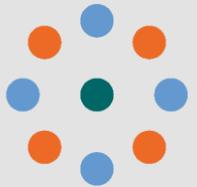


Modul 1

Veščine in kompetence za lažjo uporabo e-zdravja



Co-funded by
the European Union



HEAL
E-HEALTH LITERACY

Kolofon

Projekt je financirala Evropska komisija. Gre za strateško partnerstvo KA2 Erasmus+ z referenčno številko 2021-1-DE02-KA220-ADU-000026661. Financirano s strani Evropske unije. Izražena stališča in mnenja so zgolj stališča in mnenja avtorja(-ev) in ni nujno, da odražajo stališča in mnenja Evropske unije ali Evropske izvajalske agencije za izobraževanje in kulturo (EACEA). Zanje ne moreta biti odgovorna niti Evropska unija niti EACEA.

Datum: Avgust 2023

Projektni rezultat: PR2

Avtorji / Soavtorji:

Stiftung Digitale Chancen: Dörte Stahl, Nenja Wolbers

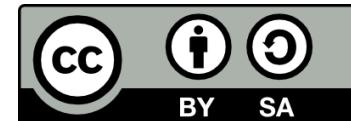
Asociacija "Viešieji interneto prieigos taškai": Monika Arlauskaitė, Laura Grinevičiūtė

IASIS NGO: Athanasios Loules, Theodora Alexopoulou, Ilias - Michael Rafail

Ynternet.org: Leonor Afonso, Thanasis Priftis

Simbioza Genesis, socialno podjetje: Brigita Dane

Licenca: Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International



Učni rezultati

Po usposabljanju boste:

1. seznanjeni z vsebino projekta HEAL, potekom učnega programa in učnimi cilji posameznih modulov ter znali pridobljeno znanje predstaviti udeležencem
2. seznanjeni z najpomembnejšimi teorijami o izobraževanju odraslih in jih znali vključiti v potek izobraževanja
3. znali izvesti usposabljanje, ki bo vključevalo temeljna načela izobraževanja odraslih in jih implementirati v potek celotnega programa izobraževanja
4. razumeli koncept e-zdravja in e-zdravstvene pismenosti ter znali pridobljeno znanje predstaviti udeležencem izobraževanja



Co-funded by
the European Union

Predavanje št. 1

Uvod

Spoznajmo se

Spoznajmo projekt HEAL

Spoznajmo še ostale module



Co-funded by
the European Union

Spoznajmo se

NAREDITE KRATKO PREDSTAVITEV SEBE (KOT TRENERJA/KE).

- predstavite se
- navedite nekaj informacij o svojem dosedanjem delu in preteklih izkušnjah kot trener/ka
- pojasnite razlog/motivacijo, zakaj ste postali trener programa

POVABITE UDELEŽENCE, DA SE NA KRATKO PREDSTAVIJO

- udeleženci se na kratko predstavijo
- pojasnijo svoje izobraževalne potrebe in pričakovanja.
- pojasnijo, zakaj so se odločili za udeležbo na izobraževanju



Co-funded by
the European Union

Spoznamo projekt HEAL

SEZNANITE UDELEŽENCE S SPLOŠNIMI INFORMACIJAMI O PROJEKTU

Cilji projekta HEAL:

- zmanjšati vrzeli v digitalni zdravstveni pismenosti
- povečati digitalne veščine na področju zdravstvene pismenosti, zlasti med odraslimi in še posebej med ranljivimi skupinami
- povečati ozaveščenost o pomenu e-zdravstvene pismenosti
- ozaveščanje o pomenu varnosti in informacijske pismenosti (mediji, naprave, storitve e-zdravja)

Projekt poteka v 5 državah: v Nemčiji, Litvi, Grčiji, Švici in Sloveniji

Obiščite spletno ostran: <https://heal-digital.org/>



Co-funded by
the European Union

Spoznajmo ostale module

Učni rezultati: Modul št. 2



Co-funded by
the European Union

VARSTVO PODATKOV IN DIGITALNE ZDRAVSTVENE KARTOTEKE

1. povezovanje podatkov in zasebnosti podatkov z uredbo GDPR in socialno-ekonomskim kontekstom podatkov e-zdravja
2. razumevanje, kako državljeni (udeleženci usposabljanja) komunicirajo s podatki in organizirajo zdravstvene prakse
3. ovrednotenje platform in rešitev na področju hrambe zdravstvenih podatkov
4. spremljanje ali blokiranje sledilnikov podatkov v osebnem spletnem okolju (neobvezno)

Spoznajmo
ostale module

Učni rezultati:
Modul št. 3



Co-funded by
the European Union

ISKANJE IN IZBIRANJE INFORMACIJ

1. seznanjanje z načini naprednega iskanja informacij, povezanih z zdravjem, z uporabo Googlovih storitev in izdelkov
2. razlikovanje med varnimi in zanesljivimi zdravstvenimi informacijami na internetu
3. poznavanje načinov, kako družbeni mediji priomorejo k iskanju in izbiri zanesljivih in zaupanja vrednih zdravstvenih informacij na spletu

Spoznejmo ostale module

Učni rezultati: Modul št. 4



Co-funded by
the European Union

INTERAKCIJA S STORITVAMI IN NJIHOVA UPORABA

1. razvrščanje in prilagajanje posameznih vrst e-zdravstvenih storitev ciljnim skupinam.
2. pridobivanje poglobljenega znanja o posebnih aplikacijah in usposabljanje udeležencev za uporabo aplikacij
3. razumevanje sledilnih naprav in senzorjev v mobilnih napravah
4. spoznavanje spletnih lekarn in e-receptov, predstavljanje njihove uporabnosti in zmanjševanje strahu pred uporabo le-teh

Spoznajmo
ostale module

Učni rezultati:
Modul št. 5



Co-funded by
the European Union

KOMUNIKACIJA IN STIK Z ZDRAVSTVENIM OSEBJEM

1. prepoznavanje vrednost telekomunikacijskih tehnologij in storitev, ki se uporabljajo za krepitev duševnega in telesnega zdravja na daljavo
2. uporabljanje tehnologije na področju zdravja na daljavo
3. razumevanje digitalne potrebe odraslih z nizkimi digitalnimi spretnostmi
4. razumevanje, kako pomagati odraslim z nizkimi digitalnimi spretnostmi pri vključevanju telemedicinskih praks v njihovo vsakdanje življenje

Aktivnost št. 1

Jaz in kdo je še v bližini?

KORAKI:

1. Udeležence povabite, naj se udobno namestijo na stole in jih prosite, naj zaprejo oči.
2. Nato jih prosite, naj globoko vdihnejo in globoko izdihnejo, ko boste prešteli do tri. Vajo skupaj ponovite trikrat.
3. Po končani vaji jih prosite, naj odprejo oči.
4. Nato jim razložite, da naj se v naslednji minuti poskušajo osredotočiti na tri stvari, ki jim predstavljajo nekaj lepega, pozitivnega, privlačnega, nekaj, kar jih osrečuje, izpopolnjuje in podobno (lahko je kar kolikogodek, stvar, oseba itd.).



Co-funded by
the European Union

Aktivnost št. 1

Jaz in kdo je še v bližini?

KORAKI:

- Pri vsaki posamezni vizualizaciji in ko so v stanju samopočutja, morajo narediti globok vdih in globok izdih.
- Udeležence prosite, naj zaprejo oči, vi pa začnite meriti čas 1 minute.
- Po preteku 1 minute jih prosite, naj odpro oči in se obrnejo k osebi, ki sedi poleg njih (če imate večje število udeležencev, lahko v vsako skupino razvrstite več udeležencev).
- Udeležence v vsaki skupini prosite, naj v 3 minutah poiščejo vsaj pet stvari, ki so jim skupne (npr. vsi imajo brata, vsi so vegetarijanci, vsi imajo za hišnega ljubljenčka psa itd.).
- Po preteku 3 minut vsaka skupina deli svoje odgovore.



Co-funded by
the European Union

Predavanje št. 2

Kratek vpogled v učenje odraslih

MENTIMETER: <https://www.mentimeter.com/>

Na kaj najprej pomislite, ko slišite besede:

IZOBRAŽEVANJE

UČENJE

ODRASLI



Co-funded by
the European Union

Vrste izobraževanja

Formalno izobraževanje

Neformalno izobraževanje

Priložnostno/informalno izobraževanje



Co-funded by
the European Union

Formalno izobraževanje

7ZNAČILNOSTI FORMALNEGA IZOBRAŽEVANJA

(Brembeck)

- **struktura:** zelo strukturirana ("koordiniran in zaporeden sistem")
- **vsebina:** akademska, abstraktna
- **čas:** usmerjen v prihodnost
- **nagajevanje:** ponavadi je odloženo in dolgoročno
- **lokacija:** zelo vidna in ustaljena
- **metoda:** prenos standardiziranega znanja z učitelja na učenca v razredu, udeleženci: učitelji so formalno kvalificirani, učenec formalne šole (običajno starostno opredeljen). Neuspeh: družbena stigma
- **funkcija:** zadovoljevanje potreb, za katere se domneva, da jih ljudje imajo

Vir: Brembeck, S.C . (1978), Formal Education, Non-Formal Education and Expanded Conceptions of Development, <file:///C:/Users/HP/Downloads/msu-oo11.PDF>



Co-funded by
the European Union

Neformalno izobraževanje

7 ZNAČILNOSTI NEFORMALNEGA IZOBRAŽEVANJA

(Brembeck)

- **struktura:** gre bolj za podsektor, kot pa za sistem
- **vsebina:** osredotočena na opravljanje nalog ali usvajanje veščin, s cilji, ki se nanašajo na uporabo v praksi, v vsakodnevnih situacijah
čas: usmerjen v sedanjost
- **nagrade:** koristi so otipljive in takojšnje
- **lokacija:** majhna prepoznavnost, lahko se zgodi na skoraj vsaki lokaciji
- **metoda:** vsebinsko specifična, pri čemer so izobraževalna prizadevanja usmerjena v uporabnost
- **udeleženci:** lahko so iz vseh starostnih skupin, učitelji so različno usposobljeni (ni nujno, da imajo formalni naziv). Neuspeh (učenci): majhna ali nikakršna družbena stigma
- **funkcija:** zadovoljiti potrebe, ki jih naj bi jih učenci navedli, da jih imajo

Vir: Brembeck, S.C. (1978), Formal Education, Non-Formal Education and Expanded Conceptions of Development, <file:///C:/Users/HP/Downloads/msu-0011.PDF>



Co-funded by
the European Union

Priložnostno/ informalno izobraževanje

ZNAČILNOSTI PRILOŽNOSTNEGA/INFORMALNEGA IZOBRAŽEVANJA

- izobraževanje, ki poteka vsak dan pogosto na nezavedni ravni
- ljudje iz vseh okolij se lahko (se) neformalno izobražujejo
- vsakdo (ali celo "karkoli") je lahko učitelj
- spontano
- brez strukture in ravni
- brez navodil, učnih načrtov ali standardov
- nima enakega pomena kot formalno ali neformalno izobraževanje
(opomba: z ogledom nekaj sezoni serije Zdravnikova vest, ne postanete zdravnik!)

Vir: The different types of informal education, <https://www.througheducation.com/the-different-types-of-informal-education/>



Co-funded by
the European Union

Definicije

UČENJE:

Proces pridobivanja znanja in izkušenj (Knowles).

Vir: Knowles M.S. et. all (2015) Adult Learner: The Definitive Classic in Adult Education and Human Resource Development, <http://intrpr.info/library/books/knowles-the-adult-learner.pdf>

ODRASLI:

V vseh državah članicah EU je polnoletnost 18 let, razen na Škotskem, kjer velja, da so otroci polnoletni že pri 16 letih.

Vir: Age of majority, <https://fra.europa.eu/en/publication/2017/mapping-minimum-age-requirements/age-majority>



Co-funded by
the European Union

Izobraževanje/ učenje odraslih

IZOBRAŽEVANJE/UČENJE ODRASLIH

- proces, v katerem se odrasli izobražujejo
- proces, v katerem odrasli pridobivajo znanje, veščine in kompetence
- praksa poučevanja in izobraževanja odraslih (ki je značilna samo za odrasle)
- imenovano tudi andragogika
- prepleta se s konceptom vseživljenjskega učenja

Vir: What is Adult Learning; <https://www.igi-global.com/dictionary/adult-learning/713>

Po EPRS*:

termin se nanaša na celotno paleto formalnih, neformalnih in priložnostnih učnih aktivnosti, tako splošnih kot poklicnih, ki jih odrasli opravljajo po zaključku začetnega izobraževanja in usposabljanja.

** European Parliamentary Research Service*

Vir: <https://www.europarl.europa.eu/thinktank/infographics/lifelonglearning/>



Co-funded by
the European Union

Tradicionalne teorije učenja

Teorija učenja: okvir, ki opisuje način absorbiranja, procesiranja in ohranjanja informacij med učenjem.

BEHAVIOURIZEM

- temelji na opaznih spremembah vedenjskih vzorcev
- nov vedenjski vzorec se ponavlja, dokler ne postane samodejen
- pridobivanje znanja - učenec je odvisen od učitelja
- učenec velja za *tabula raso*

KOGNITIVIZEM

- do sprememb v vedenju pride s postopnim razvojem posameznikovih kognitivnih sposobnosti - proces poteka v učenčevem umu
- učenje temelji na procesiranju informacij
- učitelj je posredovalec znanja; učenec - pasivni prejemnik

Vir: Teorije učenja/Theories of Learning, https://nanopdf.com/download/slo_pdf



Co-funded by
the European Union

Tradicionalne teorije učenja

KONSTRUKTIVIZEM

- učenje je proces, v katerem učenec nadgrajuje znanje na podlagi preteklih izkušenj
- učitelj je le spodbujevalec učenčevega raziskovanja
- učenci sodelujejo in se učijo drug od drugega
- učenec je konstruktor informacij - povezuje nove informacije s predhodnim znanjem
- učenec oblikuje lastno mnenje, ne le da si zapomni "pravilne" odgovore ali predeluje mnenja drugih

Vir: Teorije učenja/Theories of Learning, https://nanopdf.com/download/slo_pdf



Co-funded by
the European Union

Teorije o učenju odraslih

TRANSFORMATIVNO UČENJE (*Mezirow*)

- lahko spremeni način, kako učenci razmišljajo o svetu in sebi
- izziva predpostavke, načela in prepričanja učencev
- učenci uporabljajo kritično mišljenje in preizpraševanje za vrednotenje svojih temeljnih prepričanj
- spremenjanje prepričanj učencev je hkrati lahko nagrajujoče in zahtevno

SAMO-NAČRTOVANO UČENJE (*Tough*)

- posameznik prevzame pobudo pri učenju brez pomoči drugih
- samostojno načrtuje, izvaja in vrednoti učne izkušnje
- lahko poteka zunaj/ znotraj učilnice

Vir: 10 Simple Principles of Adult Learning, <https://www.wgu.edu/blog/adult-learning-theories-principles2004.html#close>



Co-funded by
the European Union

Teorije o učenju odraslih



Co-funded by
the European Union

IZKUSTVENO UČENJE (*Kolb*)

- temelji na ideji, da odrasle oblikujejo njihove izkušnje
- stil učenja: praktične izkušnje, praktični in refleksivni pristopi, namesto da bi o temi samo poslušali, brali in se učili na pamet

PROJEKTNO LEARNING (*Dewey*)

- metoda izobraževanja "učenje z delom"
- podobna izkustvenemu učenju
- uporablja scenarije iz resničnega sveta in "ustvarja" projekte
- rezultati niso dokazani (ni tako učinkovita kot druge metode učenja)

Vir: *10 Simple Principles of Adult Learning:*

<https://www.wgu.edu/blog/adult-learning-theories-principles2004.html#close>

Andragogika

ANDRAGOGIKA (Knowles)

- umetnost in znanost poučevanja odraslih
- predpostavka: odrasli se učijo drugače kot otroci

Vir: 10 Simple Principles of Adult Learning: <https://www.wgu.edu/blog/adult-learning-theories-principles2004.html#close>



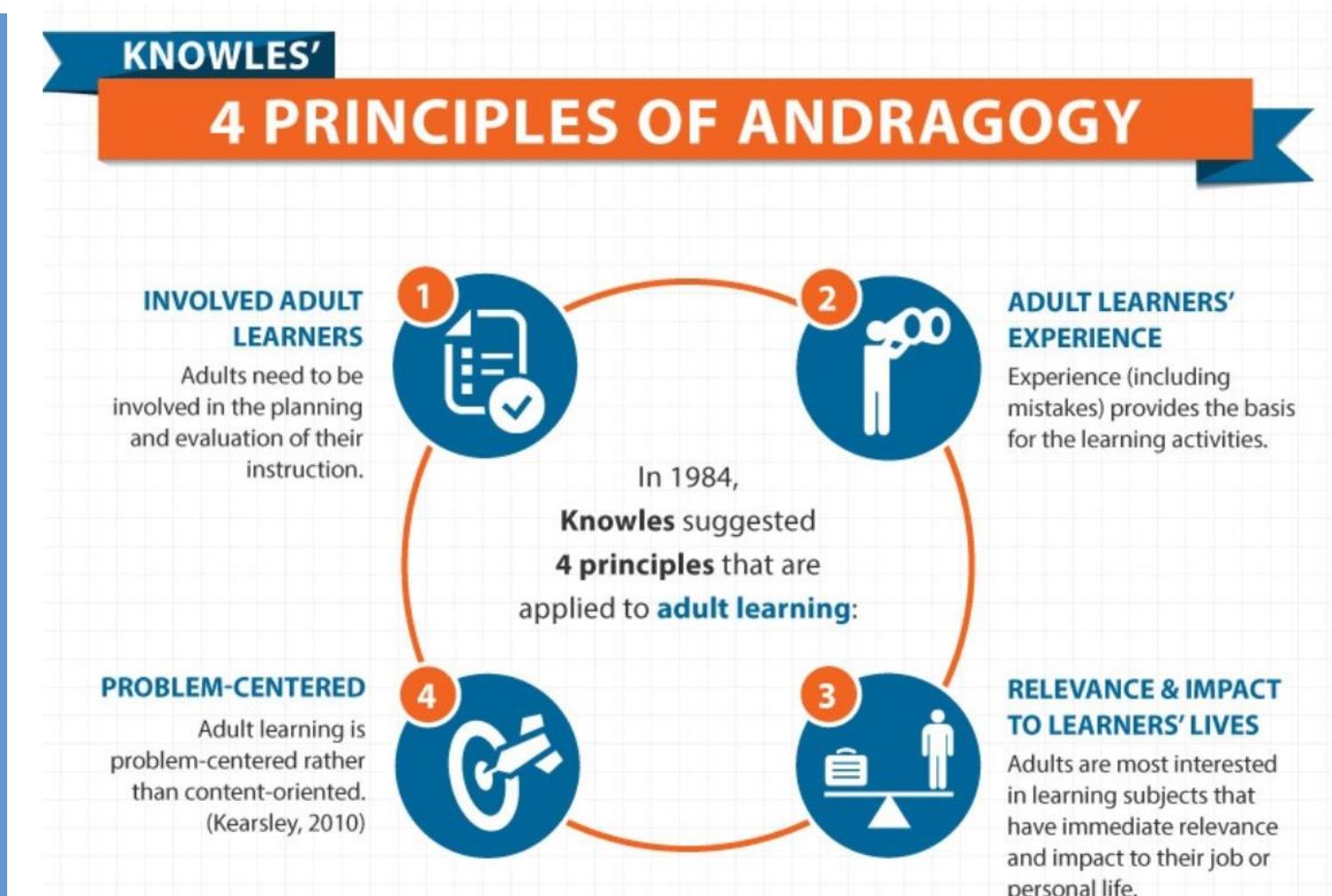
Co-funded by
the European Union

Andragogika

4 osnovna načela



Co-funded by
the European Union



Vir: *The Adult Learning Theory - Andragogy -Infographic*,
<https://elearninginfographics.com/adult-learning-theory-andragogy-infographic/>

Andragogika

4 osnovna načela

- KNOWLES'**
- ### 4 PRINCIPLES OF ANDRAGOGY
- VKLJUČENOST:** odrasli morajo biti vključeni v načrtovanje in vrednotenje učnega procesa
 - IZKUŠNJE:** so osnova za učno dejavnost/aktivnost (vključno z napakami)
 - OSREDOTOČENOST NA IZZIVE:** učenje odraslih je bolj usmerjeno k reševanju izzivov kot seznanju z učno vsebino
 - RELEVANTNOST IN UČINEK:** odrasli so bolj naklonjeni učnim vsebinam, ki imajo neposreden, takojšen učinek in vpliv na njihovo delo ali osebno življenje

Vir: The Adult Learning Theory - Andragogy –Infographic,
<https://elearninginfographics.com/adult-learning-theory-andragogy-infographic/>



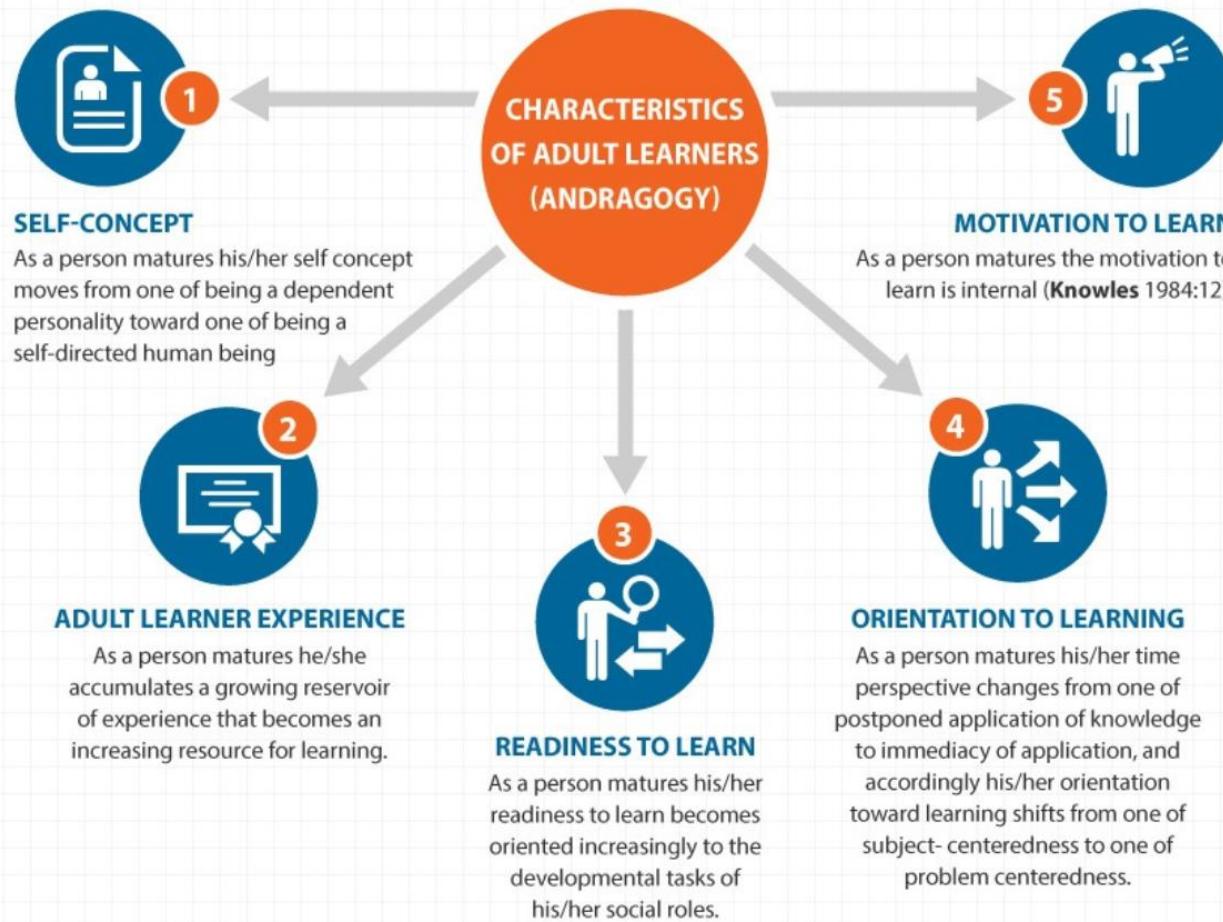
Co-funded by
the European Union

Andragogika 5 predpostavk o učečih se odraslih



Co-funded by
the European Union

KNOWLES' 5 ASSUMPTIONS OF ADULT LEARNERS



Vir: *The Adult Learning Theory – Andragogy - Infographic*,
<https://elearninginfographics.com/adult-learning-theory-andragogy-infographic/>

Andragogika

5 predpostavk o učečih se odraslih

KNOWLES'

5 ASSUMPTIONS OF ADULT LEARNERS

1. **SAMOPODOBA:** z odraslostjo se percepcija samopodobe spremeni iz odvisne osebnosti v samostojno osebnost
2. **IZKUŠNJE:** z odraslostjo izkušnje, postanejo pomemben vir za učenje
3. **PRIPRAVLJENOST:** z odraslostjo, se pripravljenost za učenje usmerja na področja, ki so vezana na družbene/socialne vloge
4. **ORIENTACIJA/NARAVNANOST:** z odraslostjo se spremeni časovna perspektiva iz odložene uporabe znanja v takojšnjo uporabo, temu primerno se spremeni tudi njena naravnost k učenju, in sicer iz osredotočenosti na temo v osredotočenost na izziv
5. **MOTIVACIJA:** z odraslostjo motivacija za učenje postane notranja

Vir: The Adult Learning Theory – Andragogy - Infographic,
<https://elearninginfographics.com/adult-learning-theory-andragogy-infographic/>



Co-funded by
the European Union

Značilnosti učečih se odraslih

- želijo vedeti, zakaj bi se morali nečesa naučiti
- potrebujejo notranjo motivacijo
- želijo vedeti, na kakšen način jim bo učenje koristilo
- v učni proces prinašajo predhodno znanje in izkušnje, ki so podlaga in osnova za njihovo učenje
- so usmerjeni vase in želijo prevzeti odgovornost za svojo učno izkušnjo
- najbolj jim ustreza učenje, usmerjeno k nalogam, ki se ujema z njihovo dejansko realnostjo
- manj fleksibilno/prilagodljivo razmišljanje

Vir in nadaljnje branje: 10 Simple Principles of Adult Learning,
<https://www.wgu.edu/blog/adult-learning-theories-principles2004.html#close>



Co-funded by
the European Union

Učni stili učečih se odraslih

VIZUALNI UČENCI: učenje je učinkovitejše, če so jim informacije predstavljene vizualno

- uporabite videoposnetke, slike, diagrame itd. - tudi drugi učenci bodo od tega imeli koristi
- napišite ključne točke - tako boste zagotovili vizualne napotke
- izogibajte se uporabi obsežnega besedila
- zamenjajte besede z barvami in slikami ter uporabite vaje, pri katerih učenci ustvarjajo miselne zemljevide
- barvno označite in uredite učno gradivo
- uporabite koncept *zgodbarjenja* (storytelling)
- raje se učijo sami v mirnem okolju

Vir: Adult Learning Styles: Helping Adults Learn with the VAK Model, <https://virtualspeech.com/blog/adult-learning-styles-vak-model>

Virtualno okolje: zaradi svoje grafične podobe je virtualno okolje zelo primerno za to vrsto učencev

Vir: Adult Learning Principles, <http://pictet-tempus.sstu.ru/doc/0302/Module%202%20-%20Adult%20Learning%20Principles.pdf>



Co-funded by
the European Union

Učni stili učečih se odraslih

SLUŠNI UČENCI: učenje z zvokom (glasba, posnetki, rime, ritem itd.)

- zapomnijo si pogovore - uporabite razpravo
- če je potrebno branje - uporabite zvočne knjige
- ko se učijo učno snov, naj poslušajo glasbo
- omogočite snemanje učnih ur ali omogočite dostop do učnih ur na spletu - koristno tudi za druge tipe odraslih učencev
- učenci naj se povežejo v pare in drug drugemu razložijo pojme
- spodbujajte glasno reševanje problemov
- uporabite mnemotehnična sredstva (kratice in akrostihe, asociacije, razčlenitev itd.)
- če razlagate zgodbo, predvajajte ustrezne zvoke
- prostorsko jim najbolj ustreza klasična učilnica

Vir: Adult Learning Styles: Helping Adults Learn with the VAK Model, <https://virtualspeech.com/blog/adult-learning-styles-vak-model>



Co-funded by
the European Union

Učni stili učečih se odraslih

Virtualno okolje:

- lahko dopolnjuje slog teh učencev (ne glede na to, da je večina informacij v spletnem okolju predstavljena vizualno)
- spodbujajte sodelovanje v skupinah in skupne dejavnosti (breakout rooms itd.).
- predvajajte zvočno ali video gradivo

Vir: Adult Learning Principles, <http://pictet-tempus.sstu.ru/doc/0302/Module%202%20-%20Adult%20Learning%20Principles.pdf>



Co-funded by
the European Union

Učni stili učečih se odraslih

KINAESTETIČNI UČENCI: pri učenju uporabljajo svoje telo

- omogočite telesno vadbo in praktične izkušnje
- uporabljajo naj pisalo in papir (pisanje je fizična vaja) - diagrami, grafi, zemljevidi
- interakcija s fizičnimi predmeti
- pri uporabi metode igranje vlog uporabite primere iz resničnega življenja
- svoje učne zapiske naj pregledajo med fizično dejavnostjo
- učijo naj druge člane razreda o nekaterih vsebinah učne ure
- če uporabljate vizualizacijo - razložite občutke, ki naj bi jih občutili
- prizorišče - velik prostor

Vir: Adult Learning Styles: Helping Adults Learn with the VAK Model, <https://virtualspeech.com/blog/adult-learning-styles-vak-model>



Co-funded by
the European Union

Učni stili učečih se odraslih

Virtualno okolje:

- virtualno okolje lahko zagotovi priložnosti za učenje tudi za to vrsto učencev
- uporabite simulacije s tridimenzionalno grafiko (kot nadomestek za fizične predstavitev)
- priporočljiva je kombinirana oblika tečajev - del izobraževanja se izvaja v fizičnem okolju, nato pa se o vsebini razpravlja prek spleta
- vključite tudi delo na terenu - organizirajte spletno razpravo pred in po izkušnji

Viri: Adult Learning Principles, <http://pictet-tempus.sstu.ru/doc/o3o2/Module%202%20-%20Adult%20Learning%20Principles.pdf>



Co-funded by
the European Union

5 predpostavk teorije o učečih se odraslih (Knowles) in e-učenje

- 1. SAMOPODOBA: ustvarite učne izkušnje, ki nudijo minimalno število navodil in največjo avtonomijo**
 - zagotovite sistem podpore - svetovanje in pomoč
 - predstavite jim orodja in vire - spodbujajte jih, da sami raziskujejo temo
 - pustite jim, da delajo samostojno
 - uporabite projekte za samostojno učenje ali skupinsko sodelovanje, ki vključujejo minimalno posredovanje učitelja

Vir: 9 Tips To Apply Adult Learning Theory to eLearning, <https://elearningindustry.com/9-tips-apply-adult-learning-theory-to-elearning>



Co-funded by
the European Union

5 predpostavk teorije o učečih se odraslih (Knowles) in e-učenje

2. IZKUŠNJE: vključite različne modele in teorije pri oblikovanju učnih gradiv, da boste lahko nagovorili različne ravni izkušenj in ozadij vaših slušateljev

- odrasli udeleženci so bolj raznoliki (različna ozadja, ravni izkušenj, spremnosti itd.)
- priporočljivo je pred začetkom usposabljanja izvedete anketo (preverite tehnično znanje, pomanjkljivosti, stopnjo izobrazbe itd.)
- ustvarite izkušnjo e-učenja, ki bo poučna in zanimiva/naj ne bo preveč zahtevna ali dolgočasna

Vir: 9 Tips To Apply Adult Learning Theory to eLearning, <https://elearningindustry.com/9-tips-apply-adult-learning-theory-to-elearning>



Co-funded by
the European Union

5 predpostavk teorije o učečih se odraslih (Knowles) in e-učenje

3. PRIPRAVLJENOST: uporabite socialne medije in orodja za spletno izmenjavo mnenj za uskladitev oz. povezovanje učenja s socialnim razvojem

- odrasli se bolj nagibajo k učnim izkušnjam, ki prinašajo koristi za njihov socialni razvoj (spretnosti, ki se nanašajo na njihove družbene vloge)

4. ORIENTACIJA/NARAVNANOST: poudarite, kako bo učna snov rešila njihove izzive

- odrasli učeči imajo potrebo po tem, da želijo vedeti, zakaj so vključeni v proces e-učenja (ne le zato, da bi pridobili konkretno informacijo, želijo vedeti, kje lahko te informacije uporabijo v neposrednem času (tukaj in zdaj, ne v prihodnosti))

Vir: 9 Tips To Apply Adult Learning Theory to eLearning, <https://elearningindustry.com/9-tips-apply-adult-learning-theory-to-elearning>



Co-funded by
the European Union

5 predpostavk teorije o učečih se odraslih (Knowles) in e-učenje

- priporočljivo je, da jim v učni vsebini ponudite primere in scenarije iz resničnega sveta/življenja

5. MOTIVACIJA: za vsak e-učni program, modul ali izobraževalno dejavnost mora obstajati tehten razlog/cilj

- motivacija je pri odraslih učečih ključnega pomena
- ponudite jim tehten razlog za vsako e-učno dejavnost, nalogu, preverjanje ali modul e-učenja, ki ga bodo morali opraviti

Vir: 9 Tips To Apply Adult Learning Theory to eLearning, <https://elearningindustry.com/9-tips-apply-adult-learning-theory-to-elearning>



Co-funded by
the European Union

Ovire pri izobraževanju učečih se odraslih

- pomanjkanje časa (zaposlitev, otroci itd.)
- dvom vase (prestar za učenje)
- nevroplastičnost možganov (biološki proces - naši možgani postanejo z leti manj plastični - težje razumemo nove stvari)
- finančne ovire
- protislovje (kot posledica nasprotja med tem, kar smo se naučili prej in novim pridobljenim znanjem)

Vir: 10 Simple Principles of Adult Learning, <https://www.wgu.edu/blog/adult-learning-theories-principles2004.html#close>



Co-funded by
the European Union

Motivacija učečih se odraslih

- ustvarite uporabne in relevantne učne prakse glede na starostno skupino in interese udeležencev
- omogočite jim raziskovanje (dostop do različnih vrst gradiv, referenc, infografik, videoposnetkov, predavanj, podcastov itd.): *Opomba: glas v videoposnetku ni vedno dovolj - pomemben je osebni stik - povabite nekaj strokovnjakov, avtorjev, profesorjev ali drugih strokovnjakov*
- uporabite humor
- razčlenite informacije
- spodbujajte učence (uporabite uganke, postavljajte provokativna vprašanja)
- poskrbite za vizualno privlačnost
- bodite spoštljivi
- pridobite povratne informacije

Vir: 17 Tips To Motivate Adult Learners, <https://elearningindustry.com/17-tips-to-motivate-adult-learners>



Co-funded by
the European Union

Aktivnost št. 2 Skupinska razprava

KORAKI:

- Po drugem predavanju ponovno pokažite rezultate Mentimetra (misli in asociacije udeležencev na besede izobraževanje, učenje, odrasli) in udeležence povabite, da jih komentirajo.
- Najprej uporabite nekaj vprašanj, na katera je mogoče odgovoriti s preprostim da ali ne, nato pa, da bi pospešili razpravo, počasi vključite vprašanja, na katera je mogoče odgovoriti le z mnenjem.
- Poskrbite, da bodo imeli vsi udeleženci skupine priložnost spregovoriti in izraziti svoje misli, tako da v razpravi ne bo prevladovala nobena oseba.
- Pojasnite in povzemite pomembne ugotovitve, argumente ali ideje.



Co-funded by
the European Union

Predavanje št. 2

Uvod v e- zdravje

MENTIMETER: <https://www.mentimeter.com/>

Na kaj najprej pomislite, ko slišite besodo:

E-ZDRAVJE



Co-funded by
the European Union

e-zdravje/ digitalno zdravje

- koncept je nastal z namenom označevanja uporabe informacijsko-komunikacijske tehnologije (IKT) v zdravstvenem sektorju
- področje na stičišču medicinske informatike, javnega zdravja in poslovanja
- nanaša se na zdravstvene storitve in informacije, ki se zagotavljajo prek interneta in sorodnih tehnologij
- izraz ne označuje le tehničnega razvoja, temveč tudi stanje duha, način razmišljanja, odnos in zavezanost k mrežnemu, globalnemu razmišljanju, da bi z uporabo IKT izboljšali zdravstveno varstvo na lokalni, regionalni in svetovni ravni

Vir: Eysenbach G. (2001), What is e-health, <https://www.jmir.org/2001/2/e20>



Co-funded by
the European Union

10 E-jev e-zdravja

1. učinkovitost (**Efficiency**) na področju zdravstvenega varstva - zmanjševanje stroškov
2. izboljšanje (**Enhacing**) kakovosti zdravstvenega varstva – omogoča uporabnikom primerjavo med različnimi izvajalci, usmerja paciente k najbolj kakovostnim izvajalcem itd.
3. posegi/intervencije na področju e-zdravja temeljijo na dokazih (**Evidence**)
4. krepitev in opolnomočenje (**Empowerment**) vloge uporabnikov in pacientov
5. spodbujanje (**Encouragment**) novega odnosa med pacientom in zdravstvenim delavcem – ustvarjanje partnerstva, kjer se odločitve sprejemajo na skupen način
6. izobraževanje (**Education**) zdravnikov prek spletnih virov (permanentno medicinsko izobraževanje) in uporabnikov(zdravstvena vzgoja, dostop do preventivnih informacij itd.)



Co-funded by
the European Union

10 E-jev e-zdravja

7. omogočanje (**Enabling**) standardizirane izmenjave informacij in komunikacije med zdravstvenimi ustanovami
8. razširitev (**Extending**) obsega zdravstvenega varstva prek običajnih meja - e-zdravje uporabnikom omogoča, da prek spleteta enostavno pridobijo zdravstvene storitve od globalnih ponudnikov
9. etika (**Ethics**) e-zdravja vključuje nove oblike interakcije med bolnikom in zdravnikom ter predstavlja nove izzive in grožnje za etična vprašanja, kot so npr. spletna strokovna dejavnost zdravnikov, zasebnost in vprašanja enakosti
10. enakost (**Equity**) - nevarnost, da e-zdravje poglobi vrzel med tistimi, ki "imajo", in tistimi, ki "nimajo"

Vir: Eysenbach G. (2001), What is e-health, <https://www.jmir.org/2001/2/e20>



Co-funded by
the European Union

E-ZDRAVJE MORA BITI TUDI:

- enostavno za uporabo
- zabavno (nihče ne bo uporabljal nečesa, kar je dolgočasno!)
- vznemirljivo, zanesljivo in uresničljivo
- predvsem pa mora obstajati ☺

Vir: Eysenbach G. (2001), What is e-health, <https://www.jmir.org/2001/2/e20>





Vir: <https://www.youtube.com/watch?v=CZ2xv-GabHg>

Področja in storitve e- zdravja

Telemedicina

Mobilno zdravje

Nosljive naprave in ti. resne igre

Elektronske zdravstvene evidence



Co-funded by
the European Union

Telemedicina

- omogoča medicinske storitve/oskrbo na daljavo v realnem času
- dvosmerna komunikacija med pacientom in izvajalcem zdravstvenih storitev z uporabo elektronskih zvočnih in vizualnih sredstev
- izvaja se iz središča, ki je prostor, od koder zdravnik na daljavo opravlja storitve prek telekomunikacijskega sistema
- ne zahteva večjih stroškov, razen spletne kamere in varnega portala za paciente, ki zdravnika poveže z zaščiteno zbirko podatkov elektronskih zdravstvenih zapisov, podatkov itd.
- boljši dostop do medicinske diagnostike in zdravljenja (boljša dostopnost za paciente, zlasti tiste na območjih z omejenim številom lokalnih zdravstvenih strokovnjakov, lažje in hitrejše zagotavljanje drugega mnenja itd.)
- prihranek časa, denarja in potovanj za zdravnike in paciente
- skrajšanje čakalnih dob

Vir: What is Telemedicine?, <https://www.news-medical.net/health/What-is-Telemedicine.aspx>



Co-funded by
the European Union

Vrste telemedicine

- **spremljanje na daljavo:** vrsta tehnoloških naprav na daljavo spremiža zdravstveno stanje in klinične znake pacienta
- **shranjevanje in posredovanje: informacije o pacientu** (medicinske slike, biosignali) se lahko pošljejo specialistu, ko so bile pridobljene od pacienta
- **interaktivne storitve v realnem času:** takojšnje svetovanje bolnikom, ki potrebujejo zdravniško pomoč
- **telemedicinska nega, telenevropsihologija, telefarmacija, telerehabilitacija ...**

Vir: Types of Telemedicine, <https://www.news-medical.net/health/Types-of-Telemedicine.aspx>



Co-funded by
the European Union

Mobilno zdravje

Vrste aplikacij

- se nanaša na uporabo aplikacij v zdravstvu
- pomagajo zbirati in spremljati klinične podatke in podatke o pacientih, ki jih zdravstveni delavci zbirajo v realnem času
- **aplikacije za spremljanje na daljavo**
zdravnikom pomagajo pri oskrbi bolnikov in spremljanju njihovega stanja na daljavo (raven glukoze v krvi, raven kisika, srčni utrip, krvni tlak itd.)
- **klinične in diagnostične aplikacije**
omogočajo zdravnikom pregledovanje laboratorijskih izvidov, preverjanje elektronskih zdravstvenih evidenc, izvajanje digitalnega slikanja
- bolniki lahko prek aplikacij načrtujejo svoje obiske

Vir: mHealth apps: Types and Examples, <https://siliconithub.com/mhealth-apps-types-and-examples/>



Co-funded by
the European Union

Mobilno zdravje

Vrste aplikacij

- **aplikacije za zdravo življenje**
spremljanje meritev, kot so srčni utrip, prehrana, vadba in spanje
- **klinične referenčne aplikacije**
ustvarjene za iskanje referenc, virov in vodnikov na enem mestu
- **aplikacije za povečanje produktivnosti**
povečanje učinkovitosti pri izvajalcih zdravstvenih storitev (mobilni pregledi, načrtovanje zdravstvene oskrbe na domu, notranja poslovna komunikacija itd.)

Vir: mHealth apps: Types and Examples, <https://siliconithub.com/mhealth-apps-types-and-examples/>



Co-funded by
the European Union

Nosljive naprave in resne igre

NOSLJIVE NAPRAVE

- **pametna oblačila in dodatki**, kot so zapestnice, očala in ure za spremljanje in zbiranje informacij o našem zdravju in telesnem stanju

RESNE IGRE

- **posebne videoigre** ki se uporabljajo kot učni vir za zdravstvene delavce in študente medicine za izboljšanje njihovega usposabljanja o posameznih patologijah

Vir: eHealth, when technology becomes the key to social well-being, <https://www.iberdrola.com/innovation/ehealth>



Co-funded by
the European Union

Elektronske zdravstvene evidence

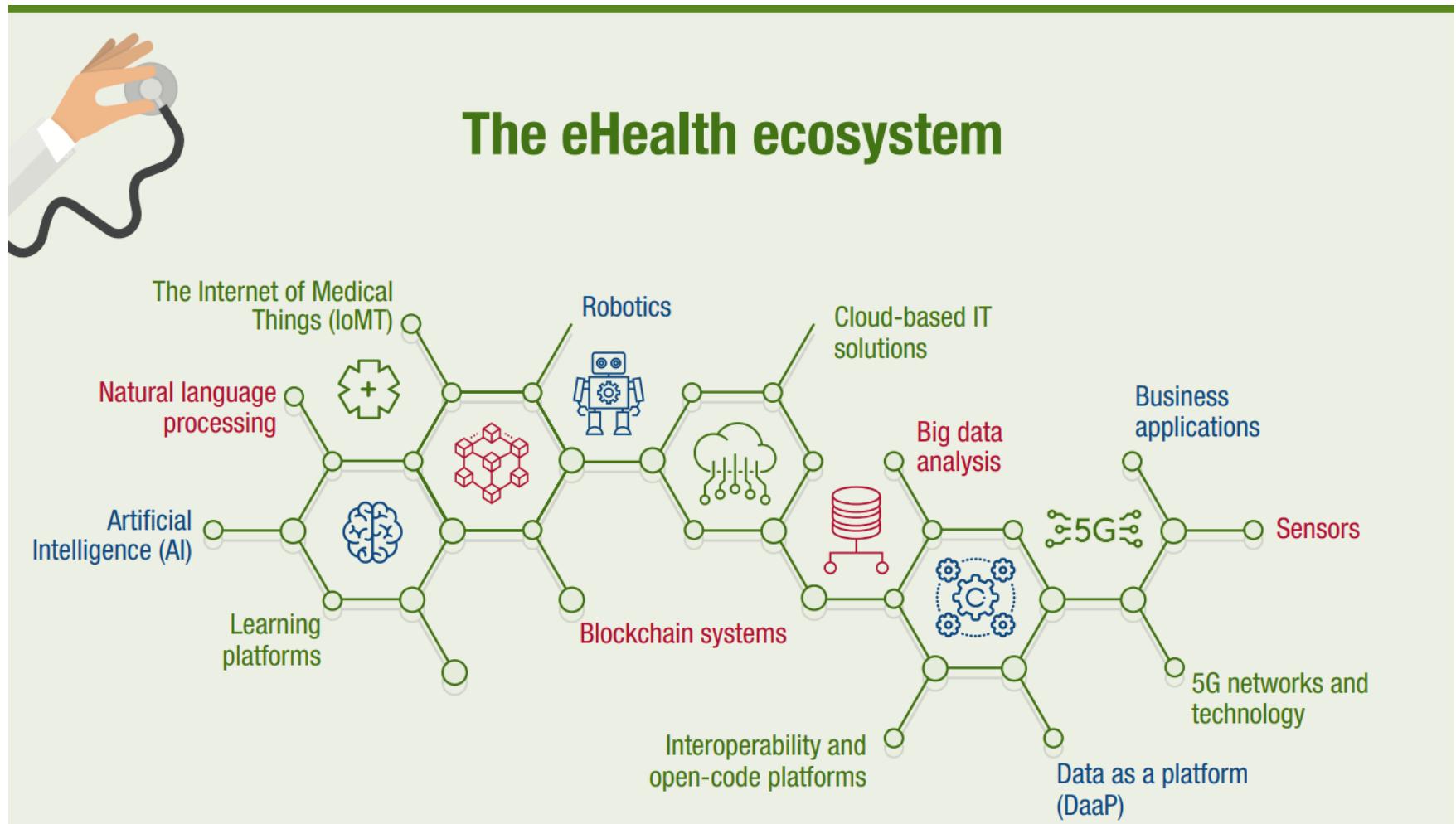
- digitalna različica pacientove papirnate kartoteke (pacientova anamneza, diagnoze, zdravila, načrt zdravljenja itd.)
- zapisi v realnem času, usmerjeni na pacienta, ki pooblaščenim uporabnikom omogočajo takojšen in varen dostop do informacij
- ponujajo dostop do orodij, ki temeljijo na podatkih in jih lahko izvajalci uporabljam pri sprejemanju odločitev o bolnikovi oskrbi
- avtomatizacija in racionalizacija delovnega procesa izvajalcev
- povečanje organiziranosti in natančnosti podatkov o pacientih

Vir: What Are Electronic Health Records (EHRs)?, <https://www.healthit.gov/topic/health-it-and-health-information-exchange-basics/what-are-electronic-health-records-ehrs>



Co-funded by
the European Union

Druga področja e-zdravja



Vir:

https://www.iberdrola.com/documents/20125/40261/Infographic_Ehealth_Ecosystem.pdf/ef1968bc-94c4-4a79-330a-da537c5a6968?t=1627032604639



Co-funded by
the European Union

Tehnologije, ki se uporabljajo v e-zdravju



Co-funded by
the European Union

Internet stvari (IoT)

- povezava med fizičnim in digitalnim svetom
- ključnega pomena pri opremi, kot so inhalatorji in avdiometri itd.

Velike podatkovne zbirke (Big Data)

- uporaba velikih količin podatkov za analizo omogoča prilagojeno zdravljenje
- pomaga pri odkrivanju dejavnikov tveganja in morebitnih stranskih učinkov

Umetna inteligenco (AI)

- pomaga zdravstvenim delavcem pri sprejemanju odločitev in s tem zagotavlja boljše zdravljenje

Virtualna/navidezna resničnost (VR)

- podpora pri rehabilitaciji bolnikov in zdravljenju psiholoških motenj

Vir: *What Are Electronic Health Records (EHRs)?*, <https://www.iberdrola.com/innovation/ehealth>

Tehnologije, ki se uporabljajo v e-zdravju

Veriženje blokov (Blockchain)

- omogoča bolj varen dostop do pacientove zdravstvene dokumentacije in učinkovitejšo administracijo
- farmacevtskim laboratorijem omogoča natančnejšo evidenco pri proizvodnji zdravil

3D in 4D tiskanje

- proizvodnja medicinskih izdelkov s 3D tiskalniki
- uporaba 4D tiskanja pri ultrazvočnem skeniraju

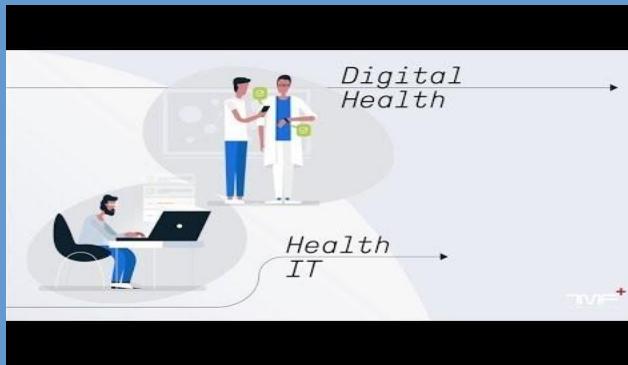
Chatbot

- orodje za hitrejšo komunikacijo - računalniški programi, ki uporabljajo (AI) in procesiranje naravnega jezika (NLP) za razumevanje vprašanj pacientov

Vir: eHealth, when technology becomes the key to social well-being,
<https://www.iberdrola.com/innovation/ehealth>



Co-funded by
the European Union



Vir: <https://www.youtube.com/watch?v=b59sGPXSNyk>

Prednosti e-zdravja

- dostopnost
- uporabnikom prilagojene intervencije
- opolnomočenje uporabnikov/pacientov
- stroškovna učinkovitost, možnost zmanjšanja stroškov
- anonimnost in zaupnost uporabnikov
- boljše vedenje pri skrbi za zdravje, boljši zdravstveni izidi
- dopolnjevanje informacij prejetih s strani zdravstvenih delavcev
- podpora skupnosti
- zvestoba uporabnikov
- intervencije na področju e-zdravja so za uporabnike običajno privlačnejše
- večja varnost pacientov/manj zdravniških napak

*Vir: Nievas Soriano et ale (2019) Health: advantages, disadvantages and guiding principles for the future,
https://www.researchgate.net/publication/334409444_eHealth_advantages_disadvantages_and_guiding_principles_for_the_future_Preprint*



Co-funded by
the European Union

Pomanjkljivosti e-zdravja

- zaskrbljenost glede kakovosti razpoložljivih zdravstvenih informacij (zlasti na internetu)
- težko razumljive informacije in težave pri presoji, ali so informacije primerne za uporabnika
- težave pri dostopu do elektronskih zdravstvenih informacij zaradi digitalnega razkoraka
- tveganje zaradi nepričakovanih neželenih učinkov
- pomisleki glede zasebnosti in varnosti
- stres ali tesnoba pri iskanju zdravstvenih informacij
- ustvarjanje nezaupanja
- etični in pravni pomisleki

*Vir: Nievas Soriano et ale (2019) Health: advantages, disadvantages and guiding principles for the future,
https://www.researchgate.net/publication/334409444_eHealth_advantages_disadvantages_and_guiding_principles_for_the_future_Preprint*



Co-funded by
the European Union

Smernice prihodnosti e-zdravja

- izboljšanje zdravja in e-zdravstvene pismenosti uporabnikov
- izobraževanje zdravstvenih delavcev in njihovo vključevanje v razvoj in zagotavljanje e-zdravja
- preučevanje in izboljšanje uporabnosti intervencij e-zdravja
- preučevanje učinkovitosti e-zdravja in zdravstvenih rezultatov
- iskanje načinov za zmanjšanje digitalnega razkoraka
- raziskati metode vrednotenja za zagotavljanje kakovosti e-zdravja
- prilaganje posegov e-zdravja potrebam uporabnikov
- ugotavljanje stroškov, učinkovitosti in trajnosti
- nadaljnje razvijanje etičnih vidikov

*Vir: Nievas Soriano et ale (2019) Health: advantages, disadvantages and guiding principles for the future,
https://www.researchgate.net/publication/334409444_eHealth_advantages_disadvantages_and_guiding_principles_for_the_future_Preprint*



Co-funded by
the European Union

Zdravstvena pismenost

- poiskati izvajalce ali zdravstvene ustanove
- izpolniti zapletene zdravstvene vprašalnike
- razumeti obrazce, ki jih moramo podpisati pred obravnavo
- razložiti zdravstveno anamnezo zdravstvenemu delavcu
- razumeti izraze, ki jih uporabljajo izvajalci zdravstvenih storitev
- razumeti, kako rizično vedenje vpliva na zdravje
- upoštevati navodila na predpisanih zdravilih
- načrtovati nadaljnjo oskrbo ali obiske itd.

Vir: 6 Health Literacy Challenges in Healthcare, <https://clarityssi.com/health-literacy-challenges>



Co-funded by
the European Union

e-zdravstvena pismenost/ digitalna zdravstvena pismenost

sposobnost poiskati, najti, razumeti in oceniti zdravstvene informacije iz elektronskih virov ter pridobljeno znanje uporabiti pri obravnavi ali reševanju zdravstvene težave

*Vir: eHealth Literacy: Essential Skills for Consumer Health in a Networked World,
<https://doi.org/10.2196/jmir.8.2.e9>*



Co-funded by
the European Union

Aktivnost št. 3

Skupinska razprava

KORAKI:

- Po tretjem predavanju ponovno pokažite rezultate Mentimetra (misli in asociacije udeležencev na besedo e-zdravje) in udeležence povabite, da jih komentirajo.
- Najprej uporabite nekaj vprašanj, na katera je mogoče odgovoriti s preprostim da ali ne, nato pa, da bi pospešili razpravo, počasi vključite vprašanja, na katera je mogoče odgovoriti le z mnenjem.
- Poskrbite, da bodo imeli vsi udeleženci skupine priložnost spregovoriti in izraziti svoje misli, tako da v razpravi ne bo prevladovala nobena oseba.
- Pojasnite in povzemite pomembne ugotovitve, argumente ali ideje.



Co-funded by
the European Union

1) Izobraževanje odraslih se nanaša na celotno paletto formalnih, neformalnih in priložnostnih učnih aktivnosti, tako splošnih kot poklicnih, ki jih odrasli opravljajo po zaključku začetnega izobraževanja in usposabljanja.

- a) **Pravilno**
- b) Napačno

2) Ena od značilnosti učečih se odraslih je, da v proces izobraževanja prinesejo predhodno znanje in izkušnje, ki predstavljajo osnovo za učenje.

- a) **Pravilno**
- b) Napačno

Kviz

3) Trije osnovni stili učenja učečih se odraslih so:

- a) _____
- b) _____
- c) _____

4) Štiri osnovna področja in storitve e-zdravja so:

- a) _____
- b) _____
- c) _____
- d) _____

Kviz

5) E-zdravje med drugim izboljšuje varnost pacientov in zmanjšuje možnost zdravniški napak.

- a) **Pravilno**
- b) Napačno

6) Naštejte prednosti in slabosti e-zdravja:

Domača naloga

Izberite enega od naslednjih učnih stilov odraslih učečih:

1. vizualni učenec
2. slušni učenec
3. kinestetični učenec

Pripravite kratek osnutek učnega gradiva, prilagojen značilnostim izbranega stila, ki naj traja 5 minut.

Za vsebino učnega gradiva lahko izberete katerokoli temo, idealno pa bo, če bo povezana z e-zdravjem.



Co-funded by
the European Union

Dodatna literatura

- 10 Definitions on Learning,
<https://thelearningcoach.com/learning/10-definitions-learning/>
- Maria Herzog, (2020) How to define the adult in 2020?,
International Journal of Business and Social Science Research, Vol:
1, Issue:, November/2020, <https://ijbssrnet.com/index.php/ijbssr>
- Types and examples of mnemonic devices,
<https://psychcentral.com/lib/memory-and-mnemonic-devices#what-they-are>



Co-funded by
the European Union