NUMERO DI PROGETTO: 2021-1-PL01-KA220-ADU-000028417

Erasmus+

FAKENEWS E ANZIANI - GLI ANZIANI AI TEMPI DELLE FAKE NEWS E DEL SOVRACCARICO DI INFORMAZIONI

PR3 - GUIDA METODOLOGICA PER LE ORGANIZZAZIONI CHE LAVORANO CON GLI ANZIANI

LA GUIDA METODOLOGICA PER LE ORGANIZZAZIONI CHE LAVORANO CON GLI ANZIANI È STATA SVILUPPATA DAI SEGUENTI PARTNER:

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

SINTESI ESECUTIVA

Questa guida metodologica mira a offrire conoscenze e competenze per aiutare gli educatori per adulti a erogare la formazione e a implementare un ambiente di apprendimento costruttivo per gli anziani utilizzando le risorse di FAKENEWS & ELDERS.

Permette agli educatori più esperti, provenienti da diversi settori e con diverse competenze, di offrire le loro migliori pratiche e consigli su come utilizzare al meglio gli strumenti di FAKE NEWS & ELDERS.

Ciò consente agli educatori meno esperti di utilizzare le risorse in modo indipendente ed efficiente. Ispira ad adattare il proprio stile di comunicazione e le proprie competenze.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

TABELLA DEI CONTENUTI

1 Panoramica dell'offerta formativa Fake News & Elder 5
1.1 Descrizione del progetto, finalità e obiettivi 5
1.2 Descrizione del materiale fornito 6
1.3 Istruzioni e suggerimenti per l'utilizzo del materiale 9
2 Principi di pedagogia e gerontologia 10
2.1 Esigenze di apprendimento dei cittadini anziani 10
2.2 Paradigmi di apprendimento e insegnamento applicati ai senior, alle TIC e all'alfabetizzazione mediatica 15
2.3 Principi di valutazione: valutazione dei bisogni, autovalutazione, ecc. 19
3 Competenze degli educatori applicate alle TIC e all'alfabetizzazione mediatica per gli anziani 30
3.1 Comunicazione con gli anziani 31
3.2 Soft skills: empatia, ascolto attivo, pazienza 34
3.3 Competenze ICT 38
4 Barriere specifiche relative all'educazione alle TIC e ai media per gli anziani 44
4.1 Vincoli fisici legati all'invecchiamento 44
4.2 Vincoli sociali legati all'invecchiamento 45
4.3 Vincoli psicologici, rifiuto tecnologico 46
4.4 Prevenzione dell'ageismo 48
4.5 Suggerimenti per affrontare le principali sfide: rifiuto della tecnologia, mancanza di fiducia, ecc. 49
5 Creare la fiducia dei senior nelle informazioni dei media 54
5.1 Uso da parte dei senior delle TIC e dei social media a fini informativi in Europa 54
5.2 Come spiegare la nascita e la diffusione delle fake news agli anziani 56
5.3 Come spiegare ai senior il ruolo che svolgono nella diffusione delle fake news 57
5.4 Utilizzare le TIC e i social media come fonti di informazione in modo sereno e credibile 58
6 Come promuovere la partecipazione e la motivazione dei senior 62
6.1 L'importanza delle attività di "rottura del ghiaccio 62
6.2 Approccio peer-to-peer 65
6.3 Come permettere a ogni partecipante di esprimersi 68
7 RIFERIMENTI 76

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

1. PANORAMICA DELL'OFFERTA FORMATIVA SU FAKE NEWS E ANZIANI

1.1 Descrizione del progetto, finalità e obiettivi

L'odierna era di Internet veloce pone requisiti elevati a tutti gli utenti, al loro pensiero critico e alla loro capacità di rispondere al sovraccarico di informazioni che proviene da molte fonti diverse. Gli anziani di oggi hanno vissuto la maggior parte della loro vita in un'epoca in cui Internet era ben lungi dall'essere sviluppato come oggi. Pertanto, potrebbero essere soggetti a pressioni di disinformazione, manipolazioni, fake news e teorie cospirative.

Il **progetto Fake News & Elders**, cofinanziato dall'Unione Europea, mira a educare gli anziani alle fake news e all'alfabetizzazione mediatica per poter valutare criticamente i contenuti dei media. Promuove l'inclusione sociale degli anziani in quanto persone con minori opportunità, spesso escluse dal punto di vista digitale e dell'istruzione. La natura specifica di questo gruppo di destinatari li espone alla discriminazione per età e può causare un aggravamento dell'esclusione.

Il progetto si propone di aiutare a superare le barriere che gli anziani devono affrontare nella vita quotidiana. Ostacoli che derivano dalla mancanza di consapevolezza del funzionamento del mondo digitale moderno, compresi i social media, dall'incapacità di distinguere le informazioni false, dal soccombere alla manipolazione e dal credere nella post-verità.

Sei organizzazioni provenienti da Polonia, Italia, Spagna, Francia, Repubblica Ceca e Grecia, con esperienza e conoscenze sui temi delle fake news e dell'alfabetizzazione mediatica, collaborano e lavorano su **quattro risultati principali del progetto**, tutti consultabili sul sito web del progetto:

1. un **manuale** per gli anziani sulla comunicazione di massa e le fake news;
2. un **corso pratico** per anziani sull'uso critico dei nuovi media in relazione alle fake news;
3. una **guida metodologica** per gli operatori sociali e le organizzazioni che lavorano con gli anziani su come aiutarli a migliorare le loro competenze digitali e mediatiche;

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

4. una serie di **schede didattiche** con informazioni chiave sulle fake news e su come affrontarle.

1.2 Descrizione del materiale fornito

Prima di addentrarvi nella guida metodologica vera e propria, ecco alcune istruzioni di base su come e quando utilizzare tutti i materiali del progetto e consigli sull'organizzazione del corso per gli anziani.

Descrizione del materiale che potete utilizzare nei vostri corsi

(1) Il Manuale: il primo risultato del progetto offre un'anatomia della cattiva comunicazione e delle fake news. In questa guida, disponibile online, troverete un glossario dei concetti più importanti, grafici e statistiche sull'uso di internet da parte degli anziani, ma anche suggerimenti e infografiche sui tipi di disinformazione e disinformazione e su come riconoscerli.

→ Potete usare questo materiale come **sfondo teorico e contestuale** per gli anziani o per i partecipanti al vostro corso che vogliono saperne di più sul tema delle fake news e sulle sue diverse tipologie.

(2) Il corso pratico: il secondo risultato del progetto è un corso pratico diviso in 4 lezioni che coprono le conoscenze più importanti necessarie per combattere le fake news e costruire l'alfabetizzazione mediatica. Che aspetto hanno le fake news, come scoprire le fake news, le basi dell'alfabetizzazione mediatica e le problematiche dei social media. Ogni capitolo contiene la teoria necessaria per lavorare sugli esercizi. Gli studenti senior non sono tenuti a leggere prima il Manuale (anche se potrebbe essere utile per loro). Ogni lezione richiede circa 90 minuti di lavoro, per cui il tempo totale necessario per tutti i moduli è di 6 ore. Non è necessario completarlo tutto in una volta, gli anziani possono tornare sui loro progressi in qualsiasi momento. Il corso è disponibile sulla piattaforma online.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

→ Potete utilizzare questo corso in classe e svolgere gli esercizi insieme ai senior, oppure lasciare che si esercitino da soli a casa con i loro ritmi.

(3) **La Guida metodologica** vi aiuterà ad acquisire nuove conoscenze sull'apprendimento costruttivo degli anziani. La descrizione dettagliata di questa guida è riportata nel capitolo successivo (1.3 Introduzione della Guida metodologica).

(4) **La serie di schede didattiche** conterrà informazioni chiave sulle fake news e su come affrontarle, il tutto in un unico luogo, pronto all'uso e con un design grafico adatto agli anziani.

→ Potete utilizzare le lavagne nelle vostre aule, biblioteche, spazi di coworking o centri per affrontare questo problema e i vostri corsisti potranno conoscere l'argomento secondo i loro ritmi e in modo accessibile.

Suggerimenti per organizzare i corsi e le lezioni:

Mantenere un'atmosfera calda e accogliente;
Tenete presente che l'atmosfera fa la differenza nell'approccio all'apprendimento di tutti i discenti, non solo dei senior. Fate in modo che si sentano accolti, evitate commenti valutativi sulle loro conoscenze o sulla loro mancanza di conoscenze, preparate un rinfresco sufficiente e rispettate i loro ritmi e le loro esigenze.

Se il contenuto viene visualizzato sullo schermo, è necessario che sia leggibile;
Assicuratevi che tutti i materiali siano ben visibili sullo schermo, utilizzate caratteri grandi e leggibili, concentratevi sul contrasto e sui colori pastello e caldi.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Stampare il materiale, se necessario;

Alcune attività ed esercizi potrebbero richiedere materiale stampato e l'uso di matite. Assicuratevi di averli pronti e rispettate l'esigenza degli anziani di avere materiali stampati piuttosto che proiettati.

Regolare il volume dell'audio, se necessario, per la visione dei video;

Rispettare la necessità di un volume maggiore di esercizi video o audio,

assicurarsi di avere un'attrezzatura adeguata per la mediazione sonora.

Organizzare un'attività per rompere il ghiaccio;

Se i partecipanti non si conoscono (ma anche se si conoscono), si raccomanda di utilizzare attività per rompere il ghiaccio e fare conoscenza. Troverete un esempio più avanti in questa Guida metodologica. Queste attività sono importanti per l'atmosfera e il buon svolgimento del corso.

Concentratevi su attività che stimolino l'apprendimento tra pari;

Questo tipo di apprendimento può assumere diverse forme, che imparerete a conoscere

più tardi su. È un modo efficace per apprendere nuove abilità e conoscenza, ma anche costruire un sentimento più forte di comunità e

collaborazione.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Essere a disposizione per domande e assistenza.

Assicuratevi di esprimere la vostra presenza e la vostra disponibilità per qualsiasi
per domande e assistenza.

1.3 Istruzioni e suggerimenti per l'utilizzo del materiale

In questo momento **state leggendo il terzo risultato del progetto: una guida metodologica** che vi aiuterà ad aiutare gli anziani a migliorare le loro capacità di pensiero critico e di alfabetizzazione mediatica. **Cosa contiene questa guida metodologica? Qual è l'aspetto pratico della guida metodologica? Per chi può essere utile?**

A chi è rivolto?

La guida è rivolta a tutti coloro che sono interessati a imparare cose nuove o ad approfondire le proprie conoscenze su un ambiente di apprendimento costruttivo per gli anziani. Se siete **educatori per adulti, formatori, consulenti, operatori sociali** o **chiunque sia interessato a come trasmettere conoscenze importanti agli anziani**, siete la persona giusta per leggere questo testo.

Cosa contiene?

Nel **secondo capitolo** imparerete a conoscere i principi della pedagogia e della gerontologia: quali sono i bisogni dei cittadini anziani, i paradigmi applicati agli anziani e i principi di valutazione.

Il **terzo capitolo** è dedicato alle competenze degli educatori applicate alle TIC e all'alfabetizzazione mediatica degli anziani, alle soft skills necessarie per la comunicazione come l'empatia, l'ascolto attivo, la pazienza, ecc.

Il **quarto capitolo** si concentra sulle barriere specifiche che si possono incontrare durante l'insegnamento delle TIC e dei media agli anziani.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Un tema molto importante sarà affrontato anche nel **quinto capitolo,** in cui si spiegherà come aumentare la fiducia degli anziani nelle informazioni dei media e come spiegare il ruolo e la diffusione delle fake news.

Nell'ultimo **capitolo**, il **sesto**, si parla di partecipazione e motivazione degli studenti senior: perché è così importante "rompere il ghiaccio"?

E l'aspetto pratico dell'apprendimento?

Dopo ogni capitolo troverete una cassetta degli attrezzi con **3 utili esercizi, suggerimenti o attività** da applicare con i vostri corsisti. Questi esercizi pratici possono aiutarvi a **introdurre il tema delle fake news, a creare una grande atmosfera nel corso e a far incontrare i corsisti**. Con queste pratiche potrete ottenere risultati migliori nel corso.

Cosa riceverete come bonus?

Altre risorse! Alla fine di questa guida, troverete la **Banca delle buone pratiche** relative all'educazione degli anziani in relazione alle competenze TIC, digitali o mediatiche. Potete ispirarvi, utilizzare queste risorse nella vostra pratica e condividerle con i vostri colleghi.

Conoscete qualche altra buona pratica o esempio che manca nella nostra banca? Oppure fate parte di qualche progetto, corso o avete sviluppato voi stessi qualche strumento? Fatecelo sapere!

2. PRINCIPI DI PEDAGOGIA E GERONTOLOGIA

2.1 I bisogni di apprendimento dei cittadini senior

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Con i cambiamenti demografici e l'invecchiamento della popolazione, c'è una reale necessità di supporto in vari aspetti della vita dei senior e in particolare nell'educazione permanente. Nelle fasce di età 60+, 70+, 80+, la dinamica è maggiore. Dato che una parte significativa della popolazione vive nelle città e negli agglomerati e che le donne vivono più a lungo degli uomini, la risposta ai bisogni educativi deve essere adattata di conseguenza. La specificità di questi bisogni sarà leggermente diversa nel caso di anziani provenienti da Paesi ricchi, altamente sviluppati e in via di sviluppo, dove sia le competenze che la consapevolezza dei benefici e delle minacce sono diverse.
I bisogni educativi sono una conseguenza del minore assorbimento e adattamento ai cambiamenti dell'ambiente da parte degli anziani - con condizioni di salute peggiori o addirittura con una progressiva infermità. Considerando la prospettiva del tipo di valori (strumentali, autotelici), vale la pena sottolineare che i bisogni educativi degli anziani derivano (1) dal passare del tempo e dalle conseguenze ad esso associate, nonché (2) dal desiderio di autosviluppo.

Nel primo caso, l'istruzione è una necessità (persino un obbligo) e ha un valore strumentale, perché grazie alle nuove conoscenze si possono raggiungere altri obiettivi - muoversi in modo più efficiente, curare meglio la propria condizione fisica e mentale, realizzarsi, praticare hobby - evitando così situazioni di stress, o semplicemente rispondendo meglio ai bisogni che si manifestano in questa fase della vita (per esempio la salute).
Nel secondo caso, l'educazione nelle ultime fasi della vita ha anche un valore autotelico (ha valore in sé) e deriva dal desiderio di acquisire nuove conoscenze e sviluppare nuove competenze.

Si può ipotizzare che le esigenze educative di questa fase della vita saranno attualmente dominate dall'**uso di nuove tecnologie - dispositivi e software - principalmente smartphone, computer, Internet,** utilizzati nelle seguenti aree:

salute fisica e soddisfare le esigenze estetiche, per contattare efficacemente cliniche, ospedali, pronto soccorso, luoghi di riabilitazione, sanatori, ecc;

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

- **salute mentale,** con l'obiettivo di (1) affrontare lo stress; (2) affrontare l'ansia sociale sperimentata da un numero crescente di persone;
- **mobilità/movimento,** utilizzo di applicazioni di trasporto pubblico, taxi, assistenza di altre persone e istituzioni nel processo di mobilità, ecc;
- **contatti sociali,** per stabilire relazioni e conoscere altre persone - social media, gruppi tematici;
- **essere consapevoli delle opportunità di formazione,** per avere accesso a un'ampia offerta di corsi, formazione e materiali;
- **sicurezza:** lo scopo della selezione delle informazioni (separare il vero dal falso, come evitare il contatto con persone e organizzazioni con intenzioni malevole (che tentano di estorcere dati o denaro, ad esempio), come evitare di essere sopraffatti dalle informazioni sul web.

Pertanto, le esigenze educative degli anziani nell'uso delle TIC possono essere suddivise in quattro gruppi principali:

1. **conoscenza dell'esistenza di dispositivi o applicazioni specifiche** in grado di soddisfare un determinato bisogno (smartphone, applicazioni per taxi, applicazioni per il trasporto pubblico, come prenotare il trasporto di persone con esigenze speciali, ecc.); i dispositivi stessi (ad esempio smartphone, bancomat) dovrebbero avere un design adatto agli anziani - tasti grandi, display, opzioni di ingrandimento dei caratteri, ecc;

2. **abilità nell'uso di un determinato dispositivo** (software, applicazione) - è importante che il funzionamento sia intuitivo, semplice, che non scoraggi l'uso, ma che faciliti il funzionamento; è anche necessario rendere gli anziani consapevoli del ruolo della legalità del software;

3. **conoscenza dei rischi associati all'uso dei dispositivi TIC** (estorsione di fondi, dati, negozi falsi, siti web, offerte, investimenti, ecc.) e **conoscenza delle fonti di informazione** su persone o luoghi a cui rivolgersi per chiedere aiuto o trovare le informazioni necessarie in caso di fallimento o incapacità di utilizzare un determinato dispositivo/soluzione, o nel caso in cui si diventi vittima di una frode. Non è solo importante sensibilizzare l'opinione pubblica sulle potenziali minacce, ma anche fornire informazioni sulle contromisure necessarie: programmi antivirus, elenchi di siti pericolosi, numeri di telefono dei servizi competenti, ruolo dell'uso di password forti su Internet e dei loro cambiamenti ciclici, ecc.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Anche **il diverso livello di competenze TIC tra i senior di diverse fasce d'età e background educativi** può essere usato come un vantaggio. Alcuni senior hanno utilizzato le tecnologie TIC nel loro lavoro professionale e hanno conoscenze ed esperienze che vale la pena utilizzare. I senior con conoscenze ICT più avanzate possono quindi fare da tutor ai senior con conoscenze ICT meno avanzate, in un tipo di formazione "dai *senior per i senior*". Partendo da questo presupposto, il nostro consorzio ha sviluppato strumenti, sussidi didattici e supporto nell'area dell'apprendimento peer-to-peer. Riteniamo che, in combinazione con la formazione svolta da educatori per adulti, ciò porterà a risultati migliori.

Saper comunicare e scambiare con i senior è importante anche per migliorare la loro qualità di vita, creando un senso di bisogno, mantenendo i legami sociali, aiutando altre persone o anche realizzandosi nel nuovo ruolo di educatore. È ragionevole includere i senior nelle **attività di progettazione o di test come prosumer** che utilizzeranno e progetteranno contemporaneamente soluzioni a loro dedicate.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

CASSETTA DEGLI ATTREZZI

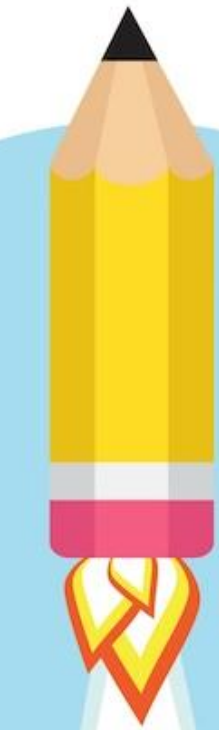
ESERCIZIO 1: NOMI POSITIVI

Descrizione: Tutti i partecipanti sono seduti in cerchio. Si presentano dicendo il loro nome di battesimo con l'aggiunta di un aggettivo positivo che inizia con la stessa lettera (ad esempio, Daria sognatrice, Clara creativa, Piera perfetta, ecc.) Il primo inizia con il proprio nome e aggettivo, il secondo ripete il nome e l'aggettivo del primo + dice il proprio nome e aggettivo, il terzo ripete il primo e il secondo + il proprio...

Materiali e tecniche utilizzate: Spazio per realizzare un cerchio

Durata: 10-20 minuti (a seconda del numero di partecipanti)

Giustificazione (perché e quando usarla): Si può usare questa attività all'inizio della formazione per creare un'atmosfera rilassata e far conoscere i partecipanti in modo divertente.



ESERCIZIO 2: TROVARE QUALCUNO CHE...

Descrizione: Tutti i partecipanti ricevono il foglio con le affermazioni e il loro compito è quello di andare in giro per la classe e chiedere ai loro compagni di trovare quelle informazioni. Le affermazioni:

Trovare qualcuno che ...

... guarda le notizie in TV
... ha un account Facebook
... ha un account Instagram

alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce
ettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la
Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

... sa cosa sono le fake news
... ha mai utilizzato un sito di fact-checking
... utilizza attivamente il proprio account di posta elettronica

... ha mai ricevuto o visto una fake news

Materiali e tecniche utilizzate: Il foglio con la tabella stampata da compilare per i partecipanti, matite.

Durata: 30 minuti (a seconda del numero di partecipanti)

Giustificazione (perché e quando usarla): Questa attività può essere utilizzata per (1) attivare i partecipanti, (2) conoscersi meglio e (3) introdurre l'argomento principale delle fake news scatenando il dibattito sulle loro abitudini.

2.2. Paradigmi di apprendimento e insegnamento applicati ai senior, alle TIC e all'alfabetizzazione mediatica

L'enfasi contemporanea, piuttosto comune, sull'estetica, la giovinezza, la forma fisica, l'attività fisica e mentale pone delle difficoltà agli anziani. I tentativi di sfuggire alla vecchiaia sono comuni e multiformi (medicina estetica, turismo, realizzazione di hobby, ecc.) Nella maggior parte delle culture, come bambini, giovani e adulti, non siamo preparati a vivere la vecchiaia e ad affrontarla emotivamente,

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Per questo molti anziani - soprattutto quelli che vivono nelle periferie, lontano dagli agglomerati metropolitani - rinunciano a partecipare attivamente alla vita sociale, a scapito di se stessi e di chi li circonda. Altri imparano, si formano, acquisiscono nuove competenze, ma perché questo processo sia efficace, dovrebbero farlo in **piccoli gruppi** e insieme a persone con **esigenze simili e tempi simili di acquisizione dei contenuti**.

Lo sviluppo e la diffusione molto dinamici delle TIC costringono e promuovono l'apprendimento continuo (apprendimento permanente, educazione permanente). Attualmente, senza competenze nel campo delle TIC, un individuo è **escluso dalla partecipazione** a molte aree della vita sociale (la cosiddetta esclusione digitale e dall'informazione). Pertanto, si registra un aumento molto intenso di vari tipi di offerte volte a migliorare queste competenze rivolte agli anziani.

Per essere efficaci, devono essere soddisfatte alcune condizioni relative alla specificità dell'*apprendimento* e dell'*insegnamento ai senior*, rispetto all'insegnamento ai bambini o ai giovani.

Molti campi delle scienze si occupano della **comprensione dell'età avanzata** - sociologia, psicologia, filosofia, economia, politica sociale L'andragogia, originariamente associata alla pedagogia, concentra il suo interesse sull'educazione degli adulti. Al suo interno si distinguono due tendenze principali: quella europea e quella americana.

L'educazione degli adulti prende in considerazione l'attività educativa dell'uomo, ponendo l'accento sul *sostegno allo sviluppo umano*. I principali temi teorici contemporanei

Le correnti sono: (1) un approccio che parte dal presupposto che l'andragogia sia una scienza pratica e che quindi sulla base della diagnosi l'andragogia debba creare specifici cambiamenti sociali; (2) una tendenza alla ricerca comparativa, che mostra le differenze tra l'educazione degli adulti nei diversi Paesi (3) una tendenza teorica e metodologica (Kargul J. 2018).

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

L'idea stessa di andragogia risale all'antichità. Nel corso dei secoli è stata dimenticata fino al XX secolo.

Con il caso di Eugen Rosenstock-Huessy o Eduard Lindeman, è stata sviluppata in modo significativo. Dopo la Seconda Guerra Mondiale, l'argomento dell'andragogia è stato determinato dal bisogno di giustizia e di pace e dalla capacità di trarre conclusioni da questi difficili eventi bellici. Negli anni '50 del XX secolo domina l'approccio all'autoeducazione come processo indipendente dall'insegnamento in una scuola-istituzione. Il lavoro di Pöggeler (1957) distingue tra l'insegnamento per bambini e giovani e l'apprendimento degli adulti. Negli anni '70 del Novecento cresce l'interesse per l'andragogia dei ricercatori britannici, il cui lavoro si basa sulle teorie di Paulo Freier e Malcolm Knowles. Quest'ultimo ha contribuito in modo significativo allo sviluppo dell'andragogia negli Stati Uniti, definendola come "l'arte e la scienza di aiutare gli adulti ad apprendere" e definendo i principi di pianificazione, direzione e valutazione dell'educazione degli adulti (Loeng S. 2018).

Per Knowles, l'andragogia si basava su **cinque assunti chiave diversi dalla pedagogia tradizionale** (Smith M.K. 2002):

1. Il **concetto di sé**. Man mano che la persona matura, il suo concetto di sé si sposta da una personalità dipendente a un individuo autodeterminato.

2. L'**esperienza.** Man mano che la persona matura, accumula sempre più esperienza, che diventa una risorsa crescente per l'ulteriore apprendimento.

3. **Volontà di apprendere.** Man mano che una persona matura la sua volontà di imparare, diventa sempre più orientata verso i compiti di sviluppo associati all'adempimento dei suoi ruoli sociali.

4. **Orientamento all'apprendimento**. Con la maturazione, una persona cambia la prospettiva in cui vede la possibilità di applicare la conoscenza - da differita a immediata, quindi la prospettiva cambia dall'orientamento all'oggetto all'orientamento al problema.

5. **Motivazione ad apprendere.** Quando la persona matura, la motivazione ad apprendere si fa più interna.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

La metà del XX secolo è considerata il periodo di massimo splendore dell'andragogia come disciplina a sé stante e, allo stesso tempo, una significativa professionalizzazione nel campo dell'apprendimento degli adulti in Europa e negli Stati Uniti. La ricerca di Savivevic ha evidenziato diversi modi di apprendere nei Paesi dell'Europa centrale e occidentale. Anche l'ambizioso approccio olandese all'integrazione di altre scienze (sociologia, psicologia) sotto la bandiera dell'andragogia ha ottenuto un riconoscimento. L'andragogia intende l'apprendimento come "apprendimento permanente" degli adulti. L'apprendimento degli adulti avviene anche in molte situazioni al di fuori della scuola e di altre istituzioni.

Attualmente, un senior ha bisogno di un compagno nell'educazione - non un insegnante con cui rimanere in un rapporto di subordinazione, ma un consulente di supporto, un mentore, un coach con cui avere un rapporto soddisfacente basato sulla cooperazione e sulle relazioni di coppia. Altre esigenze riguardano la forma di trasferimento delle conoscenze e l'apprendimento congiunto. Secondo il detto di Confucio: "Dimmi e dimenticherò, mostrami e ricorderò, lasciami fare e capirò".

Laboratori, esercitazioni, svolgimento di compiti in autonomia e in gruppo sono forme di efficacia molto maggiore rispetto al classico trasferimento unidirezionale delle conoscenze.

Per garantire le opportunità di educazione degli adulti, da tre decenni opera un'**unità specializzata delle Nazioni Unite**, l'UNESCO (*Organizzazione delle Nazioni Unite per l'Educazione, la Scienza e la Cultura*). L'UNESCO ha sottolineato le diverse esigenze educative all'interno dei Paesi e delle regioni, le cui soluzioni dovrebbero essere proposte a livello nazionale e attuate e risolte congiuntamente da vari attori locali (*ONG*, imprenditori, autorità, istituzioni educative, ecc.), con il sostegno delle strutture internazionali. Lanciato nel 1990, Educazione per *tutti* è diventato il principale programma educativo dell'UNESCO, che riunisce 180 Paesi e coinvolge altre organizzazioni e agenzie come la Banca Mondiale e l'UNICEF. (*Istruzione per tutti*).

Attualmente, in considerazione dello sviluppo dinamico delle TIC, ma anche degli effetti post-pandemici, le **piattaforme didattiche e l'educazione a distanza sono diventate forme attraenti di insegnamento** (anche per i senior). Ciò

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

è legato alla necessità di avere **competenze in materia di TIC** (uso del computer e dei software - Skype, Zoom, Moodle, Teams, ecc.), dando al contempo l'opportunità di lavorare in **qualsiasi momento e a qualsiasi ritmo conveniente** per l'utente. Tali opportunità sono particolarmente importanti per le persone affette da malattie e disabilità, nonché per coloro che vivono in aree remote rispetto ai luoghi di formazione, o che sono temporaneamente indisponibili o ancora lavorano a tempo pieno o parziale.

Infine, le **esigenze educative degli adulti variano da una regione all'altra del mondo.** La ricchezza di un determinato Paese, il livello di sviluppo, determineranno questi bisogni tanto quanto la disponibilità o l'ambiente a sostenere gli anziani in un'attività di formazione.
il campo dello sviluppo in senso lato, sia per loro stessi che per l'ambiente.

In considerazione della necessità di un'attività che duri tutta la vita, il tema dell'attività educativa e cognitiva degli adulti (nel contesto dello sviluppo della teoria e della metodologia dell'andragogia) è una disciplina che si sviluppa in modo dinamico, il cui futuro è piuttosto certo a causa dell'"ingrigimento" delle società.

2.3.Principi di valutazione: valutazione dei bisogni e autovalutazione

La valutazione è l'**esame sistematico** degli eventi che si verificano nell'ambito di un programma di formazione o sviluppo in corso o che ne sono la conseguenza (Cronbach 1980). I risultati della valutazione sono destinati a **contribuire al miglioramento del processo.**

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

La valutazione è un processo complesso in cui, secondo i documenti dell'UE e dell'Europa, possiamo distinguere tre diverse possibilità: (1) valutazione preliminare (ex ante). Il suo scopo è quello di garantire che i fondi stanziati per il progetto di formazione siano utilizzati in modo da consentire il raggiungimento dei migliori risultati. Sono possibili le seguenti azioni:

- valutazione in termini di contenuti e attuazione (ad esempio, se i metodi di formazione sono adattati alle esigenze e alle aspettative delle persone anziane),
- Analisi SWOT
- identificazione degli effetti previsti a lungo termine del progetto di formazione.

(2) Valutazione intermedia. Lo scopo di questa valutazione intermedia è fornire informazioni sui progressi verso gli obiettivi o sull'efficacia (confronto tra risultati e input) e stimare i risultati iniziali dell'intervento, la sua rilevanza rispetto al problema/gap formativo e il grado di raggiungimento degli obiettivi. (3) Valutazione finale (ex-post). Il suo scopo principale è quello di fornire informazioni sugli effetti a lungo termine delle attività di sviluppo. Viene utilizzata per raccogliere esperienze e trarre conclusioni per il futuro.

Quando si valuta la formazione o altre attività formative di persone anziane, si può fare riferimento al quintetto formativo. Rae (2003) ha sviluppato il concetto di quintetto formativo.
cinque persone chiave nel processo di formazione. Secondo questo concetto, il discente è il principale responsabile del suo sviluppo, ma è anche al centro dell'interesse di diverse entità o individui. Sulla base di questo concetto, si può provare a costruire un quintetto formativo per le persone mature ancora occupate e per i senior non occupati.

Tabella 1. Quintetto di formazione per persone anziane

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Quintetto di formazione sul posto di lavoro (si applica ai lavoratori maturi)	Quintetto di formazione sul posto di lavoro (si applica agli anziani non lavoratori)
• **Direzione generale** • **Responsabile della formazione** • **Responsabile di linea** • **Allenatore** • **Apprendista**	• L'ambiente immediato dell'allievo - la famiglia, • Ulteriore ambiente di provenienza del discente - conoscenti, amici • Istituti di formazione, enti del mondo imprenditoriale, biblioteche, circoli per anziani, università della terza età • Allenatore • Apprendista

Fonte: elaborazione propria

La valutazione della formazione o di altre attività di sviluppo può essere effettuata in almeno due modi: da un lato, osservando il dipendente e parlando con lui della formazione e della sua utilità, dall'altro, consultando il suo supervisore o responsabile di linea o una persona dell'ufficio del personale, chiedendo una valutazione della sua idoneità, del cambiamento notato negli atteggiamenti o nei comportamenti. Nel caso di una persona anziana, l'organizzatore degli interventi formativi dovrebbe essere l'iniziatore del feedback. Può chiedere a una persona dell'ambiente di apprendimento immediato o leggermente più distante di unirsi a questo processo - qualcuno che rappresenti il quintetto di formazione. Quando si pianifica un'azione di questo tipo, vale la pena di concentrarsi sulla raccolta dei dettagli di contatto per una facile comunicazione futura - subito dopo la sessione di apprendimento o ultimamente se l'apprendimento è asincrono online.

È importante garantire che i tirocinanti possano contattare i formatori in qualsiasi momento dopo la formazione, per consentire consultazioni individuali e chiarire dubbi e risolvere problemi che si presentano dopo la formazione.

Un altro metodo per valutare l'efficacia della formazione può basarsi sul modello di D. Kirkpatrick, che ipotizza quattro fasi di valutazione della formazione: il livello di reazione, il livello di conoscenza, il livello di comportamento e il livello dei risultati.

A livello di **reazione**, l'accoglienza generale della formazione viene verificata utilizzando un questionario o un'intervista, al fine di valutare il feedback sul

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

contenuto della formazione e il suo adattamento alle esigenze dei partecipanti. È importante assicurarsi che il questionario sia leggibile per gli anziani con disabilità visive,

che i senior abbiano tempo sufficiente per completare il sondaggio e che sia garantita un'atmosfera sicura e confidenziale durante l'intervista.

A **livello di conoscenza**, i test di conoscenza, l'osservazione dei partecipanti durante il lavoro e le interviste approfondite determinano il livello di conoscenza acquisito dai partecipanti alla formazione (pre e post-test) e se ha influenzato i loro atteggiamenti. I test di conoscenza dovrebbero avere un'edizione appropriata per le persone anziane e, se necessario, essere standardizzati (ad esempio, basati su scale psicologiche). È inoltre essenziale formare gli intervistatori, sensibilizzandoli agli stereotipi o ai pregiudizi.

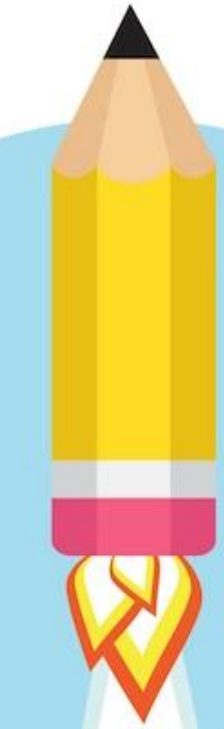
A **livello di comportamento** si può condurre un sondaggio, procedere all'osservazione o chiedere un'autovalutazione per determinare un cambiamento nel comportamento del senior. Per la valutazione si può ricorrere anche all'osservazione di persone dell'ambiente circostante l'anziano. L'autovalutazione degli anziani può essere effettuata utilizzando strumenti di valutazione (livello di conoscenza) e consiste in un'auto-riflessione sull'aumento delle conoscenze. A livello di **risultati nel modello di Kirkpatrick**, vengono utilizzate misure quantitative e qualitative relative alla strategia dell'organizzazione (Stankiewicz, Warwas, Wiktorowicz, 2019). ma non saranno descritte in questa sede a causa della natura della pubblicazione e del suo indirizzo a formatori o educatori di senior.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

CASSETTA DEGLI ATTREZZI

ESERCIZIO 1: UN APPROCCIO GLOBALE ALLA FORMAZIONE

Descrizione: Secondo i principi dell'andragogia, nel corso degli anni sono state create delle regole per la conduzione di corsi di formazione per persone con più di 50 anni. Esse possono essere incluse in una sorta di decalogo.



(1) **L'approccio globale** consiste nel prendere in considerazione sia i vantaggi che le barriere educative delle persone mature e non farsi guidare dagli stereotipi.

(2) È importante **coinvolgere le persone mature nel processo di pianificazione della formazione**, ad esempio identificando i loro bisogni formativi.

(3) La **comunicazione** è innanzitutto un'informazione affidabile sulla formazione. La corretta presentazione ai potenziali partecipanti degli obiettivi della formazione, delle modalità di svolgimento, dell'uso di metodi di formazione specifici e del ruolo che il formatore svolgerà. È particolarmente importante presentare onestamente le aspettative nei confronti dei partecipanti e, soprattutto, i benefici.

(4) **La scelta** dei metodi e delle tecniche di formazione, effettuata dal quintetto di formazione e soprattutto dal formatore, deve garantire: un apprendimento efficace, basato sulle conoscenze e sull'esperienza dei

alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce
ettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la
sponsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni

partecipanti; fornire tempo per la riflessione e la presentazione pratica delle competenze acquisite. Il formatore dovrebbe evitare di includere troppi esercizi legati all'esposizione sociale, perché ciò fa sì che le persone mature abbiano troppa paura delle critiche. La giusta scelta di metodi e tecniche durante la preparazione dello scenario formativo è un elemento chiave. Vale la pena avere un'alternativa, nel caso in cui uno degli esercizi o l'intero ciclo (più esercizi) non possa essere realizzato.

(5) Un contratto ben strutturato per iniziare la formazione può alleviare il senso di ansia e le paure associate alla partecipazione. Fare attenzione a come i partecipanti comunicheranno e che non si tolgano informazioni su quanto accaduto durante le lezioni, ci permette di aumentare il senso di sicurezza non solo tra le persone mature

(6) Selezione del **gruppo di partecipanti alla formazione in termini di** età e di

(7) **Selezione del formatore in base all'età** Ha i suoi oppositori e sostenitori. Un gruppo di tirocinanti della stessa età può ridurre il livello di ansia associato alla percezione stereotipata delle persone più giovani come migliori. Questo può incoraggiare l'apertura e la sperimentazione.

(8) **Apprezzare l'attività di persone mature** e mostrare rispetto significa valorizzare la conoscenza derivata dall'esperienza reale, ma allo stesso tempo organizzarla, rafforzarla e darle nuovo significato ed eloquenza.
(9) La **valutazione del processo** è una fase molto importante per tutti gli apprendisti.

(10) **L'inclusione di attività post-formazione** comprende un piano di azioni da intraprendere dopo la formazione con l'obiettivo di utilizzare meglio le conoscenze e le competenze acquisite durante la formazione. È possibile che il formatore contatti i partecipanti attraverso i social media, la corrispondenza via e-mail o le riunioni di follow-up.

1. Con il seguente elenco di disponibilità (nella tabella), verificate se tutte le fasi sono incluse nel processo di formazione che gestite come

alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce
ttono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la
ponsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni

formatori, mentori o se supportate l'organizzazione del processo di formazione.

2. Per verificare se il processo è completo, compilare la colonna **SI', LO APPLICO, perché....** È possibile inserire solo un " ✓"(segno di spunta) o descrivere le proprie motivazioni e condizionamenti
3. Poi andate alla **colonna NO, non lo applico, perché.....** In tutte le righe che non hanno "✓"(segno di spunta) scrivete i motivi per cui non avete utilizzato questo approccio finora.

4. Nella fase successiva, quella finale, cercate di delineare un piano per il futuro. Utilizzate la **colonna In futuro posso implementare...**

Scheda di lavoro
Decalogo della formazione efficace 50+ - check - list

Decalogo della formazione efficace delle persone con più di 50 anni	**SI', LO APPLICO, perché.....**	**NO, non lo applico, perché....**	**In futuro, posso implementare....**
1. Approccio globale			
2. Inclusione dei dipendenti maturi nel processo di pianificazione della formazione			
3. La comunicazione			
4. Selezione di metodi e tecniche			
5. Contratto adeguatamente strutturato per l'avvio della formazione			
6. Selezione del gruppo di partecipanti alla formazione in termini di età			
7. Selezione di un formatore in base all'età e alla competenza			

ea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce
iflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la
responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni

8. Apprezzamento dell'attività delle persone mature			
9. Valutazione del processo			
10. Inclusione di attività post-formazione			

Materiali e tecniche utilizzate: Matita, penna, dispensa con l'esercizio.
Durata: 30 minuti
Giustificazione (perché e quando usarlo): Pianificazione del processo formativo
Riferimenti: Stankiewicz A., Warwas I., Wiktorowicz J. (2019) Rafforzare il potenziale dei dipendenti 50+. STAY Exercise Bank, Università di Lodz, Lodz.

ESERCIZIO 2: IDENTIFICARE LE ESIGENZE DEI SENIOR IN RELAZIONE ALLE ICT.

Descrizione: Prima di iniziare il corso di formazione, è necessario determinare i seguenti fatti per qualificare i senior in possibili gruppi di formazione (sottogruppi) e diversificare efficacemente il materiale in base alla loro età e alle loro esigenze:

1. Le aspettative degli anziani nei confronti del corso:
   1.1.piccolo/grande gruppo
   1.2.Esercizi individuali/di coppia, più persone
   1.3.Corso solo con persone della stessa età (sì/no necessariamente)
   1.4.con / senza l'uso di *apparecchiature ICT (ha il suo / ha accesso)*
   1.5.stazionario / on-line (quali piattaforme)
   1.6.workshop, esercitazioni / lezioni, webinar
   1.7.Cosa non vorrebbe mai nel corso
   1.8.Motivazione (perché vogliono migliorare la loro istruzione nell'area?...)
2. Imparare qualcosa di nuovo / O sviluppare le proprie capacità?
3. Perché questo argomento lo interessa?...
4. Età: 60+, 70+, 80+ e oltre
5. Attività lavorativa: attiva a tempo pieno / attiva a tempo parziale / inattiva

alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce
ttono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la
ponsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni

6. Disabilità (no/sì - grado)
7. Preparate un elenco di competenze TIC per il senior e verificate qual è il livello e quali sono le aree/argomenti a cui è particolarmente interessato:

Oggetto:	Può (a quale livello) / non può?	Non è interessato a proseguire gli studi
Internet	Sì (1 2 3 4 5) / No	Sì / No
Elaboratore di testi		
Grafica		
Posta		
Media sociali (Cosa?..., cosa vuole imparare? ...)		
Attrezzature nello spazio pubblico: biglietterie automatiche, macchine per le code, parchimetri, distributori automatici, ecc.)		
Applicazioni telefoniche (quali?...) -Es: mobilità (taxi, tram, autobus, car sharing, ecc.)		
Siti web relativi alla salute (cliniche di base, cliniche specializzate, riabilitazione, sanatori, noleggio di attrezzature mediche, acquisto, ecc.)		

8. Desidera che durante la formazione vengano affrontati altri temi (ad esempio, salute, fitness, innovazioni tecnologiche nel settore della salute - attrezzature per la riabilitazione, applicazioni; telecare - monitoraggio della salute, assistenza medica a distanza, ecc.)

9. C'è qualcosa che "squalifica" il corso ai Suoi occhi, qualcosa che sicuramente influenzerà negativamente la decisione di parteciparvi - se sì, cos'è? ...

10. Chiedere informazioni su questioni direttamente collegate all'uso delle *TIC* se non ci sono vincoli finanziari:

lla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce
tono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la
onsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni

-Immaginate che P. possa imparare qualcosa dall'area delle TIC - cosa sarebbe? Perché questo? ... quali bisogni potrebbe soddisfare grazie a questo?...

-Quali sono le competenze TIC che P. vorrebbe acquisire per prime? Perché proprio queste? ... quali bisogni potrebbe soddisfare P. in questo modo?...

La raccolta di queste informazioni vi permetterà di identificare le aree tematiche che i senior stessi potrebbero non essere in grado di specificare a causa della mancanza di conoscenze sulle TIC.

Inoltre, potrete scegliere l'argomento e il livello del corso per uno specifico gruppo di formazione. Assicuratevi che il materiale sia chiaro, scritto con frasi brevi e facili da capire e con un carattere sufficientemente grande.

Materiali e tecniche utilizzate: Matita, penna, dispensa con domande

Durata: 10 min

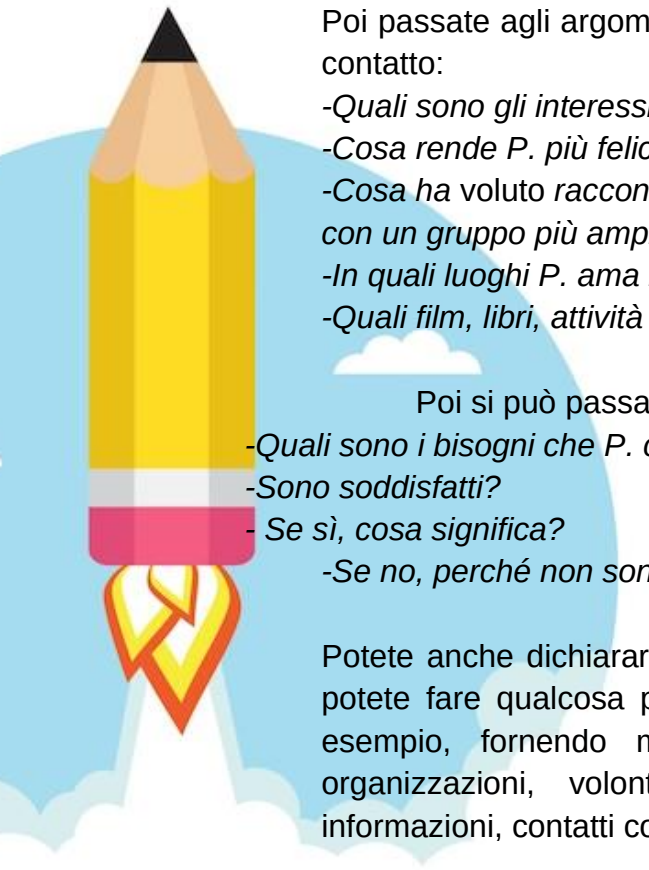
Giustificazione (perché e quando usarlo): Pianificazione del processo formativo.

Riferimenti: M. Rojek (Università di Lodz), https://orcid.org/0000-0001-8155-9233Cyberprzestrzeń jako miejsce międzypokoleniowego uczenia się. Przykładprojektu "ICT GUIDES "1 DOI: 0.5604/01.3001.0013.2846.

ESERCIZIO 3: COSTRUIRE RELAZIONI E CON IL SENIOR

Descrizione: Preparare l'ambiente circostante**.** È importante che i corsi di molte ore o anche di più giorni si svolgano in una buona atmosfera. Cercate quindi di instaurare un buon rapporto con l'anziano. Predisporre una stanza confortevole, mobili comodi, accesso illimitato ai servizi igienici, possibilmente personale di assistenza, illuminazione e temperatura ambiente adeguate ed eliminare qualsiasi rumore di fondo (rumori, accesso di terzi, telefoni che squillano, televisione, ecc.) Cura una ristorazione "leggera" (dieta adatta alle esigenze degli anziani, facilmente digeribile, frutta morbida).

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute



2. Chiedere informazioni su questioni importanti, mostrare interesse. Per cominciare, chiedete del vostro benessere e ascoltate attentamente i senior:- *Come si sente oggi P.?*
Poi passate agli argomenti che vi permetteranno di aprirvi e di entrare in contatto:
-Quali sono gli interessi, gli hobby e le passioni di P.?
-Cosa rende P. più felice?
-Cosa ha voluto *raccontare, condividere, elogiare della sua vita? (con voi, con un gruppo più ampio, ad esempio il gruppo di formazione).*
-In quali luoghi P. ama maggiormente trascorrere il tempo?
-Quali film, libri, attività sono piaciuti di più a P.?

Poi si può passare alla questione dei bisogni, chiedere:
-Quali sono i bisogni che P. considera attualmente più importanti?
-Sono soddisfatti?
- Se sì, cosa significa?
-Se no, perché non sono soddisfatti? Quali sono gli ostacoli?

Potete anche dichiarare la vostra disponibilità ad aiutare, chiedendo se potete fare qualcosa per rispondere a queste importanti esigenze (ad esempio, fornendo materiali, informazioni, contatti con istituzioni, organizzazioni, volontari, ecc. (ad esempio, fornendo materiali, informazioni, contatti con istituzioni, organizzazioni, volontari, ecc.)

Se nel corso della conversazione decidete di chiedere anche informazioni sulla vostra salute o sulla vostra famiglia, fatelo. Potete farlo in forma generale:
-P. è soddisfatta del suo stato di salute? Quali sono i problemi maggiori per P.?
-Per favore, raccontami/ci qualcosa della tua famiglia.
Anche se in questo caso bisogna fare particolare attenzione, perché possono essere difficili, delicati o addirittura evocare ricordi difficili.
Potete anche chiedere qual è il problema più grande per lui:
-Qual è il problema più grande per P. al momento (e perché)?

3. Dimostrare il vantaggio reciproco. Creare una nota comune. Creare un legame facendo capire al senior che il vostro incontro è vantaggioso per entrambi. A **voi,** perché vi permette di realizzare voi stessi e la gioia di aiutare altre persone, e a **Lei**, perché vi permette di ampliare i vostri orizzonti, di acquisire nuove conoscenze e competenze, di conoscere

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

nuove persone, di migliorare la qualità della vita con le soluzioni *ICT* ubiquitarie.

Prestare attenzione a:

-Limitazioni: udito (parlare all'orecchio che sente meglio), vista (avvicinarsi, caratteri grandi, ecc.), movimento (trasporto al luogo di formazione), linguaggio - adattare il lavoro del corso a queste difficoltà;

-Il vostro **linguaggio del corpo** e quello dell'anziano - la sensibilità ai messaggi non verbali è particolarmente importante di fronte a vari tipi di disturbi fisici; ricordate che una smorfia di insoddisfazione o la mancanza di entusiasmo non derivano necessariamente dall'insoddisfazione per il corso, ma dai disturbi di salute della vecchiaia; mantenete il contatto visivo;

-Percezione lenta **del** contenuto - Ascoltare, chiedere se il contenuto è comprensibile, se necessario, ripetere più volte, lentamente.

Materiali e tecniche utilizzate: Matita, penna, foglietti con domande guida.
Durata: 30-40 minuti

Motivazione: Subito dopo l'inizio della formazione, per creare un rapporto con i senior.

Riferimenti: J. Marchlewska (2019) Emocje - relacje - empatia w wieku dojrzałym. Warsztat: Jak zadbać o siebie, Emozioni - relazioni - empatia in età adulta. Workshop: Come prendersi cura di sé, Università di Lodz, Lodz.

3. COMPETENZE DEGLI EDUCATORI APPLICATE ALL'ALFABETIZZAZIONE INFORMATICA E MEDIATICA PER GLI ANZIANI

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Nelle società moderne, guidate dalla tecnologia, gli individui di tutte le età hanno bisogno di acquisire competenze per utilizzare costantemente nuovi sistemi e prodotti digitali, come le tecnologie dell'informazione e della comunicazione (TIC) e i media digitali. Tuttavia, il processo di apprendimento di qualcosa di nuovo è diverso tra giovani e anziani. Gli adulti più anziani sono ancora indietro nell'accesso alla tecnologia e nelle competenze, un fenomeno che è stato descritto come il divario digitale legato all'età o "divario grigio", e la ricerca ha dimostrato che gli adulti più anziani devono affrontare sfide di esperienza nell'interazione con le TIC (Schlomannet al, 2022).

Per ridurre le disuguaglianze legate all'età nell'uso delle TIC e per aumentare l'alfabetizzazione alle TIC e ai media tra tutti gli anziani, è necessario fornire un apprendimento guidato. L'apprendimento guidato comprende programmi educativi, corsi di formazione e spiegazioni individuali. Nei corsi di formazione, gli educatori devono spesso confrontarsi con diversi livelli di abilità tra i partecipanti anziani, il che rende necessario sviluppare competenze e strategie di insegnamento specifiche. Pertanto, uno dei fattori chiave per ottenere un apprendimento efficace per i senior in aree legate alle TIC e all'alfabetizzazione mediatica è il ruolo degli educatori che sosterranno i senior nel loro processo di apprendimento ed educazione. Gli educatori devono sviluppare competenze specifiche in materia di comunicazione, soft skills e TIC per supportare al meglio il gruppo target di anziani.

3.1 Comunicazione con gli anziani

La comunicazione è fondamentale in classe: si ritiene che un insegnamento di successo richieda solo il 50% di conoscenze e il 50% di capacità di comunicazione.
Di conseguenza, un educatore dovrebbe essere abile in tutte e quattro le modalità di comunicazione - ascoltare, parlare, leggere e scrivere - e dovrebbe sapere come utilizzare questa competenza in modo efficace in qualsiasi ambiente educativo per qualsiasi gruppo target, in particolare per il gruppo degli adulti anziani.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Le abilità comunicative sono fondamentali per le interazioni con gli studenti anziani, perché l'atto stesso di insegnare le richiede. L'educatore ha la responsabilità di comprendere e scomporre informazioni complesse, di trasmetterle in modo chiaro agli studenti anziani (sia verbalmente che per iscritto), di presentarle in modo da mantenere la loro attenzione, di ascoltare e risolvere le loro domande o problemi.

L'educatore deve anche adattare i contenuti ai diversi stili di apprendimento, motivare gli studenti ad apprendere, costruire relazioni di sostegno usando l'incoraggiamento e l'empatia, gestire la classe e dare feedback, promuovendo un ambiente di apprendimento sicuro e solidale. Tutti questi aspetti richiedono buone capacità di comunicazione (Sword, 2020).

Le seguenti **strategie di comunicazione** possono supportare gli educatori nell'insegnamento agli anziani per l'acquisizione di nuove conoscenze, abilità e competenze, come le abilità TIC e l'alfabetizzazione mediatica:

---

1. Creare un ambiente di apprendimento sicuro con relazioni di sostegno:
È stato dimostrato che le relazioni di sostegno tra studenti anziani ed educatori hanno un impatto positivo sull'impegno in classe, sulla partecipazione e sui risultati degli studenti. Un ambiente di apprendimento favorevole si costruisce attraverso la comunicazione: gli educatori dovrebbero conoscere bene i loro studenti e mostrare loro che sono al sicuro da giudizi o umiliazioni. Gli educatori devono avere una politica di porte aperte che permetta agli studenti di parlare di qualsiasi problema e devono essere empatici e premurosi quando interagiscono con loro in ogni momento.

---

2. Il linguaggio del corpo:
La comunicazione non è solo verbale, ma anche non verbale: gli educatori devono assicurarsi che i segnali che trasmettono attraverso il loro linguaggio del corpo siano positivi, sicuri e coinvolgenti. Ad esempio, il contatto visivo con gli studenti dimostra che l'educatore è solidale e attento e motiva tutti a prestare attenzione, aiutandoli ad apprendere e facendoli sentire coinvolti.

3.Feedback:
Anche il feedback è una componente importante della comunicazione quando si insegna a studenti anziani. Negli ultimi anni sono stati condotti molti studi sul feedback. È stato dimostrato che il feedback positivo (cioè la lode) rafforza la fiducia degli studenti - rendendoli più propensi a credere di poter avere successo

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

- e contribuisce a creare un ambiente favorevole e ad aumentare lo sviluppo delle competenze.

D'altra parte, il feedback negativo può anche aiutare gli studenti anziani a migliorare, ad esempio cambiando il loro comportamento o impegnandosi di più in un compito, ma gli educatori dovrebbero ricordarsi di usare il feedback negativo solo con parsimonia con gli studenti anziani per evitare conflitti e mantenere la loro motivazione ad alti livelli.

4. Senso dell'umorismo:

È stato dimostrato che l'uso dell'umorismo in una classe di studenti adulti aumenta l'apprendimento, l'auto-motivazione e le relazioni positive tra studenti anziani e insegnanti. Permette agli educatori di stabilire un rapporto con la classe e di mantenere l'interesse per la lezione. Ad esempio, l'educatore può raccontare barzellette o aneddoti divertenti, fornire esempi personali leggeri o ridere delle battute degli studenti. Tuttavia, gli educatori devono assicurarsi di non utilizzare un umorismo negativo - che offenda o metta in imbarazzo gli studenti - o un umorismo irrilevante per la lezione, disturbante, violento, sessuale o forzato. Dovrebbero continuare a usare l'umorismo che ha ricevuto una risposta positiva dal gruppo di studenti anziani.

5. Chiarezza:

Una buona comunicazione, così come un buon insegnamento, consiste nel capire ed essere capiti. Per questo motivo, gli educatori devono sempre essere chiari e privi di ambiguità e adattare le loro parole al pubblico. Gli educatori dovrebbero pensare a questo aspetto durante la stesura dei programmi delle lezioni, ma anche quando interagiscono con gli studenti adulti più anziani dopo aver presentato la lezione.

Infine, i seguenti suggerimenti chiave per la comunicazione possono aiutare gli educatori a facilitare interazioni ed esperienze di apprendimento di successo con gli studenti adulti più anziani:

- Rivolgetevi agli studenti anziani come a un adulto. La presenza di potenziali disabilità fisiche, sensoriali o cognitive non riduce la maturità di un discente adulto.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

- Parlare in modo chiaro. Non date per scontato che gli studenti conoscano già la terminologia relativa alle fake news, alla disinformazione o all'informazione. Usate un linguaggio semplice e comune e chiedete se sono necessari chiarimenti.

- Riconoscere che persone di diversa provenienza possono avere aspettative e bisogni di apprendimento diversi. Gli educatori devono essere sensibili alle differenze culturali che possono influenzare la comunicazione con gli studenti anziani (*Talking With Your Older Patients,* n.d.).

- Alcune tecniche utili quando si discute con studenti anziani includono l'adattamento della velocità e del tono del discorso in base alle esigenze dell'anziano, cambiando abilmente argomento, evitando di dominare la conversazione e incoraggiando invece gli anziani ad assumere un ruolo attivo, utilizzando cenni, movimenti appropriati, posizionamento appropriato delle sedie e avendo un atteggiamento amichevole, gentile, sincero e rispettoso nei loro confronti (*Comunicazione abile con gli anziani*, n.d.).

3.2 Soft skills: empatia, ascolto attivo, pazienza.

Insegnare a studenti anziani, soprattutto su temi per loro nuovi, richiede specifiche competenze trasversali come l'empatia e la pazienza. Queste abilità consentono agli educatori di comprendere e rispondere alle esigenze uniche delle persone anziane e di fornire un supporto educativo in modo compassionevole e non giudicante. Queste abilità sono particolarmente importanti quando si lavora con gli anziani, che possono avere un'ampia gamma di esigenze fisiche, emotive e cognitive (*5 Most Valuable Skills: Patience and Empathy,* n.d.).

1. L'empatia

L'empatia è diversa dalla simpatia e significa mettersi nei panni di qualcun altro e prendere una decisione informata. L'empatia per un educatore di studenti anziani significa vedere attraverso i loro occhi, sentire attraverso le loro orecchie,

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

provare le loro emozioni e pensare ai loro pensieri. Richiede di interiorizzare i loro sentimenti e di agire di conseguenza. È una componente cruciale quando si lavora con adulti anziani.

Con l'avanzare dell'età, le persone diventano sempre più vulnerabili e i loro bisogni aumentano. È qui che entra in gioco l'empatia. Poiché gli studenti anziani possono essere riluttanti a chiedere aiuto, gli educatori devono osservare e ascoltare attivamente i segnali di un problema. Devono essere pronti ad aiutare, sostenere e facilitare, a volte prima che l'aiuto venga richiesto.

I ricercatori hanno identificato quattro attributi principali di ciò che significa essere empatici. Integrare queste pratiche nel processo di insegnamento può dimostrare agli studenti anziani che li capite:

- **Assumere una prospettiva.** Quando si assume una prospettiva diversa, si mettono da parte i propri sentimenti e le proprie reazioni per vedere la situazione con gli occhi degli studenti.

- **Mettere da parte il giudizio.** È facile saltare ed esprimere conclusioni sulla situazione in base a ciò che si vede. Tuttavia, è importante fare un passo indietro e riflettere: Cosa devo ancora imparare e capire della situazione?

- **Cercare di capire i sentimenti dello studente.** Se potete, attingete alle vostre esperienze personali per trovare un modo di capire ciò che lo studente sta provando. Attenzione, però, a non esagerare. Le esperienze di ciascuno sono proprie, quindi dire "so come ti senti" può risultare poco sincero.

- **Comunicare che si capisce.** Parlate con i vostri studenti senior senza usare frasi "risolutive" come "quello che dovete fare è....". Provate invece a usare frasi riflessive come "Sembra che tu..." o "Ho sentito che tu....". L'istinto degli educatori è spesso quello di contenere la situazione e trovare una soluzione rapida. Questo può essere utile nel breve periodo. Tuttavia, non aiuterà gli studenti a imparare a risolvere i problemi da soli.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

2. La pazienza

Se l'empatia è vedere attraverso gli occhi di un altro, la pazienza è accettare ciò che troviamo quando guardiamo e che alcuni processi richiedono tempo, soprattutto per le persone anziane. Le nostre società sono costruite sulla velocità. Ci piacciono le auto veloci, mangiamo cibo veloce e corriamo da una riunione all'altra. Tuttavia, con l'avanzare dell'età, rallentiamo fisicamente e anche i processi mentali possono rallentare. Questo può creare tensione e stress quando, ad esempio, si insegnano agli studenti più grandi nuove abilità e competenze. La pazienza è la capacità di rimanere calmi e composti, anche in situazioni difficili o stressanti. È un'abilità importante per gli educatori che si rivolgono a un pubblico anziano, in quanto consente di rispondere alle esigenze di queste persone in modo calmo e controllato.

Gli educatori devono ricordare che quando lavorano con studenti anziani, la pazienza è necessaria soprattutto perché:

-Gli anziani **hanno bisogno di più tempo per elaborare le informazioni:** Uno dei motivi principali per cui la pazienza è essenziale quando si lavora con studenti più grandi è che hanno bisogno di più tempo per elaborare le informazioni. Questo può essere frustrante per chi è abituato a prendere decisioni in fretta, ma è importante ricordare che il loro cervello sta solo impiegando un po' più di tempo per fare il suo lavoro. Quando si parla con un anziano, gli educatori dovrebbero prendersi il tempo di spiegare le cose in modo chiaro e lento. Se non capiscono qualcosa, devono essere pronti a ripetere o a provare un approccio diverso.

- Le persone anziane possono essere più facilmente sopraffatte: Un altro motivo per cui la pazienza è fondamentale quando si lavora con gli anziani è che possono essere facilmente sopraffatti. Sono molte le cose che stanno accadendo, dalla gestione di una nuova fase della loro vita, ai problemi di salute, alla gestione delle finanze, per esempio. Quando si aggiungono nuove cose, come la partecipazione a un processo educativo, può essere troppo per loro. È importante che gli educatori siano comprensivi e diano loro tutto il tempo necessario per adattarsi. Non bisogna sovraccaricarli con troppe attività o compiti, e bisogna assicurarsi di dedicare tempo all'ascolto di ciò che gli anziani hanno da dire.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Alcuni consigli per infondere pazienza nell'educazione e nel sostegno agli studenti anziani includono:

- **Fare le cose con calma:** quando si lavora con un anziano, lasciare che si prenda il suo tempo e faccia le cose al suo ritmo aiuterà ad alleviare qualsiasi frustrazione o tensione.

- **Ascolto: L'**ascolto attento dimostra che l'educatore rispetta lo studente, che si sentirà più a suo agio nel collaborare con lui/lei e nell'imparare da lui/lei.

- **Non bisogna mai ignorare i loro sentimenti:** Se la persona è arrabbiata, triste o frustrata, gli educatori devono prendersi il tempo di ascoltare e rispettare i suoi sentimenti e pensieri (Grant, 2023).

3. Ascolto attivo

L'ascolto attivo è un'abilità importante per chiunque, in qualsiasi contesto. Tuttavia, è particolarmente importante quando si lavora con gli anziani. Quando il vostro interlocutore parla, prestategli tutta la vostra attenzione e dimostrate che lo state ascoltando annuendo e fornendo altre forme di linguaggio corporeo positivo.

La componente "ascolto" della comunicazione non deve essere trascurata: oltre il 60% di tutti i malintesi deriva da un ascolto insufficiente. La pratica di un buon ascolto in un ambiente educativo e di apprendimento può essere vantaggiosa per gli educatori, che possono correggere i malintesi e ampliare l'apprendimento, con il risultato di una migliore istruzione per gli studenti anziani. L'ascolto attivo consiste nell'ascoltare attentamente ciò che gli studenti dicono, verificando di averli capiti correttamente (ad esempio, ripetendo ciò che si pensa abbiano detto), sviluppando le loro idee e mettendoli in discussione.

Quando si educano gli studenti più grandi, le seguenti abilità di ascolto attivo sono importanti per rendere la comunicazione e l'apprendimento più produttivi:

- Convalidare: questo è spesso il primo e più critico passo dell'ascolto attivo. Normalizzando i sentimenti di una persona, si possono superare le barriere

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

emotive o intellettuali che potrebbero impedirle di parlare onestamente e di partecipare al processo educativo.

- Informatevi: Per ottenere risultati migliori nell'apprendimento, può essere necessario porre agli studenti anziani domande mirate. Ad esempio: "Cosa avresti fatto in quella situazione?" e "Ti vengono in mente delle alternative?".

- Riflettere: Riflettere è un'altra forma di convalida dell'opinione dell'oratore. Come la riformulazione, dimostra che state ascoltando ed elaborando le informazioni ricevute.

- Riorientare: questa è spesso una parte importante dell'ascolto attivo degli anziani, che a volte vanno facilmente fuori tema. Riportando la loro attenzione sull'argomento in questione, li aiutate a concentrarsi su ciò che è importante, come l'argomento che viene discusso o presentato, o il problema da risolvere (Institute on Aging, 2016).

3.3 Competenze ICT

Gli educatori hanno la responsabilità di integrare le conoscenze e le competenze tecnologiche nel loro insegnamento e nel loro stesso sviluppo professionale. Per farlo con successo, gli educatori devono possedere un certo livello di abilità in diverse aree tecnologiche. Queste competenze sono basate su hardware e software. L'acquisizione di queste abilità influisce sul modo in cui gli insegnanti gestiscono le loro classi, sul modo in cui sviluppano se stessi, la loro materia e, in ultima analisi, i loro studenti. Ogni educatore ha bisogno di un certo livello di competenze TIC in varie aree. Ciò è particolarmente importante quando gli educatori insegnano a gruppi di studenti anziani, le cui competenze TIC sono spesso poco sviluppate o scarse.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Le seguenti competenze TIC sono molto importanti per qualsiasi educatore al fine di intraprendere con successo la formazione di studenti anziani:

1. Capacità di elaborazione testi: Gli educatori devono essere abili nell'utilizzare i migliori elaboratori di testi attualmente disponibili sul mercato. Ciò consentirà loro di intraprendere e completare tutte le comunicazioni scritte con i colleghi e gli studenti in modo decisamente efficiente dal punto di vista del tempo.

2. Abilità di presentazione elettronica: Le applicazioni di presentazione elettronica sono, in sostanza, parte integrante dei vari compiti didattici di un educatore. Per questo motivo, gli educatori dovranno trovare un modo per padroneggiare l'arte di creare presentazioni elettroniche per i loro studenti, soprattutto perché le presentazioni possono essere molto utili ed efficaci per un gruppo di studenti anziani.

3. Abilità di navigazione in Internet: Il World Wide Web è un grande archivio di informazioni di ogni tipo, che può sicuramente rendere la vita di un educatore molto più facile. Gli educatori devono essere in grado di navigare in modo efficiente su Internet per trovare i dati o le risorse didattiche di cui hanno bisogno. Ad esempio, i video sono molto efficaci

quando si insegna agli studenti anziani l'alfabetizzazione mediatica e le competenze digitali. Gli educatori devono avere le competenze per cercare, scegliere e usare questi video in modo efficace.

In conclusione, le competenze TIC necessarie per l'insegnamento agli adulti più anziani sono simili a quelle necessarie per qualsiasi altro gruppo di studenti. Gli educatori dovrebbero possedere queste competenze per facilitare il processo di apprendimento dei loro studenti anziani, per promuovere e sostenere il loro apprendimento e per ottenere risultati sostanziali.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

CASSETTA DEGLI ATTREZZI

ESERCIZIO 1: ASCOLTARE

Descrizione: Si tratta di un'attività che incoraggia i partecipanti a comunicare le proprie opinioni su un argomento. Le persone si dividono in

la realizzazione di questa pubblicazione non costituisce
ono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la
onsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni

coppie e un membro parla delle proprie opinioni. Il suo compagno ascolta senza parlare e poi, senza ribattere, riassume ciò che è stato detto.

Materiali e tecniche utilizzate: Un numero pari di membri del team, idealmente.

Otto schede per ogni squadra di due persone. Ogni scheda deve elencare un argomento. Gli argomenti devono essere interessanti, ma non troppo controversi. Non si vuole che gli ascoltatori non apprezzino gli oratori solo perché non sono d'accordo con il loro punto di vista.

- Una stanza tranquilla.

Durata: 25-30 minuti

Giustificazione (perché e quando usarlo): L'attività migliora l'ascolto attivo e la comprensione tra i partecipanti. Incoraggia le capacità di ascolto attivo e i partecipanti possono esprimere i loro punti di vista, consentendo ai loro partner di comprendere le diverse prospettive senza giudicare o confutare. Favorisce inoltre l'empatia, incoraggia una comunicazione rispettosa e aiuta a sviluppare le capacità di risoluzione dei conflitti e di lavoro di squadra. Infine, ma non meno importante, favorisce la creazione di un ambiente sicuro.

Riferimenti: N/A

ESERCIZIO 2: GIUSTO VS. SBAGLIATO SBAGLIATO

Descrizione: Questa attività è legata alle capacità di ascolto attivo e al pensiero critico. Richiede un oratore e un piccolo gruppo di ascoltatori. L'oratore può scegliere qualsiasi argomento di interesse per il gruppo e parlarne per circa un minuto. L'oratore deve conoscere bene l'argomento, perché ha il compito di raccontare al gruppo diversi fatti sull'argomento, ma il problema è che l'oratore dirà anche una serie di affermazioni false sull'argomento. I giocatori devono ascoltare attentamente per cogliere le affermazioni false dell'oratore. L'oratore deve pronunciare ogni frase una sola volta, quindi è essenziale che i giocatori ascoltino molto attentamente. A seconda dell'argomento, i giocatori devono prestare attenzione e usare

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

la loro capacità cerebrale per riflettere sull'argomento, ascoltando anche le informazioni concrete. Dopo che l'oratore ha smesso di parlare, agli ascoltatori viene chiesto di decidere quali dei fatti ascoltati sono veri e quali falsi.

Materiali e tecniche utilizzate: (Facoltativo) Carta e penne/marcatori per prendere appunti sulle affermazioni vero/falso individuate e cartoncini con vari argomenti tra cui il relatore può scegliere.

Durata: 25-30 minuti

Giustificazione (perché e quando usarlo): Questa attività combina abilità di ascolto attivo e pensiero critico. Gli educatori possono utilizzare questo esercizio per avviare una discussione sull'importanza delle diverse abilità comunicative. Possono anche utilizzarlo in relazione alle fake news e al processo cognitivo che utilizziamo per riconoscere verità e bugie.

Riferimenti:
https://www.developgoodhabits.com/active-listening-exercises/

ESERCIZIO 3: ESERCIZIO DI ASCOLTO DI STOP

Descrizione: Questa attività mostrerà ai partecipanti le conseguenze emotive del mancato ascolto e, auspicabilmente, li incoraggerà a praticare una migliore capacità di ascolto. Dividete il gruppo in due gruppi di pari dimensioni e portate un gruppo fuori dalla stanza. Dite loro che devono smettere di ascoltare il loro compagno dopo circa 30 secondi e che devono essere aperti nel mostrare il loro disinteresse. Dite all'altro gruppo di pensare a qualcosa che li appassiona e di prepararsi a raccontare al futuro partner una storia significativa o personalmente rilevante su questo argomento.

Fate rientrare l'altro gruppo, mettete tutti i partecipanti a coppie e dite loro di iniziare. Osservate il comportamento degli ascoltatori e le reazioni degli oratori fino a quando non sarete sicuri che ognuno di loro abbia capito cosa sta succedendo. A questo punto interrompete le conversazioni e spiegate le istruzioni che sono state date a ciascun gruppo. Facilitate una discussione di gruppo sull'importanza dell'ascolto, su come usare l'ascolto attivo e su cosa indica che qualcuno sta veramente ascoltando.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Materiali e tecniche utilizzate: Una stanza tranquilla. (Facoltativo) Lavagna a fogli mobili per riassumere i punti chiave della discussione o dispense con i punti chiave a cui i partecipanti possono fare riferimento durante la discussione, disposizione dei posti a sedere.

Durata: 25-30 minuti

Giustificazione (perché e quando usarla): Questa attività può essere utilizzata dall'educatore quando si parla dell'importanza delle abilità comunicative in ambienti online e offline. L'educatore può avviare una discussione sulla comunicazione online, sulle potenziali differenze con la comunicazione offline e sugli effetti dell'ascolto/non ascolto dell'altra persona.

Riferimenti:
https://positivepsychology.com/communication-games-and-activities/

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

4. BARRIERE SPECIFICHE LEGATE ALL'EDUCAZIONE ALLE ICT E AI MEDIA PER GLI ANZIANI

4.1 Vincoli fisici legati all'invecchiamento

Le nuove tecnologie possono essere travolgenti per chiunque, ma spesso intimidiscono ancora di più gli anziani. Entrano in gioco molti fattori fisici, culturali, mentali e persino psicologici e per alcuni le sfide diventano veri e propri ostacoli. Oltre ad alcune ovvie barriere/problemi legati all'invecchiamento, ecco alcuni aspetti da tenere in considerazione.

Il nostro cervello supera la potenza del computer più sofisticato, con milioni di connessioni che avvengono ogni secondo. I processi biologici che cambiano con l'età si ripercuotono sulle funzioni cerebrali, anche se la persona è ancora in buona salute. I cambiamenti includono difficoltà di memoria, difficoltà con concetti complessi e rallentamento del pensiero.
Si tratta di un processo naturale, poiché alcune aree del cervello si riducono con l'età e la comunicazione tra i neuroni rallenta. Questi cambiamenti possono rappresentare una sfida quando una persona anziana cerca di apprendere nuove tecnologie. Tuttavia, come un muscolo, la "potenza cerebrale" aumenta man mano che la persona la utilizza.

Anche se all'inizio può sembrare scoraggiante e difficile, la perseveranza può dare i suoi frutti. Un adulto anziano può riuscire perfettamente ad apprendere una nuova tecnologia. **In qualità di formatori, siate pazienti, stimolate i vostri studenti ad essere pazienti con se stessi e sottolineate la curva di apprendimento ascendente della persona.**

Un'altra condizione che influisce sull'apprendimento delle TIC e degli strumenti multimediali da parte degli anziani è sicuramente la disabilità visiva. Se una persona soffre di una patologia come la degenerazione maculare, il glaucoma o la cataratta, la sua vista può essere sufficientemente compromessa da influire sulla capacità di apprendere o utilizzare la tecnologia. Questa perdita della vista potrebbe indurre a evitare gli schermi e la tecnologia, che richiedono la capacità

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

di vedere chiaramente e da vicino. Ma la buona notizia è che se le persone anziane affrontano il problema e si sottopongono a trattamenti come l'intervento di cataratta, la vista si schiarisce. In questo modo possono imparare e utilizzare meglio le tecnologie che possono essere utili per loro.

In qualità di formatore, cercate strumenti e piattaforme che siano adattati alle persone ipovedenti (caratteri in grassetto, caratteri grandi, schemi di colori adattati).

L'ultima barriera, ma non per questo meno importante, è rappresentata dai problemi di mobilità che possono essere correlati al mal di schiena, al rischio di cadute e alla sarcopenia tra gli anziani. Questi problemi limitano anche il possibile utilizzo delle TIC e dei media: a volte è difficile rimanere a lungo in posizione seduta mentre si usa un PC o un mouse.

Infine, andare a riparare/acquistare/installare nuove tecnologie può essere una sfida quando si hanno scarse competenze informatiche e non ci si sente sicuri nel cercare informazioni/servizi online.

In qualità di formatore, è bene essere consapevoli di questi problemi e assistere gli studenti senior se ve li sottopongono.

4.2 Vincoli sociali legati all'invecchiamento

L'esclusione sociale si riferisce alla separazione di individui e gruppi dalla società tradizionale. Quando si parla di vincoli che impediscono agli anziani di utilizzare gli strumenti TIC e le fonti educative dei media in modo attivo, spesso si pensa all'esclusione sociale.

- **Pensionamento.** Questa è una delle ragioni più ovvie che limitano gli anziani nell'uso delle nuove tecnologie e nell'acquisizione di conoscenze nel campo dei media. Gli anziani non hanno legami regolari con il lavoro "esterno" e la cerchia dei contatti continua a ridursi. È quindi essenziale, in questa fase, trovare nuovi incontri, hobby, club di interesse.
- **Vivere a distanza**. Questo fattore può essere legato a diverse ragioni: il pensionamento e la riluttanza a trasferirsi in un paesaggio più remoto; l'assenza di supporto informatico, di servizi sociali, di circoli o organizzazioni per anziani in questo nuovo luogo; la necessità di guidare soltanto, che può

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

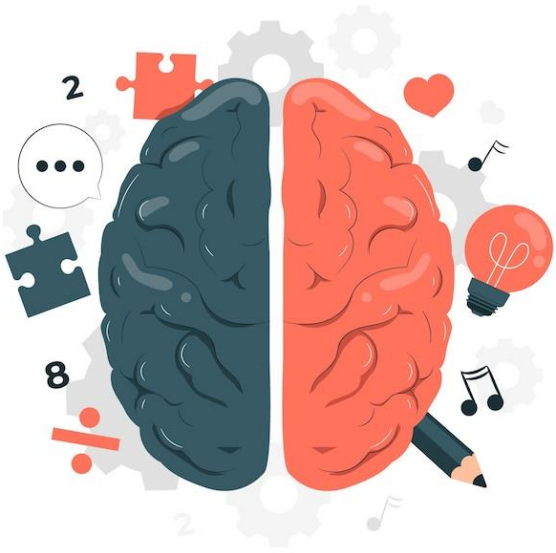
essere vincolante a seconda delle condizioni di salute, del tempo, dei tempi. Pertanto, può limitare notevolmente la possibilità di ampliare le proprie conoscenze e di acquisire nuove competenze.

- **Situazione familiare e sindrome del "nido vuoto".** La sindrome del nido vuoto si riferisce al dolore che molti genitori provano quando i figli vanno via di casa. Questa condizione è tipicamente più comune nelle donne, che hanno maggiori probabilità di aver avuto il ruolo di caregiver primario. Si presenta dopo che i figli lasciano la casa o si trasferiscono lontano, da un lato può servire a dare una maggiore motivazione

per le persone anziane di esplorare ed eccellere nelle TIC e, dall'altro lato, porta alla mancanza di motivazione e non c'è più una persona di supporto a casa che possa aiutare in questo senso.

- **Situazione di solitudine indesiderata.** Può essere causata da un divorzio, dalla morte del partner/vicino/amico o da qualsiasi altro motivo che porti un senior in una situazione di solitudine. Non è motivato a iniziare a imparare cose nuove, a migliorare le proprie conoscenze in qualcosa che trova stimolante. In questa situazione le persone tendono a rimanere nella loro solita routine e in una zona di comfort.
- **Vincoli finanziari.** Questo fattore è strettamente legato a tutte le ragioni sopra citate e contribuisce in larga misura alla mancanza di utilizzo delle nuove tecnologie e di alfabetizzazione mediatica.

4.3 Vincoli psicologici, rifiuto tecnologico



Altri ostacoli all'adozione della tecnologia da parte degli anziani sono i vincoli psicologici e più specificamente l'ansia da tecnologia, la tecnofobia (nota anche come paura della tecnologia) o semplicemente il rifiuto della tecnologia.

L'ansia tecnologica è una risposta emotiva effettiva derivante dall'uso della tecnologia (dizionario IGI Global, 2022).

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

La tecnofobia è una paura irrefrenabile della tecnologia. "Le persone affette da tecnofobia possono temere i computer, i telefoni cellulari o i poteri dell'intelligenza artificiale. È più comune negli adulti anziani e nelle persone generalmente ansiose per il futuro. Anche le rappresentazioni mediatiche di "tecnologie sbagliate" possono contribuire alla tecnofobia. La tecnofobia non è una diagnosi clinica. Tuttavia, poiché la tecnologia si è espansa rapidamente negli ultimi anni, alcuni medici trattano la tecnofobia come una fobia specifica che influisce sulla salute mentale e sulla qualità della vita" (Cleveland Clinic).

Rifiuto della tecnologia tra gli anziani: secondo Vaportzis, Clausen & Gow (2017) le ragioni del rifiuto o della diffidenza nei confronti della tecnologia possono essere le seguenti:

- **Mancanza di supporto, istruzioni chiare e guida**: molte volte le istruzioni sono troppo tecniche e non sono suddivise in azioni semplici. Può anche mancare il supporto e la guida se non c'è nessuno nel loro entourage che li consigli.
- **Mancanza di conoscenza e di fiducia**: riguarda il timore di non comprendere la tecnologia e persino i rischi e i pericoli ad essa associati.
- **Complessità delle tecnologie**: Esistono diversi tipi di apparecchiature e applicazioni. Queste evolvono molto rapidamente e ciò può creare confusione.
- **Sensazione di inadeguatezza rispetto alla generazione più giovane**: i senior di solito si confrontano con le generazioni che sono nate con le tecnologie e che hanno imparato a usarle in giovane età. Questo provoca un'impressione di inadeguatezza.
- **Scetticismo e sentimenti contrastanti**: Pur conoscendo i vantaggi della tecnologia, soprattutto per quanto riguarda le capacità cognitive e le possibilità di interazione sociale, molti anziani rimangono scettici. Alcuni di loro vedono addirittura la tecnologia come un limite all'interazione sociale.

La capacità degli anziani di utilizzare soluzioni e strumenti digitali è una questione cruciale. Lo scarso adattamento al digitale è una barriera nella vita quotidiana che riduce l'indipendenza e l'autonomia e, in alcuni casi, influisce anche sulla salute mentale. **In qualità di formatore, è importante conoscere gli aspetti psicologici che sono alla base del rifiuto o della**

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

paura della tecnologia e affrontarli per creare fiducia nelle tecnologie. Una volta online, la maggior parte degli anziani fa di internet una parte quotidiana della propria vita e lo vede in modo positivo. Infatti, nel 2020, la percentuale di anziani europei di età compresa tra i 55 e i 64 anni che utilizzano Internet ogni giorno era del 69% (Eurostat, 2020).

4.4 Prevenire l'ageismo

Come abbiamo detto in precedenza, gli adulti più anziani hanno spesso uno stereotipo negativo basato sull'età, secondo il quale sono meno abili nell'uso della tecnologia. Secondo l'OMS, per ageismo si intendono "gli stereotipi (il modo in cui pensiamo), i pregiudizi (il modo in cui ci sentiamo) e le discriminazioni (il modo in cui agiamo) che possiamo avere nei confronti degli altri o di noi stessi in base all'età". L'ageismo nel contesto della tecnologia digitale si manifesta a diversi livelli (Köttl& Mannheim, EuroAgeism, 2021) :

Il livello macro: Riguarda la progettazione e la politica e si riferisce al fatto che la tecnologia di solito non viene sviluppata in modo da essere adattata e adatta agli individui più anziani. Questo porta di conseguenza all'esclusione della popolazione anziana. **Come un formatore, cerca gli strumenti e le piattaforme tecnologiche più adatte alle esigenze e alle aspettative espresse dagli anziani.**

Il livello meso: Riguarda l'ambiente sociale e organizzativo ed è legato al fatto che gli stereotipi di altre persone (familiari, amici, fornitori di servizi, operatori sanitari) influenzano l'uso (o il mancato uso) della tecnologia da parte degli anziani. **In qualità di formatore, è necessario tenere un discorso positivo e responsabilizzante nei confronti dell'uso e dell'apprendimento della tecnologia da parte degli anziani**.

Il livello micro: Gli stereotipi sull'età vengono interiorizzati nel corso della vita e influenzano il modo in cui le persone vedono le proprie capacità di usare le tecnologie digitali quando invecchiano. **Come formatori, lavorate sulla fiducia in voi stessi degli studenti anziani.**

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Inoltre, ci sono molti modi per affrontare l'ageismo nell'uso della tecnologia digitale (Köttl& Mannheim, EuroAgeism, 2021)

- **Sensibilizzazione e formazione:** i professionisti che lavorano con i senior dovrebbero essere consapevoli dell'impatto dell'ageismo nel compromettere l'uso delle nuove tecnologie da parte dei senior, al fine di **decostruire** efficacemente **gli stereotipi sull'età nel** contesto della tecnologia e contribuire alla creazione di una **narrativa** più **positiva** sull'uso delle tecnologie digitali in età avanzata.

- **Responsabilizzare** gli individui: Per migliorare l'uso delle tecnologie digitali e ridurre gli effetti negativi dell'ageismo interiorizzato, è importante garantire l'accesso all'**apprendimento permanente**, compresi **interventi di alfabetizzazione digitale su misura**. L'empowerment può derivare anche da **atteggiamenti** più **positivi nei confronti del proprio invecchiamento**".

È essenziale contrastare gli stereotipi legati alla tecnologia e all'età. In effetti, una grande percentuale di persone anziane **dichiara un'elevata disponibilità a imparare a usare le nuove tecnologie digitali** e considera molte tecnologie digitali **rilevanti per la propria vita.**

4.5 Suggerimenti per affrontare le sfide principali: rifiuto della tecnologia, mancanza di fiducia, ecc.

In qualità di educatore di adulti, è importante far luce su possibili buone idee e consigli che gli adulti più anziani possono utilizzare nel loro viaggio verso le nuove tecnologie e l'alfabetizzazione mediatica. Ecco i principali consigli per gli anziani sull'uso delle nuove tecnologie e su come superare le principali barriere:

1. Scegliere password forti

Per i siti web e gli account, è necessaria una password sicura per l'accesso. Scegliete una password unica (non 1234 o il vostro nome) e includete caratteri speciali per una maggiore protezione. Ma è anche importante scegliere una password che si possa ricordare. È bene scrivere le password e conservarle in un luogo di facile accesso.

È inoltre importante non inserire i dati della password se non si riconosce il sito web. Se il sito web ha un aspetto diverso dal solito, potrebbe essere stato "spoofato" per ottenere le informazioni di accesso. Prima di inserire i vostri dati, verificate che si tratti del sito web corretto.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

2. Regolare le impostazioni dello smartphone/tablet per facilitare la lettura

Se le dimensioni del testo sul telefono/tablet sono troppo piccole, è possibile modificare le impostazioni per aumentare le dimensioni e regolare la luminosità dello schermo. Per la maggior parte degli iPhone, è possibile farlo nelle impostazioni aprendo Impostazioni>Accessibilità>Display e Dimensione testo. Per i telefoni Android, aprire Impostazioni>Display>Dimensione e stile del carattere.

3. Mantenere aggiornato il software antivirus

Chi ha configurato il vostro computer ha probabilmente installato un software antivirus per proteggerlo. In caso contrario, è possibile scaricare facilmente un software antivirus gratuito senza bisogno di grandi conoscenze tecniche. Ma il segreto è tenerlo aggiornato. Molte versioni possono essere aggiornate automaticamente, oppure si può vedere una finestra pop-up che chiede di avviare un aggiornamento. Non ignoratela quando la vedete. Avviate l'aggiornamento per mantenere il vostro dispositivo protetto dagli ultimi virus.

4. Non rispondete alle e-mail e alle "richieste di amicizia" di persone che non conoscete.

I truffatori spesso inviano un'e-mail che fa sembrare di conoscervi o di avere un legame con voi, personale o lavorativo, sperando che forniate informazioni personali. Potrebbero anche inviarvi un'offerta vantaggiosa in cambio di dati sensibili o personali. La politica migliore è quella di non rispondere a nessuna e-mail proveniente da qualcuno che non conoscete, a prescindere dalla bontà dell'offerta.

5. Cliccare sui link e aprire gli allegati con cautela.

Prima di fare clic su un link o aprire un allegato di un'e-mail, verificate di conoscere il mittente. I predatori informatici possono scatenare virus o accedere al vostro dispositivo quando cliccate su un link o un allegato dannoso. Il modo migliore per proteggersi è assicurarsi di conoscere il mittente dell'e-mail prima di fare clic.

Infine, ma non meno importante, ecco alcuni elementi per ricordare ai senior l'importanza e le tecniche per rimanere connessi elettronicamente e socialmente dopo la pensione. Non si tratta solo di tecnologia, ma in generale di vari aspetti che riguardano la fiducia in se stessi e la qualità della vita.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Quando si parla con i senior, in qualità di formatori, è necessario sottolineare l'importanza di:

1) essere coinvolti socialmente attraverso **attività ricreative e culturali** di gruppo (es. musica, sport, lettura, coro);
2) **alimentare le reti** con la famiglia e gli amici;
3) essere **altruisti e aiutare gli altri** in difficoltà aiuta a non essere egocentrici e a non pensare solo ai propri problemi personali (es. fare attività di volontariato, aiutare le associazioni, ecc;)
4) il concetto di **"casa felice" e ambiente sano**: gli oggetti di famiglia possono aiutare a ricordare i momenti felici; il design degli interni, come la luce, le piante, i dettagli decorativi e i colori, giocano un buon ruolo per sentirsi meglio a casa; sbarazzarsi delle cose che ingombrano la casa. Simbolicamente, siete anche più aperti ad accogliere nuovi elementi nella vostra vita.

CASSETTA DEGLI ATTREZZI

ESERCIZIO 1: SUPEREROI

Descrizione: Si tratta di un esercizio di gruppo. Ogni persona deve disegnare un supereroe senior. Ci fa riflettere sulla nostra percezione

la realizzazione di questa pubblicazione non costituisce
ono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la
onsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni

dell'invecchiamento in modo positivo e pieno di risorse. Una volta terminati i disegni, durante la fase di discussione, il formatore chiede ai partecipanti:

"Guardate il vostro supereroe, quali sono i suoi poteri principali?

- In che modo questo supereroe conforta la vostra percezione dell'invecchiamento? "

Materiali: Carta, penna a colori

Durata: 20 min

Motivazione: Si tratta di un esercizio di disegno con l'obiettivo di aumentare la fiducia in se stessi degli anziani. Permette inoltre di discutere le conseguenze dell'ageismo e di prevenirne gli aspetti negativi.

ESERCIZIO 2: IL DIARIO DEI COMPLIMENTI

Descrizione: Questa attività consiste nel registrare quotidianamente gli aspetti positivi di se stessi in un diario dei complimenti. Possono essere inclusi aspetti del proprio carattere o delle proprie capacità. Ad esempio, dopo aver aiutato qualcuno (anche del gruppo) a risolvere un problema, si può annotare nel diario che si è stati "solidali".

NOTA: vengono registrati solo i "positivi". Possono anche includere i "feedback positivi" ricevuti da altri.

Materiali: Carta, penna

Durata: 5 minuti al giorno

Giustificazione: Questo esercizio individuale consente di promuovere la fiducia in se stessi su base quotidiana e di premiare le azioni e i progressi individuali.

Riferimenti: https://melanieferguson.co.uk/the-compliment-journal/

ESERCIZIO 3: OPPORTUNITÀ DI ESSERE SENIOR!

la realizzazione di questa pubblicazione non costituisce
:ono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la
onsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni

Descrizione Questo compito può essere svolto in gruppo, a coppie o individualmente. Ogni persona deve scrivere su un post-it le proprie parole per identificare i principali punti di forza, le debolezze, le opportunità e le minacce nell'essere un senior nel mondo delle nuove tecnologie. Il formatore incolla i post-it in una lavagna con parti diverse per i "punti di forza", le "debolezze" e le "opportunità".

Materiali Cartone, penne colorate o posticce.

Durata15-20 min

Giustificazione Questo esercizio può sviluppare le capacità logiche, le interazioni sociali e il ruolo di rompere il ghiaccio quando si fanno sessioni con gli anziani e gli strumenti TIC.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

5. COSTRUIRE LA FIDUCIA DEGLI ANZIANI NELLE INFORMAZIONI DEI MEDIA

5.1 L'uso da parte dei senior delle TIC e dei social media a fini informativi in Europa

L'uso di Internet è sempre più diffuso tra la popolazione, compresi gli anziani. Uno dei fattori che ha collegato un maggior numero di anziani a Internet e ai social network è stata la pandemia di Covid-19. L'isolamento a cui molte persone sono state sottoposte ha aumentato l'uso di Internet, da un lato, per rimanere informati e, dall'altro, per intrattenersi e collegarsi con i propri cari. Da questo momento in poi, l'uso di Internet e dei social network si è mantenuto in questo settore della popolazione, anche se dopo la pandemia il suo uso si è diversificato.

Per cominciare, secondo l'indagine condotta da Ericsson (2021), le attività in cui gli anziani trascorrono la maggior parte del loro tempo online sono: navigare su Internet (81%) messaggistica istantanea (71%) social network (69%) vedere brevi video clip (51%) guardare film e fare videochiamate (38%).

È un fenomeno che si estende a tutta l'Europa, secondo Statista (2022) la percentuale media di utenti giornalieri di Internet tra i 55 e i 65 anni è del 65%. Tuttavia, ci sono delle peculiarità in ogni Paese. Gli anziani che utilizzano maggiormente Internet appartengono a Svezia, Paesi Bassi e Germania. D'altra parte, i Paesi in cui i cittadini senior usano meno Internet sono la Grecia e la Polonia.

Da un lato, **è una buona notizia che i nostri anziani abbiano ridotto il divario digitale**, che li faccia sentire più integrati nella società, che combatta la sensazione di solitudine, che riesca a invecchiare attivamente e che li renda più autonomi nell'uso degli strumenti e delle applicazioni digitali.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

L'uso delle tecnologie digitali porta benefici come una maggiore attività, autonomia e socializzazione e un maggiore accesso alle informazioni. Tuttavia, ciò comporta anche alcuni rischi, tra cui il consumo e la diffusione di fake news.

Come già accennato, navigare in Internet, utilizzare la messaggistica istantanea e i social network non sono solo le attività preferite dagli adulti più anziani, ma rappresentano anche tre canali perfetti per accedere e condividere notizie e informazioni non vere. **Esiste una correlazione tra l'uso dei social network da parte degli adulti e la diffusione di notizie false.**

Infatti, secondo la rivista Science (2016), gli over 65 diffondono un numero di notizie false 7 volte superiore a quello delle persone di età compresa tra i 18 e i 29 anni e 2/3 volte superiore a quello delle persone di età compresa tra i 46 e i 65 anni. Inoltre, in termini di social network, tra le persone con più di 55 anni la piattaforma più popolare è YouTube, con 2,4 miliardi di utenti (la cifra massima è di 4,5 miliardi per le persone tra i 25 e i 34 anni). Twitter è quello che ha più utenti tra la popolazione di età superiore ai 55 anni (752,5 milioni) (Peszko 2016).

In breve, l'aumento dell'uso di Internet e dei social network tra la popolazione di età superiore ai 65 anni, insieme alla frequenza con cui cercano informazioni su Internet (soprattutto informazioni relative alla salute e alla scienza) e alla loro mancanza di alfabetizzazione digitale, rende essenziale la formazione: fornire un'introduzione alle fake news, alla loro identificazione e alla loro prevenzione per garantire che gli anziani possano prendere le proprie decisioni avendo informazioni contrastanti.

Per questo motivo, le persone che lavorano con gli anziani devono assicurarsi che acquisiscano le **conoscenze di base sui processi di comunicazione scientifica** e sulle notizie false, fornendo al contempo gli strumenti necessari per **individuare le notizie false e interrompere loro stessi la catena di diffusione.**

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

5.2 Come spiegare la nascita e la diffusione delle fake news agli anziani

L'educazione non comprende l'età, è permanente e dura tutta la vita. L'invecchiamento attivo è il processo di ottimizzazione delle opportunità di lotta per la salute, per la partecipazione attiva alla vita e per la sicurezza di raggiungere la qualità della vita quando l'essere umano invecchia. Come si è detto nella sezione precedente, la formazione degli anziani alla tecnologia e alla comunicazione non è un beneficio solo per loro stessi, ma per la società nel suo complesso. Tuttavia, dobbiamo adattare il modo di insegnare agli anziani, soprattutto quando si tratta di **concetti nuovi o confusi come le "fake news".** Per questo motivo, presentiamo qui una serie di consigli o metodologie per spiegare agli anziani come nascono le fake news e come si diffondono le false informazioni.

In primo luogo, il formatore dovrebbe partire **dalla conoscenza che i senior hanno** di questi concetti. Non è lo stesso implementare attività formative con gli anziani che con i giovani. Si parte da persone con una storia personale e sociale, esperienze e conoscenze precedenti, aspetti contestuali e relazionali specifici. Come è emerso dai gruppi di discussione che questo consorzio ha realizzato, alcuni anziani hanno un'idea corretta delle false informazioni e della manipolazione mediatica, mentre altri confondono il termine con truffe, bufale o assembramenti.

Per questo motivo, bisogna partire dalla **situazione specifica** di ciascuno (individuo o gruppo) e **avere** sempre **il senior come punto di partenza**. Il formatore deve **utilizzare un linguaggio semplice e fornire esempi pratici** in modo che il senior possa distinguere tra i tipi di informazioni false, sia digitali che tradizionali (fotografie modificate, informazioni non citate, false opinioni di esperti, falso contesto), nonché la differenza tra disinformazione e

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

informazioni false. Per questo, come sottolineano gli esperti, è essenziale che gli esercizi proposti favoriscano la connessione cognitiva.

I senior dovrebbero essere in grado di:

Mettere in relazione le vecchie informazioni con le nuove. Sarebbe interessante che il formatore facesse delle analogie con il giornalismo tradizionale, in modo che i senior possano stabilire queste analogie.

connessioni. Questo compito è più facile nella parte teorica - cosa sono le fake news e come nascono - e più difficile nella parte applicata - come si diffondono - poiché non tutti possono avere familiarità con le TIC.

Infatti, nei gruppi di discussione realizzati dal consorzio abbiamo riscontrato un'eterogeneità: anziani che usano quotidianamente cellulari e tablet per leggere l'attualità, anziani che usano il cellulare solo per telefonare, altri che fanno un uso frequente dei social network... Per questo motivo, si raccomanda di promuovere la partecipazione attiva degli anziani e di progettare attività per ampliare la conoscenza, ma anche la revisione e il dibattito critico.

D'altra parte, la persona incaricata di trasmettere queste conoscenze deve fare attenzione a due aspetti: **non generare troppe aspettative** sulle conoscenze informatiche degli anziani e comunicare in modo da **non generare panico verso la tecnologia o Internet**. Per questo, l'educatore deve creare situazioni che favoriscano l'"apertura" della persona e l'uso didattico del gruppo. Dobbiamo capire che le aspettative che abbiamo sulle persone e sulla loro partecipazione alle esperienze educative hanno una grande influenza, positiva o negativa, per raggiungere il successo.

In breve, alla domanda: come spiegare a una persona anziana che cosa sono le fake news e che ruolo hanno i social network? Rispondiamo: in modo semplice, empatico, flessibile, non competitivo, abilitante e attivo.

5.3 Come spiegare agli anziani il ruolo che svolgono nella diffusione delle fake news

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Il ruolo degli anziani nella diffusione di notizie false non è positivo. Infatti, poiché gli anziani hanno meno conoscenze digitali dei giovani, non controllano due volte le informazioni che circolano attraverso i diversi social network. Inoltre, se la notizia pubblicata richiede la lettura di un testo più o meno lungo: il 53% degli adulti legge solo il titolo senza prestare attenzione al contenuto.

Come si vede, c'è un gran numero di utenti che non controlla le informazioni che legge sui social network e le condivide comunque con i propri amici e contatti, il che porta alla diffusione di notizie non verificate - anche in buona fede (gli anziani cinquantenni di solito includono tra le loro attività sui social network la diffusione di notizie per attirare il consenso dei loro coetanei e costruirsi un'immagine di persona istruita e informata), oltre che all'avvio di

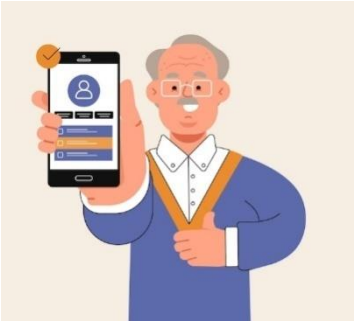
di discussioni - attraverso l'azione di commentare senza aver letto tutto il contenuto - su notizie infondate che generano così più scambio e disinformazione commento dopo commento.

Per questo motivo, la persona incaricata di sensibilizzare sul ruolo che i senior hanno in questa materia dovrebbe **evitare di comunicare con un tono di colpevolezza o paternalismo** nei loro confronti. Come formatori, dovreste **concentrarvi sulle conseguenze** della condivisione di questi contenuti e sui modi per evitarli, trasmettendo ai senior un **senso di responsabilità individuale e collettiva**.

Alcune delle persone intervistate hanno espresso vergogna nell'ammettere di aver diffuso notizie false o teorie pseudoscientifiche tra i loro parenti. Non è questo il sentimento che vogliamo suscitare negli anziani, ad esempio condividendo alcuni dei dati qui citati. **È consigliabile non concentrarsi sul ruolo di vittima dell'anziano, ma su ciò che si può fare per ribaltare la situazione**. È opportuno mettere in guardia da scopi politici, disinformazione, manipolazione dell'opinione pubblica, "clickbait"...

5.4 Utilizzare le TIC e i social media come fonti di informazione in modo sereno e credibile.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute



In un'indagine condotta nel 2020 in 27 Paesi, solo il **58% degli intervistati** ha **dichiarato di essere sicuro di saper riconoscere le fake news (**Corbu et al., 2020). Questi dati dimostrano la necessità di fornire agli anziani strumenti che li addestrino a questo compito. Come sappiamo, l'educazione all'alfabetizzazione critica ai media, incentrata sull'insegnamento a individuare le fake news, è il modo più efficace per mitigare la perniciosa influenza della propaganda.

D'altra parte, è importante che, quando si educano gli anziani sulle fake news, i formatori e il materiale didattico siano **privi di contenuti** e intenzioni **discriminatorie**. I senior non sono una categoria omogenea, tra i 60 e i 100 anni ci sono due generazioni diverse che coesistono con abitudini, credenze e conoscenze diverse. Esistono anche differenze in base al sesso, all'istruzione, al paese di origine, ecc. Ma soprattutto, gli anziani hanno un diverso livello di conoscenza e di

l'uso della tecnologia e dei social media e le diverse esperienze di gestione delle fake news. Ecco come si esprimono nei diversi gruppi di discussione che abbiamo organizzato. Molti di loro hanno dichiarato di non avere una strategia specifica quando si tratta di verificare le informazioni, altri confrontano le notizie sui vari media, alcuni riconoscono di "usare" i loro parenti più giovani come "fact-checkers" o credono direttamente che tutti i media mentano. In primo luogo, si raccomanda di iniziare con gli strumenti o i suggerimenti che non includono le TIC o gli strumenti esterni, cioè di utilizzare strategie interne, poiché possono essere più simili a quelle dei media tradizionali e formare l'utente in misura maggiore.

Come dinamica, possiamo usare un giornale fisico per identificare le parti che indicano la veridicità, per poi applicarle e individuarle nei media online. Ad esempio: identificare la fonte, individuare l'autore, controllare la data, commentare la correlazione tra il titolo e il corpo della notizia, considerare la parzialità di diversi giornali sulla stessa notizia, ecc.

Per quanto riguarda la fonte, nei media digitali è più difficile identificarne l'affidabilità, poiché gli anziani non hanno molta familiarità con i portali o i siti

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

web che possono sembrarci pericolosi o sospetti. Per questo motivo, è importante **dare consigli generali applicabili a vari contesti per determinare la credibilità della fonte**. In particolare: che nessuno abbia pagato la pubblicazione, che le informazioni siano equilibrate e non di parte, che il linguaggio sia rispettoso, ecc.

In secondo luogo, il responsabile della formazione dovrebbe introdurre **strategie esterne**, cioè l'uso di algoritmi che scoraggino la diffusione di informazioni false e che operino attraverso **strumenti di "factchecking"**, analizzando sia il profilo dell'autore sia gli utenti che hanno contribuito alla diffusione della notizia attraverso i commenti. È conveniente introdurre i senior agli strumenti più vicini al loro contesto, in primo luogo perché siano familiari e, in secondo luogo, per evitare un sovraccarico di informazioni.

In breve, l'idea principale che il formatore dovrebbe presentare al gruppo è che **la tecnologia, Internet e i social network possono essere uno strumento,** sia per diffondere che per prevenire le notizie false, a seconda di come li usiamo. **Intendiamo sensibilizzare e formare gli anziani su questo tema, senza mai allontanarli, colpevolizzarli o indurli a rifiutare le TIC**. L'obiettivo è quello di mettere gli anziani in condizione, comprendendo i loro limiti e le loro capacità, di evitare di essere vittime di false informazioni.

CASSETTA DEGLI ATTREZZI

ESERCIZIO 1: RAFFORZARE LA STIMA

Descrizione: Obiettivo: promuovere la fiducia, la cooperazione e la coesione tra i membri del gruppo. I membri del gruppo si siedono in cerchio

alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce
ttono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la
ponsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni

e ognuno scrive il proprio nome su un foglio di carta. Il foglio viene passato alla persona alla sua sinistra e questa scrive qualcosa che le piace di quella persona. Si piega il foglio (in modo che gli altri non possano vedere ciò che hanno scritto) e lo si passa di nuovo alla persona alla sua sinistra, e così via, fino a quando il foglio ha fatto tutto il giro. Quando tutti avranno ricevuto il foglio con il proprio nome, avranno qualche minuto per leggerlo e discutere su cosa hanno pensato dell'attività, su come si sono sentiti quando hanno letto i commenti dei compagni, ecc. Dimensione del gruppo: gruppo di medie dimensioni, circa 20 persone. Luogo: ampio spazio in cui i partecipanti possano sedersi in cerchio e stare comodi.

Materiale necessario: Carta e penna per ogni partecipante.

Durata: Tempo necessario: circa 30 minuti.

Giustificazione (perché e quando usarlo): Questa dinamica dovrebbe essere realizzata quando ci si conosce già o si è lavorato insieme.

ESERCIZIO 2: CONOSCETE LE NOTIZIE, ORA ARRIVA LA VERITÀ

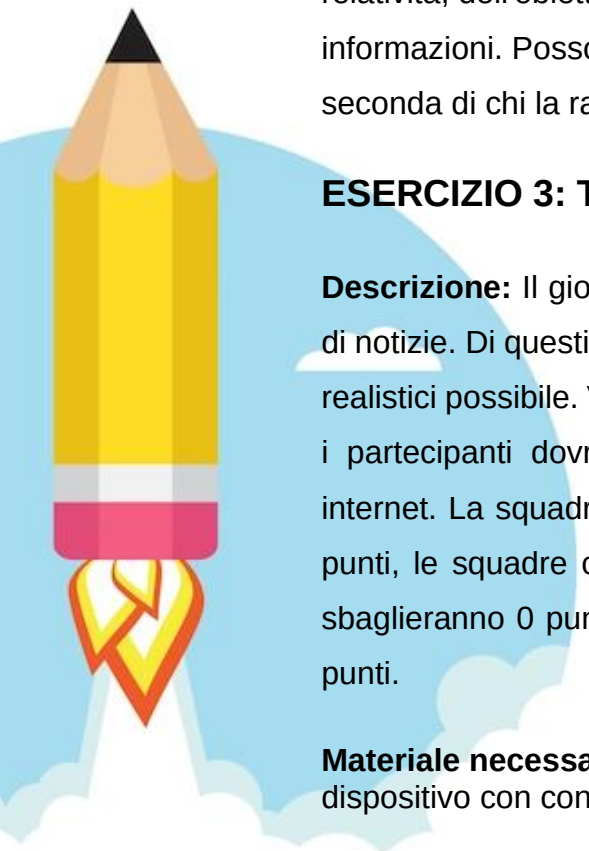
Descrizione: Obiettivo: preoccuparsi della relatività, dell'obiettività, dei pregiudizi e degli interessi nascosti nell'informazione. L'attività consiste nel formare gruppi di almeno 3 persone e dare a ogni gruppo un grande cartone, diversi giornali, riviste, colla e un pennarello. Ogni gruppo dovrà scrivere sul cartone grande (con rettoriche o scritte) come sarebbe il loro giornale della settimana se fossero il direttore di uno di essi. Possono usare notizie reali o scrivere titoli che considererebbero importanti. In seguito, i cartoncini vengono condivisi tra i gruppi e si discute su quali temi sono stati rilevanti per ciascun gruppo, perché e qual è la loro opinione in merito.

Materiale necessario: carta, giornali, riviste, colla, forbici, pennarelli...

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Durata: 45 minuti

Giustificazione (perché e quando usarla): Per preoccuparsi della relatività, dell'obiettività, dei pregiudizi e degli interessi nascosti tra le informazioni. Possono rendersi conto di come la realtà possa cambiare a seconda di chi la racconta.



ESERCIZIO 3: TRA DI NOI

Descrizione: Il gioco è molto semplice. L'istruttore darà al gruppo 3 titoli di notizie. Di questi, solo uno sarà vero. Si cercherà di farli sembrare il più realistici possibile. Verrà attivato un timer e prima dello scadere del tempo i partecipanti dovranno aver trovato "quale è l'impostore" utilizzando internet. La squadra che per prima otterrà la risposta corretta riceverà 5 punti, le squadre che la otterranno riceveranno 3 punti e quelle che la sbaglieranno 0 punti. Vince la squadra che ottiene il maggior numero di punti.

Materiale necessario: Smartphone, laptop, tablet o qualsiasi altro dispositivo con connessione a Internet.

Durata: 30 minuti

Giustificazione (perché e quando usarlo): Questo gioco riguarda gli anziani per due aspetti importanti: Primo, la disinformazione. Secondo, la tecnologia come strumento per prevenire le fake news.

6. COME PROMUOVERE LA PARTECIPAZIONE E LA MOTIVAZIONE DEI SENIOR

6.1 L'importanza delle attività di "rottura del ghiaccio

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Per impegnarsi, gli **studenti più grandi** devono sentirsi in un ambiente in cui sono accettati e affermati; **come formatori, dovete assicurarvi che la classe sia calda e invitante per tutti.**

I rompighiaccio **sono** uno degli strumenti che i formatori possono utilizzare per creare un ambiente accogliente e per aiutare le persone a conoscersi. I formatori possono usarli per far conoscere agli studenti i contenuti e le aspettative del corso.

I rompighiaccio possono anche essere progettati per aiutare a riscaldare gli spazi di apprendimento online e orientare **gli anziani** all'ambiente online.

6.1.2 Perché usare i rompighiaccio?

I rompighiaccio hanno diversi vantaggi in classe.

Possono:

- contribuiscono a creare un ambiente rilassato in cui gli studenti condividono le idee e partecipano più pienamente alla lezione
- incoraggiare gli studenti a condividere la responsabilità dell'ambiente di apprendimento della classe
- costruire un rapporto tra gli studenti e favorire un ambiente di apprendimento produttivo
- preparare gli studenti al lavoro di gruppo collaborativo

6.1.3. Esempi di attività di break-ice, come coinvolgere gli studenti:

Alcuni consigli che i formatori dovrebbero seguire:

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

- **Presentarsi:**

  Condividi alcune informazioni su di te oltre alle nozioni di base, come sei entrato in questo campo? Cosa le piace dell'insegnamento di questo corso? Quali sono le sue ricerche? Quali le sue precedenti esperienze come studente? Che cosa ha imparato? Cosa vorresti ottenere con il corso?

- **Aiutate gli studenti a trovare un partner** (non date per scontato che tutti si abbinino facilmente: alcune persone sono più **introverse** di altre, alcune possono essere resistenti, o semplicemente ci può essere un numero dispari nella classe. Può essere più facile contare gli studenti.

- **Familiarizzare lo studente con le aspettative del corso:** Stimolare l'interesse degli studenti per il corso fin dall'inizio, scoprendo al contempo le loro conoscenze di base sui contenuti del corso.

Condividete un programma che illustri in dettaglio le aspettative del corso, ma tenete presente che gli studenti potrebbero non leggere attentamente, comprendere o ricordare queste aspettative.

- **Presentate l'attività** al gruppo e spiegate la motivazione del suo utilizzo.
- **Indicare chi inizierà per primo** (ad esempio, lo studente con i capelli più lunghi, lo studente il cui compleanno è più vicino alla data odierna, ecc.)

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

- **Annunciate quando l'attività è a metà strada**; in questo modo, se solo uno studente ha parlato finora, anche l'altro avrà la possibilità di partecipare.

- **Fate un debriefing chiedendo ad alcune coppie** di condividere con il gruppo ciò che hanno imparato sul loro partner o una cosa che hanno scoperto di avere in comune con l'altro.

6.2 Approccio peer-to-peer

6.2.1 Studio di caso.

L'apprendimento guidato dai pari è un metodo didattico in cui individui non professionisti che hanno ricevuto una preparazione di qualità assumono un ruolo di istruttori all'interno del gruppo o della comunità (Choi, 2009). Questo metodo può essere efficace nei contesti di esercizio per gli studenti adulti più anziani.

Nella pratica dell'insegnamento tra pari vengono utilizzati cinque metodi: (1) lezione, (2) discussione di gruppo, (3) esperienze pratiche, (4) vari ibridi di questi tre, (5) e un approccio di coordinamento del corso.

La partecipazione volontaria, la tolleranza dei limiti dell'insegnante e l'interesse a sviluppare un senso di comunità differenziano l'insegnamento tra pari da altre esperienze.

Gli insegnanti alla pari si trovano ad affrontare una serie di sfide particolari, tra cui la gestione di una serie di background educativi, l'esperienza nella materia tra gli studenti selezionati e i cambiamenti fisici che accompagnano l'invecchiamento.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Molti studi hanno esplorato il **ruolo degli anziani come insegnanti**. (Brady, Holt, & Welt, 2003; Choi, 2009; Lamb & Brady, 2005; Simson, Thompson, & Wilson, 2001). Questo tipo di insegnamento è relativamente comune negli istituti americani Learning in Retirement (Martin, 2003) o nell'approccio britannico alle università per anziani.

Questo nuovo metodo porta dei cambiamenti che rendono il **rapporto insegnante-studente meno gerarchico** e permette agli studenti di **condividere parte del controllo nel loro processo di apprendimento.** Questa tendenza a un insegnamento più egualitario era già stata notata negli studi sui peer teacher (ad esempio, Brady et al., 2003; Choi, 2009). In questo tipo di insegnamento, l'**insegnante e lo studente sono visti come esperti alla pari** e gli **insegnanti** sono partecipanti a un gruppo di **pari piuttosto che leader** con un gruppo di seguaci.

6.2.2. Che cos'è l'approccio Peer-to-Peer?

L'interazione **peer-to-peer** descrive un approccio all'**interazione** e alla **collaborazione** tra i partecipanti a un progetto o a un'attività condivisa, caratterizzato da una struttura a rete, da una base di risorse comuni condivise e dal presupposto che tutti i partecipanti abbiano il potenziale per apportare contributi costruttivi. Le moderne forme di interazione peer-to-peer sono sostanzialmente ispirate alle tecnologie di comunicazione peer-to-peer online e spesso le utilizzano esse stesse. Tuttavia, i principi e l'etica dell'interazione peer-to-peer sono stati trasposti anche in contesti offline.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Inoltre, i **principi fondamentali** alla base della connettività peer-to-peer sono stati estrapolati dalle loro origini tecnologiche e implementati in una serie di progetti e pratiche.

6.2.3. Perché l'approccio peer to peer favorisce l'apprendimento degli anziani?

Nell'istruzione tra pari, gli **insegnanti pongono agli studenti una domanda impegnativa, gli studenti rispondono individualmente, lavorano con un compagno** della classe per discutere le loro risposte e infine rispondono nuovamente alla domanda. Numerose prove dimostrano che l'istruzione tra pari favorisce l'apprendimento degli studenti.

Per ogni domanda, gli studenti hanno scelto la loro risposta individualmente, hanno riferito la loro sicurezza, hanno discusso le loro risposte con il compagno e poi hanno indicato nuovamente la loro risposta eventualmente modificata e la loro sicurezza**. Nel complesso, gli studenti hanno migliorato la loro sicurezza dopo la discussione rispetto a prima.**

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Discutere una domanda con un compagno ha migliorato l'accuratezza in tutte le classi e i livelli di istruzione, con effetti di piccola o media entità. I quesiti di tutti i livelli di difficoltà hanno tratto beneficio dalla discussione tra pari;

Gli studenti non hanno semplicemente scelto la risposta dello studente più sicuro di sé durante la discussione; al contrario, gli studenti hanno sondato più a fondo la coerenza delle risposte e dei modelli mentali durante la discussione rispetto a quanto avrebbero potuto fare da soli.
Gli studenti non possono creare una spiegazione coerente della loro risposta finché non si confrontano con un compagno. Quando gli studenti creano una spiegazione verbale della loro

risposta da discutere con un coetaneo, possono identificare le lacune di conoscenza e costruirne di nuove per colmarle.
Il lavoro in coppia genera nuove conoscenze e prove di risposta che non potrebbero essere previste dalle sole prestazioni individuali.

Più in generale, **come insegnanti dovreste spesso mettere gli studenti in gruppo**, in modo che possano imparare gli uni dagli altri, dando e ricevendo aiuto, riconoscendo le contraddizioni tra le proprie e le altrui prospettive e costruendo nuove comprensioni a partire da idee divergenti.
Dare spiegazioni a un coetaneo può incoraggiare chi spiega a chiarire o riorganizzare le informazioni, a riconoscere e correggere le lacune nella comprensione e a costruire interpretazioni più elaborate della conoscenza rispetto a quanto avrebbe fatto da solo.

6.3 Come permettere a ciascun partecipante di esprimersi

È stato dimostrato che la creazione di un ambiente di apprendimento cooperativo è efficace per tutti i tipi di studenti.

In questo modo, possono dividersi in coppie per alcune attività e poi riunirsi in gruppo molto rapidamente per condividere con gli altri.

È importante, tuttavia, **stabilire norme** e protocolli **di classe** che guidino gli studenti a..:

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

- Contribuire
- Mantenere l'impegno
- Aiutarsi a vicenda
- Incoraggiarsi a vicenda
- Condividi
- Risolvere i problemi
- Dare e accettare il feedback dei colleghi

Inoltre, come formatori dovreste concentrarvi sul processo di comunicazione, che è fondamentale per consentire lo scambio di pensieri o idee tra gli studenti. I benefici della promozione delle relazioni consentono agli studenti di discutere liberamente di pensieri e idee e di creare un ambiente aperto in cui è possibile porre domande senza il rischio di essere giudicati o umiliati.

La scarsa comunicazione è il motivo principale per cui gli studenti non sono motivati, non ottengono risultati soddisfacenti e di conseguenza abbandonano la classe. Secondo molti studi, il successo degli studenti è direttamente collegato alla comunicazione efficace dei loro insegnanti. Per creare questo tipo di ambiente didattico interattivo e coinvolgente è necessaria una comunicazione regolare ed efficace.

Vediamo quindi cosa si può fare nella pratica con le seguenti tecniche per creare un dialogo positivo tra studenti e insegnanti.

1. **Creare un ambiente sicuro**

Creare un ambiente sicuro e favorevole in cui gli studenti si sentano a proprio agio nell'aprirsi ed esprimere i propri pensieri e le proprie idee. Un'atmosfera che permetta agli studenti di chiedere aiuto è fondamentale per il loro successo accademico. È importante che in tutte le fasi del processo di insegnamento si alimenti questo tipo di **ambiente non giudicante.**

2. **Incoraggiare il lavoro di squadra**

Svolgere più attività di squadra e lavori di gruppo è un ottimo modo per distogliere l'attenzione dalla competizione reciproca e concentrarsi maggiormente sulla collaborazione per ottenere i migliori risultati. Può incoraggiare la comunicazione, la cooperazione e la collaborazione e aiutare gli studenti a parlare di più e a esprimersi in modo più efficace con i loro compagni.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Prendete in considerazione l'idea di incorporare **alcuni giochi e persino alcuni quiz nel vostro programma di lezione**. Dividete gli studenti in coppie o piccoli gruppi e dite loro che devono lavorare insieme per giocare o per avere una possibilità di fare bene. Il lavoro di coppia e di gruppo ha anche il vantaggio di incoraggiare gli studenti che non si frequentano regolarmente a interagire di più, a **fare domande**, a **parlare di sé** e ad **ascoltare gli altri.**

3. Utilizzate alcuni esercizi di ascolto attivo

Come abbiamo visto nel capitolo 3, è importante ascoltare gli studenti, non solo rispondere e dare una risposta immediata. A volte il solo prestare orecchio può essere estremamente utile per promuovere un ambiente solidale e attento. Altre volte, gli studenti hanno una domanda sui compiti o hanno bisogno di un chiarimento su un argomento che è stato discusso e per il quale è necessaria una risposta.

4. Assicuratevi di dare un feedback positivo

Come visto in precedenza, un altro aspetto importante per migliorare la comunicazione in qualsiasi ambiente, ma soprattutto in classe, è far sì che gli studenti si sentano sicuri e a proprio agio nel contribuire. Abbiamo già detto dell'importanza di creare un ambiente sicuro e favorevole. In questo ambiente, gli studenti svilupperanno naturalmente le abilità comunicative, ma alcuni lo faranno più gradualmente di altri, perché potrebbero avere paura di parlare di fronte a un gruppo o non avere fiducia in ciò che hanno da dire.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

CASSETTA DEGLI ATTREZZI

ESERCIZIO 1: DUE VERITÀ E UNA BUGIA

Descrizione: L'insegnante deve scrivere su un foglio tre affermazioni su di sé, mostrarle e leggerle. Due devono essere vere e una falsa. Chiedete agli studenti di votare su quali affermazioni ritengono vere o false. Rivelare le risposte e chiedere agli studenti di fare lo stesso con un vicino.

Materiali e tecniche utilizzate: Carta e matita

Durata: 30 minuti, una volta alla settimana.

Giustificazione (perché e quando usarla): Aiutare gli anziani
Presentare se stessi, soprattutto nelle prime settimane del corso.

alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce
ettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la
sponsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni

Riferimenti: https://teaching.cornell.edu/getting-started-icebreakers

ESERCIZIO 2: INTERVISTE DI BASE + INTERVISTA STAGIONALE

Descrizione: Chiedete agli studenti di rivolgersi a un compagno e di porre alcune domande preparate, come ad esempio: Da dove vieni? Quanti anni hai? Qual è/è stata la tua esperienza lavorativa? Cosa speri di ottenere da questo corso? Quale stagione preferisci?

Materiali e tecniche utilizzate: Un gruppo di massimo 10 persone. Gli insegnanti devono preparare un questionario su carta. Carta e matita

Durata: 30 minuti

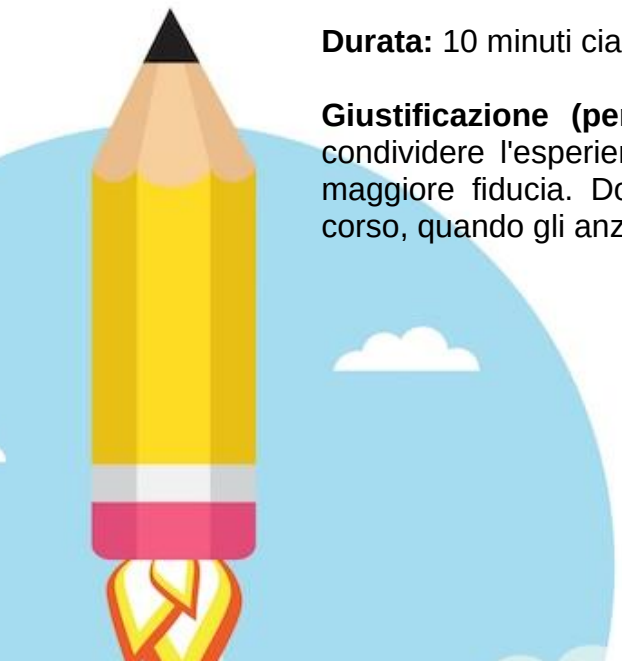
Giustificazione (perché e quando usarla): Aiutare gli anziani a conoscersi, una finestra sulla loro psiche umana. Utilizzato nel primo giorno del corso.

Riferimenti: https://innovativeteachingideas.com/blog/10-great-activities-to-break-the-ice-with-your-students

ESERCIZIO 3: MOSTRA E RACCONTA

Descrizione: Chiedete agli studenti di portare qualcosa che hanno a cuore o che vogliono condividere con la classe. A turno, ogni studente potrà parlare dell'oggetto che ha portato, in modo che la classe possa conoscersi e conoscere qualcosa che rende felici gli altri.

Materiali e tecniche utilizzate: 10/15 persone al massimo. Gli oggetti possono essere una foto, un orologio, un libro, qualsiasi oggetto che ricordi agli anziani una buona esperienza nella loro vita.



Durata: 10 minuti ciascuno, un'ora al giorno

Giustificazione (perché e quando usarlo): Descrivere l'oggetto e condividere l'esperienza che lo ricorda aiuterà gli anziani ad acquisire maggiore fiducia. Dovrebbe essere fatto nella seconda settimana del corso, quando gli anziani sanno già tutto.

realizzazione di questa pubblicazione non costituisce
no esclusivamente il punto di vista degli autori, e la
nsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni

Riferimenti: https://innovativeteachingideas.com/blog/10-great-activities-to-break-the-ice-with-your-

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

7. GLOSSARIO

- **Comunicazione scientifica:** La comunicazione della scienza al pubblico (alla società) da parte di chiunque.
- **Comunicazione scientifica:** Trasferimento di conoscenze tra scienziati e società
- **Comunicazione scolastica:** Trasferimento di conoscenze scientifiche tra scienziati e studenti
- **Fake news:** articoli di cronaca intenzionalmente e verificabilmente falsi, progettati per manipolare la percezione pubblica di fatti, eventi e dichiarazioni reali. Chi le scrive sa che sono false perché si basano su fatti palesemente errati.
- **Deep fake:** Una forma di intelligenza artificiale chiamata deep learning per creare immagini di eventi falsi. La tecnologia Deepfake è in grado di creare foto convincenti ma completamente fittizie partendo da zero. Anche l'audio può essere "deepfake", per creare "skin vocali" o "cloni vocali" di personaggi pubblici".
- **Disinformazione**: Informazioni false e fuorvianti diffuse inavvertitamente.
- **Miseleading:** Dare un'idea o un'impressione sbagliata
- **Manipolazione:** L'azione di controllare o influenzare il controllo (una persona o una situazione) in modo intelligente o senza scrupoli.
- **Giornalismo in rete:** Termine utilizzato per indicare i giornalisti professionisti e altri soggetti interessati che cooperano per produrre storie. Le reti di professionisti e di cittadini collaborano, confermano, correggono e infine distillano l'essenza della storia che verrà raccontata.
- **Alfabetizzazione digitale:** Per alfabetizzazione digitale si intende il possesso delle competenze necessarie per vivere, imparare e lavorare in una società in cui la comunicazione e l'accesso alle informazioni

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

avvengono sempre più attraverso le tecnologie digitali, come le piattaforme internet, i social media e i dispositivi mobili.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

8. RIFERIMENTI

- **Riferimenti al capitolo 2:**

Cronbach J.L., 1980, *Toward reform of program evaluation*, Jossey-Bass Publishers, University of California.

Commissione europea, 2011, *Guida pratica alla preparazione delle proposte di programmi di spesa*, Bruxelles 2001.

Educazione per tutti, Comitato UNESCO https://www.unesco.pl/edukacja/edukacja-dla-wszystkich/

Kargul J., (2018), *Come si è sviluppata l'andragogia polacca?* [in:] "Lifelong Adult Education" Polish Journal of Continuing Education 4(103)/2018, pp. 255-262

Loeng S., (2018), *Vari modi di intendere il concetto di andragogia*, "Cogent education" Tailor and Francis Online, V. 5, Issue 1 https://doi.org/10.1080/2331186X.2018.1496643

Pawłowska-Cyprysiak K., *Come formare i dipendenti 50+* Istituto centrale per la tutela del lavoro - Istituto nazionale di ricerca Varsavia 2019

Rae L., 2003, *Pianificazione e progettazione della formazione*, OficynaEkonomiczna, Cracovia.

Smith M. K., (2002), *Malcolm Knowles, informal adult education, self-direction and andragogy,* "The encyclopaedia of pedagogy and informal education" https://infed.org/mobi/malcolm-knowles-informal-adult-education-self-direction-and-andragogy/

Stankiewicz A., Warwas I., Wiktorowicz J. (2019) *Rafforzare il potenziale dei dipendenti 50+*. Banca di esercizi STAY, Università di Lodz, Lodz.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

- **Riferimenti al capitolo 3:**

Le 5 abilità più preziose: Pazienza ed empatia. (n.d.), (2023, 1 febbraio). Platinum Healthcare. https://platinumhealthcare.com.au/5-most-valuable-skills-patience-and-empathy/

Comunicazione efficace in classe: Competenze per gli insegnanti. Formazione ad alta velocità. https://www.highspeedtraining.co.uk/hub/communication-skills-for-teachers/

Istituto sull'invecchiamento. (2016, 5 gennaio). *Ascolto attivo: How Caregivers Can Make Communicating with Older Adults Easier*.https://www.ioaging.org/caregiving/active-listening-caregivers-can-make-communicating-older-adults-easier/

Grant, S. C. (2023, 8 gennaio). *Perché la pazienza è importante quando si lavora con gli anziani?* Graying With Grace. https://www.grayingwithgrace.com/patience-important-with-the-elderly/

Schlomann A., Even C., Hammann T., (2022, 10 gennaio), *How Older Adults Learn ICT-Guided and Self-Regulated Learning in Individuals With and Without Disabilities*. Frontiers in Computer Science, V. 3. Doi:10.3389/fcomp.2021.803740

Comunicazione abile con le persone anziane. (n.d.). Servizio sanitario per gli anziani. https://www.elderly.gov.hk/english/carers_corner/communication_skills/comm_skilful.html

Parlare con i pazienti anziani. (n.d.). Istituto nazionale sull'invecchiamento. https://www.nia.nih.gov/health/talking-your-older-patients

- **Riferimenti al capitolo 4:**

Better Health Channel. (2011) *Sindrome del nido vuoto*. https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/empty-nest-syndrome#bhc-content

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Cleveland Clinic (2023) *Tecnofobia.* https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/22853-technophobia#:~:text=La%20tecnofobia%20è%20una%20paura%20sovrabbondante, può%20anche%20contribuire%20alla%20tecnofobia.

Eur J Ageing. (2017) *Social exclusion of older persons: a scoping review and conceptual framework*. European journal of ageing. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5550622/

Front Aging Neurosci. (2016) *Raccomandazioni per l'uso delle TIC nelle popolazioni anziane con disturbi affettivi.* https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5099137/

Köttl& Mannheim, EuroAgeism (2021) *Ageism and digital technology. Misure politiche per affrontare l'ageismo come barriera all'adozione e all'uso della tecnologia digitale.* https://euroageism.eu/wp-content/uploads/2021/03/Ageism-and-Technology-Policy-Brief.pdf

TYE Medical. (Giugno 2022)*8 motivi per cui gli anziani possono avere problemi con la tecnologia (e suggerimenti tecnici per superarli).* https://tyemedical.com/blog/8-reasons-seniors-can-struggle-with-technology-and-tech-tips-to-overcome/

Vaportzis, Clausen & Gow (2017) *Percezioni degli anziani sulla tecnologia e ostacoli all'interazione con i tablet computer: A Focus Group Study.* https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5649151/

OMS (2021) *Ageismo.* https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/ageing-ageism

- **Riferimenti al capitolo 5:**

Amsily, S. (2019). "*Gli anziani condividono il vantaggio delle "fake news" che i giovani". Gli faccio eco.*:https://www.lesechos.fr/tech-medias/medias/les-seniorspartagent-davantage-de-fake-news-que-les-jeunes-373303

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Benedetta, X. (2018) *"Principi metodologici delle aule per la terza età. Verso un invecchiamento attivo e sano e come prevenzione della dipendenza"*. Confederazione spagnola delle aule per la terza età

Rinderud, P. (2021*). "Anziani e tecnologia durante la Covid-19: le ultime intuizioni"*. Ericsson. https://www.ericsson.com/en/blog/2021/1/seniors-and-technology-during-covid

Statistiche (2020). *"Quota di utenti giornalieri di Internet in paesi europei selezionati in base all'età 2020*". https://www.statista.com/statistics/1241896/european-countries-internet-users-use-accessed-internet-daily-age/

- **Riferimenti al capitolo 6:**

Brady, Holt e Welt (2003) "L'*insegnamento tra pari negli istituti di apprendimento permanente*". https://www.researchgate.net/publication/248983553_Peer_Teaching_in_Lifelong_Learning_Institutes

Csábi, E., Emese H., Volosin, M. (2023) "La ricerca cognitiva: Principles and Implications", disponibile all'indirizzo: https://cognitiveresearchjournal.springeropen.com/

Chlup, D. T., & Collins, T. E. (2010). *"Rompere il ghiaccio: Usare i rompighiaccio e i ri-energizzatori con i discenti adulti"*. AdultLearning, 21*(3-4), 34-39*.

Eggleston, T. (2002) *"Costruire la comunità in classe attraverso i rompighiaccio e i saluti*". https://teachpsych.org/resources/Documents/otrp/resources/eggleston04.pdf

Klaus Bruhn Jensen (caporedattore), Robert T. Craig (caporedattore), Jefferson D. Pooley (redattore associato), Eric W. Rothenbuhler (redattore associato) (2016)
"Enciclopedia internazionale di teoria e filosofia della comunicazione".

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute

Mathias, E. (2019) *"25 attività per rompere il ghiaccio agli adulti*".
https://www.signupgenius.com/groups/group-icebreaker-activities-adults.cfm

West, E. (1999). "*Il grande libro dei rompighiaccio: Attività rapide e divertenti per dare energia a riunioni e workshop"*.New York, NY: McGraw-Hill.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute