICII</p> <p>Githens, Rod P. (2007). <u>Adulții în vârstă și e-learning: oportunitati și bariere</u> <u>Universitatea din Illinois din Urbana-Champaign</u></p>

A3.3 Motivația pentru adulții în vârstă

<u>Modulul 3.3</u>	Mediul de învățare și motivația de învățare pentru adulții în vârstă
<u>Capitol</u>	Acest modul se va concentra pe componente legate de mediile de învățare și motivațiile de învățare potrivite pentru adulții în vârstă.
<u>Denumirea activității</u>	Mediile de învățare și motivațiile de învățare ale adulților în vârstă
<u>OBIECTIV(E)</u>	<p>Printre scopurile acestui modul se numără informarea participanților cu privire la următoarele subiecte.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diferența dintre motivație și motivație de a învăța - Sensul motivației de învățare pentru adulții în vârstă - Caracteristicile mediilor de învățare potrivite pentru adulții în vârstă - Relația dintre mediile de învățare ale adulților în vârstă și motivația acestora - Acțiuni de creștere a motivației de învățare a adulților în vârstă - Relația dintre mediile de învățare și motivația de învățare cu Agesim
<u>METODE</u>	<p>Metodologie: Discuție de grup</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Participanții sunt împărțiți în două grupuri. Grupurile sunt rugate să discute între ele despre caracteristicile mediilor de învățare pentru adulții în vârstă, motivația lor de a învăța și relația acesteia cu vârsta. 2. La sfârșitul timpului dat, grupurile își împărtășesc rezultatele făcând o prezentare celorlalte grupuri. 3. Un voluntar din fiecare grup împărtășește concluziile grupului său cu prezentarea pe care a pregătit-o celorlalți participanți.

<p><u>TIMP ALOCAT</u></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Fiecare grup are 15 minute pentru discuție. 2. După încheierea discuțiilor de grup, li se acordă încă 15 minute pentru a-și pregăti prezentările. 3. Pentru prezentări, sesiunea se încheie după ce grupurile își fac prezentările în 10 minute. <p>Timp total 40 min</p>
<p><u>RESURSE NECESARE</u></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sala de clasă sau zonă fizică specifică pentru a avea întâlnirea 2. Ghid tipărit 3. Hârtii/coli și pixuri 4. Laptop sau computer 5. Proiector pentru proiectarea prezentărilor
<p><u>INSTRUCȚIUNI</u> * —</p>	<p>Participanții sunt împărțiți în 2 grupuri înainte de a începe discuția de grup.</p> <p>Fiecare grup are un spațiu adecvat pentru a discuta subiectul.</p> <p>După ce discuția pe tema este încheiată</p> <p>Grupurile își transferă rezultatele în prezentări</p> <p>O persoană din fiecare grup este voluntară</p> <p>Voluntarii transmit părerile grupului lor asupra subiectului altor participanți folosind prezentările pe care le-au pregătit.</p> <p>40 de minute</p>
<p><u>REFERINTE</u></p>	<p>Chang, DF, Lin, SP (2011). Motivația de a învăța în rândul adulților în vârstă din Taiwan</p> <p>https://doi.org/10.1080/03601271003715962</p>

	<p>Cross, KP, Adults as Learners (1981). Creșterea participării și facilitarea învățării.</p> <p>https://eric.ed.gov/?id=ED200099</p> <p>Knowles, M. (1996). Învățarea adulților</p>
--	---

Corpul de cunoștințe

Datorită naturii unui studiu privind învățarea adulților în vârstă, acesta ar trebui tratat cu o abordare multidisciplinară. Pentru că, în primul rând, două componente diferite, cum ar fi adulții în vârstă și învățarea sunt în centrul studiului. În acest sens, geriatria și educația sunt cele două ramuri principale ale științei utilizate la crearea modulelor. Diferitele componente ale învățării adulților sunt incluse în studiu în sfera învățării pe tot parcursul vieții, deoarece este abordată dimensiunea învățării legate de adulții în vârstă.

Pe lângă acestea, psihologia învățării, care este o subdisciplină a psihologiei, are un loc important în învățarea adulților în vârstă. Se pare că este strâns legată de psihologia învățării. Nu este suficient să spunem că învățarea este psihologie. Pentru că se concentrează în mod special pe învățarea adulților în vârstă.

La începutul situațiilor cu dificultăți de învățare, comunicarea a fost unul dintre domeniile de care au beneficiat modulul cu dimensiunile sale diferite. În plus, organizarea mediilor de învățare în funcție de nevoile adulților în vârstă a necesitat luarea în considerare a unor abordări ergonomice. Acest lucru se datorează faptului că se știe că este util în lupta împotriva vârstniciei, care face ca adulții în vârstă să fie excluși din societate, pe baza principiului „nimeni nu este lăsat în urmă în societate”.

Pe scurt, pornind de la cele menționate mai sus, în acest modul au fost folosite următoarele discipline.

- Științe ale Educației
- Învățarea pe tot parcursul vieții și educația adulților
- Psihologie
- Psihologia învățării
- Psihologia învățării a adulților în vârstă

- Geriatric
- Comunicare
- Ergonomia în raport cu caracteristicile mediilor de învățare

Evaluare

S-a considerat oportun să se evalueze acest modul, care a fost pregătit pentru dinamica învățării la adulții în vârstă, cu întrebări cu răspunsuri multiple. Răspunsurile corecte la întrebări se află sub întrebările de evaluare.

1. Care este motivația de învățare?
 - a. Dorința de a participa la activități de învățare, de a realiza o învățare eficientă și de a finaliza procesul
 - b. Îndemnul interior de a începe, continua și finaliza o sarcină
 - c. Motivația poate fi definită ca fiind entuziasmul întâlnit la oameni de toate grupele de vârstă.
2. Ce subiecte sunt interesați de a învăța adulții în vârstă?
 - a. Subiecte educaționale legate de menținerea locului de muncă
 - b. Subiecte educaționale legate de interese
 - c. Subiecte educaționale care te pregătesc pentru pensionare.
3. Cum crezi subiecte potrivite și care pot fi învățate pentru adulții în vârstă?
 - d. Ei trebuie să vadă sensul conținutului și să fie într-un mediu de învățare sigur
 - e. Asigurați-vă că aveți suficientă cafea și prăjituri.
 - f. Învățați așa cum ați învăța copiii.
4. Cum facilităm participarea adulților în vârstă?
 - g. Ei trebuie să aibă o nevoie de educație și să aibă experiență pe care acea nevoie este importantă pentru ei să o îndeplinească
 - h. Pur și simplu îi invităm să se alăture activității noastre.
 - i. Ei vor găsi singuri activitățile noastre.
5. Cum creștem motivația de învățare a adulților în vârstă?

- j. Nu putem crește motivația pentru învățare.
- k. Luăm în considerare experiențele și emoțiile lor.
- l. Odată ce sunt la activitate, sunt motivați automat.

6. Care sunt dificultățile de învățare pentru adulții în vârstă?

- o. modificări fizice
- b. Schimbări psihologice
- c. Putem vedea ambele situații ca dificultăți de învățare

7. Cum ar trebui concepute mediile de învățare pentru a permite adulților în vârstă să participe la învățare?

- o. Documentele ar trebui să le fie date după evenimentele la care participă.
- b. Activitățile trebuie desfășurate într-un mediu care să ofere o învățare permanentă.
- c. Activitățile ar trebui pregătite ținând cont de motivațiile intrinseci ale adulților în vârstă.

8- Care nu este una dintre componentele așteptate într-un mediu de învățare favorabil?

- o. Inclusivitate
- b. limbajul criticii neconstructive
- c. Empatie

9- La ce ar trebui să li se acorde cea mai mare atenție în mediile de învățare ale adulților în vârstă?

- o. la încălzire
- b. la iluminat
- c. Tuturor lor

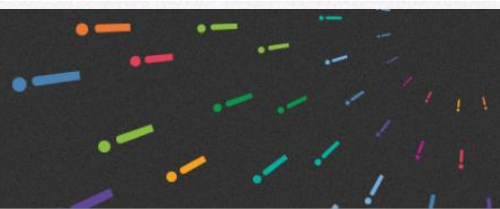
10- Care este relația dintre activitățile de învățare ale adulților în vârstă și lupta împotriva vârstniciei?

- o. Nu există o relație directă
- b. Datorită activităților, crește și posibilitatea de a intra în contact cu diferite grupuri, ceea ce împiedică unele judecăți negative față de adulții în vârstă.
- c. Explicarea vârstniciei și prevenirea acestuia la adulții în vârstă la evenimente crește gradul de conștientizare a acestor persoane.

Răspunsuri: 1-a, 2-b, 3-a, 4-a, 5-b, 6-c, 7-c, 8-b, 9-

Referințe

- Akbaba, S. (2006). Motivația în educație. *Jurnalul Universității Atatürk de Științe ale Educației* . Preluat de la <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/31512>
- Chang, DF și Lin, SP (2011). Motivația de a învăța în rândul adulților în vârstă din Taiwan. *Gerontologie educațională* . <https://doi.org/10.1080/03601271003715962>
- Cross, KP (1981). *Adulții ca elevi: creșterea participării și facilitarea învățării* . Preluat de la <https://eric.ed.gov/?id=ED200099>
- Githens, RP (2007). Adulții în vârstă și e-learning: Oportunități și bariere. Universitatea din Illinois din Urbana–Champaign.
- Hein, HH (2009). *Motivație: Motivationsteori og praktisk anvendelse* (ed. I). Hans Reitzel.
- Knowles, M. (1996). Învățarea adulților. În RL Craig (Ed.), *Manual de instruire și dezvoltare ASTD: Un ghid pentru dezvoltarea resurselor umane* (ed. a IV-a, pp. 253–265). McGraw Hill.
- Illeris, K. (Ed.). (2021). *15 aktuelle læringsteorier* (ed. I). Samfundslitteratur.
- Illeris, K. (2013). *Transformiv læring og identitet* (ed. I). Samfundslitteratur.
- Illeris, K. (2003). *Voksenuddannelse og voksenlæring* (ed. I). Roskilde Universitetsforlag & Learning Lab Danemarca.
- Onur, B. (2021). *Psihologia dezvoltării* . Imge Publications.
- Parknäs, L. (1976). Ännu mer concret om motivation. *Nordisk Psykologi* .
- Rander, H., Boysen, L. și Goldbech, O. (eds.). (2018). *Voksendidaktik* (ed. I). Akademisk Forlag.
- Wahlgren, B. (2010). *Voksnes læreprocesser: Kompetenceudvikling i uddannelse og arbejde* (ed. I). Akademisk.



modulul 4

Comunicarea cu adulții în vârstă



Modulul 4

Comunicarea cu adulții în vârstă în mediile de învățare

Modulul de formare 4 servește drept piatră de temelie pentru echiparea educatorilor de adulți cu instrumente și strategii eficiente pentru a spori implicarea lor cu adulții în vârstă.

Acest modul își propune să ajute participanții:

- **Aflați metode îmbunătățite** de adresare a adulților în vârstă pentru a le capta atenția și a facilita procesul de învățare.
- **Promovarea și consolidarea factorilor** care permit comunicarea eficientă cu adulții în vârstă.
- **Dezvoltați cadre și strategii** pentru a stimula interacțiunea semnificativă cu comunitatea de adulți în vârstă în medii educaționale adecvate.
- **Încorporați tehnici de comunicare digitală** pentru a spori implicarea cu adulții în vârstă.

După finalizarea acestui modul, participanții vor dobândi competențe care le permit să combată vârstismul, să-și îmbunătățească gândirea critică și să-și perfecționeze abilitățile de rezolvare a problemelor, promovând un mediu de învățare mai incluziv și mai eficient pentru adulții în vârstă.

Caracteristicile adulților în vârstă în mediul de învățare

Învățarea este un fenomen care are loc în medii diferite la intervale de timp diferite, dar neapărat. Condițiile de viață în schimbare au făcut obligatoriu ca învățarea să se desfășoare în anumite modele. În special condițiile sociale și economice au fost eficiente în apariția acestor modele. Astăzi, învățarea are loc în 3 moduri diferite: formal, informal și nonformal.

În timp ce învățarea formală poate fi definită ca învățare care are loc în cadrul unui curriculum foarte strict pregătit pentru sistemul școlar, învățarea aleatorie fără să vrea în structura vieții se referă la învățarea informală. În calitate de studenți pe tot parcursul vieții, învățarea adulților pe baza propriilor alegeri conștiente este realizată prin activități de învățare definite ca nonformale.

Persoanele implicate în medii de învățare nonformală pot fi oricine, fără a aparține unei anumite grupe de vârstă. Cu toate acestea, în general, participanții la învățarea nonformală sunt cei care sunt definiți ca adulți cu vârsta peste 18 ani. Cu toate acestea, deși toți oamenii sunt definiți ca adulți, rolurile și așteptările lor în viață pot fi foarte diferite unele de altele.

Schimbarea pe care o experimentează oamenii odată cu înaintarea în vârstă va fi înțeleasă mai clar cu tabelul de mai jos. Deși intervalele de vârstă prezentate în tabel variază de la o țară la alta, evenimentele pentru adulți sunt similare în multe țări.

ANI ADULTI	VÂRSTĂ
Parasind cuibul	18-22
Introducere în lumea adulților	23-28
Căutarea stabilității (determinare)	29-34
Autorealizarea	35-42
Stabilirea-gestionându-te	43-55
Agravare (încetinire)	56-64
Îndepărtarea de la activitățile de reproducere	65 de ani și peste

(Ultani ve Ultan, 2005)

În timp ce ciclul de viață progresează în acest fel în funcție de grupele de vârstă, cursanții adulți își desfășoară învățarea pe baza situațiilor exprimate în general în tabel. Printre motivele participării la activități de învățare, adulții în vârstă care se îndepărtează încet de activitățile productive sunt în general mai eficienți în contextul socializării.

Adulții în vârstă într-un mediu de învățare

- Are multă experiență în viață
- Fiți deschis către noi învățări cu avantajul experiențelor
- Să aibă o anumită percepție (pozitivă sau negativă) a învățării

- Așteptările lor de învățare sunt destul de diferite de ciclurile anterioare ale vieții lor
- Sunt într-o perioadă de schimbări psihologice și fiziologice din cauza perioadelor de vârstă
- Sub influența stării psihologice create de unele pierderi fizice și psihice
- A ieșit în mare parte din sistemul de producție și încearcă să se adapteze la acest loc în societate.
- Nu doar pentru procesele de învățare, ci și pentru viață în general, cei care nu mai doresc să-și facă planuri pe termen lung
- Cine vrea să aplice imediat ceea ce a învățat și să vadă confortul pe care aceste noi învățături îl aduc în viața lor
- Efectuarea proceselor de învățare pentru un pic mai multă satisfacție internă
- Se străduiește să țină pasul cu schimbările rapide, în special cu schimbările tehnologice
- Au dificultăți în a comunica uneori cu alți participanți în mediile de învățare, în special cu tinerii
- Se așteaptă ca experiența lor să fie respectată
- Ei par să aibă un profil care vrea să-și exprime părerile pe baza experiențelor lor.

Pe lângă acestea, adulții în vârstă

- Aflați în ce scop este vorba în mediul de învățare
- Se adaptează rapid la învățarea materiilor legate de perioada lor de vârstă
- Sunt gata să învețe informațiile pentru rezolvarea problemelor pe care le întâmpină în propria lor viață.

Deși unii dintre adulții în vârstă cu acest profil participă din când în când în medii de învățare și medii sociale, participarea lor, în general, poate să nu fie la nivelul dorit. De ce acești oameni nu sunt suficient de implicați în mediile de învățare sau viața socială? Printre aceste motive;

- Mediile de învățare nu sunt potrivite pentru adulții în vârstă
- Mediile de învățare nu sunt aranjate în conformitate cu unele caracteristici fizice ale adulților în vârstă, cum ar fi vederea sau auzul,

- Organizatorii evenimentelor nu au o înțelegere completă a modului de comunicare cu adulții în vârstă
- Multe motive, precum faptul că ritmul de învățare a disciplinelor sau activităților nu sunt potrivite pentru adulții în vârstă, îi împiedică să participe atât la viața socială, cât și la mediile de învățare.

În general, un segment al societății poate fi ușor implicat în procesele din viață, dar adulții din provincie nu sunt proiectați în conformitate cu aceste medii din cauza acestor medii. Incapacitatea sa de a participa face ca situația exprimată ca discriminare să fie trăită.

Comunicarea este una dintre cele mai importante componente în prevenirea discriminării. Pentru că printre cauzele primare ale discriminării se numără comunicarea greșită. Incapacitatea educatorilor și a celorlalți participanți din mediu de a comunica eficient cu adulții în vârstă poate întări sentimentul de discriminare al adulților în vârstă. În acest context, comunicarea între adulții în vârstă cu caracteristicile menționate mai sus și alți participanți din același mediu, în special tineri, va juca un rol important în lupta împotriva discriminării.

Lucruri de luat în considerare atunci când comunicați cu adulții în vârstă

Comunicarea a fost mult timp văzută ca dinamica de bază pentru ca indivizi și societăți să stabilească și să mențină relații armonioase între ei. Cu toate acestea, de fapt, nu este comunicarea în sine, ci modul în care se stabilește acea comunicare este punctul cheie în stabilirea și menținerea relațiilor. Pentru că nu orice instrument sau metodă de comunicare este compatibilă cu fiecare grup. Din acest motiv, este important să abordăm persoane de diferite perioade de vârstă cu argumente și expresii adecvate acelei perioade de vârstă pentru a începe și menține comunicarea.

Pe baza premisei că ar trebui să existe diferite forme de comunicare în fiecare grupă de vârstă, pot fi enumerate punctele care trebuie luate în considerare în comunicarea cu adulții în vârstă. Atunci când faceți acest clasament, se poate începe cu care sunt percepțiile societății despre acea grupă de vârstă.

În general, adulții în vârstă din societăți

- Unele dintre abilitățile sale mentale sunt slăbite, adică nu poate înțelege
- Ei nu iau singuri decizii sănătoase
- Nu s-au răzgândit
- Că nici măcar nu pot învăța lucruri simple

- Au dificultăți de comunicare din cauza problemelor de vedere sau auz
- Că nu sunt buni cu instrumentele tehnologice
- Au o atitudine critică negativă, mai ales atunci când comunică cu tinerii
- Mai ales tinerii pe care nu îi înțeleg
- Se vede că există unele gânduri precum ele nu funcționează pentru că nu pot contribui suficient la producție (Dağlı, 2018).

Pe lângă acestea, există și percepții ale adulților în vârstă față de bătrânețe. Acestea pot fi împărțite în judecăți pozitive și negative. Printre aspectele pozitive ale bătrâneții,

- nu am propria mea inimă
- Capacitatea de a petrece timp pentru sine, familia și mediul său
- libertate
- Deși există situații precum posibilitatea de a lua o vacanță în orice moment

Printre aspectele negative ale bătrâneții

- nevăzând valoarea
- singurătate
- neputând să facă ceea ce vor
- oameni care tratează persoanele în vârstă ca pe copii
- nu ti se cere parerea
- dificultăți economice
- îmbolnăviți frecvent
- Există gânduri precum să nu fii invitat în medii sociale cu gânduri precum faptul că nu poți urca scările.

Un educator sau asistent social care este prins între aceste gânduri pe care atât societatea le gândește pentru adulții în vârstă, cât și adulții în vârstă pentru ei înșiși ar trebui mai întâi să învețe despre opiniile generale pentru a gestiona corect procesul. trebuie să fie proprietarul.

Abia după aceasta, dacă procesul este gestionat corect, se pot reuni diferite segmente ale societății și se pot face progrese în lupta împotriva discriminării adulților în vârstă.

Deci, ce fel de limbaj de comunicare ar trebui să folosească un educator sau asistenți sociali aici în această luptă? În primul rând, educatorii sau asistenții sociali trebuie să aibă o înțelegere aprofundată atât a ideilor adulților în vârstă despre bătrânețe, cât și a ideilor societății despre bătrânețe. Pentru a sparge aceste percepții, metodele de comunicare trebuie să aibă cunoștințe și abilități de aplicare.

Stiluri de comunicare flexibile pentru a fi utilizate în comunicarea cu adulții în vârstă

După cum se poate observa din cele menționate în secțiunile anterioare, utilizarea corectă a canalelor de lucru va servi atât la combaterea discriminării persoanelor în vârstă, cât și la realizarea unor experiențe de învățare satisfăcătoare în mediile de învățare. Există câteva elemente și componente comune ale comunicării. Dacă ținta sunt adulții în lut

- Încearcă să nu te tratezi ca pe un copil.
- Prezentați-vă grupului și rugați-i să se prezinte.
- Încercați să sunați pe fiecare cursant adult pe nume
- Asigurați-vă că acordați suficient timp pentru discuții. Aceste componente sunt importante în comunicare.

Totuși, dacă ținta sunt adulții mai în vârstă din argilă, este necesar să se includă și alte componente care să facă comunicarea mai flexibilă și mai lină pe lângă elementele generale în comunicarea cu aceștia. Cele mai importante dintre ele sunt

- Viteză
- Utilizarea cuvintelor
- Din nou
- Setările luminii sonore ale mediului de comunicare
- Răbdare
- Este ca empatia etc. (Knowles, 1986).

Viteza de comunicare poate fi o componentă a modului în care adulții în vârstă se simt discriminați. Pentru că dacă viteza este mai mare decât poate înțelege sau urmărește, și totuși

continuă fără ezitare, persoana crede că nu este îngrijită și că este „în spate” a rămas”. În acest sens, ar trebui considerată încetinirea. scădeți puțin viteza de comunicare în mediul înconjurător, care poate fi considerată și o comunicare flexibilă. În acest sens, este foarte valoroasă încetinirea vitezei de vorbire și continuarea comunicării verificând dacă celălalt înțelege sau nu. Doar atitudinea formatorului sau a asistentului social cu privire la această problemă poate face pe alți participanți să observe această situație și să treacă la o viteză de comunicare puțin mai mică.

Cuvintele folosite sunt la fel de importante ca viteza conversațiilor. Ca oameni ai epocii tehnologiei, mulți oameni folosesc acum termeni tehnologici în propozițiile lor și versiuni adaptate vieții de zi cu zi în comunicare. Acest lucru afectează comunicarea cu persoanele care nu sunt familiarizate cu acești termeni.

Trebuie avut în vedere faptul că, din cauza unor deficiențe funcționale ale vederii sau auzului, se pot face din când în când repetări frecvente în comunicare. Adulții în vârstă pot fi verificați pentru a vedea dacă înțeleg prin contact vizual frecvent. Având în vedere că nu înțeleg, este clar că este necesar să se repete. A fi flexibil în ceea ce privește repetarea îi permite adultului în vârstă să rămână în contact fără a se simți rău cu ei înșiși (Onur, 2021).

De asemenea, este necesar să fim sensibili la componentele de lumină și sunet ale mediului de învățare. Deoarece sunetul poate fi emis în medii mari precum muzee, este necesar să aveți grijă ca pot apărea unele probleme de auz chiar dacă folosesc aparate auditive. În plus, trebuie avut în vedere că în zonele slab iluminate ale unor medii precum muzeele, situația de a nu putea vedea suficient poate fi depășită.

Răbdarea și empatia sunt componentele de bază care ar trebui găsite în comunicarea cu fiecare grup țintă. Pentru că situația actuală a oamenilor din fața noastră poate coincide cu o perioadă pe care am trăit-o în trecut sau o vom trăi în viitor. În acest sens, este necesar să fii răbdător și empatic în comunicarea cu adulții în vârstă pentru a crea un mediu de comunicare flexibil și pentru a începe și menține comunicarea.

Strategii pentru a facilita comunicarea cu adulții în vârstă

Până la acest titlu s-au evidențiat caracteristicile adulților în vârstă din mediile de învățare, punctele de luat în considerare în comunicare pe baza acestor caracteristici și componentele comunicării flexibile. În această secțiune, vor fi subliniate câteva strategii care pot facilita comunicarea cu adulții în vârstă. Aceste strategii pot fi utilizate pentru diferite situații în diferite medii. Cu toate acestea, principala componentă de care trebuie să aveți în vedere rolul comunicării în lupta împotriva discriminării în funcție de vârstă este inițierea și menținerea comunicării fără prejudicii.

Comunicarea poate fi împărțită în două ca comunicare verbală și non-verbală. Componentele pe care le reprezintă comunicarea verbală sunt evidente. Comunicarea non-verbală este tipul de comunicare care este susținută de expresii faciale, cum ar fi limbajul corpului și gesturile. Pentru o comunicare clară,

flexibilă, fluentă, comunicarea verbală și non-verbală trebuie să fie compatibile între ele. Acest lucru se datorează faptului că subconștientul primește fără să vrea mesajele comunicării nonverbale și interpretează dacă persoana spune adevărul sau nu, dacă este sincer sau nu. Comunicarea verbală și cea non-verbală ar trebui să fie în armonie în acest sens, prin urmare, dacă există unele prejudecăți la cei care lucrează cu adulții în vârstă în primul rând, această situație se va reflecta către cealaltă parte prin canale de comunicare non-verbală chiar dacă nu este verbală și comunicarea poate deveni imposibilă. Orice activitate de facilitare a comunicării nu servește doar la furnizarea unui mediu de învățare satisfăcător, ci oferă și o foaie de parcurs pentru modul în care alte grupuri diverse de oameni din mediu ar trebui să trateze adulții în vârstă. În acest moment, nu ar fi greșit să spunem că oamenii care lucrează cu adulții în vârstă sunt, de asemenea, modele.

Printre facilitatorii comunicării în medii sau activități de învățare;

Adresați-vă tuturor participanților pe nume

- Fii sincer
- Înainte de a începe activitatea, în special pentru a avea jocuri scurte sau activități care vor activa partea de reamintire a creierului,
- Folosind tonul vocii pentru a atrage atenția K Breakthroughs
- reîmprospătând atenția prin luarea frecventă a pauzelor scurte pentru a preveni întreruperea comunicării
- Acordați atenție lungimii propozițiilor atunci când vorbiți
- Nu vorbesc prea încet sau prea repede
- Pentru a le permite să contribuie la proces, astfel încât să simtă că aparțin mediului
- Utilizarea unui limbaj de comunicare încurajator (nu coercitiv).
- Să abordeze adulții în vârstă care au probleme de încredere în sine în a-și împărtăși gândurile cu răbdare și să se asigure că sunt implicați treptat în proces
- Abordarea participanților cu încredere
- Arătând respect și curtoazie
- Arătând înțelegere și toleranță

- Profitând de puterea umorului și a umorului se poate spune că se numără printre facilitatorii preeminenti ai comunicării.

Tot felul de activități care facilitează comunicarea, componentele strategiei pot face posibil ca diferite persoane și grupuri să comunice între ele prin utilizarea acestor metode. În acest sens, ar fi oportun să ne concentrăm cu atenție asupra comunicării și subdecimărilor acesteia, care sunt una dintre cele mai eficiente componente care pot fi eficiente în combaterea discriminării adulților în vârstă.

Activități de învățare activă

A4.1 Comunicare

Numele modulului	Comunicarea dintre educatorii de adulți și lucrătorii comunitari cu adulții în vârstă
Scopul Modulului	Oferirea educatoilor de adulți și lucrătorilor comunitari cu instrumente și metode de comunicare pentru a-și îmbunătăți implicarea cu adulții în vârstă
Obiectivele de învățare	<ul style="list-style-type: none"> • Să învețe noi modalități îmbunătățite de a se adresa adulților pentru a le capta atenția și a le facilita procesul de învățare. • Să promoveze și să îmbunătățească factorii care permit o bună comunicare cu adulții în vârstă • Să elaboreze cadre și strategii pentru a stimula comunicarea cu comunitatea adulților în vârstă în mediul educațional adecvat • Să includă comunicarea digitală în angajamentul cu comunitatea adulților în vârstă
Subiect și context (schema modulului)	<p>Modulul 1: Caracteristicile adulților în vârstă în mediile de învățare</p> <p>Modulul 2: Lucruri de luat în considerare atunci când comunicați cu adulții în vârstă</p> <p>Modulul 3: Stiluri flexibile de comunicare pentru a fi utilizate în comunicarea cu adulții în vârstă (instrumente digitale)</p>

	Modulul 4: Strategii pentru a facilita comunicarea cu adulții în vârstă
Grup țintă	Educatori adulți și lucrători comunitari care lucrează cu persoane care în societate sunt considerate persoane în vârstă din punct de vedere biologic. Ne direcționăm acelor indivizi care au nevoie sau sunt interesați să învețe și să aibă mai multe cunoștințe pentru a-și îmbunătăți experiența, înțelegerea și/sau satisfacția profesională sau personală atunci când lucrează cu adulții în vârstă.
Medii echipamente educaționale și	<ol style="list-style-type: none"> 6. Sala de clasă sau zonă fizică specifică pentru a avea întâlnirea 7. Tablă și markere 8. PPT, computer și proiector 9. Hârtii/coli și pixuri 10. Ghid tipărit

Acest modul are ca scop formarea educatorilor de adulți și lucrătorilor comunitari în îmbunătățirea comunicării dintre educatori și adulții în vârstă. Comunicarea este un element de bază atunci când vine vorba de facilitarea coordonării și fluidității relațiilor umane, sporind înțelegerea și eficiența nu doar în sarcinile zilnice, ci și la nivelul muncii profesionale. Comunicarea permite o muncă eficientă și un mediu de lucru plăcut, la fel și în domeniul educațional permite transmiterea eficientă și corectă a cunoștințelor, obținând participarea tuturor fără conflicte sau neînțelegeri. Astfel, ducând la o dinamică educațională plăcută și funcțională pentru toate părțile. Acest lucru este deosebit de important atunci când lucrezi cu adulți în vârstă, deoarece aceștia au caracteristici unice care influențează comunicarea.

În plus, instrumentele și formele de comunicare se schimbă rapid odată cu evoluțiile tehnologice. Comunicarea se stabilește cu aceste instrumente și mediile de socializare sunt furnizate cu aceste instrumente. În unele cazuri, mediile de socializare au fost chiar mutate în sandbox-urile create în cadrul acestor instrumente. În acest caz, adulții în vârstă, care se află în fruntea persoanelor care nu pot ține pasul cu această schimbare, sunt lăsați în afara anumitor medii de socializare și a propriilor cercuri familiale, în special pe aceste dispozitive

digitale. ei pot experimenta un fel de excludere și singurătate prin a se îndepărta de viața socială.

Pe baza celor de mai sus, atragerea atenției educatorilor de adulți și lucrătorilor comunitari asupra acestor contexte și creșterea cunoștințelor acestora despre relația dintre problematica discriminării adulților în vârstă și comunicarea se numără printre obiectivele modulului.

<p>Rezumatul modulului/ Conținutul principal/ Relevanța</p>	<p>Vor fi dezvoltate patru module pentru a oferi cunoștințe și instrumente adecvate pentru abordarea și comunicarea corectă cu adulții în vârstă, fie pentru a preda cursuri sau cursuri, fie pentru a transfera anumite cunoștințe.</p> <p>Scopul primului modul este de a oferi informații despre esența generală a adulților în vârstă în mediile de învățare. Pentru că, ca oameni cu o experiență semnificativă, seniorii vin în medii de învățare cu rezultatele pe care le trag din aceste experiențe. Cunoașterea acestor caracteristici ale îndrăgostiților, care acum sunt concentrați pe situații precum satisfacția de a învăța și ușurarea vieții mai degrabă decât învățarea în sine, le permite să învețe permanent și să învețe le va asigura că nu își întrerupe activitățile.</p> <p>În cel de-al doilea modul va consta în introducerea educatorilor în modalitățile adecvate în care ar trebui să se adreseze adulților în vârstă, și un accent special asupra modului de a evita neînțelegerile sau crearea de conflicte. În acest sens, este important să se acorde atenție punctelor să fie luate în considerare în comunicare pentru a preveni orice probleme care decurg din comunicarea în medii de e-activitate față în față sau pentru a rezolva rapid problemele. Pentru că deși comunicarea este un fenomen pe care îl întâlnim în toate domeniile vieții, în funcție de grupele de vârstă și de canalele de comunicare (digitală etc.) În funcție de astfel de caracteristici, lucrurile de luat în considerare în timpul comunicării pot varia</p> <p>În cel de-al treilea modul , cu accent deosebit pe barierele de comunicare, se concentrează pe oferirea de flexibilitate în comunicare. Unul dintre motivele pentru aceasta este că cea mai de bază caracteristică care ar trebui să fie prezentă pentru fiecare etapă a activităților pentru adulți este flexibilitatea. Reziliența este un fenomen ale cărui limite trebuie dezvoltate în continuare pentru adulții în vârstă. Deoarece experiențele negative din trecut și prejudecățile, în special pentru învățare, se pot reflecta adesea în mediile de învățare. Când la acestea se adaugă limitările fizice care vin odată cu înaintarea în vârstă, flexibilitatea în comunicare devine mai importantă.</p>
--	---

	<p>În acest modul, comunicarea în medii digitale va fi atinsă pe scurt, deoarece comunicarea față în față nu este doar față în față. Adulții în vârstă trebuie și ei îndrumați în acest sens. Se va crește gradul de conștientizare cu privire la barierele cu care trebuie să se confrunte adulții în vârstă în comunicarea digitală și asupra celor care au acces, impactul, avantajele și dezavantajele pe care le au în viața lor.</p> <p>Al patrulea modul va prezenta strategiile pentru a facilita comunicarea cu adulții în vârstă față în față și formele digitale de comunicare la adulții în vârstă și scopul pe care i-l acordă. La fel și cele mai recomandate platforme de educație pentru aceștia și modul în care poate fi transmisă utilizarea lor.</p> <p>Strategiile pentru facilitarea comunicării cu adulții în vârstă în mediile de învățare vor fi în primul rând pentru mediile de învățare față în față. Pentru că studiile au arătat că activitățile față în față la adulții în vârstă sunt mai eficiente în întâlnirea socializării și regurgitării.</p>
<p>Orar și program</p>	<p>Modul 1 va fi dezvoltat cu metodologia „Scrie rapid”. Primele 5 minute vor fi folosite pentru a scrie ce crede fiecare participant și apoi 3 participanți vor avea voie să citească. Fiecare va avea 10 minute pentru a-și împărtăși răspunsurile, iar ultimele 15 minute vor fi folosite pentru a observa toate răspunsurile din grup și a le completa cu comentarii suplimentare.</p> <p>30 de minute</p> <p>Modulul 2 va fi dezvoltat cu metodologia Circle Speech, care va necesita 30 de minute lucruri de luat în considerare atunci când comunicați cu adulții în vârstă. Nu numai în mediile de învățare, ci și în viața de zi cu zi, lucrurile care trebuie luate în considerare în timpul comunicării ar trebui discutate în metoda vorbirii în cerc.</p> <p>30 min.</p> <p>Modulul 3 va fi dezvoltat prin metodologia Discuției Dirijate, va avea loc o analiză de grup a diferitelor situații legate de comunicarea flexibilă și componentele acesteia. Ulterior vor fi prezentate concluziile obținute în urma discuției.</p> <p>30 min.</p>

	<p>Modulul 4 va fi dezvoltat cu metodologia de învățare experiențială. În primul rând, grupul va fi familiarizat cu diferitele instrumente digitale de comunicare, ceea ce va dura 30 de minute. Dacă este posibil, ar trebui să existe un instrument digital pe care participanții nu l-au folosit înainte. Participanții care încearcă să comunice cu acest instrument, pe care nu l-au folosit până acum, vor enumera dificultățile cu care se confruntă. Apoi, ei vor avea șansa de a încerca fiecare dintre instrumentele prezentate ei înșiși, interacționând unul cu celălalt digital și oferind asistență dacă este necesar. Apoi, pe baza a ceea ce s-a învățat în modulul despre ceea ce ar trebui luat în considerare în comunicarea față în față cu adulții în vârstă, se oprește o comparație a diferenței dintre comunicarea față în față și comunicarea în medii digitale. Încercările pot dura și până la 30 de minute.</p> <p>30 min</p> <p>Total: 120 min</p>
<p>Rezultatele învățării ale modului</p>	<p>La finalizarea acestor module, cursanții ar trebui să fie capabili să:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aceștia dobândesc informații despre caracteristicile generale ale adulților în mediile de învățare • Conștientizarea lor cu privire la ceea ce trebuie luat în considerare în comunicarea cu adulții în vârstă crește • Ei învață despre componentele comunicării flexibile cu adulții în vârstă. • Ei realizează că comunicarea față în față și digitală poate fi facilitată.

A4. 2 Caracteristicile adulților în vârstă în mediile de învățare

<u>Modulul 1</u>	Caracteristicile adulților în vârstă din mediile de învățare
<u>Capitol</u>	În acest modul, veți fi informat despre caracteristicile generale ale adulților în vârstă din mediile de învățare. Adulții în vârstă sunt persoane care trăiesc o perioadă de viață cu caracteristici fizice și psihologice diferite. Ei vin în mediile de învățare ca oameni cu o cantitate semnificativă de experiență. Cunoașterea acestor caracteristici ale adulților în vârstă, care acum sunt concentrați pe situații precum satisfacția oferită de învățare și facilitarea vieții mai degrabă decât învățarea în sine, le va permite să învețe permanent și să nu-și întrerupă activitățile de învățare.
<u>Denumirea activității</u>	Caracteristicile adulților în vârstă din mediile de învățare
<u>OBIECTIV(E)</u>	<p>Participanții</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anumite caracteristici fizice ale adulților în vârstă - Câteva caracteristici psihologice ale adulților în vârstă - Motivele pentru care seniorii se află în medii de învățare - Percepțiile adulților în vârstă față de învățare
<u>METODE</u>	<p>Metodologie: Scrie rapid</p> <p>În acest eveniment, participanții vor scrie ceea ce știu și vor gândi despre caracteristicile adulților în vârstă. Unele dintre aceste trăsături trebuie să aibă legătură cu învățarea.</p> <p>Apoi unii voluntari își vor citi răspunsurile și se va vorbi despre aceste răspunsuri care ulterior vor fi consolidate într-un loc vizibil.</p> <p>În final, responsabilul va explica cel mai bun mod de a comunica și se va ajunge la informații prin exercițiu .</p>

<p><u>TIMP ALOCAT</u></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Fiecare participant va avea 5 minute pentru a scrie. 2. Ar fi 3 voluntari care să-și citească răspunsurile, au la dispoziție 5 minute 3. Responsabilul are la dispoziție încă 10 minute pentru a scrie toate răspunsurile pe o tablă vizibilă. 4. Persoana responsabilă are 10 minute pentru a-și explica informațiile. <p>30</p>
<p><u>RESURSE NECESARE</u></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sala de clasă sau zonă fizică specifică pentru a avea întâlnirea 2. Tablă și markere 3. PPT, computer și proiector 4. Hârtii/coli și pixuri
<p><u>INSTRUCȚIUNI</u> * —</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bun venit participanților și dă-le hârtia și creionul cu care să lucreze. 2. Cereți participanților să noteze, foarte concret, modalitățile pe care le cunosc despre comunicarea eficientă între profesori și cursanți adulți (maximum 5), menționând că vor avea la dispoziție doar 5 minute. 3. Apoi selectați 3 persoane pentru a le citi răspunsurile. 4. Pe măsură ce citesc, responsabilul își va nota răspunsurile pe tablă. 5. Cu ajutorul unui alt voluntar, vor termina de scris răspunsurile pe tablă pentru ca toată lumea să le poată observa. 6. Responsabilul va explica prin prezentarea* care, conform cercetării, sunt considerate cele mai eficiente forme de comunicare. 7. Va exista o ultimă dinamică de comparare și învățare prin comentariile unor participanți pentru aceasta va avea maximum 15 minute.
<p><u>REFERINTE</u></p>	<p>https://gerontology.ku.edu/sites/gerontology.drupal.ku.edu/files/docs/GSACommunicating%20with%20Older%20Adults%20low%20Final.pdf</p>

A 4.3 Lucruri de luat în considerare atunci când comunicați cu adulții în vârstă

<u>Modulul 2</u>	Lucruri de luat în considerare atunci când comunicați cu adulții în vârstă
<u>Capitol</u>	În mediile de evenimente față în față, este important să acordați atenție comunicării pentru a evita orice probleme cauzate de comunicare sau pentru a rezolva problemele rapid. Pentru că deși comunicarea este un fenomen pe care îl întâlnim în toate domeniile vieții, în funcție de grupele de vârstă și în funcție de caracteristicile canalelor (digitale etc.) care sunt comunicate, lucrurile de luat în considerare în timpul comunicării pot varia. Pentru adulții în vârstă, unele limitări fizice și mentale pot împiedica comunicarea. Ținând cont de aceste caracteristici, comunicarea cu adulții în vârstă ar trebui stabilită în medii de învățare.
<u>Denumirea activității</u>	Cunoașterea lucrurilor de luat în considerare atunci când comunicați cu adulții în vârstă
<u>OBIECTIV(E)</u>	Aflați despre Învățarea diferenței procesului de comunicare a adulților în vârstă cu alte grupe de vârstă Caracteristicile fizice și mentale ale adulților în vârstă ca componente care influențează comunicarea Lucruri de făcut pentru a facilita comunicarea
<u>METODE</u>	Metodologie: Vorbirea în cerc Responsabilul va oferi explicația teoretică a stărilor fizice și psihice ale adulților în vârstă Înainte într-un cerc, oamenii puteau discuta despre avantajele și dezavantajele caracteristicilor fizice și mentale

	<p>Având în vedere avantajele și dezavantajele, se vor discuta lucrurile de luat în considerare în comunicare.</p>
<p><u>TIMP ALOCAT</u></p>	<p>1. Persoana responsabilă va avea 15 minute pentru a explica efectul stării fizice și mentale asupra comunicării</p> <p>2. Având în vedere avantajele și dezavantajele, vi se vor acorda încă 15 minute pentru a discuta punctele care trebuie luate în considerare în comunicare</p> <p>30 min.</p>
<p><u>RESURSE NECESARE</u></p>	<p>1. Sala de clasă sau zonă fizică specifică pentru a avea întâlnirea</p> <p>2. PPT, computer și proiector</p>
<p><u>INSTRUCIUNI</u> * —</p>	<p>1. Bun venit participanților</p> <p>2. Responsabilul va explica cele 3 teorii în mod teoretic* (fără analiză). 10 minute pentru fiecare</p> <p>3. Cere-le să stea în cerc.</p> <p>4. Conduceți o dezbatere dinamică în care participanții iau în considerare avantajele, dezavantajele, aplicațiile sau îmbunătățirile din viața de zi cu zi și modul în care comunicarea îi influențează pe fiecare dintre ei.</p> <p>Timp total: 30</p>
<p><u>REFERINȚE</u></p>	<p><u>Teorías de învățare pentru adulți pentru a proiecta cu eficiență (lorbada.com)</u></p> <p><u>https://elearninginfographics.com/adult-learning-theories-every-instructional-designer-must-know-infographic/</u></p>

Stiluri de comunicare flexibile pentru a fi utilizate în comunicarea cu adulții în vârstă

<u>Modulul 3</u>	Stiluri de comunicare flexibile pentru a fi utilizate în comunicarea cu adulții în vârstă
<u>Capitol</u>	Ce înseamnă flexibilitatea în comunicare este important. Ce înseamnă pentru adulții în vârstă este, de asemenea, de o importanță deosebită. Această secțiune se concentrează pe oferirea de flexibilitate în comunicare, cu accent deosebit pe barierele de comunicare. Unul dintre motivele pentru această focalizare este că cea mai de bază caracteristică care ar trebui să fie prezentă pentru fiecare etapă a activităților pentru adulți este flexibilitatea. Reziliența este un fenomen ale cărui limite trebuie dezvoltate în continuare pentru adulții în vârstă.
<u>Denumirea activității</u>	Înțelegeți importanța de a fi flexibil în comunicare
<u>OBIECTIV(E)</u>	<p>Pentru a înțelege ce înseamnă a fi flexibil în comunicare</p> <p>Pentru a înțelege importanța flexibilității în comunicare pentru adulții în vârstă</p> <p>Pentru a ști cum comunică adulții în vârstă în medii digitale în afara mediilor față în față</p> <p>Pentru a vedea ce fel de flexibilitate au nevoie obezii și adulții în vârstă în comunicarea față în față sau în setări digitale;</p>
<u>METODE</u>	<p>Metodologie: Discuție ghidată</p> <p>analiza de grup a diferitelor situații în care vor fi prezentate întrebări pentru a sensibiliza oamenii cu privire la ceea ce se confruntă adulții în vârstă față în față și comunicarea digitală și astfel să promoveze un schimb de idei, opinii și/sau experiențe pentru aprofundarea subiectului.</p>

<p><u>TIMP ALOCAT</u></p>	<p>1. 3 probleme cu câte 15 minute de discuție pentru fiecare.</p> <p>2. În final, fiecare grupă se va încheia în fața celorlalți (15 minute pe grupă).</p> <p>Timp total 30 min</p>
<p><u>RESURSE NECESARE</u></p>	<p>1. Sala de clasă sau zonă fizică specifică pentru a avea întâlnirea</p> <p>2. Ghid tipărit</p> <p>3. Hârtii/coli și pixuri</p>
<p><u>INSTRUCȚIUNI</u> * —</p>	<p>1. Se vor forma grupuri de 3 persoane.</p> <p>2. Participanților li se vor oferi 3 întrebări diferite despre nevoia de flexibilitate în comunicarea cu adulții în vârstă</p> <p>3. Aceste întrebări vor fi discutate de către grupuri. Fiecare grup are 15 minute pentru discuții.</p> <p>4. O persoană însărcinată cu notarea ideilor și opiniilor - în timp ce vorbesc și încheie - i se va cere să se ocupe de luarea notițelor.</p> <p>5. În final, fiecare grupă va încheia în fața celorlalți (5 minute pe grupă).</p> <p>30 min</p>
<p><u>REFERINTE</u></p>	<p>https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/00469580221096272</p> <p>https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7563633/</p> <p>https://www.researchgate.net/publication/232006254 Older adults' use of information and communication technology in everyday life</p> <p>Rezumat al analizei nevoilor PAGES draft de ACEEU.pdf</p>
<p><u>FIȘĂ</u></p>	<p>Includeți fișe (dacă există, de exemplu: studiu de caz, scenarii...) – adăugați-le la sfârșit</p>

Îndrumări pentru participanți:

1. Care este cel mai eficient mod de a comunica pentru adulții în vârstă?
2. Putem spune că comunicarea față în față este mai potrivită pentru adulții în vârstă?
3. De ce adulții în vârstă folosesc instrumente digitale?
4. Având în vedere condițiile socio-economice și culturale în general, considerați că accesul la lumea digitală este ușor?
5. Acum, conform celor de mai sus și adăugând o vârstă deja adultă (+60) cu problemele suplimentare de sănătate sau independență pe care le pot avea, cum (grad de ușurință/accesibilitate/acoperire) consideră ei accesul la tehnologie?
6. Care crezi că sunt motivele inițiale pentru ca un adult în vârstă să intre în lumea tehnologiei și ce aplicații sau aspecte sunt cele mai folosite?
7. Pentru viața de zi cu zi a unui adult în vârstă, considerați că comunicarea digitală are vreun avantaj?
8. În ce moduri ar putea tehnologia în domeniul comunicării cu adulții în vârstă să fie mai aproape și mai accesibilă pentru aceștia?

A4.4 Strategii pentru facilitarea comunicării cu adulții în vârstă

<u>Modulul 4</u>	Strategii pentru a facilita comunicarea cu adulții în vârstă
<u>Capitol</u>	<p>Acest capitol va prezenta strategiile pentru a facilita comunicarea cu adulții în vârstă față în față și formele digitale de comunicare la adulții în vârstă și scopul pe care i-l acordă. La fel și cele mai recomandate platforme de educație pentru aceștia și modul în care poate fi transmisă utilizarea lor.</p> <p>Strategiile pentru facilitarea comunicării cu seniorii în mediile de învățare vor fi în primul rând pentru mediile de învățare față în față. Pentru că studiile au arătat că activitățile față în față sunt mai eficiente în satisfacerea nevoii de socializare la adulții în vârstă</p>
<u>Denumirea activității</u>	Cunoașterea strategiilor pentru a facilita comunicarea cu adulții în vârstă
<u>OBIECTIV(E)</u>	<p>Să știi</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cum să facilitezi comunicarea - Cum să facilitezi comunicarea cu adulții de vârstă înaintată - Facilitatori ai comunicării cu adulții în vârstă în medii față în față - Facilitatori ai comunicării în mediile digitale ale adulților în vârstă
<u>METODE</u>	<p>Metodologie: Învățare prin experiență</p> <p>Grupurilor vor fi prezentate cele mai comune și eficiente instrumente de comunicare digitală. Ei vor avea șansa de a pune întrebări după explicația fiecărui instrument.</p> <p>Apoi, participanții vor fi împărțiți în grupuri de câte 3. Fiecare grup va fi responsabil de unul dintre instrumentele prezentate:</p> <p>Îl vor folosi pentru a stabili o comunicare eficientă între ei.</p>

	<p>La final, o persoană din fiecare grup va explica cum să folosească instrumentul atribuit altui grup.</p>
<u>TIMP ALOCAT</u>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se vor aloca 15 minute pentru prezentarea care se va face despre situațiile care vor facilita comunicarea față în față. 2. Se va purta o discuție de 10 minute despre situații care vor facilita comunicarea în medii digitale. 3. Participanții vor avea timp să pună întrebări 5 min <p>Timp total: 30 de minute</p>
<u>RESURSE NECESARE</u>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sala de clasă sau zonă fizică specifică pentru a avea întâlnirea 2. PPT, computer și proiector 3. Hârtii/coli și pixuri
<u>INSTRUCȚIUNI</u> * —	<ol style="list-style-type: none"> 1. Întâmpinați participanții și dați-le hârtie și un creion în cazul în care trebuie să ia notițe. 2. Cereți participanților să se adune în grupuri de câte 3. 3. Prezentați participanților instrumentele de comunicare digitală și verificați dacă au întrebări după fiecare instrument. 4. Răspundeți la întrebările lor dacă au. 5. Atribuiți fiecărui grup unul dintre instrumentele de comunicare digitală la care să începeți lucrul. 6. Verificați dacă vreunul dintre grupuri se confruntă cu probleme cu instrumentul lor. 7. Odată ce au terminat cu sarcina lor, cereți fiecărui grup să-și explice unul altuia instrumentul.
<u>REFERINTE</u>	<p><u>Cum să sprijiniți alfabetizarea digitală la cursanții adulți - Promisiune digitală</u></p>

Corpul de cunoștințe

Subiectul comunicării este un domeniu multidisciplinar. Prin urmare, este în mod natural în contact cu mai mult de un domeniu al științei. De exemplu, când se ia în considerare dinamica comunicării în mediile școlare, educația este legată de educație, psihologia în anumite aspecte în ceea ce privește publicul țintă și chiar sociologia în cazul comunicării comunităților. Se poate spune că are o relație cu științele.

Acest modul al proiectului PAGES despre comunicare este discutat în relație cu diferiți discipoli din motivele menționate mai sus. Prima dintre aceste discipline este geriatria, domeniul științei legat de bătrânețe și îmbătrânire. Pentru că subiectul proiectului este legat de perioada bătrâneții. În acest context, geriatria este una dintre principalele domenii de beneficiu.

De asemenea, este în relație directă cu zona de învățare, deoarece este discutată în modulele pe teme precum caracteristicile generale ale adulților în vârstă în mediile de învățare. În plus, deoarece adulții în vârstă sunt persoane din afara educației formale, aceștia sunt, de asemenea, definiți ca cursanți care învață pe tot parcursul vieții, ceea ce, în acest context, este direct legat de subdiviziunea învățării pe tot parcursul vieții a modulelor. relație.

Învățarea este un sistem care include multe componente. Una dintre cele mai importante dimensiuni ale învățării este psihologia, care include diferite componente precum percepția de sine. În acest sens modulele au aspecte care subliniază ce psihologie a învățării adulților în vârstă.

Faptul că comunicarea s-a mutat recent de la medii față în față la medii cu infrastructura tehnologică a fost un punct accentuat în modul. În acest sens, modulul are și un anumit contact cu TIC.

Indiferent de componenta despre care vorbim legată de comunicare în sfera de aplicare a proiectului, deoarece accentul se pune pe adulții în vârstă, fiecare domeniu al acestor discipline care intră în contact cu disciplina bătrâneții este posibil să se ocupe de diferite module ale proiect.

Evaluare

Pot fi utilizate diferite instrumente de evaluare în legătură cu subiectele abordate în modulul de comunicare cu adulții în vârstă. Cea mai importantă componentă care influențează alegerea instrumentelor de evaluare aici este ce fel de informații sunt necesare și ce răspunsuri sunt mai relevante pentru scop.

Întrebările enumerate mai jos sunt importante pentru ca participanții să își evalueze propriul progres în ceea ce privește modulul și să vadă inferențe ale celorlalți participanți din procesul de învățare.

- 1- Care sunt caracteristicile adulților în vârstă care îi deosebesc de alți adulți?
- 2- Caracteristicile adulților în vârstă îi fac mai ușor să învețe?
- 3- Ce ar trebui luat în considerare în comunicarea cu adulții în vârstă?
- 4- Cât de importantă este comunicarea în învățarea adulților în vârstă?
- 5- Care sunt diferențele dintre comunicarea în medii digitale și comunicarea față în față?
- 6- Ce situații pot fi considerate bariere de comunicare în comunicarea cu adulții în vârstă?
- 7- Care sunt reflectările barierelor de comunicare asupra mediilor de învățare?
- 8- Ce se poate face pentru a facilita comunicarea

Referințe

Dağlı, Y. (2018). Suntem pregătiți pentru bătrâni? PEGEM Publications Ankara

Knowles, M. (1986) Adult Learners.

Littlemore, J. (2003). Eficacitatea comunicativă a diferitelor tipuri de strategii de comunicare.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0346251X03000460>

Onur, B. (2021). Psihologia dezvoltării. Imagini Publicații Ankara

Cum să sprijiniți alfabetizarea digitală la cursanții adulți - Promisiune digitală

<https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/00469580221096272>

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7563633/>

https://www.researchgate.net/publication/232006254_Older_adults'_use_of_information_and_communication_technology_in_everyday_life

Rezumat al analizei nevoilor_ PAGES_draft de ACEEU.pdf

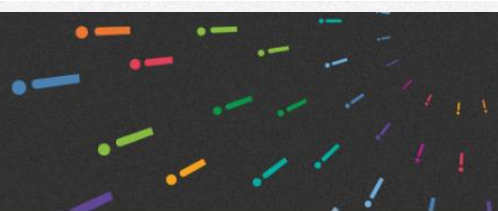
Teorías de învățare pentru adulți pentru a proiecta cu eficiență | (lorbada.com)

<https://elearninginfographics.com/adult-learning-theories-every-instructional-designer-must-know-infographic/>

<https://gerontology.ku.edu/sites/gerontology.drupal.ku.edu/files/docs/GSACommunicating%20with%20Older%20Adults%20low%20Final.pdf>

Ültanı, E. , Ültanı, G. (2005). Cultură în Estonia, Anglia și Turcia

Standarde profesionale în predarea educațională



modulul 5

Programe de artă și cultură



Modul 5 Programe de artă și cultură

Modulul de formare 5 este esențial în prevenirea vârstniciei prin activități culturale și artistice. Programele legate de arte și activități culturale sunt un instrument eficient care poate fi folosit pentru combaterea vârstniciei.

În acest modul, vor fi învățate următoarele informații:

- Temele de artă și cultură arată potențialul programelor de a oferi mobilitate și socializare pentru adulții în vârstă.
- Este posibil să-i faceți pe adulții în vârstă mai activi și sănătoși din punct de vedere fizic și mental, cu programe cu tematică artistică și culturală.
- Componentele sunt luate în considerare la pregătirea programelor care conțin activități artistice și culturale
- Sunt determinate subiectele care vor fi incluse în programe și conținutul programului.
- Importanța terminologiei în programe este explicată prin includerea activităților artistice și culturale. Se va explica utilizarea vocabularului deoarece uneori cuvintele incită fundalul intelectual al discriminării.

După acest modul, participanții vor avea un set de competențe care îi vor ajuta să lupte împotriva vârstniciei și să-și sporească cunoștințele despre importanța programelor pentru activități artistice și culturale în această luptă.

Determinarea subiectelor programelor în contextul artei și culturii pentru adulții în vârstă

Programele sunt unul dintre factorii care determină direcția procesului de învățare. Programele sunt o structură standard în care sunt incluse subiectele legate de materia ce urmează a fi predată, sunt date informații precum scopurile, implementarea, durata, activitățile, ordonarea activităților, modul în care va fi evaluat procesul și conținutul acestuia. Este un fel de foaie de parcurs pregătită pentru atingerea scopului.

Pe scurt programul; înseamnă factura care arată piesele, ordinea, timpul și modul de a face munca de făcut (Gelen, 2021). Elementele de bază ale unui program

Elemente de bază;

1-Achiziție/scop/ținte

2-Conținut

3-Procesul de învățare-predare

4-Măsurare și evaluare.

Programele sunt pregătite pentru un anumit număr de subiecte din sistemul formal de învățare și sunt determinate de experți educaționali. Cu toate acestea, deoarece programele de învățare pe tot parcursul vieții sunt pregătite în conformitate cu nevoile adulților, numărul de programe la diferite discipline este mare. Din când în când, chiar dacă titlul subiectului este același, acesta poate diferi unul de celălalt ca conținut.

Programele pentru adulții în vârstă includ o gamă largă de planuri de educație și formare, cum ar fi artă, literatură, dramă, poezie, muzică, teatru, meșteșuguri, etică, istorie, geografie, călătorii, reparații zilnice, dezvoltare personală, filozofie, știință și tehnologie, și utilizarea computerului (Capricorn, Canatan, 2020).

Există câteva modalități de a determina subiectele incluse în conținutul programelor.

- În primul rând, publicul țintă trebuie determinat.
- Odată ce publicul țintă a fost identificat, cel mai eficient mod de a determina subiectele este aplicarea chestionarelor privind cerințele de formare publicului țintă.
- Cerințele de învățare de la adulții în vârstă către unitățile de învățământ sunt, de asemenea, eficiente în determinarea subiecților.
- În plus, în special instituțiile de sănătate pot recomanda pregătirea unui program de instruire pe subiecte pe care adulții în vârstă ar putea fi adecvate să le cunoască pentru a îmbătrâni mai activ și mai sănătos.

Pregătirea programelor de materii pe care adulții în vârstă trebuie să le învețe este importantă în ceea ce privește asigurarea participării. Pentru că, spre deosebire de perioada de educație formală, participarea la activități de învățare pe tot parcursul vieții depinde de voluntariat. Adulții în vârstă participă dacă găsesc activități în programele pe care le consideră potrivite pentru ei. În acest sens, este necesară realizarea unor studii pe aceste aspecte.

Dacă este luată în considerare în contextul programelor solicitate de către adulții în vârstă, care reprezintă publicul țintă, printre subiectele cele mai frecvent incluse în programe în ultimii ani,

- Rezultate îmbunătățite pentru sănătate
- Sănătate mintală îmbunătățită
- Izolare redusă
- Calitatea vieții îmbunătățită
- Sănătate și îngrijire medicală
- Relațiile de familie
- Preocupări economice
- Îngrijirea
- Modificări la domiciliu
- Pensionare
- Pare a fi nutriție și dietă (Gillen, Wilken, Jump, 2015).

Printre subiecte se numără relațiile de familie și reducerea izolării. Aceste probleme pot indica faptul că ei văd probleme precum comunicarea, comunicarea în familie, socializarea ca probleme pentru adulții în vârstă și, prin urmare, doresc să primească educație în aceste domenii. Adunarea diferitelor generații în familie și astfel consolidarea comunicării pare a fi importantă pentru adulții în vârstă.

Unul dintre cele mai eficiente instrumente care poate fi folosit pentru consolidarea comunicării și socializării este arta și activitățile culturale.

Se crede că programele care vor fi pregătite cu accent pe activități artistice și culturale vor răspunde nevoilor de socializare ale adulților în vârstă și le vor permite să fie activi fizic și psihic și că întâlnirea cu diferite persoane și grupuri în timpul acestor activități va fi eficient în combaterea discriminării persoanelor în vârstă.

Determinarea conținutului programelor în contextul artei și culturii pentru adulții în vârstă

În toate procesele de educație formală sau nonformală, după ce se decid subiectele programelor, se începe etapa de determinare a conținutului care urmează a fi inclus în

discipline. Deoarece subiectele programelor de învățare pe tot parcursul vieții sunt determinate în funcție de nevoile publicului țintă, conținutul este pregătit în consecință.

Conținutul acoperă toate caracteristicile, cum ar fi cunoștințele, abilitățile, atitudinile față de obiectivele curriculumului. Răspunsul la întrebarea „ce ar trebui să învățăm” pentru a atinge obiectivele este conținutul (Gelen, 2021). În acest sens, dacă va exista un conținut de pregătit în contextul artei și al totușii în lupta împotriva discriminării persoanelor în vârstă, răspunsul la întrebarea „ce trebuie să învățăm pentru a preveni discriminarea persoanelor în vârstă” va constitui conținutul acest program.

Unul dintre cele mai importante lucruri la care trebuie să acordați atenție atunci când creați conținut este includerea evenimentelor în viața de zi cu zi a adulților în vârstă. În acest sens, este important ca conținutul programului să fie mărit prin utilizarea unor piese din viața publicului țintă.

De exemplu, utilizarea activităților artistice și culturale în prevenirea discriminării persoanelor în vârstă se numără printre cele care pot fi incluse în program.

- Ce este discriminarea bătrânilor
- In ce cazuri se vede
- Factorii în producerea acestei percepții
- Strategii care pot fi folosite pentru a elimina această percepție
- Care sunt evenimentele artistice și culturale
- Funcțiile generale ale acestor activități
- Ce activități artistice și culturale pot fi potrivite pentru adulții în vârstă
- Realizarea de activități artistice și artistice potrivite pentru persoanele în vârstă
- Facerea ca mediile în care se vor desfășura activități artistice și culturale potrivite pentru persoanele în vârstă
- Subiecte precum activitățile artistice și culturale și modul de a aduce împreună oameni din diferite grupuri pot fi pregătite ca conținut.

Lucruri de luat în considerare în terminologia care urmează să fie utilizată în programele pentru vârstnici

Înainte de a vorbi despre terminologia care trebuie utilizată în programe, este oportun să ne concentrăm asupra terminologiei. Terminologia poate fi definită ca toți termenii specifici unei științe, unei arte, unei profesii sau unei ramuri a tehnicii. În acest context, se poate spune că terminologia este de fapt specifică anumitor domenii.

De exemplu, cuvinte precum „învățare” în terminologia științelor educației apar în viața noastră de zi cu zi, precum și în terminologie. Din nou, în timp ce termenul „andragogie” este folosit în terminologie în domeniul învățării pe tot parcursul vieții, cuvântul „învățare a adulților” poate fi întâlnit mai frecvent în viața de zi cu zi. Termenul matematic „unghi” este, de asemenea, unul dintre cuvintele pe care le folosim în același mod și atât terminologic, cât și în viața noastră de zi cu zi. Este posibil să înmulțiți acești termeni.

Când folosiți termenii, trebuie luate în considerare două aspecte. Prima dintre acestea este dacă termenul folosit poartă o percepție negativă în general. De exemplu, atunci când adulții în vârstă sau orice individ din societate sunt întrebați ce fel de concepte de percepție, cum ar fi „vârstnici” și „bătrânețe”, creează, se poate primi feedback că acestea sunt în general „negative”. Prin urmare, în locul conceptului de „vârstnic” de aici, ar trebui luată în considerare utilizarea unui termen care este acceptat în literatura de domeniu precum bătrânețea și vârsta adultă. Pentru că cuvintele încărcate cu percepții negative pot provoca răspândirea și adâncirea acelor gânduri negative în memoria socială.

Aici, pornind de la motto-ul ONU „Luați o poziție împotriva discriminării persoanelor în vârstă” în 2016, acordarea atenției termenilor care conțin percepții negative față de adulții în vârstă va fi în concordanță cu obiectivele proiectului.

Un alt lucru de luat în considerare atunci când folosiți terminologia este că cuvintele sunt întotdeauna folosite împreună cu judecăți negative. Dacă un cuvânt este utilizat în mod constant în combinație cu propoziții care conțin situații negative, acesta poate produce o percepție negativă chiar și atunci când nu există niciun cuvânt lângă cuvânt care să facă ca acesta să fie perceput negativ. Acest lucru poate duce la discriminare după un timp.

Unele dintre afirmațiile care trebuie corectate în acest sens sunt enumerate mai jos.

Declinul / colapsul mental și fizic este de așteptat la bătrânețe.

Această regresie este experimentată nu numai la bătrânețe, ci și în cazurile în care nu există suficientă activitate fizică și psihică mai mult decât vârsta. Prin urmare, este necesar să fii activ mental și fizic pentru a amâna astfel de evenimente la bătrânețe.

Nevoile persoanelor în vârstă sunt asemănătoare între ele.

Așa cum fiecare individ este diferit unul de celălalt, fiecare vârstă mai înaintată este diferită una de alta la adulți. Astfel de generalizări împiedică apariția unor trăsături specifice.

Creativitatea, productivitatea și contribuția la societate au loc în timpul tinereții.

La bătrânețe, indivizii pot aduce contribuții semnificative la societate cu cunoștințele lor din trecut. Cu toate acestea, este necesar să contactați aceste persoane pentru a solicita această contribuție.

Persoanele în vârstă, în general, doresc/se așteaptă la o viață liniștită și calmă.

Speranța de viață a fiecărei persoane, stilul de viață este diferit, indiferent de vârstă. A face astfel de generalizări în numele lor fără a le cere părerea poate însemna să le iei dreptul de a vorbi.

Transferul de resurse către persoanele în vârstă înseamnă restrângerea resurselor existente ale tinerilor.

Faptul că adulții în vârstă nu sunt implicați în prezent în producția activă nu înseamnă că nu beneficiază de resursele disponibile. Pentru că resursele care există astăzi s-au format și din contribuțiile lor în trecut când au lucrat. În acest context, serviciile ar trebui furnizate în cadrul egalității și echității/echității pentru toate grupele de vârstă. (Universitatea Hacettepe, 2016)

Este necesar un efort intens, sistematic și susținut pentru a elimina toate aspectele discriminării persoanelor în vârstă. Acest efort trebuie abordat în toate domeniile vieții, de la programe educaționale la terminologie, de la învățarea pe tot parcursul vieții la educația școlară. Este necesar să se determine atitudinile și comportamentele discriminatorii care se schimbă de la cultură la cultură care provoacă această situație, să se determine factorii de bază și să se determine și să implementeze strategii și abordări pentru eliminarea discriminării.

Modul de formare

Structura flexibilă a programelor de învățare pe tot parcursul vieții le permite să fie pregătite în funcție de caracteristicile diferitelor grupuri țintă. Acesta este unul dintre punctele forte ale programelor de învățare pe tot parcursul vieții. În acest context vor fi, de asemenea, pregătite programe care vor permite utilizarea artei și culturii în lupta împotriva vârstniciei pentru adulții în vârstă. Cu aceste programe, se va asigura că adulții în vârstă, ca grup țintă, în special în conformitate cu obiectivele de dezvoltare durabilă ale UNESCO, iau parte activ la viață fără a lăsa pe nimeni în urmă (ONU, 2018).

Cu Programele în contextul modulului de arte și cultură pentru adulții în vârstă, educatorii vor afla despre subiectele și conținutul programelor care conțin activități meșteșugărești și culturale pentru adulții în vârstă și terminologia care poate fi adecvată pentru aceste programe (MEGEP, 2008). Prin utilizarea acestor programe, educatorii vor permite adulților în vârstă să-și exprime mai ușor creativitatea. Pentru că mai ales adulții în vârstă nu au scopul de a-și arhiva sentimentele sau gândurile sau de a acumula experiențe în această perioadă a vieții lor. Cu toate acestea, ei pot fi obișnuiți pentru că au trăit mult timp cu arhivarea. În acest sens, arta și activitățile culturale sunt esențiale în exprimarea emoțiilor, gândurilor și creativității acestei arhive (MEGEP, 2008). Această expresie creează o stare de bine mentală și fizică. În plus, aceste activități susțin și socializarea, deoarece permit munca în comun din când în când. Încorporând mișcarea și creativitatea în viața de zi cu zi a participanților, ne străduim să le îmbunătățim bunăstarea și vitalitatea generală și să le amplificăm conexiunea cu comunitățile locale.

Având în vedere obiectivele proiectului și caracteristicile publicului țintă, programele aplicate focalizării activităților artistice și culturale sunt esențiale atât în lupta împotriva vârstnicilor, cât și în ajutarea adulților în vârstă să ducă o viață activă.

<i>Numele modulului</i>	Programe în contextul artei și culturii pentru adulții în vârstă
<i>Scopul Modulului</i>	Modulul își propune să explice modul de creștere a mobilității și a calității vieții adulților în vârstă prin încorporarea artei și culturii în programele educaționale. Această abordare recunoaște importanța exprimării creative și a angajamentului cultural și, astfel, promovează sănătatea fizică și mentală. În plus, sunt vizate conexiunile sociale și împlinirea personală.
<i>Obiectivele de învățare</i>	Cititorul ar trebui să:

	<ul style="list-style-type: none"> • Fii motivat să încorporezi aceste programe atunci când lucrezi cu adulți în vârstă • Să fiți capabil să reflectați și să acționați asupra posibilelor bariere ale învățării • Simțiți-vă încurajat să proiectați și să implementați activități care răspund nevoilor și intereselor adulților în vârstă și să promovați participarea și colaborarea activă • Simțiți-vă inspirat de utilizarea acestor programe pentru a încuraja oferirea de oportunități elevilor de a dezvolta noi abilități și cunoștințe prin activități de învățare experiențială care sunt relevante pentru viața și experiențele cursanților adulți în vârstă • Creați un mediu de învățare favorabil și incluziv care promovează diversitatea, independența, respectul reciproc și zone sigure pentru creștere și partajare prin aceste programe
<p>Subiect și context (schema modulului)</p>	<p>Mobilitatea îmbunătățită a cursanților adulți în vârstă prin programele de artă și cultură</p> <p>Obiectivele programului sunt:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1- Determinarea temelor programelor pentru vârstnici 2- Determinarea conținutului programelor pentru vârstnici 3- Lucruri de luat în considerare în terminologia de utilizat în programele pentru <p>Context: Pentru a oferi tuturor oportunități de învățare și pentru a îmbunătăți bunăstarea, conexiunile sociale și calitatea vieții pentru adulții în vârstă care învață prin noi instrumente și activități. Accentul se pune pe utilizarea mișcării, a artelor vizuale și a artelor spectacolului ca instrumente de ghidare pentru a amplifica expresia creativă.</p> <p>Contur:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.) Introducere în programele de arte și culturi 2.) Programe de dans și mișcare

	<p>3.) Programe de arte vizuale</p> <p>4.) Programe de arte spectacolului</p>
Grup țintă	Educatorii adulților și lucrătorii comunitari interesați de acest subiect proiectează activități educaționale pentru adulții în vârstă.
Medii și echipamente educaționale	<p>11. Sala de clasă sau zonă fizică specifică pentru a avea întâlnirea</p> <p>12. Tablă și markere</p> <p>13. PPT, computer și proiector</p> <p>14. Echipamente care sprijină cursanții cu mobilitate limitată și căruță la nevoile lor individuale</p> <p>15. Materiale de arte vizuale, cum ar fi pensule, argilă, vopsea, pixuri și alte consumabile</p> <p>16. Recuzită și materiale (pot include instrumente muzicale, costume și materiale de scenă)</p> <p>17. Pentru participanți: îmbrăcăminte confortabilă și largi, încălțăminte de susținere, sticle de apă și gustări, după cum este necesar</p> <p>18. Suplimentar: echipamente audio și hardware (calculator și proiector, material care urmează să fie arătat participanților), cărți de surse</p>
Rezumatul modulului/ Conținutul principal/ Relevanța	<p>Pentru acest subiect vor fi dezvoltate trei capitole.</p> <p>Primul capitol își propune să determine temele programului pentru adulții în vârstă în contextul artei și culturii. Atunci când decideți subiectele programului, vor fi luate în considerare ramurile goale ale artei și culturii, cum ar fi dansul și teatrul. Educatorii și asistenții sociali care lucrează cu adulții în vârstă vor afla din ce subiecte să aleagă pentru aceste ramuri.</p>

	<p>Al doilea capitol își propune să determine conținutul programelor legate de disciplinele de artă și cultură menționate în primul modul. Conținutul acestui program își dorește să învețe și să socializeze adulții în vârstă prin activități artistice dincolo de îmbunătățirea gustului lor artistic. Prin urmare, acest modul se concentrează pe utilizarea instrumentelor și activităților pentru a îmbunătăți bunăstarea elevilor adulți în vârstă, conexiunile sociale și calitatea vieții. Al doilea modul va oferi participanților informații în acest context.</p> <p>În al doilea modul, Dans și mișcare</p> <p>Explorarea artelor vizuale</p> <p>Teatru și Spectacol</p> <p>Conținutul precum Muzică și Ritm va fi acoperit.</p> <p>Unul dintre scopurile celui de-al doilea modul este de a crea un mediu cald pentru a elimina stereotipurile despre adulții în vârstă prin aceste activități artistice.</p> <p>Al treilea capitol include un context ceva mai conceptual. Cu toate acestea, își propune să ofere informații cu privire la terminologia și limbajul care trebuie utilizat în timpul pregătirii sau aplicării pentru programe. Pentru că terminologia folosită în domeniul sau programele de învățare pe tot parcursul vieții nu este aceeași ca în programele destinate persoanelor aflate în perioadele de învățare formală și nici nu ar trebui să fie. Acest modul își propune să ofere informații în acest sens.</p>
<p>Orar și program</p>	<p>Capitolul 1 va fi dezvoltat cu metodologia „Scrie rapid”. „În timpul „Scrie rapid”, participanții sunt așteptați să își scrie părerile despre programele care pot fi utilizate pentru adulții în vârstă, concentrându-se pe contextul artei și culturii.</p> <p>Primele 5 minute vor fi folosite pentru a scrie ce crede fiecare participant, iar apoi 3 participanți vor avea voie să citească. Fiecare va avea 10 minute pentru a-și împărtăși răspunsurile, iar ultimele 15 minute vor fi folosite pentru a observa toate răspunsurile din grup și a le completa cu comentarii suplimentare.</p>

	<p>30 de minute</p> <p>Capitolul 2 va fi dezvoltat cu metodologia Circle Speech, Pe baza titlurilor de programe potrivite pentru adulții în vârstă, se va încerca să se determine ce și ce activități pot fi în conținutul acestor programe.</p> <p>30 de minute</p> <p>Capitolul 3 va fi dezvoltat prin metodologia „discuției de grup”. La începutul acestei secțiuni, se va informa că terminologia este un ansamblu de concepte care exprimă situațiile respectivei ramuri a științei și că fiecare unitate are limbajul său. Apoi, se va atrage atenția asupra cuvintelor care provoacă discriminare în programele și conținuturile pentru adulții în vârstă, iar aceste cuvinte vor fi solicitate să fie observate și discutate. (De exemplu, care este percepția cuvântului vechi? Invalid, handicap etc.)</p> <p>30 min.</p> <p>Total: 90 min</p>
<p>Rezultatele învățării ale modului</p>	<p>La finalizarea acestor module, cursanții ar trebui să fie capabili să:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Va fi capabil să identifice programe care le vor permite adulților în vârstă să socializeze prin artă și cultură. • Deveniți conștienți de conținutul programelor de artă și cultură. • Va avea informații despre termenii care ar putea fi mai adecvați pentru adulții mai în vârstă pentru a folosi în programe sau evenimente.

Activități de învățare activă

A5.1 Determinarea temelor programelor pentru vârstnici

<p><u>Modul</u></p>	<p>Programe în contextul artei și culturii pentru vârstnici</p>
---------------------	---

<p><u>Capitolul 1</u></p>	<p>Determinarea temelor programelor în Contextul artei și culturii pentru vârstnici</p> <p>Această secțiune își propune să determine programele potrivite pentru adulții în vârstă care se concentrează pe artă și cultură. Artă și activitățile culturale, prin natura lor, unesc oamenii; adică sunt unificatoare. Această unitate poate fi folosită și în lupta împotriva vârstnicilor. În acest sens, activitățile care se vor desfășura pe baza programelor de stabilit vor face o diferență semnificativă în lupta împotriva vârstniciei.</p>
<p><u>Denumirea activității</u></p>	<p>Mobilitatea îmbunătățită a cursanților adulți în vârstă prin programele de artă și cultură</p>
<p><u>Obiectiv(e)</u></p>	<p>Participanții</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificarea programelor culturale și artistice care pot fi potrivite pentru adulții în vârstă - Luând în considerare principalele caracteristici fizice ale adulților în vârstă în momentul stabilirii programului - Recunoașterea importanței activităților artistice și culturale în lupta împotriva vârstniciei - Pentru a afla despre efectele acestor activități asupra bunăstării mentale și fizice a adulților în vârstă.
<p><u>Metode</u></p>	<p>Metodologie: Scrie rapid</p> <p>Modulul 1 va fi dezvoltat cu metodologia „Scrie rapid”. În timpul „Scrie rapid”, participanții sunt așteptați să își scrie părerile despre programele care pot fi utilizate pentru adulții în vârstă, concentrându-se pe contextul artei și culturii.</p> <p>Când scrieți numele programelor, ar trebui rugat să ia în considerare contextul în care aceste programe vor fi aplicate adulților în vârstă. Fiecare ramură a artei și culturii se potrivește adulților în vârstă într-o anumită măsură.</p>

<p><u>Timp alocat</u></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Fiecare participant va avea 5 minute pentru a scrie. 2. Voluntarii pot citi răspunsurile 5 3. Responsabilul are la dispoziție încă zece minute pentru a scrie toate răspunsurile pe o tablă vizibilă. 4. Vi se vor acorda 10 minute pentru a răspunde la întrebări pe subiect. <p>30 min</p>
<p><u>Resurse necesare</u></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sala de clasă sau zonă fizică specifică pentru a avea întâlnirea 2. Tablă și markere 3. PPT, computer și proiector 4. Hârtii/coli și pixuri
<p><u>Instrucțiuni</u></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Materialele necesare precum hârtie și creion vor fi distribuite participanților. 2. Fiecărui participant i se va acorda timp pentru a-și scrie opiniile cu privire la programele care includ activități artistice și culturale care pot fi potrivite pentru adulții în vârstă. 3. După expirarea timpului, se vor citi opiniile scrise. 4. Pe măsură ce citesc, responsabilul își va scrie răspunsurile pe tablă. 5. Dacă există întrebări despre subiect, modulul va fi completat după ce se răspunde la acestea.

<p><u>Referințe</u></p>	<p>Baer, N. (2018). Îmbătrânirea creativă: explorarea intersecției dintre îmbătrânire și arte. Springer</p> <p>„Intervenții muzicale pentru demență și depresie la adulții în vârstă: un studiu controlat randomizat în grup” de Jenny T. van der Steen și colab.: Acest studiu examinează efectele intervențiilor muzicale asupra demenței și depresiei la adulții în vârstă, evidențiind potențialul artelor. -intervenții bazate pe</p>
-------------------------	--

A5.2 Determinarea conținutului programelor pentru vârstnici

<u>Modul</u>	Programe în contextul artei și culturii pentru vârstnici
<u>Capitolul 2</u>	<p>Determinarea conținutului programelor în Contextul artei și culturii pentru vârstnici</p> <p>Scopul acestui modul este de a determina conținutul programelor axate pe artă și cultură pentru adulții în vârstă, ținând cont de caracteristicile fizice și mentale ale acestora. Modulul se concentrează în mod special pe extinderea gamei de mișcare a adulților în vârstă.</p> <p>Modulul este foarte relevant astăzi, deoarece populația îmbătrânită crește și provocările legate de mobilitate devin mai răspândite în rândul adulților în vârstă. Prin urmare, ne propunem să îmbunătățim mobilitatea și ameliorarea durerii într-un mod creativ și inspirator, care este ușor accesibil și poate fi implementat ulterior în rutina zilnică. Artele spectacolului precum dansul, artele vizuale, teatrul și artele precum muzica sunt esențiale pentru asigurarea acestei mobilități.</p>
<u>Denumirea activității</u>	Determinarea conținutului programului pentru adulții în vârstă
<u>Obiectiv(e)</u>	<p>Aflați despre</p> <ul style="list-style-type: none"> -Ce componente pot fi găsite în conținutul programelor de arte și evenimente culturale (muzică, dans, arte vizuale, arte spectacolului etc.) - Cum aceste conținuturi (muzică, dans, arte vizuale, arte spectacolului etc.) pot fi utilizate în evenimente pentru adulții în vârstă - Efectul conținutului activităților artistice și culturale asupra bunăstării adulților în vârstă - Cum poate artele să promoveze mobilitatea fizică și bunăstarea emoțională

	<p>-Activitățile artistice și culturale vor îmbunătăți conexiunile sociale ale persoanelor în vârstă și vor dobândi un sentiment de apartenență și de comunitate prin experiențele împărtășite cu semenii lor.</p>
<u>Metode</u>	<p>Metodologie: Vorbirea în cerc</p> <p>Înainte într-un cerc, o persoană desemnată poate oferi participanților scurte informații despre ramurile artei și culturii.</p> <p>După ce am discutat ce fel de conținut ar trebui să aibă programele din aceste ramuri, se poate solicita îmbogățirea conținutului programului cu exemple.</p>
<u>Timp alocat</u>	<p>1. Persoana responsabilă va avea 5 minute pentru a explica informații despre ramurile artei și culturii și programele conexe</p> <p>2. Partajarea discursului și a mostrei de conținut al programului 25 min</p> <p>30 min.</p>
<u>Resurse necesare</u>	<p>1. Sala de clasă sau zonă fizică specifică pentru a avea întâlnirea</p> <p>2.PPT, computer și proiector</p>
<u>instrucțiuni</u>	<p>1. Responsabilul va explica, oferind informații despre ramurile artei și culturii și programele acestora</p> <p>2. Cere-le să stea în cerc.</p> <p>3. Partajarea mostrelor de conținut al programului</p> <p>Exemple de conținut de program includ</p> <p>Dans și mișcare</p>

	<p>Participanții vor învăța exerciții de încălzire care cresc flexibilitatea și mobilitatea</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Introducere în diferite stiluri de dans și mișcări, cum ar fi baletul, jazzul și dansul modern ● Învățarea pașilor și combinațiilor de dans de bază ● Scufundați-vă în exerciții de răcire care sunt puternice în prevenirea rănilor și în promovarea relaxării <p>Explorarea artelor vizuale</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Participanții vor fi familiarizați cu diferite forme de artă, cum ar fi sculpturile, pictura în ulei, schițele și lucrările din lemn. ● Ei vor explora apoi diferite tehnici și materiale. Mai exact, acuarela și argila pot fi instrumente puternice pentru participanții cu mobilitate fizică limitată sau Pictura prin picurare și acțiune, adesea asociată cu artiștii Jackson Pollock și Max Ernst. ● Participanții vor fi încurajați să-și exprime creativitatea și exprimarea de sine. ● Aici poate fi pusă o discuție despre modul în care artele pot fi folosite ca instrument eficient pentru a promova bunăstarea și mobilitatea cursanților adulți mai în vârstă. <p>Teatru și Spectacol</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Introducere în diferite stiluri de performanță, cum ar fi improvizația, dezvoltarea personajelor și povestirea ● Explorarea modului în care artele spectacolului pot îmbunătăți mobilitatea fizică și conexiunile sociale
--	--

	<ul style="list-style-type: none"> ● Crearea unei piese de spectacol scurte în grup sau individual prin încorporarea mișcării, artelor vizuale și povestirii <p>Muzică și Ritm</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Introducere în diferite stiluri și instrumente muzicale, în funcție de resursele disponibile ● Explorare și discuții de grup despre modul în care muzica poate promova mișcarea fizică și îmbunătățirea sănătății mintale ● Activitate de grup: pot fi incluse exemple de activități precum învățarea tiparelor de ritm de bază și crearea muzicii împreună. <p>Timp total: 30</p>
<p><u>Referințe</u></p>	<p>Cohen, GD și de Medeiros, K. (2018). Creativitate și îmbătrânire: teorie, cercetare și aplicații. Elsevier</p> <p>Pachana, NA, Laidlaw, K., & Knight, BG (eds.). (2014). Studii de caz în nursing gerontologic pentru asistenta de practică avansată. Springer</p>

A5.3 Lucruri de luat în considerare în terminologia care trebuie utilizată în programele pentru vârstnici

<u>Modul</u>	Programe în contextul artei și culturii pentru vârstnici
<u>Capitolul 3</u>	<p>Lucruri de luat în considerare în terminologia care trebuie utilizată în programele pentru vârstnici</p> <p>Terminologia poate fi definită ca un limbaj comun creat de o disciplină sau un domeniu de studiu în funcție de caracteristicile sale. Unele expresii ale acestui limbaj se reflectă nu numai în acea ramură a științei, ci și în viața de zi cu zi și pot fi folosite în viața de zi cu zi. Scopul acestui modul este de a oferi informații despre ce cuvinte sunt utilizate cel mai frecvent în programele pentru adulții în vârstă și care sunt cuvintele care aparțin acestui domeniu.</p>
<u>Denumirea activității</u>	Terminologia folosită în programe
<u>Obiectiv(e)</u>	<p>Participanții</p> <p>Recunoașterea conceptului de terminologie</p> <p>Utilizarea cuvintelor adecvate domeniului în programe sau conținut pentru adulți în vârstă</p> <p>Considerații la utilizarea terminologiei</p>
<u>Metode</u>	<p>Metodologie: Discuție de grup</p> <p>Informații scurte despre ce înseamnă terminologia sunt oferite participanților de către o persoană desemnată.</p> <p>Apoi participanții sunt împărțiți în două grupuri.</p> <p>În grup, li se cere să vorbească despre ceea ce știu despre terminologia folosită într-un domeniu precum arta și cultura.</p> <p>Ulterior, se afirmă că, ca și în artă și cultură, este o ramură a științei care se adresează adulților în vârstă și poate avea anumite cuvinte. Grupurilor</p>

	<p>li se permite apoi să vorbească despre terminologia referitoare la adulții în vârstă.</p>
<u>Timp alocat</u>	<p>1. După conversațiile despre terminologie, ambele grupuri împărtășesc cuvintele pe care le-au determinat cu celelalte grupuri.</p> <p>2. Fiecare grup va avea 15 minute pentru a-și împărtăși rezultatele.</p> <p>Timp total 30 min</p>
<u>Resurse necesare</u>	<p>1. Sala de clasă sau zonă fizică specifică pentru a avea întâlnirea</p> <p>2. Ghid tipărit</p> <p>3. Hârtii/coli și pixuri</p>
<u>Instrucțiuni</u>	<p>1. Participanții sunt împărțiți în două grupuri</p> <p>2. Se desemnează o persoană, iar participanților li se spune ce înseamnă terminologia.</p> <p>3. Se afirmă că există termeni din anumite domenii, precum artă și cultură sau unii termeni folosiți în domeniul educației, iar toți acești termeni exprimă terminologia.</p> <p>4. Ulterior, termenii și semnificațiile acestor termeni sunt menționate pe scurt în situații precum învățare, activitate etc., pentru adulții în vârstă. (vârstnici, cu dizabilități, cu sindrom, cronice, cu dizabilități geriatrice, deces etc.)</p> <p>4. O persoană responsabilă cu notarea ideilor și opiniilor în timp ce vorbește și încheie va fi rugată să ia notițe.</p> <p>5. În final, fiecare grupă va încheia în fața celorlalți (5 minute pe grupă).</p> <p>30 min</p>

<p><u>Referințe</u></p>	<p>Raportul A doua Adunare Mondială a Îmbătrânirii, Națiunile Unite, 2002</p> <p>Îngrijire integrată pentru persoanele în vârstă, Ghid pentru intervenții la nivel comunitar pentru a gestiona declinul capacității intrinseci, Organizația Mondială a Sănătății, 2017</p> <p>Sănătate globală și îmbătrânire, Institutul Național al Îmbătrânirii, NIH, OMS, 2011</p>
-------------------------	--

Corpul de cunoștințe

Modulul „Programe în contextul artei și culturii pentru adulții în vârstă” se bazează pe o gamă diversă de discipoli și corpuri de cunoștințe, inclusiv următoarele:

- Programare intergenerațională: dezvoltarea de programe, idei și activități care reunesc oameni de diferite vârste și generații pentru a stimula învățarea, înțelegerea și relațiile intergeneraționale.
- Terapie de dans/mișcare: dans și mișcare ca intervenție terapeutică pentru a aborda bunăstarea fizică, emoțională și cognitivă.
- Arte și sănătate: impactul artei asupra sănătății și bunăstării, inclusiv asupra rezultatelor sociale.
- Educație bazată pe artă: utilizarea artelor și culturii creative pentru a implica adulții în vârstă în învățare și pentru a promova transformarea personală și socială.
- Gerontologie: studiul îmbătrânirii și al procesului de îmbătrânire, inclusiv schimbările care apar pe măsură ce îmbătrânim.
- Arte bazate pe comunitate: folosirea artelor pentru a se implica și a promova schimbări pozitive în comunitățile locale.

Bazându-ne pe aceste domenii diferite, ne propunem să oferim o experiență de învățare bogată și diversă pentru adulții în vârstă.

Evaluare

Autoevaluarea este esențială pentru a evalua și reflecta asupra învățării și progresului datorită modulului nostru. Încurajăm adulții să reflecteze asupra învățării și îmbunătățirii lor. Facilitatorul ar trebui să furnizeze grupului un instrument sau un ghid de autoevaluare, pe care să-l poată utiliza pentru a-și evalua punctele forte și punctele slabe, pentru a stabili obiective de învățare și pentru a urmări progresul lor în timp (cum ar fi jurnalul, foile de lucru de auto-reflecție sau rubricile). De asemenea, ne propunem să includem evaluarea inter pares în sesiuni, deoarece este o abordare practică de evaluare care implică lucru în grup și colaborare. Participanților li se poate cere să ofere feedback unul cu privire la performanțele celuilalt. Acest lucru ar trebui făcut prin încurajarea și inspirarea altora să se ridice reciproc. Facilitatorul ar putea beneficia de evaluări scrise pe care participanții le pregătesc în timpul ultimei sesiuni de reflecție.

În ansamblu, instrumentele de evaluare pot fi o modalitate valoroasă pentru ca indivizii să-și stăpânească învățarea și dezvoltarea, să obțină controlul și să identifice zonele de creștere.

Din acest motiv, întrebările de evaluare sunt pregătite cu întrebări cu răspunsuri multiple cu răspunsuri închise.

Întrebări

- 1- Care sunt funcțiile activităților artistice și culturale?
 - a) Dezvoltarea percepției estetice
 - b) Socializare
 - c) Faceți participanții activi fizic
 - d) Ușurarea psihologică a participanților
 - e) Toate
- 2- Care nu este caracteristică activităților culturale și artistice pentru adulții în vârstă?
 - a) Bunăstarea fizică
 - b) Bunăstarea psihologică
 - c) Dezvoltarea creativității
 - d) Eșecul de a-l face potrivit pentru adulții de toate vârstele
 - e) Dezvoltarea emoțională
- 3- Ce fel de activități artistice și culturale pot fi organizate pentru adulții în vârstă?
 - a) Imagine
 - b) Dans
 - c) excursie

- d) Vizite la muzee
 - e) Toate
- 4- Care sunt cele mai comune prejudecăți în societate cu privire la adulții în vârstă?
- a) Acea bătrânețe este un proces de colaps
 - b) Calitatea vieții persoanelor în vârstă poate fi îmbunătățită prin activități artistice și culturale
 - c) Memoria persoanelor în vârstă poate fi întărită prin activități artistice și culturale
 - d) Se asigură că persoanele în vârstă sunt active fizic cu activități artistice și culturale
 - e) Bunăstarea psihologică a persoanelor în vârstă poate fi realizată prin activități artistice și culturale.
- 5- Cum se determină conținutul programelor pentru adulții în vârstă?
- a) Este stabilit de Ministerele Educației.
 - b) Este determinat de specialiștii educaționali.
 - c) Vârsta înaintată este determinată în funcție de ceea ce adulții văd drept probleme.
 - d) Se determină pe baza subiectelor din curricula.
 - e) Se determină pe baza programelor implementate anterior.
- 6- Care nu este unul dintre elementele de bază ale programelor.
- a) Câștiguri
 - b) Eligibilitatea curriculumului
 - c) Conținut
 - d) Procesul de învățare-predare
 - e) Evaluare și evaluare
- 7- Care este unul dintre lucrurile la care trebuie să țineți cont atunci când folosiți terminologia pentru adulții în vârstă?
- a) Cuvintele nu au un sens negativ
 - b) Cuvintele folosite au un echivalent științific
 - c) Termenii utilizați constau în cuvinte cunoscute adulților în vârstă

- d) Selectarea termenilor dintre cei folosiți în viața de zi cu zi
- e) Utilizarea cuvintelor folosite la elaborarea materialelor în programele de instruire
- 8- Care este unul dintre cele mai frecvente în ultimul timp printre programele pentru adulții în vârstă.
- a) Psihologia adolescentului
- b) Tehnologiile informației
- c) Management eficient al bugetului
- d) Calitatea vieții îmbunătățită
- e) Aplicații AI
- 9- Care este cea mai importantă caracteristică a activităților artistice și culturale în lupta împotriva discriminării persoanelor în vârstă?
- a) Activitățile artistice și culturale joacă un rol important în combaterea discriminării persoanelor în vârstă prin reunirea diferitelor grupuri
- b) Îi face pe adulți activi fizic
- c) Sprijină bunăstarea psihologică a adulților
- d) Îmbunătățește abilitățile adulților
- e) Oferă adulților posibilitatea de a învăța prin experiență
- 10- Cum pot fi utilizate cel mai eficient activitățile artistice și culturale în lupta împotriva discriminării persoanelor în vârstă?
- a) Permițând persoanelor în vârstă să monitorizeze activitățile
- b) Oferirea persoanelor în vârstă cu acces la locurile în care au loc evenimente
- c) Oferind seniorilor posibilitatea de a contribui pentru a se implica activ în activități
- d) Pregătirea curriculei în acest context pentru vârstnici
- e) Asigurarea că vârstnicii primesc documente după activități

Răspunsuri

1-E, 2-D, 3-E, 4-A, 5-C, 6-B, 7-A, 8-D, 9-A, 10-C

Referințe

Arnett, PA (Ed.). (2017). Arte și științe umaniste pentru sănătate: un manual de practică

Baer, N. (2018). Îmbătrânirea creativă: explorarea intersecției dintre îmbătrânire și arte. Springer.

Chinn, PL și Kramer, MK (eds.). (2018). Dezvoltarea cunoștințelor în nursing: teorie și proces. Elsevier.

Cohen, GD și de Medeiros, K. (2018). Creativitate și îmbătrânire: teorie, cercetare și aplicații. Elsevier.

Gelen, İ. (2021). Tipuri de programe, caracteristici, beneficii. La Universitatea Dokuz Mayıs

<https://avys.omu.edu.tr>

Gillen, M., Wiken C., Jump, J. (2015). Proiectarea de programe educaționale pentru adulții în vârstă

<https://edis.ifas.ufl.edu/publication/FY631>

Universitatea Hacettepe (2016). Universitatea Hacettepe Facultatea de Medicină Departamentul de Sănătate Publică Seria de informații pentru comunitate. <https://halksagligi.hacettepe.edu.tr/duyurular/halkayonelik/yasligunu3.pdf>

McLean, KC (2017). Manualul Oxford de dezvoltare a identității. Oxford University Press.

Ministerul Educației Naționale (2008). Eveniment Social și Organizație Culturală pentru Bătrâni și Bolnavi. Module MEGEP Ankara.

Noice, H. și Noice, T. (2014). Ce ne pot spune studiile despre actori și actorie despre memorie și funcționarea cognitivă. *Direcții curente în știința psihologică*, 23(5), 289-294.

Pachana, NA, Laidlaw, K., & Knight, BG (eds.). (2014). Studii de caz în nursing gerontologic pentru asistenta de practică avansată. Springer.

Richards, L. și Morse, JM (eds.), (2013). Citiți-mă mai întâi pentru un ghid al utilizatorului pentru metode calitative. Sage Publications.

Robb, SL, Burns, DS și Carpenter, JS (2015). Ghid de raportare pentru intervențiile bazate pe muzică. *Journal of Health Psychology*, 20(3), 301-308.

Națiunile Unite (ONU), 2018. Obiectivele de dezvoltare durabilă (ODD).

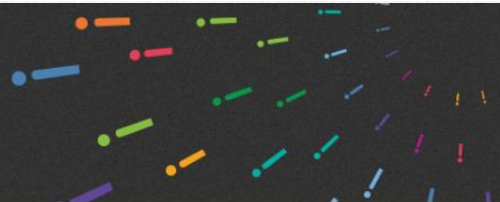
<https://sdgs.un.org/goals>

Raportul A doua Adunare Mondială a Îmbătrânirii (2002). *Cercetarea și Politica Națiunilor Unite*. Springer.

Walsh, SM (2016). Arta și cultura în programele pentru adulți în vârstă: un sondaj național al furnizorilor. *Journal of Aging & Social Policy*, 28(4), 302-317.

Organizația Mondială a Sănătății (OMS) (2017). Îngrijire integrată pentru persoanele în vârstă, Orientări pentru intervenții la nivel comunitar pentru a gestiona declinul capacității intrinseci,

Organizația Mondială a Sănătății (OMS) (2011). Sănătate globală și îmbătrânire, Institutul Național de Îmbătrânire, NIH.



modulul 6

Materiale educative



Modul 6

Materiale educaționale

Modulul de formare 6 „Materiale educaționale” se referă la materiale care sunt una dintre componentele importante ale învățării. Materialul este o componentă care este utilizată în moduri diferite în fiecare ramură a științei, dar este întotdeauna folosită. Materialele pregătite în funcție de diferitele audiențe țintă sunt utilizate pe scară largă în educație. Sunt concepute și implementate diferite materiale de învățare pentru a facilita învățarea copiilor și tinerilor, în special în perioada de învățare formală.

Grupul țintă din sfera proiectului PAGES este format din educatori de adulți și asistenți sociali. În acest sens, fiecare subiect descrie materialele în mod direct și tratează partea din materiale care este relevantă pentru adulții în vârstă. Relația dintre caracteristicile psihologice legate de învățare și stările fiziologice ale adulților în vârstă și materialele vor fi examinate în subtitluri separate pe parcursul modulului. În acest sens, modulul a fost pregătit având în vedere că este important ca educatorii de adulți și asistenții sociali să obțină informații despre acesta.

- Importanța materialelor în facilitarea învățării pentru adulții în vârstă
- Selectarea materialelor pentru atingerea obiectivelor de învățare
- Caracteristicile materialelor pentru adulții în vârstă
- Componentele cheie pentru proiectarea materialelor

Din punct de vedere general, materialele de învățare pot să nu fie privite ca o componentă care are un impact direct asupra luptei împotriva vârstniciei. Cu toate acestea, are un efect foarte important asupra dezvoltării abilităților de socializare și comunicare ale adulților în vârstă, datorită capacității sale de a crește rata de participare și finalizare a activităților. În acest sens, faptul că educatorii de adulți și asistenții sociali au cunoștințe pe acest subiect va aduce contribuții importante la reducerea vârstniciei prin îmbunătățirea abilităților de socializare și comunicare ale adulților în vârstă.

Materiale educaționale

Recunoașterea și înțelegerea diversității experiențelor de îmbătrânire ne poate ajuta să construim o societate mai plină de compasiune și mai incluzivă. Adulții în vârstă de astăzi „sunt activi, implicați în comunitățile lor și hotărâți să rămână relevanți pentru societățile în

care trăiesc... ei doresc să rămână independenți, productivi și integrați social”, în ciuda faptului că, pe măsură ce îmbătrânim, există modificări fizice ale corpului nostru (cum ar fi scăderea vederii, auzului, coordonării etc.) și mentale (cum ar fi memoria, cogniția) (Farage, Miller, Ajayi & Hutchins, 2012).

Populația Europei este într-o tendință de îmbătrânire și se estimează că până în 2050 numărul persoanelor cu vârsta peste 65 de ani va crește la aproape 130 de milioane de la 90,5 milioane (în perioada 2019-2020) (Eurostat, 2020). Aceste statistici sugerează că populația în vârstă va avea o influență semnificativă asupra produselor și serviciilor viitoare în ceea ce privește designul și accesibilitatea. O astfel de schimbare a datelor demografice va necesita o proiectare mai atentă și incluzivă a „produselor, ambalajelor, media, tehnologia informației, caracteristicile locului de muncă, transportul și spațiile publice și private pentru a minimiza pericolele și pentru a răspunde mai bine nevoilor adulților în vârstă” (Farage, Miller, Ajayi și Hutchins, 2012). Aceasta este o oportunitate pentru profesioniștii din multe domenii (de la educație la tehnologie, politici publice etc.) de a îmbunătăți și de a fi inovatori în ceea ce privește utilizarea și accesibilitatea, nu numai pentru adulții în vârstă și persoanele cu dizabilități, ci și pentru persoanele de toate vârstele.

Proiectarea materialelor care să corespundă nevoilor de învățare ale adulților în vârstă

A proiecta pentru adulții mai în vârstă înseamnă a fi incluziv, deoarece „acomodează o gamă largă de abilități fizice și cognitive și promovează simplitatea, flexibilitatea și ușurința de utilizare pentru persoanele de orice vârstă” (Farage, Miller, Ajayi și Hutchins, 2012). Ceea ce este important de înțeles este că un design bun pentru adulții în vârstă este, de asemenea, un design bun pentru toți ceilalți și de aceea, în anii '90, Centrul pentru Design Universal de la Universitatea din Carolina de Nord (SUA) a făcut cercetări pentru a dezvolta un set de **modele universale. linii directoare de proiectare** care fac produsele, serviciile și mediile utilizabile de o mare diversitate de oameni fără design specializat/adaptat (Connel, Jones, Mace, Muller, 1997).

Iată care au rezultat principiile designului universal, adaptate la elaborarea materialelor educaționale pentru adulții în vârstă (PUD, 1997);

Principiul 1: Utilizare echitabilă. Aceasta înseamnă că designul ar trebui să fie util persoanelor cu abilități diverse sau diferite, incluziv și atrăgător pentru majoritatea utilizatorilor. Un exemplu de respectare a principiului designului echitabil în proiectarea materialelor educaționale pentru adulții în vârstă ar putea fi asigurarea faptului că dimensiunea fontului și contrastul textului sunt adecvate pentru cei cu deficiențe de vedere. Acest lucru poate fi realizat prin utilizarea unei dimensiuni mai mari a fontului și a unui contrast ridicat între text și fundal, facilitând citirea și înțelegerea materialului pentru adulții în vârstă. Un alt exemplu

ar putea fi furnizarea de formate alternative pentru material, cum ar fi înregistrările audio sau braille, pentru persoanele care pot avea dificultăți în citirea textului tipărit.

Principiul 2: flexibilitate în utilizare. Designul materialului educațional ar trebui să găzduiască o gamă largă de preferințe și abilități, cum ar fi adaptabilitatea la ritmul utilizatorului, adaptarea accesului și utilizării cu mâna dreaptă / stângă, alegeri în metodele de utilizare și facilități pentru acuratețea și precizia utilizatorului. Prin urmare, asigurați-vă că oferiți mai multe opțiuni pentru accesarea și interacțiunea cu materialele. De exemplu, oferirea de versiuni online și offline ale materialelor, cum ar fi PDF-uri descărcabile, videoclipuri sau copii tipărite, poate oferi adulților în vârstă o flexibilitate și o opțiune mai mare în accesarea și utilizarea materialelor. Un alt exemplu ar putea fi oferirea de diferite niveluri de dificultate sau complexitate pentru materiale, permițând adulților mai în vârstă să aleagă nivelul care se potrivește cel mai bine cu abilitățile și obiectivele lor de învățare.

Principiul 3: Utilizare simplă și intuitivă . Designul ar trebui să fie ușor de înțeles indiferent de experiență, cunoștințe sau abilități lingvistice. Un astfel de design elimină complexitatea inutilă, găzduiește o gamă largă de abilități de alfabetizare/lingvistică și oferă feedback eficient în timpul/după finalizarea unei sarcini. Un exemplu ar putea fi utilizarea unei navigații clare și ușor de înțeles în materiale online sau digitale. Acest lucru poate implica utilizarea unui aspect simplu și consistent, cu pictograme și etichete ușor de identificat pentru diferite secțiuni și funcții, facilitând găsirea și accesarea informațiilor necesare adulților în vârstă. Prin urmare, informațiile din materialul educațional trebuie să fie ușor de înțeles, să utilizeze un limbaj accesibil, simboluri sau imagini pe care toată lumea le înțelege.

Principiul 4: Informații perceptibile . Designul comunică informațiile într-un mod eficient, indiferent de condițiile de mediu sau de abilitățile senzoriale ale utilizatorului. Informația este ușor de înțeles deoarece utilizează diferite moduri de prezentare (imagini, cuvinte, atingere etc.), este compatibilă cu o varietate de tehnici/dispozitive folosite de persoanele cu probleme senzoriale. În materialele educaționale adaptate adulților în vârstă, asigurați-vă că utilizați diagrame clare și simple, diagrame și alte mijloace vizuale pentru a prezenta informațiile. Acest lucru poate ajuta la înțelegerea și reținerea informațiilor pentru adulții în vârstă care pot avea dificultăți în procesarea informațiilor complexe sau abstracte. De asemenea, este important să oferiți instrucțiuni și explicații clare și concise pentru orice activități sau sarcini incluse în materiale. Acest lucru îi poate ajuta pe adulții în vârstă să-și înțeleagă așteptările și cum să finalizeze sarcina sau activitatea.

Principiul 5: Toleranța la eroare. Designul minimizează pericolele și erorile prin furnizarea de caracteristici de siguranță și avertismente privind pericolele și erorile, deoarece utilizează cele mai accesibile și mai sigure elemente și descurajează acțiunile neplăcute în sarcini care necesită multă atenție. Pe lângă furnizarea de instrucțiuni clare pentru sarcinile în cauză, poate fi util să le oferim cursanților opțiunea de a-și revizui și revizui munca înainte de a le

trimite, permițându-le să corecteze orice erori sau neînțelegeri înainte de a-și finaliza munca. Un alt exemplu ar putea fi oferirea de sprijin și resurse pentru cursanții care au nevoie de asistență suplimentară sau clarificări. Acest lucru poate implica oferirea de acces la tutori, mentori sau alt personal de sprijin care poate ajuta cursanții să abordeze orice întrebări sau preocupări.

Principiul 6: Efort fizic scăzut . Materialele nu sunt obositoare de folosit; ele minimizează acțiunile repetitive sau efortul fizic susținut și permit utilizatorului să mențină o poziție confortabilă a corpului. De exemplu, atunci când utilizați materiale digitale, este mai ușor pentru adulții în vârstă să faceți clic pentru fiecare întors de pagină decât să derulați prin materiale educaționale online. De asemenea, poate fi util să furnizați materiale ușoare și ușor de manevrat, cum ar fi utilizarea hârtiei mai subțiri pentru materiale tipărite sau furnizarea de materiale în secțiuni mai mici și mai ușor de gestionat.

Principiul 7: Dimensiunea și spațiul pentru abordare și utilizare / Accesibilitate . Spațiul de învățare și materialele educaționale sunt accesibile pentru o gamă largă de dimensiuni corporale / posturi / mobilitate, oferind o linie de vedere clară, atingere confortabilă, acomodare a variațiilor în dimensiunea mâinii și a prinderii și spațiu adecvat pentru utilizarea dispozitivelor de asistență sau asistență personală. Spațiul educațional ar trebui să găzduiască o gamă largă de preferințe și nevoi, cum ar fi spații pentru stângaci/dreapci, birouri în picioare/șezute. Un alt exemplu ar putea fi proiectarea materialelor care sunt accesibile fizic, cum ar fi furnizarea de materiale într-un format care este ușor de manevrat și manipulat, cum ar fi utilizarea paginilor cu foi libere sau a legăturii în spirală, ceea ce poate fi mai ușor pentru adulții în vârstă cu mobilitate sau dexteritate limitate. a manevra.

Pe baza acestor șapte principii ale designului universal care pot fi aplicate diferitelor medii, produse, servicii etc., trei principii au fost dezvoltate special pentru predare și învățare (Design universal pentru învățare sau UDL) care fac ca obiectivele de învățare să fie atinse de către oameni, indiferent de diferențele lor. . UDL este flexibil când vine vorba de materiale și activități de învățare și oferă alternative (ceea ce înseamnă că există mai multe moduri de a finaliza o sarcină).

Cele trei principii sunt (Burgstahler, 2021):

1. **Mijloace multiple de implicare** – stimulează interesul și motivația pentru învățare, oferind opțiuni în modul în care finalizează sarcinile și evaluările, opțiunile de gamificare, lăsând loc diferitelor moduri de comunicare (vorbit, scris, utilizarea tehnologiei de asistență).
2. **Mijloace multiple de reprezentare** – informațiile sunt furnizate în mai multe formate (de exemplu, audio, voce off, format video, învățare practică etc.) sau în mai multe

limbi pentru a oferi studenților moduri diverse de accesare și înțelegere a informațiilor.

3. **Mijloace multiple de acțiune și exprimare** oferiți cursanților opțiuni în interacțiunea cu materialele pe baza cunoștințelor, abilităților sau abilităților lor. De exemplu, unii ar putea folosi pix și hârtie; alții ar putea folosi prezentări orale, alții ar putea folosi formatul video pentru aceeași temă. Asigurați-vă că oferiți conținut variat și relevant, oferind oportunități de colaborare și de învățare socială și găzduind diferite stiluri și preferințe de învățare.

În final, cheia prezentării oricărei informații (în orice format) este ca aceasta să fie simplă, intuitivă, într-un ritm de învățare moderat sau adaptativ și cu un minim de informații nerelevante.

Cum să adaptați caracteristicile materialelor educaționale la adulții în vârstă

Urmând principiile despre care am vorbit în subcapitolul anterior, vom vorbi acum despre adaptarea caracteristicilor materialelor educaționale la cele mai frecvente probleme pe care oamenii le pot confrunța pe măsură ce îmbătrânesc și despre cum putem rezolva potențiale probleme, pentru a ne asigura că educatorii oferiți un design incluziv și materiale educaționale atractive.

Un lucru de reținut atunci când dezvoltați astfel de materiale este că memoria și cogniția ar putea fi afectate de procesul de îmbătrânire, așa că, chiar dacă adulții în vârstă pot învăța noi abilități și pot dezvolta noi abilități, ar putea avea nevoie de mai mult timp, un ritm mai lent pentru a ține pasul și mai multă practică și repetare. Prin urmare, caracteristicile materialelor educaționale pot și ar trebui adaptate pentru a se potrivi cu diferitele deficiențe sau obstacole pe care le pot întâmpina adulții în vârstă. Nu uitați să nu generalizați și să vă adaptați nevoilor lor specifice.

Adaptați caracteristicile vizuale

Unul dintre primele semne ale îmbătrânirii este scăderea vederii, așa că este important să luați în considerare acest lucru atunci când proiectați materiale educaționale. În ceea ce privește mediul înconjurător, iluminarea trebuie controlată astfel încât să se reducă strălucirea (de exemplu, perdele transparente de joasă intensitate/surse difuze de lumină, abajururi). Când vine vorba de material vizual (ecrane sau printuri), cel mai important lucru este să evitați dezordinea vizuală. Materialul trebuie să aibă un contrast ridicat, să folosiți culori calde în loc de reci, informațiile ar trebui să fie prezentate în fonturi mai mari (dar nu prea mari), sunt preferate fonturile simple, serif și nu blocuri lungi de text (de exemplu, păstrați-l scurt). Informațiile ar trebui să fie ușor de înțeles folosind limbajul de zi cu zi.

Utilizarea unor imagini sau diagrame clare și simple (care se referă la subiectul materialului) poate fi utilă cititorilor mai în vârstă. Software-ul care permite utilizatorului să ajusteze textul și grafica este apreciat. De asemenea, trebuie evitate modelele vizuale puternice, care ar putea crea confuzie și amețeli (Orso, Spagnoli, Gambarni, Inbanez, Fabregar, 2015).

Adaptați caracteristicile audio

Pe măsură ce îmbătrânim, capacitatea noastră de a percepe diferite tonuri și intensități ale sunetelor se diminuează. Scăderea auzului poate apărea la una sau ambele urechi în diferite grade, așa că atunci când proiectăm materiale educaționale, ar trebui să luăm în considerare și faptul că unele persoane ar putea avea deficiențe de auz. Este important să vorbiți clar, nu prea repede și să folosiți propoziții scurte. Unii oameni ar putea folosi limbajul corpului sau alte indicii pentru a depăși dificultățile de auz. Dacă ni se cere să repetăm ceva, ar trebui să îl reformulăm într-un mod ușor diferit și să întrebăm înapoi dacă a fost înțeles. Când vine vorba de voice-over, vocile robotizate trebuie evitate, deoarece este dificilă înțelegerea cuvintelor, ar trebui evitate și tonurile de înaltă frecvență (Rolison, Wood, Hanoch, 2017). Informațiile audio ar trebui să fie la un volum suficient de mare, iar zgomotul de fundal trebuie menținut la minimum. Volumul ar trebui să fie reglabil.

Adaptați materialele pentru a se potrivi cu declinul olfactiv sau gustativ

Aceste două simțuri scad, de asemenea, odată cu vârsta și, deoarece capacitatea de a mirosi ceva afectează și percepția aromei, bucuria de a găti și de a mânca ar putea fi redusă la unii adulți în vârstă. Gusturile care sunt în general preferate de adulții în vârstă includ gustul acru, gustul gras sau dulce. Preferința pentru gustul dulce este aproape universală, iar percepția acestui gust este cea mai puțin afectată de vârstă. Nu există linii directe consecutive cu privire la caracteristicile de miros și gust, dar cele existente sugerează strategii individualizate sau multiple pentru a îmbunătăți atractivitatea alimentelor, de exemplu utilizarea de ierburi și condimente cu aromă mai intensă sau diferite texturi, forme și culori ale alimentelor pot ajuta (Kaneda, Maeshima, Goto, Kobayakawa, Ayabe-Kanamura, Saito, 2000).

Adaptați caracteristicile fizice și tactile

Pe măsură ce îmbătrânim, percepția noastră asupra atingerii, mobilității și echilibrului se schimbă și ea și, din nou, este important să ținem cont de acest lucru atunci când proiectăm materiale educaționale. Corpul devine mai puțin flexibil; reflexele sunt mai lente și avem o sensibilitate mai mică în mâini, așa că este mai greu să prindeți/ține/atingi unele lucruri. Suprafețele mai mari și/sau texturate sunt de preferat pentru a satisface aceste nevoi în locul suprafețelor mici și/sau netede. Indiciile auditive atunci când ceva este plasat/apăsat în

poziția corectă pot ajuta și ele (de exemplu: sunetul unui clic). Pentru a ajuta la echilibru, mânerele/balustradele pot fi amplasate acolo unde este necesar și, de asemenea, folosind culori puternice și contrastante pentru a diferenția texturi/spații/suprafețe (de exemplu, tocurele ușilor de la pereții din apropiere). (Ejdys, Halicka, 2018)

Selecția materialelor pentru adulți

Caracteristicile care ar trebui să se regăsească în materialele pentru adulții în vârstă pot fi exprimate pornind de la conceptul de material educațional. În cea mai scurtă definiție, materialele educaționale pot fi definite ca tot felul de instrumente utilizate pentru a facilita învățarea în educație. Odată cu dezvoltarea tehnologiei, cum ar fi cărțile, riglele, creioanele etc., multe mai multe materiale, cum ar fi computerele aeriene, pot fi definite ca materiale de învățare. Pe lângă acestea, materialele alternative sunt următoarele:

- Carte
- Ziar
- Videoclipuri
- site-uri video
- Rețelele de socializare
- fișe informative și afișe
- Povești
- instrumente interactive
- site-uri web
- prezentări (Gültekin, 2014).

Dacă ne uităm la caracteristicile materialelor educaționale în general;

- Materialele de instruire ar trebui să fie simple, clare și ușor de înțeles.
- Materialele educaționale trebuie să fie compatibile cu obiectivele și realizările programului.
- Limbajul folosit în materialele de instruire ar trebui să fie adecvat pentru publicul țintă.

- Materialele educaționale ar trebui să ofere noi cunoștințe și abilități.
- Materialele educaționale ar trebui să fie potrivite pentru caracteristicile de învățare ale publicului țintă.
- Materialele vizuale trebuie să fie fără exces (imagini, grafice etc.)
- Materialele educaționale ar trebui să reflecte problemele din viața publicului țintă (adulții în vârstă). (Yalın, 2004)

Motivele utilizării acestor materiale de învățare, ale căror caracteristici sunt date, sunt prezentate mai jos.

- Concretizarea subiectelor
- Atragerea atenției participantului
- Asigurarea participării active
- Oferă învățare permanentă
- Activarea simțurilor multiple
- Răspuns la nevoile individuale
- Simplificarea conținutului
- facilitează înțelegerea subiectelor
- A face învățarea distractiv (Şahin, 1995)

Toate motivele menționate pentru utilizarea materialelor se aplică utilizării materialelor atât în cadrul evenimentelor pentru adulți în vârstă. Utilizarea materialelor în activitățile adulților în vârstă facilitează atingerea obiectivelor de învățare.

De fapt, mediile de învățare precum sălile de clasă, sălile de întâlnire sau sălile de clasă pot fi considerate importante din punct de vedere al utilizării materialelor. Pentru că proiectarea corectă a acestor medii și adaptarea lor pentru nevoile adulților în vârstă este, de asemenea, o componentă care va sprijini învățarea permanentă. Cele mai importante componente pentru adulții în vârstă din aceste medii

- Iluminare
- Ventilație

-Căldură

- Ergonomia materialelor precum sandalele și mesele se numără printre cele care atrag atenția. (Karabacak, 2020)

Pe baza celor afirmate, următoarele sunt punctele care trebuie luate în considerare în selecția materialelor atunci când sunt luate în considerare dintr-un punct de vedere general.

- Ar trebui să fie aleasă dintre cele pe care cursanții le pot folosi materiale educaționale din nou și din nou în momente și momente diferite.
- Materialele educaționale care trebuie selectate ar trebui să faciliteze învățarea adulților în vârstă și bunăstarea lor fizică și psihologică.
- Ar trebui să le permită să socializeze și să comunice în mediul de învățare.
- Luând în considerare punctele de luat în considerare în selecția materialelor educaționale pentru adulții în vârstă
- Elemente precum designul și vocea off a materialelor educaționale digitale care urmează să fie selectate sunt potrivite pentru publicul țintă (adulți în vârstă).
- Selectarea materialelor cu fonturi verticale, mai degrabă decât caractere laterale, cum ar fi cursive ca fonturi
- Deoarece adulții mai în vârstă pot avea dificultăți de vedere, culori precum albastru, verde și galben nu trebuie folosite în cuvinte care sunt apropiate unul de celălalt . (Arman, 2015)

Întrucât socializarea este o componentă importantă în lupta împotriva vârstniciei, este de așteptat ca materialele educaționale să fie selectate dintre cei care vor atinge acest obiectiv.

În plus, pentru adulții în vârstă în selecția materialului

- Material educațional ca instrument de facilitare a învățării
- De asemenea, este important ca cursanții să aibă diferite funcții, inclusiv materialul educațional ca instrumente care le susțin bunăstarea fizică și mentală.
- Pe baza celor de mai sus, se va acorda atenție selecției materialelor pe parcursul acestui modul și se va pune accent pe selecția și proiectarea materialelor care vor fi eficiente în combaterea vârstniciei.

Recent, odată cu dezvoltarea tehnologiei, au fost dezvoltate multe instrumente tehnologice diferite care vor facilita învățarea persoanelor cu dizabilități și a adulților în vârstă. Este important să folosiți aceste instrumente ca materiale în mediile de învățare legate de adulții în vârstă.

În conformitate cu proiectul PAGES, limitările fizice ale adulților în vârstă sunt importante în selecția materialelor. De exemplu, pierderile de vedere și auz care apar odată cu înaintarea în vârstă afectează direct alegerea materialului. Ar trebui alese medii și materiale pe care adulții în vârstă le pot vedea și auzi confortabil.

Utilizarea tehnologiei oferă avantaje semnificative în acest sens. Faptul că tehnologia poate fi ajustată în mod flexibil în funcție de constrângerile sau caracteristicile individuale ale fiecăruia o face un material de învățare important pentru adulții în vârstă.

Proiectarea materialelor pentru a face mai ușoară atingerea obiectivelor educaționale pentru adulți

Informațiile împărtășite în secțiunile anterioare despre materiale arată de fapt importanța și necesitatea materialelor în învățare. În acest context, este de asemenea important să luăm în considerare care sunt cerințele care trebuie luate în considerare la proiectarea materialelor care sunt implicit atât de importante. Ceea ce ar trebui luat în considerare în proiectarea materialelor pentru adulții în vârstă este la fel de important.

În design-urile materiale, este necesar să se întruchipeze subiectul care urmează să fie predat, să se ofere predare cu distracție, să susțină gândirea creativă, să trezească curiozitatea, să dezvolte memoria vizuală și să ofere învățarea prin practică. (Kaya, 2006)

Unele dintre aceste caracteristici sunt, de asemenea, importante pentru a se asigura că obiectivele de învățare sunt atinse în proiectele de materiale pentru adulți. De exemplu, toate programele pentru adulții în vârstă au în comun activități care activează creierul. În acest context, acest lucru ar trebui subliniat în materialele care urmează să fie dezvoltate. În plus, materialele și activitățile care îmbunătățesc memoria în aspecte precum vizual, auditiv și gustativ ar trebui să fie printre materialele din programele de învățare ale adulților în vârstă.

A fi activ fizic este, de asemenea, extrem de important pentru adulții în vârstă. În acest context, proiectele de materiale ar trebui realizate în conformitate cu obiectivele lor de învățare și într-un mod care să le asigure mobilitatea fizică în propriul ritm. (MEGEP, 2011).

Acest modul se concentrează pe informații despre proiectarea materialelor, componentele procesului de proiectare a materialelor pentru adulții în vârstă și modul în care proiectarea materialelor facilitează învățarea. Există câteva puncte care trebuie luate în considerare la proiectarea materialelor educaționale. Unele dintre aceste puncte

- Proiectarea materialului în armonie cu programul de instruire
- Alegerea subiectelor adecvate pentru publicul țintă în timp ce proiectați materialul
- Subiectul din material conține informații actualizate și corecte.
- Tipul de narațiune trebuie să fie clar și ușor de înțeles pentru publicul țintă.
- Este ca și cum ai avea o calitate care motivează și atrage publicul țintă. (Arak, 2015)

Materialele educaționale sunt împărțite în materiale digitale și materiale non-digitale.

Materiale digitale

Evoluțiile tehnologice apar atât în domeniul educației, cât și în toate domeniile vieții. În timp ce materialele nedigitale nu au fost întâlnite în sistemele de învățare până în urmă cu 50 de ani, materialele digitale de astăzi sunt pregătite în scopuri diferite folosind diferite instrumente tehnologice.

Materialele digitale de învățare sunt în primul rând versiuni ale materialelor nedigitale publicate în mediile electronice sau dezvoltate pentru mediile electronice pentru a sprijini procesele de învățare și predare. Utilizarea materialelor educaționale digitale a crescut recent, devenind mai critică decât materialele educaționale non-digitale. Cu toate acestea, materialele au funcții diferite în materie, cum ar fi publicul țintă și scopurile programului de formare, mai degrabă decât să fie mai importante unele decât altele (Adnan, Kocatürk, Yakar, Köşk, Özbek, 2021).

Materialele digitale au fost utilizate recent în educația despre adulții în vârstă și educația diferitelor grupuri țintă. Pentru că, în general, materialele digitale sunt preferate deoarece atrag atenția publicului țintă, oferă acces mai rapid la informații și permit utilizarea simultană a tuturor metodelor de învățare vizuală și auditivă.

Printre materialele digitale se numără

- Fișiere PDF
- Prezentare
- Animații
- Înregistrări audio și video. (Sütlüoğlu, 2021)

Materialele digitale pot fi folosite eficient în programe pentru adulții în vârstă. Adultul în vârstă trebuie să fie capabil să ajusteze dimensiunea și setările de sunet ale elementelor

vizuale în funcție de condițiile lor fizice. În acest sens, se poate spune că materialele digitale oferă suport multimedia. Trebuie avut în vedere faptul că durata de atenție a adultului în vârstă este redusă din cauza perioadei fiziologice a acestora. Pentru că aceste situații pot îngreuna învățarea cu materiale digitale. Perioada de proiectare și aplicare a materialelor digitale ar trebui să fie luată în considerare în aceste cazuri și ar trebui realizate proiecte care să permită adultului în vârstă să participe la proces în mod interactiv, nu numai ca ascultător, ci să-și mențină atenția în acest fel (Kalinkara, Sali, 20128).

Cu toate acestea, trebuie acordată atenție limitelor utilizării materialelor digitale, în special în educația vârstnicilor. Deoarece unele studii arată efectele materialelor digitale de învățare asupra socializării, învățarea prin practică și permanența în învățare sunt mai puține decât materialele nedigitale (Köde, Çoklar, 2020).

Materiale non-digitale

Materialele nedigitale și tipurile lor au fost discutate în detaliu în secțiunea anterioară. Materialele non-digitale pot fi exprimate ca instrumente tangibile, cum ar fi cărți, afișe și bannere care pot fi manipulate direct. În această secțiune, vor fi discutate elementele esențiale ale procesului de educație, care ar trebui luate în considerare în procesul de proiectare a acestor materiale.

Materialele nedigitale pot fi de o mare varietate de tipuri și proprietăți. Cu toate acestea, materialul folosit este esențial atunci când se proiectează materiale non-digitale pentru adulții în vârstă. Trebuie remarcat faptul că aceste materiale sunt destinate adulților în vârstă a căror coordonare mână-ochi a început să slăbească.

Trebuie subliniat faptul că materialele non-digitale nu numai că ating obiectivele educaționale, ci și activează activitățile creierului adulților în vârstă. Cercetările au arătat că materialele non-digitale sunt mai eficiente în învățarea adulților prin realizarea și dezvoltarea abilităților lor mentale și emoționale. De asemenea, s-a constatat că adulții mai în vârstă învață mai rapid cu materiale non-digitale (Köde, Çoklar, 2020).

Printre motivele pentru care adulții în vârstă învață mai repede cu materiale non-digitale este dificultatea de a exista în medii digitale, deoarece acești oameni sunt imigranți digitali. În acest sens, se poate lua în considerare proiectarea și utilizarea materialelor nedigitale mai degrabă decât materiale digitale în programele de educație pregătite pentru adulții în vârstă.

La proiectarea materialelor non-digitale, trebuie reținut că durata de atenție a publicului țintă este scurtă.

Printre lucrurile spuse despre designul materialelor care vor face mai ușoară atingerea obiectivelor de învățare, designurile materiale ar trebui realizate în conformitate cu

caracteristicile adulților în vârstă, ceea ce îi va face activi atât în ceea ce privește activitățile fizice, cât și ale creierului. Este important să obțineți sprijin din materialele dezvoltate cu efectul schimbărilor tehnologice din ultima perioadă și să le folosiți în activitățile de învățare.

Modul de formare

După cum sa menționat în secțiunile anterioare, materialele care vor fi utilizate în învățarea adulților în vârstă sunt importante, în primul rând, deoarece vor asigura participarea și continuarea acestora la activitățile de învățare. Cu toate acestea, trebuie reținut că eficiența materialului de instruire și adecvarea acestuia pentru publicul țintă este o problemă care trebuie subliniată la finalizarea participării și a activității începute.

<i>Numele modului</i>	Materiale educaționale
<i>Scopul Modulului</i>	Creșterea cunoștințelor educatorilor de adulți și asistenților sociali cu privire la materialele educaționale pentru adulții în vârstă
<i>Obiectivele de învățare</i>	<p>Cu acest modul, participanții vor învăța despre subiecte.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Care este materialul de instruire ● Design material ● Tipuri de materiale educaționale ● Caracteristici care ar trebui găsite în materialele pentru adulții în vârstă ● Lucruri de luat în considerare atunci când alegeți materiale pentru adulții în vârstă ● Înțelegerea rolului designului material în atingerea obiectivelor educaționale
<i>Subiect și context (schema modulului)</i>	<p>Capitolul 1: Material de proiectare pentru adulții în vârstă</p> <p>Capitolul 2: Caracteristicile materialelor educaționale pentru adulții în vârstă</p> <p>Capitolul 3: Selectarea materialelor pentru adulții în vârstă</p> <p>Capitolul 4: Proiectarea materialelor de predare și de învățare pentru a facilita atingerea obiectivelor educaționale pentru adulții în vârstă</p>
<i>Grup țintă</i>	Educatori de adulți și lucrători comunitari care lucrează cu adulții în vârstă.

<p>Medii echipamente educaționale</p>	<p>și</p> <p>19. Sala de clasă sau zonă fizică specifică pentru a avea întâlnirea</p> <p>20. Tablă și markere</p> <p>21. PPT, computer și proiector</p> <p>22. Hârtii/coli și pixuri</p> <p>23. Ghid tipărit</p>
--	---

<p>Rezumatul modulului/ Conținutul principal/ Relevanța</p>	<p>Acest modul, care este pregătit pentru materiale de învățare pentru adulții în vârstă, este format din 4 părți.</p> <p>Scopul primului capitol, „Proiectarea materialelor pentru persoane în vârstă”, oferă informații despre design-uri de materiale simple, flexibile și ușor de utilizat pentru adulții în vârstă, având în vedere statutul lor fizic și cognitiv. În acest sens, primul modul se concentrează pe elementele de design materiale pentru adulții în vârstă.</p> <p>Este printre aceste articole.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Utilizare echitabilă ● Flexibilitate în utilizare ● Utilizare simplă și intuitivă ● Informații perceptibile ● Toleranță la eroare ● Efort fizic scăzut ● Dimensiunea și spațiul pentru abordare și utilizare / accesibilitate <p>În cel de-al doilea capitol „Caracteristicile materialelor educaționale pentru vârstnici”, sunt subliniate caracteristicile materialelor educaționale pentru vârstnici. În plus, modul de adaptare a</p>
--	---

	<p>caracteristicilor materialelor educaționale la materialele pentru adulții în vârstă se numără printre subiectele celui de-al doilea modul.</p> <p>În cel de-al treilea capitol, modulul „Selectarea materialelor pentru persoana în vârstă” se concentrează asupra punctelor care trebuie luate în considerare în selecția materialelor care pot fi utilizate în activitățile de învățare ale adulților în vârstă.</p> <p>Al patrulea capitol „Proiectarea materialelor de predare și învățare pentru a facilita atingerea obiectivelor educaționale pentru persoanele în vârstă” se va concentra pe caracteristicile procesului de proiectare a materialelor pentru atingerea obiectivelor de învățare în activitățile de învățare ale adulților în vârstă. Se vor discuta despre materialele digitale și non-digitale.</p>
<p>Orar și program</p>	<p>Capitolul 1 va fi dezvoltat cu metodologia „Scrie rapid”. Această metodă va fi aplicată elementelor din desenele materiale ale adulților în vârstă. Primele 5 minute vor fi folosite pentru a scrie ce crede fiecare participant. Ei vor avea 10 minute pentru a-și împărtăși răspunsurile, iar ultimele 15 minute vor fi folosite pentru a observa toate răspunsurile din grup și a le completa cu comentarii suplimentare.</p> <p>30 de minute</p> <p>Capitolul 2 va fi dezvoltat cu metodologia Circle Speech, vor fi discutate caracteristicile materialelor pentru adulții în vârstă. Va necesita 30 de minute</p> <p>Capitolul 3 va fi dezvoltat prin metodologia Discuției Dirijate, se va face o analiză de grup a diferitelor situații. După discuția pe tema selecției materialelor pentru adulții în vârstă, concluziile vor fi împărtășite.</p> <p>30 min.</p> <p>Capitolul 4 va fi dezvoltat cu metodologia de învățare experiențială. Grupului i se va cere să proiecteze un material simplu bazat pe caracteristicile adulților în vârstă. Apoi, ei vor avea șansa de a încerca ei înșiși fiecare dintre materialele prezentate interacționând între ei.</p> <p>30 min</p>

	Total: 120 min
Rezultatele învățării ale modului	<p>După finalizarea acestor capitole, cursanții ar trebui să fie capabili să:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Componente ale materialelor de învățare pentru adulții în vârstă ● Ei vor avea informații despre subiecte precum proiectarea de materiale pentru adulții în vârstă. ● Participanții vor avea informații despre caracteristicile materialelor de instruire. ● Procese de proiectare a materialelor digitale ● Procese de proiectare a materialelor nedigitale ● Ei vor înțelege la ce ar trebui să acorde atenție în selecția materialelor educaționale pentru adulții în vârstă. ● Ei vor învăța despre materiale care pot fi utile în lupta împotriva bătrâneții. ● Ei își vor da seama că este important să aleagă materiale care să îmbunătățească nu numai bunăstarea fizică, ci și psihologică a adulților în vârstă. ● În plus, vor dobândi cunoștințe de bază pe care le pot conecta cu alte subiecte din modulul de material de instruire.

Activități de învățare activă

A6.1 Proiectarea materialelor și caracteristicilor materialelor educaționale pentru adulții în vârstă

<u>Modul</u>	Materiale educaționale
--------------	------------------------

<p><u>Capitolul 1-2</u></p>	<p>1 - Material de proiectare</p> <p>2 - Caracteristicile materialelor educaționale</p> <p>Aceste două secțiuni se vor concentra pe designul materialului și pe caracteristicile care ar trebui găsite în materialele pentru adulții în vârstă.</p>
<p><u>Denumirea activității</u></p>	<p>Designul incluziv în materialele educaționale</p>
<p><u>Obiectiv(e)</u></p>	<p>Participanții au cunoștințe despre subiecte precum</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să aibă cunoștințe despre elementele de design materiale pentru adulții în vârstă - Importanța designului materialului în evenimente - Caracteristici materiale pentru adulți în vârstă - Factorii care sunt eficienți în determinarea proprietăților materialelor pentru adulții în vârstă
<p><u>Metode</u></p>	<p>Metodologie: Scrie rapid (modulul 1)</p> <p>În această activitate, participanții vor scrie ceea ce știu și vor gândi despre elementele de design din materialele adulților în vârstă.</p> <p>Apoi unii voluntari își vor citi răspunsurile și se va vorbi despre aceste răspunsuri care ulterior vor fi consolidate într-un loc vizibil.</p> <p>În cele din urmă, responsabilul va explica cel mai bun mod de a comunica, iar informațiile vor fi atinse prin exercițiu .</p> <p>Metodologie Metodologia Circle Speech (modulul 2):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Vor fi discutate caracteristicile materialelor pentru adulții în vârstă. 2. Caracteristicile materialelor pentru adulții în vârstă vor fi explicate pe scurt de o persoană desemnată.

	<p>3. Ulterior, grupul va vorbi în profunzime despre aceste caracteristici.</p> <p>Discuțiile vor fi împărtășite mai târziu.</p>
<u>Timp alocat</u>	<p>Capitolul 1</p> <p>1. Fiecare participant va avea 5 minute pentru a scrie.</p> <p>2. Ar fi 3 voluntari care să-și citească răspunsurile, au la dispoziție 5 minute</p> <p>3. Responsabilul are la dispoziție încă 10 minute pentru a scrie toate răspunsurile pe o tablă vizibilă.</p> <p>4. Persoana responsabilă are 10 minute pentru a-și explica informațiile.</p> <p>30 min.</p> <p>Capitolul 2</p> <p>5 minute vor fi acordate de o persoană desemnată pentru a explica pe scurt caracteristicile materialelor pentru adulții în vârstă.</p> <p>Ulterior, grupului i se vor acorda 20 de minute pentru a discuta aceste caracteristici în profunzime.</p> <p>După încheierea discursului, o persoană desemnată va avea 5 minute pentru a transmite gândurile generale discutate în grup.</p> <p>30 min.</p>
<u>Resurse necesare</u>	<p>Dacă activitatea se desfășoară online, <u>Jamboard</u> poate fi folosit deoarece este prietenos și ușor de utilizat și de înțeles.</p> <p>Dacă activitatea se desfășoară față în față, pix și hârtie (de diferite culori/dimensiuni) pentru fiecare elev/tabletă albă pentru a scrie idei</p>

<p><u>Instrucțiuni</u></p>	<p>Capitolul 1</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dați hârtia și creionul participanților. 2. Cereți participanților să noteze, foarte concret, modurile pe care le cunosc despre Designing Material și menționând că vor avea la dispoziție doar 5 minute. 3. Apoi selectați 3 persoane pentru a le citi răspunsurile. 4. Pe măsură ce citesc, responsabilul își va nota răspunsurile pe tablă. 5. Cu ajutorul unui alt voluntar, vor termina de scris răspunsurile pe tablă pentru ca toată lumea să le poată observa. 6. Responsabilul va explica prin prezentarea sa 7. Va exista o ultimă dinamică de comparare și învățare prin comentariile unor participanți. <p>30 min.</p> <p>Capitolul 2</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Înainte de începerea discursului Cercului, o persoană va fi selectată și va descrie pe scurt caracteristicile materialelor pentru adulții în vârstă 2. Ulterior, grupului i se va oferi o discuție aprofundată a acestor caracteristici. 3. Modulul va fi finalizat prin rezumarea a ceea ce a fost spus de o persoană desemnată <p>30 min.</p>
<p><u>Referinte</u></p>	<p>Yalın, H, İ (2004). Öğretim Teknolojileri ve Materyal Geliştirme. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım</p> <p>Beydoğan, HO (2011). Scala de motivare a cursurilor de tehnologie didactică și dezvoltare materială.</p>

	www.sciencedirect.com
--	--

A6.2 Selectarea materialelor pentru adulții în vârstă

<u>Modul</u>	Materiale educaționale
<u>Capitolul 3</u>	<p>Selecția de materiale pentru adulții în vârstă</p> <p>Scopul acestui modul este de a oferi informații despre lucrurile care trebuie luate în considerare în selecția materialelor care vor fi utilizate în programele de educație pentru adulții în vârstă.</p>
<u>Denumirea activității</u>	Importanța selecției materialelor
<u>Obiectiv(E)</u>	<p>Obiectivele modulului sunt următoarele</p> <ul style="list-style-type: none"> - Definiți materialul de instruire - Exprimarea tipurilor de materiale - Să cunoască efectele selecției materialelor asupra învățării - Conștientizarea factorilor care afectează selecția materialelor - Înțelegerea caracteristicilor care ar trebui găsite în materialele educaționale pentru adulții în vârstă - Să aibă informații despre materialele (învățare experiențială, etc.) care sunt compatibile cu metodele de învățare potrivite pentru adulții în vârstă. - Obținerea de informații despre materialele educaționale care vor crește participarea adulților în vârstă la formare. - Selectarea materialelor educaționale dintre cele care sprijină adulții în vârstă să dobândească noi abilități și să le susțină sănătatea fizică și psihică

<p><u>Metode</u></p>	<p>Metodologie: Discuție de grup</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Participanții sunt împărțiți în două grupuri. Grupurile sunt rugate să discute despre ceea ce ar trebui să fie luat în considerare la alegerea materialelor pentru adulții în vârstă. 2. După ce ambele grupuri și-au încheiat discuția, o persoană din fiecare grup este aleasă ca purtător de cuvânt. 3. Purtătorii de cuvânt ale grupului transmit celorlalți participanți ceea ce ar trebui să fie luat în considerare în alegerea materialelor în grupurile lor.
<p><u>Timp alocat</u></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Fiecare grup are 15 minute pentru discuție. 2. După încheierea discuțiilor de grup, purtătorii de cuvânt ai ambelor grupuri au 7 sau 8 minute fiecare pentru a împărtăși părerile grupului lor cu ceilalți participanți. <p>Timp total 30 min</p>
<p><u>Resurse necesare</u></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sala de clasă sau zonă fizică specifică pentru a avea întâlnirea 2. Ghid tipărit 3. Hârtii/coli și pixuri
<p><u>Instrucțiuni</u></p>	<p>Participanții sunt împărțiți în 2 grupuri înainte de a începe discuția de grup.</p> <p>Fiecare grup are un spațiu adecvat pentru a discuta subiectul.</p> <p>După ce discuția pe tema este încheiată</p> <p>O persoană din fiecare grup este aleasă ca purtător de cuvânt.</p> <p>Purtătorii de cuvânt ale grupului transmit celorlalți participanți părerile grupului lor cu privire la subiect.</p> <p>30 min</p>

<p><u>Referințe</u></p>	<p>Materiale pentru adulții în vârstă.</p> <p>https://health.gov/our-work/nutrition-physical-activity/move-your-way-community-resources/campaign-materials/materials-older-adults</p> <p>Adnan, M., Kocatürk Kapucu, N., Yakar, A., Köşk, UC ve Özbek, Ç. (2021). „Dobândirea competențelor digitale necesare femeilor peste 65 de ani aflate în izolare socială. Ege Eğitim Dergisi, 22(2), 57-76. doi: 10.12984/eggeefd.957120</p>
-------------------------	--

A6.3 Proiectarea materialelor de predare și învățare pentru a facilita atingerea obiectivelor educaționale

<p><u>Modul</u></p>	<p>Materiale educaționale</p>
<p><u>Capitolul 4</u></p>	<p>Proiectarea materialelor de predare și învățare pentru a facilita atingerea obiectivelor educaționale</p> <p>Acest modul își propune să ofere informații despre proiectarea materialelor de învățare pentru a facilita atingerea obiectivelor educaționale în programele de educație pentru adulții în vârstă.</p>
<p><u>Denumirea activității</u></p>	<p>Proiectarea materialelor de predare și învățare pentru a facilita atingerea obiectivelor educaționale</p>
<p><u>Obiectiv(e)</u></p>	<p>Participanții vor avea următoarele informații</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dobândirea de cunoștințe despre tipurile de materiale -Procese de proiectare a materialelor digitale - Procese de proiectare a materialelor non-digitale - Considerații în procesul de proiectare a materialelor educaționale pentru adulții în vârstă (practicieni, studenți și mediu)

	<ul style="list-style-type: none"> - Elemente ale procesului de proiectare a materialelor adecvate obiectivelor educaționale (luând în considerare viața reală, folosind materiale vechi în locul celor noi din motive de cost) - Acces la materiale
<u>Metode</u>	<p>Metodologie: Învățare prin experiență</p> <p>Grupurile vor dezvolta și prezenta materiale de învățare simple pentru adulții în vârstă.</p> <p>Se va reaminti că, în timpul dezvoltării acestui material, ar trebui să ia în considerare caracteristicile care ar trebui găsite în materialele pentru adulții în vârstă.</p> <p>Grupurile vor prezenta materialele dezvoltate unul altuia</p>
<u>Timp alocat</u>	<p>După ce participanții sunt împărțiți în 2 grupuri, le vor fi furnizate materialele de care au nevoie pentru materialul pe care îl vor dezvolta.</p> <p>Grupurile vor avea 25 de minute pentru a proiecta materialele</p> <p>Vor mai fi 5 minute pentru prezentarea materialelor pregătite.</p> <p>Timp total: 30 de minute</p>
<u>Resurse necesare</u>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sala de clasă sau zonă fizică specifică pentru a avea întâlnirea 2. PPT, computer și proiector 3. Hârtii/coli și pixuri

	<p>4. Materiale de învățare disponibile în mediu</p> <p>Material dezvoltate de partenerii din mediul profesional</p>
<u>Instrucțiuni</u>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Participanților li se va spune ca grup că trebuie să creeze un material simplu pentru adulții în vârstă 2. Participanții vor fi împărțiți în 2 grupe 3. Grupurile vor decide asupra materialului pe care îl vor proiecta 4. Grupurilor li se vor asigura materialele de care au nevoie 5. După ce materialele sunt pregătite, fiecare grupă își va prezenta propriul material celuilalt grup. <p>30 min</p>
<u>Referințe</u>	<p>Köde, K. Çocuklar, AN (2020) Examinarea criteriilor de selecție și utilizare a materialelor digitale și non-digitale ale profesorilor. Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 2020, Cilt 18, Sayı 2, 893-909</p> <p>https://dergipark.org.tr/tr/pub/tebd/issue/58778/799527</p> <p>Materiale pentru adulții în vârstă.</p> <p>https://health.gov/our-work/nutrition-physical-activity/move-your-way-community-resources/campaign-materials/materials-older-adults</p>

Corpul de cunoștințe

Modulul Materiale educaționale se bazează pe o gamă diversă de discipoli și corpuri de cunoștințe, inclusiv următoarele:

- Procese de proiectare a materialelor utilizate în educația non-formală.
- Procese de proiectare a materialelor educaționale pentru adulții în vârstă.
- Proiectarea materialelor educaționale digitale și non-digitale care vor facilita învățarea publicului țintă de profiluri diferite în același mediu.
- Metode și tehnici în activitățile de învățare pe tot parcursul vieții. Examinarea activităților care vor facilita învățarea adulților în vârstă dintre metodele și tehnicile de învățare a educației non-formale.
- Materiale de programe intergeneraționale. Materiale utilizate în învățare împreună cu adulți în vârstă și persoane de diferite categorii de vârstă în același mediu de învățare.
- Efectele materialelor educaționale asupra bunăstării fizice și psihologice a adulților în vârstă.
- Învățarea psihologiei pe perioade de vârstă.
- Gerontologie: Examinarea efectelor psihologice și fiziologice ale procesului de îmbătrânire asupra oamenilor.

Zonele menționate mai sus vor permite adulților în vârstă să creeze oportunități de învățare experiențială și activă, cu modele de materiale adecvate. De asemenea, este important să folosiți zonele menționate mai sus pentru a vă asigura că adulții în vârstă și diferitele grupe de vârstă socializează și învață. Cu cunoștințele acestor domenii, se urmărește crearea unui mediu de învățare eficient pentru adulții în vârstă.

Evaluare

În acest modul, în care materialele educaționale pentru adulții în vârstă sunt subiectul, s-a încercat să se ofere informații despre diferitele dimensiuni ale materialelor educaționale. Structura modulului este potrivită pentru utilizarea instrumentelor de evaluare cantitativă sau calitativă pentru faza de evaluare. De fapt, adulții, care învață pe tot parcursul vieții, ar trebui să urmărească progresul propriei învățări prin procese de autoevaluare, mai degrabă decât prin evaluări externe (Bayat, 2014). Cu toate acestea, chiar dacă sunt indivizi autocontrolați și gestionați, din când în când, adulții pot avea nevoie de sprijin în timp ce își evaluează propriile procese. Din acest motiv, întrebările enumerate mai jos pot fi folosite atât pentru evaluarea unei componente a proiectului, cât și pentru ca participanții să se evalueze singuri.

Întrebări

1. Care este definiția materialelor educaționale?
 - a) Toate materialele pregătite cu scopul de a facilita învățarea publicului țintă sunt materiale educaționale
 - b) Materialele educaționale sunt împărțite în materiale digitale și non-digitale.
 - c) Frecvența utilizării materialelor educaționale variază în funcție de materia predată.
 - d) Materialele trebuie concepute astfel încât să fie potrivite pentru adulții în vârstă.
 - e) Materialele digitale sunt potrivite și pentru adulții în vârstă.
2. Care sunt tipurile de materiale educaționale?
 - a) Materiale vizuale și scrise
 - b) Materiale digitale și non-digitale
 - c) Materiale audio și vizuale
 - d) Materiale corporale și intangibile
 - e) Materiale determinate de programele de instruire
3. Având în vedere caracteristicile publicului țintă, ce fel de caracteristici ar trebui să aibă materialele?
 - a) Adulții în vârstă folosesc mai ales materiale auditive, așa că calitatea sunetului ar trebui să fie bună.
 - b) Ar trebui să fie proiectat de însuși educatorul în materialele adulților în vârstă.
 - c) În materialele de învățare ale adulților în vârstă, ar trebui să existe trăsături care întruchipează subiectul în conformitate cu

- caracteristicile lor fizice și psihologice.
- d) Deoarece proprietățile sonore ale materialelor digitale pot fi ajustate, acestea sunt mai potrivite pentru adulți.
- e) Fonturile materialelor non-digitale ar trebui să fie mari.
4. Ce teme ar trebui folosite în materialele folosite de adulții în vârstă?
- a) Subiectele folosite în cărțile școlare sunt potrivite și pentru adulții în vârstă.
- b) Subiectele din viața de zi cu zi a adulților în vârstă ar trebui folosite în materiale.
- c) Materialele trebuie proiectate într-o astfel de dimensiune încât adulții în vârstă să poată vedea bine.
- d) Subiectele stabilite de experții în educație sunt potrivite pentru adulții în vârstă.
- e) Conținuturile pedagogice ale programelor e-Educational pot fi utilizate în materiale
5. Sunt materialele digitale sau non-digitale mai potrivite pentru adulții în vârstă?
- a) Digital
- b) Non-digital
- c) Materialele care descriu subiectele prin abstractizare sunt mai potrivite pentru adulți.
- d) Materialele care sunt tangibile sunt mai potrivite pentru adulții în vârstă.
- e) În funcție de subiect, oricare ar putea fi potrivit
6. Care dintre materialele din opțiune poate fi dat ca exemplu de materiale nedigitale?
- a) Laptop, carte, proiector
- b) Pix, computer, carte
- c) Bannere, postere, lipici
- d) Proiectie, videoclipuri, laptop
- e) Computer, stilou, laptop
- 7- Care sunt elementele procesului de adaptare a materialelor de învățare la adulții în vârstă?
- a- Utilizare echitabilă-Flexibilitate în utilizare
- b- Utilizare simplă și intuitivă
- c- Informații perceptibile
- d- Toleranță la eroare
- e- Toate
- 8- Cât de des ar trebui folosite materialele de instruire?
- a) O dată pe săptămână

b) Poate fi folosit ori de câte ori se crede că facilitează învățarea.

c) De două ori pe an

d) De două ori pe lună

e) O dată pe lună

9- Care este importanța educatorilor pentru a dobândi cunoștințe despre materialele educaționale?

a- Pentru a selecta materiale adecvate

b- Pentru a proiecta materiale adecvate

c- Realizarea de materiale potrivite pentru adulții în vârstă

d- Folosirea adecvată a materialelor în cursuri

e- Toate opțiunile sunt valabile

10- Care nu este un element de design material?

a) Informații perceptibile

b) Utilizare echitabilă

c) Flexibilitate în utilizare

d) Conceptul de sine

e) Toleranță la eroare

Raspunsuri:

1-a, 2-b, 3-c, 4-b, 5-e, 6-d, 7-e, 8-b, 9-e 10-

Referințe

Adnan, M., Kocatürk Kapucu, N., Yakar, A., Köşk, UC, & Özbek, Ç. (2021). Dobândirea competențelor digitale necesare pentru femeile de peste 65 de ani aflate în izolare socială. *Ege Eğitim Dergisi*, 22 (2), 57–76. <https://doi.org/10.12984/egeefd.957120>

Îmbătrânirea Europei – Privind viețile adulților în vârstă din UE. (2020). Eurostat. Preluat de la <https://ec.europa.eu/eurostat/documents/3217494/11478057/KS-02-20-655-EN-N.pdf/9b09606c-d4e8-4c33-63d2-3b20d5c19c91?t=1531400505>

Arak, H. (2015). Egitimde material tasarımı ve hazırlama ilkeleri. Preluat de la <https://slideplayer.biz.tr/slide/2825695/>

Arman, C. (2015). Öğretim materyallerinin tasarlanması, hazırlanması ve seçimi. Preluat de la <https://slideplayer.biz.tr/slide/2890542/>

Bayat, B. (2014). Scalare, scale și tehnica de scalare „Likert” în cercetarea aplicată în științe sociale. Universitatea Gazi. Preluat de la <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/287205>

Beydoğan, HO (2011). Scala de motivare a cursurilor de tehnologie didactică și dezvoltare materială. Preluat de pe www.sciencedirect.com

Bloom, BS (1956). *Taxonomia obiectivelor educaționale: Domeniul cognitiv* (Manual I). David McKay Co Inc.

Filiala, RM (2009). *Design instructional: abordarea ADDIE*. Springer Science & Business Media.

Burgstahler, S. (2021). Cum să aplicați designul universal oricărui produs sau mediu. Preluat de pe <https://peer.asee.org/41390.pdf>

CAST. (2022). Despre designul universal pentru învățare. Preluat de la <https://www.cast.org/impact/universal-design-for-learning-udl>

Centrul pentru Design Universal. Principiile designului universal. Poster. Preluat de la <https://design.ncsu.edu/research/center-for-universal-design/>

Connell, BR, Jones, M., Mace, R., Muller, J., Mullick, A., Ostroff, E., Sanford, J., Steinfeld, E., Story, M. și Vanderheiden, G. (1997). *Principiile designului universal*. Centrul pentru Design Universal, SUA.

Czaja, SJ, Boot, WR, Charness, N. și Rogers, WA (2019). *Proiectare pentru adulții în vârstă: principii și abordări creative ale factorilor umani*. CRC Press.

Ejdys, J. și Halicka, K. (2018). Adaptarea durabilă a noii tehnologii: Cazul umanoizilor folosiți pentru îngrijirea adulților în vârstă. *Sustenabilitate*, 10 (10), 3770. <https://doi.org/10.3390/su10103770>

Farage, MA, Miller, KW, Ajayi, F. și Hutchins, D. (2012). Principii de proiectare pentru a se adapta adulților în vârstă. *Global Journal of Health Science*, 4 (2), 2.

Gültekin, Z. (2014). Yetişkin eğitiminde material kullanımı. Preluat de la <https://www.createwebquest.com/zekaigultekin/yeti%C5%9Fkin-e%C4%9Fitiminde-materyal-kullanimi>

Kaya, Z. (2006). *Öğretim teknolojileri ve material geliştirme*. PEGEM Yayınları. Preluat de la <http://www.jret.org/FileUpload/ds217232/File/otmgcomplete.pdf>

Kalınkara, V. și Sarı, İ. (2018). Utilizarea tehnologiei informației în rândul adulților în vârstă și satisfacția vieții: potențial și bariere, abordare ergonomică. *Revista de Științe Inginerie și Design*. <https://doi.org/10.21923/jesd.367367>

Kaneda, H., Maeshima, K., Goto, N., Kobayakawa, T., Ayabe-Kanamura, S. și Saito, S. (2000). Scăderea abilităților de discriminare a gustului și mirosului odată cu vârsta și relația dintre gustare și olfactiv. *Chemical Senses*, 25 (3), 331. <https://doi.org/10.1093/chemse/25.3.331>

Köde, K. și Çoklar, AN (2020). Examinarea criteriilor de selecție și utilizare a materialelor digitale și nondigitale ale cadrelor didactice. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 18 (2), 893–909. Preluat de la <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tebd/issue/58778/799527>

Knowles, M. (1996). Învățarea adulților. În RL Craig (Ed.), *Manual de instruire și dezvoltare ASTD: Un ghid pentru dezvoltarea resurselor umane* (ed. a IV-a, pp. 253–265). McGraw Hill.

Lee, B. (2013). Rețelele sociale ca platformă de învățare non-formală. Preluat de la <https://www.ncolr.org/jiol/issues/pdf/13.3.1.pdf>

Materiale pentru adulții în vârstă. Preluat de la <https://health.gov/our-work/nutrition-physical-activity/move-your-way-community-resources/campaign-materials/materials-older-adults>

Milli Eğitim Bakanlığı (MEB) Mesleki Eğitim și Öğretim Sistemini Güçlendirme Projesi (MEGEP). (2011). Yaşlı bakım hizmetleri. Preluat de la http://megep.meb.gov.tr/mte_program_modul/moduller_pdf/Ya%C5%9Fl%C4%B1%20Bak%C4%B1m%20Hizmetleri.pdf

National Institutes of Health, Departamentul de Sănătate și Servicii Umane Institutul Național de Îmbătrânire. (2008). Asigurați-vă materialele de sănătate tipărite prietenoase pentru

seniori: Sfaturi de la Institutul Național pentru Îmbătrânire. Preluat de [la https://seniorsocialisolation.ca/wp-content/uploads/2019/01/making_your_printed_health_materials_senior_friendly_1.pdf](https://seniorsocialisolation.ca/wp-content/uploads/2019/01/making_your_printed_health_materials_senior_friendly_1.pdf)

Orso, V., Spagnoli, A., Gambarni, L., Inbanez, F., & Fabregar, ME (2015). Implicarea adulților în vârstă în proiectarea tehnologiei interactive: cazul SeniorChannel. Preluat de la <https://dl.acm.org/doi/abs/10.1145/2808435.2808464>

Principiile designului universal. (1997). *Everybody: O istorie a artefactului dizabilității în America*. Preluat de pe <https://everybody.si.edu/media/673>

Reigeluth, CM (1999). *Teorii și modele de proiectare instrucțională* (Vol. 2). Asociații Lawrence Erlbaum.

Rolison, J., Wood, S. și Hanoch, Y. (2017). Vârstă și adaptare: actualizare mai puternică a deciziilor cu privire la riscurile din lumea reală la vârsta înaintată. *Analiza de risc*. <https://doi.org/10.1111/risa.12710>

Sheryl Burgstahler, Ph.D. (2021). Cum să aplicați designul universal oricărui produs sau mediu. Preluat de [la https://www.washington.edu/doit/sites/default/files/atoms/files/Universal_Design_04_12_21.pdf](https://www.washington.edu/doit/sites/default/files/atoms/files/Universal_Design_04_12_21.pdf)

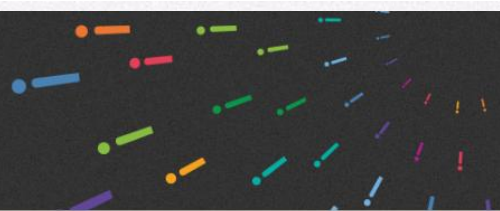
Sütlüoğlu, T. (2021). Orta yaş ve üzerindeki bireylerde dijital eşitsizliğin görünümüleri: Erişim eşitsizlikleri ve kullanım farklılıkları. Preluat de [la https://www.academia.edu/61404832/](https://www.academia.edu/61404832/)

Şahin, M. (2014). Analiza punctelor de vedere ale profesorilor legate de funcțiile materialelor didactice în timpul procesului de predare-învățare. *Universitatea Kastamonu*. Preluat de la <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/209826>

Sfaturi pentru proiectarea unui tipar care este prietenos pentru vârstnici. Preluat de la <https://printingshark.com/tips-designing-print-friendly-senior-citizens/>

Departamentul de Sănătate și Servicii Umane din SUA Centre pentru servicii Medicare și Medicaid. Set de instrumente pentru a face materialul scris clar și eficient. Preluat de la <https://www.cms.gov/Outreach-and-Education/Outreach/WrittenMaterialsToolkit>

Yalın, H. İ. (2004). *Öğretim teknolojileri ve material geliştirme*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım



Concluzie



Concluzie

Proiectul „PAGES: Contracurarea vârstniciei pentru o Europă deschisă tuturor” reprezintă un efort vital în abordarea vârstniciei – o provocare societală adânc înrădăcinată – și în stimularea sentimentului de solidaritate între generații. Acest proiect a mers dincolo de creșterea gradului de conștientizare, echipând părțile interesate cu strategii practice și instrumente acționabile pentru a crea schimbări semnificative. Explorând nevoile unice ale adulților în vârstă ca elevi și membri ai comunității, a pus bazele pentru combaterea stereotipurilor și asigurarea practicilor incluzive în educație și implicarea comunității. Lecțiile învățate din această inițiativă oferă o foaie de parcurs valoroasă pentru viitoarele eforturi menite să promoveze respectul, demnitatea și șansele egale pentru oamenii de toate vârstele.

Lecții învățate

1. **Importanța educației personalizate** . Una dintre cele mai profunde perspective ale proiectului este realizarea faptului că adulții în vârstă au caracteristici distincte de învățare care necesită o atenție atentă. Ei necesită adesea un ritm mai lent, abordări practice și se bazează foarte mult pe motivații intrinseci precum împlinirea personală și stima de sine. Mediile educaționale care nu reușesc să recunoască aceste nevoi riscă să-i înstrăineze pe cursanții mai în vârstă, în timp ce cele concepute cu atenție le pot debloca întregul potențial. Educația personalizată nu este doar o considerație, ci o necesitate pentru a stimula implicarea eficientă.
2. **Combaterea vârstăismului prin activități intergeneraționale** . Proiectul a demonstrat potențialul incredibil al artei, culturii și dialogului comun ca punți între generații. Aceste interacțiuni demontează stereotipurile și ajută la stimularea empatiei, a respectului reciproc și a unei înțelegeri mai profunde a experiențelor umane comune. Programele care reunesc generațiile mai tinere și cele mai în vârstă fac mai mult decât să construiască relații - ele provoacă în mod activ părtinirile înrădăcinate și transformă perspectivele asupra îmbătrânirii.
3. **Necesitatea unui design universal** . Accesibilitatea nu se referă doar la infrastructura fizică; este vorba despre crearea de medii – atât digitale, cât și fizice – care să permită tuturor persoanelor, indiferent de vârstă sau abilitate, să participe pe deplin. Indiferent dacă este vorba de scaune ergonomice, ajutoare vizuale clare sau tehnologie concepută pentru utilizatorii mai în vârstă, principiile designului universal asigură că adulții în vârstă nu sunt excluși de la oportunitățile de învățare. Acest accent pe accesibilitate se extinde dincolo de utilitate; comunică respect și incluziune.
4. **Rolul critic al comunicării** . Comunicarea eficientă adaptată adulților în vârstă se află în centrul creării de spații de învățare sigure din punct de vedere psihologic. Aceste

medii permit participanților să-și împărtășească gândurile și experiențele fără teama de judecată sau demitere. Comunicarea respectuoasă și incluzivă creează încredere, încurajează participarea și întărește sentimentul de apartenență.

5. **Motivația intrinsecă ca șofer** . Adulții în vârstă sunt adesea conduși de motivații profund personale, cum ar fi menținerea independenței, construirea stimei de sine și formarea de conexiuni semnificative. Spre deosebire de elevii mai tineri, a căror motivație poate fi determinată din exterior, adulții în vârstă prioritizează învățarea care se aliniază cu experiențele și aspirațiile lor trăite. Programele care ating cu succes acești motivatori intrinseci vor avea un impact de durată atât asupra participanților individuali, cât și asupra comunităților pe care le implică.

Recomandări pentru viitor

1. **Extindeți programele intergeneraționale** . Bazându-se pe succesele proiectului, inițiativele viitoare ar trebui să-și extindă acoperirea prin încorporarea unei game mai mari de activități intergeneraționale. Folosirea tehnologiei, platformelor virtuale și media creativă poate ajuta la depășirea barierelor geografice și la conectarea oamenilor din medii și grupe de vârstă diverse.
2. **Avocați pentru schimbarea politicii** . Schimbarea durabilă necesită încorporarea principiilor anti-îmbătrânism în politicile publice. Eforturile de colaborare cu factorii de decizie politică ar trebui să vizeze consolidarea protecției legale împotriva discriminării în funcție de vârstă, promovând în același timp politici prietenoase cu vârsta la locul de muncă, educație, asistență medicală și planificare comunitară.
3. **Investește în formarea educatorilor și a lucrătorilor comunitari** . Educatorii și lucrătorii comunitari joacă un rol esențial în implicarea adulților în vârstă. Programele de dezvoltare profesională ar trebui să se concentreze pe echiparea acestora cu metode de predare inovatoare, instrumente digitale și strategii pentru promovarea incluziunii și accesibilității. Această investiție va asigura că cei care lucrează direct cu adulții în vârstă sunt pregătiți să-și satisfacă nevoile unice.
4. **Stabiliți mecanisme continue de cercetare și feedback** . Pentru a asigura relevanța și eficacitatea, este esențial să se creeze sisteme care să evalueze rezultatele programului și să colecteze feedback de la participanți. Aceste perspective pot ajuta la rafinarea strategiilor și la adaptarea intervențiilor la nevoile în evoluție.
5. **Abordarea barierelor structurale** . Problemele sistemice precum disparitățile economice, barierele lingvistice și excluderea digitală trebuie abordate direct. Oferirea de sprijin financiar, resurse multilingve și formare de bază în alfabetizare digitală poate extinde în mod semnificativ accesul la oportunitățile de învățare pentru adulții în vârstă.

6. **Promovarea învățării pe tot parcursul vieții ca normă societală** . Campaniile publice care evidențiază beneficiile învățării pe tot parcursul vieții pentru toate vârstele pot ajuta la schimbarea percepțiilor societății asupra îmbătrânirii. Aceste eforturi pot sublinia valoarea adulților în vârstă ca contribuitori activi la viața economică și comunitară, reducând stigmatizarea legată de vârstă.
7. **Promovarea colaborării intersectoriale** . Parteneriatele dintre instituțiile de învățământ, organizațiile culturale, furnizorii de asistență medicală și grupurile comunitare pot amplifica impactul eforturilor anti-îmbătrânism. Resursele comune, expertiza și o viziune unită pentru incluziune pot crea schimbări de anvergură și durabile.

O viziune pentru viitor

Proiectul PAGES ne amintește de puterea transformatoare a educației în modelarea societăților incluzive. Prin prioritizarea nevoilor și aspirațiilor unice ale adulților în vârstă, putem crea medii în care diversitatea de vârstă este celebrată, nu marginalizată. Lucrarea începută aici este doar începutul. Cu inovarea continuă, colaborarea și angajamentul față de incluziune, putem construi un viitor în care toată lumea, indiferent de vârstă, se simte apreciată, respectată și împuternicită să participe pe deplin în comunitățile lor. Împreună, putem contesta vârstismul, să cultivăm legăturile intergeneraționale și să ne asigurăm că nimeni nu este lăsat în urmă în căutarea unei societăți mai echitabile și mai pline de compasiune.

Referințe

Ayala, JS, Hewson, JA, Bray, D., Jones, G. și Hartley, D. (2007). Programe intergeneraționale. *Journal of Intergenerational Relationships* , 5(2), pp.45–60. doi:https://doi.org/10.1300/j194v05n02_04.

Ayalon, L. și Tesch-Römer, C. eds., (2018). Perspective contemporane asupra vârstnicilor. Perspective internaționale asupra îmbătrânirii. Cham: Springer International Publishing. doi:<https://doi.org/10.1007/978-3-319-73820-8>.

Cacioppo, JT și Hawkley, LC (2003). Izolarea socială și sănătatea, cu accent pe mecanismele de bază. *Perspective in Biology and Medicine* , [online] 46(3x), pp.S39–S52. doi:<https://doi.org/10.1353/pbm.2003.0063>.

del Carmen Requena, M., Swift, HJ, Naegele, L., Zwamborn, M., Metz, S., Bosems, WPH și van Hoof, J. (2018). Metode educaționale care utilizează interacțiunea intergenerațională pentru a lupta împotriva îmbătrânirii. *Perspective internaționale asupra îmbătrânirii* , pp.383–402. doi:https://doi.org/10.1007/978-3-319-73820-8_23.

Dickens, AP, Richards, SH, Greaves, CJ și Campbell, JL (2011). Intervenții care vizează izolarea socială la adulții în vârstă: o revizuire sistematică. *BMC Public Health* , [online] 11(1). doi:<https://doi.org/10.1186/1471-2458-11-647>

Jarrott, SE, Leedahl, SN, Shovali, TE, De Fries, C., DelPo, A., Estus, E., Gangji, C., Hasche, L., Juris, J., MacInnes, R., Schilz, M., Scrivano, RM, Steward, A., Taylor, C. și Walker, A. (2022). Programare intergenerațională în timpul pandemiei: Transformare în timpuri în schimbare (constante). *Journal of Social Issues* , 78(4), pp.1038–1065. doi:<https://doi.org/10.1111/josi.12530>.

Markusen, A. (2014). Orașe creative: o agendă de cercetare pe 10 ani. *Journal of Urban Affairs* , 36(sup2), pp.567–589. doi:<https://doi.org/10.1111/juaf.12146>.

Mehmet ÖZÜTÜRKER (2020). Yaşlı Ayrımcılığı. 17(36), pp.3043–3056. doi:<https://doi.org/10.26466/opus.883434>.

Swift, HJ, Abrams, D., Lamont, RA și Drury, L. (2017). Modelul riscurilor legate de vârstă: cum îmbătrânirea și atitudinile negative față de vârstă pot fi o barieră în calea îmbătrânirii active. *Social Issues and Policy Review* , 11(1), pp.195–231. doi:<https://doi.org/10.1111/sipr.12031>.

Organizația Mondială a Sănătății (OMS) (2022). *Îmbătrânire și sănătate* . [online] Organizația Mondială a Sănătății. Disponibil la: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>.

www.unesco.org. (nd). *Acasă | Diversitatea expresiilor culturale* . [online] Disponibil la: <https://www.unesco.org/creativity/en>.

Adams, L. (2020). Beneficiile experiențelor intergeneraționale bazate pe arte pentru adulții în vârstă: o revizuire a literaturii. *Terapii expresive Teze Capstone* . [online] Disponibil la: https://digitalcommons.lesley.edu/expressive_theses/359 [Accesat 22 mai 2023].

Aguilera-Hermida, AP (2020). Lupta împotriva vârstnicilor prin activități intergeneraționale, o experiență transformatoare. *Journal of Transformative Learning* , [online] 7(2). Disponibil la: <https://jotl.uco.edu/index.php/jotl/article/view/276> [Accesat 22 mai 2023].

Assefa, Y., Moges, BT și Tilwani, SA (2022). Furnizarea de educație pentru adulți în Etiopia: „inițiative politice și practică” în centrul atenției din constatările calitative – Un studiu de metasinteză. *Heliyon* , 8(10), p.e11158. doi:<https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e11158>.

Ates, H. și Alsal, K. (2012). Importanța învățării pe tot parcursul vieții a crescut. *Procedia - Științe Sociale și Comportamentale* , [online] 46, pp.4092–4096. doi:<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.06.205>.

Tuijnman, A. și Boström, A.-K. (2002). *International Review of Education/ Internationale Zeitschrift fr Erziehungswissenschaft/ Revue inter* , 48(1/2), pp.93–110. doi:<https://doi.org/10.1023/a:1015601909731>.

Barnes, TL, Ahuja, M., MacLeod, S., Tkatch, R., Albright, L., Schaeffer, JA și Yeh, CS (2022). Singurătatea, izolarea socială și mortalitatea pentru toate cauzele la un eșantion mare de adulți în vârstă. *Journal of Aging and Health* , p.089826432210748. doi:<https://doi.org/10.1177/08982643221074857>.

Barth, M., Godemann, J., Rieckmann, M. și Stoltenberg, U. (2007). Dezvoltarea competențelor cheie pentru dezvoltarea durabilă în învățământul superior. *International Journal of Sustainability in Higher Education* , 8(4), pp.416–430. doi:<https://doi.org/10.1108/14676370710823582>.

Buffel, T., De Backer, F., Peeters, J., Phillipson, C., Reina, VR, Kindekens, A., De Donder, L. și Lombaerts, K. (2014). Promovarea comunităților durabile prin practica intergenerațională. *Procedia - Științe sociale și comportamentale*, 116, pp.1785–1791. doi:<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.01.472>.

Provocarea vârstnicii Un ghid pentru a vorbi despre îmbătrânire și vârsta înaintată. (2021). Disponibil la: <https://ageing-better.org.uk/sites/default/files/2022-01/Challenging-ageism-guide-talking-ageing-older-age.pdf>

Dauenhauer, J., Hazzan, A., Heffernan, K. și Milliner, CM (2021). Percepțiile facultății despre angajarea adulților în vârstă în învățământul superior: nevoia de pedagogie intergenerațională. *Gerontology & Geriatrics Education* , pp.1–22. doi:<https://doi.org/10.1080/02701960.2021.1910506>.

de Souza, E. (2010). O călătorie reflectivă în activitățile intergeneraționale prin Jurnalul relațiilor intergeneraționale. *Journal of Intergenerational Relationships* , 8(2), pp.109–112. doi:<https://doi.org/10.1080/15350771003745080>.

Fang, ML, Sixsmith, J., Hamilton-Pryde, A., Rogowsky, R., Scrutton, P., Pengelly, R., Woolrych, R. și Creaney, R. (2023). Co-crearea de spații și locuri incluzive: către un ecosistem de viață intergenerațional și prietenos cu vârstele. *Frontiers in Public Health*, 10. doi:<https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.996520>.

Friedman, AL (2012). *Dezvoltare profesională continuă: învățarea pe tot parcursul vieții a milioane de oameni* . Abingdon, Oxon; New York, Ny: Routledge.

Giraudeau, C. și Bailly, N. (2019). Programe intergeneraționale: Ce pot aștepta de la ei copiii de vârstă școlară și adulții mai în vârstă? O revizuire sistematică. *Jurnalul European de Îmbătrânire* . doi:<https://doi.org/10.1007/s10433-018-00497-4>.

Levy, SR și Macdonald, JL (2016). Progres în înțelegerea vârstniciei. *Journal of Social Issues* , 72(1), pp.5–25. doi:<https://doi.org/10.1111/josi.12153>.

Lou, VWQ și Dai, AAN (2017). O revizuire a programelor intergeneraționale nonfamiliale privind schimbarea stereotipurilor de vârstă și bunăstarea în Asia de Est. *Journal of Intergenerational Relationships* , 15(2), pp.143–158. doi:<https://doi.org/10.1080/15350770.2017.1294427>.

LOWE, SS (2000). Crearea comunității. *Journal of Contemporary Ethnography* , 29(3), pp.357–386. doi:<https://doi.org/10.1177/089124100129023945>.

Lupien, SJ și Wan, N. (2004). Îmbătrânire cu succes: de la celulă la sine. *Tranzacții filosofice ale Societății Regale din Londra. Seria B: Științe biologice* , 359(1449), pp.1413–1426. doi:<https://doi.org/10.1098/rstb.2004.1516>.

Merriam, SB și Kee, Y. (2014). Promovarea bunăstării comunitare: cazul învățării pe tot parcursul vieții pentru adulții în vârstă. *Adult Education Quarterly* , 64(2), pp.128–144. doi:<https://doi.org/10.1177/0741713613513633>.

Moberg, DO și Nelson, TD (2003). Vârstă: stereotipuri și prejudecăți împotriva persoanelor în vârstă. *Sociologie contemporană* , 32(5), p.563. doi:<https://doi.org/10.2307/1556464>.

Murayama, Y., Ohba, H., Yasunaga, M., Nonaka, K., Takeuchi, R., Nishi, M., Sakuma, N., Uchida, H., Shinkai, S. și Fujiwara, Y. (2014). Efectul programelor intergeneraționale asupra sănătății mintale a adulților în vârstă. *Aging & Mental Health*, 19(4), pp.306–314. doi:<https://doi.org/10.1080/13607863.2014.933309>.

Oğlak, S. și Canatan, A. (2020). Yaşam Boyu Öğrenme Ve Aktif Yaşlanma Bakış Açısından Üçüncü Yaş Üniversiteleri: İyi Uygulama Örnekleri. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*. doi:<https://doi.org/10.46414/yasad.726075>.

Patricio, MR și Osório, A. (2016). Învățare intergenerațională cu TIC: un studiu de caz. *Studia paedagogica*, 21(2), pp.83–99. doi:<https://doi.org/10.5817/sp2016-2-6>.

Sljivic, H., Sutherland, I., Stannard, C., Ioppolo, C. și Morrisby, C. (2021). Schimbarea atitudinilor față de adulții în vârstă: atragerea empatiei prin povestirea digitală. *Gerontology & Geriatrics Education*, pp.1–14. doi:<https://doi.org/10.1080/02701960.2021.1900838>.

Stephen, PL (2023). *The Craft(y) Revival: Community and Knowledge-Sharing in Craft-based Crafts*. [online] openresearch.ocadu.ca. Disponibil la: <https://openresearch.ocadu.ca/id/eprint/4014> [Accesat 22 mai 2023].

Subotnik, RF, Edmiston, AM, Cook, L. și Ross, MD (2010). Mentoring pentru dezvoltarea talentelor, creativitate, abilități sociale și cunoștințe din interior: programul APA Catalyst. *Journal of Advanced Academics*, 21(4), pp.714–739. doi:<https://doi.org/10.1177/1932202x1002100406>.

Tempest, S. (2003). Învățare intergenerațională. *Management Learning*, 34(2), pp.181–200. doi:<https://doi.org/10.1177/1350507603034002002>.

Unesco.Org. (2022). Disponibil la: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000377820>.

Wu, J., Siu, KWM și Zhang, L. (2023). Integrarea intergenerațională în construirea comunității pentru îmbunătățirea sănătății mintale a rezidenților — Un studiu de caz al spațiului public. *Științe comportamentale*, 13(4), p.292. doi:<https://doi.org/10.3390/bs13040292>.

Wynia, K., Scott, M. și Gillett, J. (2019). Compararea sistemelor de biblioteci publice din Australia și Canada: o investigație calitativă a programării și serviciilor bibliotecilor publice pentru adulți în vârstă. *macsphere.mcmaster.ca*. [online] Disponibil la: <http://hdl.handle.net/11375/25102> [Accesat 25 mai 2023].

Yuan, Y. și Yarosh, S. (2019). Dincolo de Tutoring. doi:<https://doi.org/10.1145/3290605.3300679>.

Fletcher, SK (2007). Dialog intergenerațional pentru reducerea prejudecăților. *Journal of Intergenerational Relationships* , 5(1), pp.6–19. doi:https://doi.org/10.1300/j194v05n01_02.

Gonzales, E. și Jarrott, S. (2022). Aplicarea unei lentile anti-rasiste și anti-îmbătrânire la oportunitățile de voluntariat intergenerațional: Centrarea construcției sociale a rasei și a vârstei pentru a promova echitatea. *archive.nyu.edu* . [online] Disponibil la: <http://hdl.handle.net/2451/64015> [Accesat 26 mai 2023].

Han, J. și Richardson, VE (2014). Relațiile dintre discriminarea percepută, auto-percepția asupra îmbătrânirii și simptomele depresive: o examinare longitudinală a discriminării în funcție de vârstă. *Aging & Mental Health* , 19(8), pp.747–755. doi:<https://doi.org/10.1080/13607863.2014.962007>.

Glover, I. și Branine, M. (2001). *Vârstă în muncă și angajare* . doi:<https://doi.org/10.4324/9781315185972>.

Vervaecke, D. și Meisner, BA (2020). Îngrijirea și ipotezele nevoii: răspândirea îmbătrânirii pline de compasiune în timpul COVID-19. *Gerontologul* , 61(2). doi:<https://doi.org/10.1093/geront/gnaa131>.

Bibby, CL (2008). Ar trebui să rămân sau ar trebui să plec? Percepții asupra discriminării în funcție de vârstă, justiție organizațională și atitudini ale angajaților cu privire la intențiile de a pleca. *Revista de management aplicat și antreprenoriat* . [online] Disponibil la: <https://www.semanticscholar.org/paper/Should-I-Stay-or-Should-I-Leave-Perceptions-of-Age-Bibby/ef2c632557e35682f2edd5b5703d94064bac4635> [Accesat 20236].

Rosenthal, B., Cardoso, F. și Abdalla, C. (2020). Reprezentări (deficiente) ale consumatorilor în vârstă în publicitate: stigmatizare și inadecvare în societățile îmbătrânite. *Journal of Marketing Management* , pp.1–25. doi:<https://doi.org/10.1080/0267257x.2020.1850511>.

Farrell, TW, Hung, WW, Unroe, KT, Brown, TR, Furman, CD, Jih, J., Karani, R., Mulhausen, P., Nápoles, AM, Nnodim, JO, Upchurch, G., Whittaker, CF, Kim, A., Lundebjerg, NE și Rhodos, RL (2022). Explorarea intersecției dintre rasismul structural și vârstismul în asistența medicală. *Jurnalul Societății Americane de Geriatrie* . [online] doi:<https://doi.org/10.1111/jgs.18105>.

PARTENERI DE PROIECT



PROJECT NUMBER: 2021-1-DE02-KA220-ADU-000026529

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

