Co-funded by the European Union

BY NC SA

Αυτό το έργο συγχρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη του προγράμματος ERASMUS+ της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Αυτή η δημοσίευση αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις των συγγραφέων της και ούτε η Ευρωπαϊκή Επιτροπή ούτε ο SEPIE μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Θέμα

Ικανότητες ζωής και σταδιοδρομίας

Διάρκεια

60–70 λεπτά

Επίπεδο

Αρχάριο

Χρησιμοποιούνται Αρχές Υπολογιστικής Σκέψης

☑ Αποσύνθεση
☑ Αναγνώριση προτύπων
☑ Αφαίρεση
☐ Αλγοριθμική σκέψη

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟ ΚΟΥΤΙ ΑΠΟΣΥΝΔΕΔΕΜΕΝΩΝ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

«Τι πρέπει να κάνω;» – Αποφάσεις για την υγεία μέσω ψηφοφορίας

Σε αυτή τη δραστηριότητα, οι συμμετέχοντες εξερευνούν καθημερινές καταστάσεις υγείας και αποφασίζουν ποιες ενέργειες θα κάνουν ψηφίζοντας. Ακούν διαφορετικές επιλογές, επιλέγουν αυτό που πιστεύουν ότι είναι καλύτερο και συζητούν τις αποφάσεις τους. Οι συμμετέχοντες αναλογίζονται τι είναι σημαντικό για την υγεία τους και μαθαίνουν ο ένας από τις εμπειρίες του άλλου. Στο τέλος, νιώθουν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση όταν παίρνουν απλές αποφάσεις για την υγεία.

Ομάδα-στόχος

☑ Ενήλικες χαμηλής ειδίκευσης με χαμηλές ψηφιακές ικανότητες
☑ Ενήλικες χαμηλής ειδίκευσης με περιορισμένη τυπική εκπαίδευση ή προσόντα
☑ Ενήλικες με χαμηλή ειδίκευση και χαμηλή συμμετοχή σε ευκαιρίες διά βίου μάθησης/κατάρτισης

Μαθησιακοί στόχοι

Με το τέλος αυτής της δραστηριότητας, οι ενήλικες εκπαιδευόμενοι θα είναι σε θέση να:

- Αναλύσουν μια απλή κατάσταση υγειονομικής περίθαλψης σε σαφή και διαχειρίσιμα βήματα.
- Αναγνωρίσουν κοινές ενέργειες και επαναλαμβανόμενα μοτίβα σε καθημερινές καταστάσεις που σχετίζονται με την υγεία.
- Προσδιορίσουν τις βασικές πληροφορίες που απαιτούνται για τη λήψη μιας ασφαλούς και τεκμηριωμένης απόφασης.
- Επιλέξουν, εξηγήσουν και αιτιολογήσουν τις κατάλληλες ενέργειες σε βασικά σενάρια υγειονομικής περίθαλψης.

Τομείς Αρμοδιότητας

α) Ικανότητες καινοτομίας

☐ Δημιουργικότητα
☑ Κριτική σκέψη
☐ Επίλυση προβλήματος

Μεθοδολογική Προσέγγιση

☑ Παιχνιδοποίηση
☐ Μάθηση με βάση τις προκλήσεις
☑ Συνεργατική μάθηση
☐ Βιωματική μάθηση

- ☑ Επικοινωνία
- ☑ Συνεργασία

β) Ικανότητες Πληροφοριακής Παιδείας

- ☑ Ικανότητα πρόσβασης, κατανόησης και κριτικής ανάλυσης πληροφοριών
- ☐ Ερμηνεία ψηφιακού και οπτικού περιεχομένου
- ☐ Επίγνωση της επιρροής και των προκαταλήψεων των μέσων ενημέρωσης

γ) Ικανότητες ζωής και σταδιοδρομίας

- ☑ Ευελιξία και προσαρμοστικότητα
- ☑ Πρωτοβουλία και αυτονομία
- ☐ Κοινωνικότητα και διαπολιτισμική ικανότητα
- ☐ Παραγωγικότητα
- ☐ Ηγεσία και υπευθυνότητα

Μαθησιακά Αποτελέσματα

Οι ενήλικες εκπαιδευόμενοι θα είναι σε θέση να:

- Αναλύσουν μια οικεία κατάσταση υγειονομικής περίθαλψης σε σαφή και διαχειρίσιμα βήματα.
- Προσδιορίσουν κοινές ενέργειες και επαναλαμβανόμενα μοτίβα σε καθημερινές καταστάσεις που σχετίζονται με την υγεία.
- Διακρίνουν τις βασικές πληροφορίες από τις λιγότερο σχετικές λεπτομέρειες.
- Επιλέξουν μια κατάλληλη και ασφαλή πορεία δράσης σε ένα βασικό σενάριο υγειονομικής περίθαλψης.

Σημειώσεις

- Χρησιμοποιήστε απλά, ρεαλιστικά και οικεία σενάρια υγειονομικής περίθαλψης που σχετίζονται με την καθημερινή ζωή των συμμετεχόντων.
- Αποφύγετε σενάρια που απαιτούν από τους συμμετέχοντες να διαγνώσουν ασθένειες ή να συστήσουν ιατρικές θεραπείες.
- Χρησιμοποιήστε μεθόδους ψηφοφορίας, όπως σήκωμα χεριών, μετακίνηση σε διαφορετικές περιοχές της αίθουσας ή χρήση καρτών χειρονομιών, για να αυξήσετε τη συμμετοχή και την αφοσίωση.
- Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να συζητήσουν και να

εξηγήσουν τις επιλογές τους, αλλά μην πιέζετε κανέναν να μιλήσει ή να αποκαλύψει προσωπικές πληροφορίες υγείας.

- Χρησιμοποιήστε σαφή, προσβάσιμη γλώσσα και εξηγήστε άγνωστους όρους υγειονομικής περίθαλψης όταν είναι απαραίτητο.
- Διατηρήστε ένα ασφαλές, σεβαστό και μη επικριτικό περιβάλλον μάθησης καθ' όλη τη διάρκεια της δραστηριότητας.

Co-funded by the European Union

Βήμα 1. Αποσύνθεση

Ο συντονιστής παρουσιάζει μια απλή και οικεία κατάσταση υγειονομικής περίθαλψης, για παράδειγμα: «Αισθάνεστε αδιαθεσία», «Ξεχάσατε να πάρετε το φάρμακο που σας έχει συνταγογραφηθεί», «Έχετε πονοκέφαλο;», «Αισθάνεστε ζάλη;».

Οι συμμετέχοντες καλούνται να:

- Περιγράψουν τι συμβαίνει.
- Προσδιορίσουν το κύριο πρόβλημα.
- Αναλύσουν την κατάσταση.
- Εξηγήσουν τι πρέπει να συμβεί πρώτα, μετά και μετά.
- Προσδιορίσουν ποιες πληροφορίες χρειάζονται πριν αποφασίσετε τι να κάνετε.

Υποστήριξη διαμεσολαβητή

- Ο διαμεσολαβητής μπορεί να ρωτήσει: «Τι κάνουν συνήθως οι άνθρωποι σε μια τέτοια κατάσταση;», «Τι θα κάνατε πρώτα;», «Τι πληροφορίες θα χρειαζόσασταν;»
- Επισημάνετε τις ομοιότητες.
- Ενθαρρύνετε τη συζήτηση.

Αυτό το βήμα βοηθά τους συμμετέχοντες να κατανοήσουν τις καθημερινές καταστάσεις υγειονομικής περίθαλψης με σαφή, δομημένο και διαχειρίσιμο τρόπο.

Βήμα 2. Αναγνώριση προτύπων

Ο διαμεσολαβητής παρουσιάζει πολλές παρόμοιες καταστάσεις υγειονομικής περίθαλψης και πιθανές απαντήσεις.

Οι συμμετέχοντες καλούνται να:

- Προσδιορίσουν κοινές δράσεις, όπως:
  - ✓ Ζητώντας βοήθεια
  - ✓ Ανάπαυση
  - ✓ Λήψη φαρμάκων
- Αναγνωρίσουν τι κάνουν συνήθως οι άνθρωποι σε αυτές τις καταστάσεις.

Υποστήριξη διαμεσολαβητή:

- Ο διαμεσολαβητής μπορεί να ρωτήσει: «Τι κάνουν συνήθως οι άνθρωποι σε τέτοιου είδους καταστάσεις;», «Ποια ενέργεια θα μπορούσε να βοηθήσει;», «Ποια ενέργεια θα

μπορούσε να είναι επικίνδυνη;»
- Επισημάνετε τις ομοιότητες και τα επαναλαμβανόμενα μοτίβα, υπενθυμίζοντας παράλληλα στους συμμετέχοντες ότι παρόμοια συμπτώματα μπορεί να έχουν διαφορετικές αιτίες και δεν πρέπει να οδηγούν αυτόματα στην ίδια απόκριση.
- Ενθαρρύνετε τη συζήτηση.

Αυτό το βήμα βοηθά τους ενήλικες εκπαιδευόμενους να αναγνωρίσουν κοινά μοτίβα σε καθημερινές καταστάσεις υγειονομικής περίθαλψης και να εντοπίσουν ενέργειες που μπορούν να υποστηρίξουν την ασφαλή λήψη αποφάσεων.

Βήμα 3. Αφαίρεση

Οι ενήλικες εκπαιδευόμενοι προσδιορίζουν τις πληροφορίες και τις ενέργειες που είναι πιο σημαντικές για τη λήψη μιας ασφαλούς απόφασης.

Καλούνται να:
- Προσδιορίσουν το κύριο πρόβλημα υγείας.
- Εστιάσουν σε σχετικές πληροφορίες, όπως η σοβαρότητα και η διάρκεια των συμπτωμάτων.
- Σκεφτούν εάν το άτομο έχει υπάρχουσες παθήσεις υγείας ή συνταγογραφούμενες οδηγίες.
- Διακρίνεουν τις βασικές πληροφορίες από τις λιγότερο σχετικές λεπτομέρειες.

Υποστήριξη διαμεσολαβητή
- Ο συντονιστής μπορεί να ρωτήσει: «Ποιες πληροφορίες είναι πιο σημαντικές εδώ;», «Πόσο σοβαρή φαίνεται η κατάσταση;», «Πόσο καιρό αισθάνεται έτσι το άτομο;», «Χειροτερεύει η κατάσταση;», «Χρειάζεται το άτομο επαγγελματική βοήθεια;»
- Δώστε έμφαση σε απλές αποφάσεις
- Υποστηρίξτε τους ενήλικες εκπαιδευόμενους να επικεντρωθούν στην υγεία και την ασφάλεια αντί να κάνουν υποθέσεις ή να προσπαθήσουν να διαγνώσουν την πάθηση.

Co-funded by the European Union

«Τι πρέπει να κάνω;» – Αποφάσεις για την υγεία μέσω ψηφοφορίας

Αυτό το βήμα βοηθά τους ενήλικες εκπαιδευόμενους να απλοποιήσουν τις καταστάσεις υγειονομικής περίθαλψης, να εντοπίσουν τις πιο σχετικές πληροφορίες και να λάβουν ασφαλέστερες αποφάσεις.

Στοιχείο Gamification (Δραστηριότητα ψηφοφορίας)

Ο συντονιστής διαβάζει μια κατάσταση, για παράδειγμα: «Ένας 80χρονος άνδρας ή γυναίκα έχει πονοκέφαλο για αρκετές ώρες. Τι πρέπει να κάνουν;»

Στη συνέχεια, ο συντονιστής δίνει 2-3 πιθανές ενέργειες, για παράδειγμα:

- "Ξεκουραστείτε στο σπίτι"
- "Καλέστε έναν γιατρό"
- «Αγνοήστε το πρόβλημα»

Οι ενήλικες εκπαιδευόμενοι ψηφίζουν:

- Σηκώνοντας τα χέρια;
- Μετακινόμενοι σε διαφορετικές περιοχές του δωματίου.
- Χρησιμοποιώντας απλές χειρονομίες, όπως αντίχειρες προς τα πάνω, προς τα πλάγια ή προς τα κάτω.

Μετά την ψηφοφορία:

- Οι ενήλικες εκπαιδευόμενοι εξηγούν τις επιλογές τους.
- Η ομάδα συζητά ποια επιλογή είναι η καλύτερη και γιατί.

Ο συντονιστής διευκρινίζει ότι ο σκοπός δεν είναι η διάγνωση ασθενειών, αλλά η εξάσκηση στην αναγνώριση σχετικών πληροφοριών και στην επιλογή ασφαλών ενεργειών. Όταν συζητείται η φαρμακευτική αγωγή, οι ενήλικες εκπαιδευόμενοι θα πρέπει να ακολουθούν τις συνταγογραφούμενες οδηγίες ή να ζητούν συμβουλές από φαρμακοποιό ή γιατρό αντί να κάνουν ανεξάρτητες αλλαγές.