



המשרד לשוויון חברתי
מטה ישראל דיגיטלית

ג'וינט ישראל | אשל | יחד בעשייה חברתית למען הזקנים



שימוש בכלים דיגיטליים בהוראה מרחוק עקרונות להדרכת אזרחים ותיקים

עבור מדריכים, מתנדבים
ובני משפחה

השימוש בכלים דיגיטליים מאפשר לאזרחים הוותיקים שיפור באיכות החיים במגוון תחומים – כגון קשרים חברתיים והפגת הבדידות, נגישות למידע חיוני ומהימן, פנאי משמעותי, שמירה על הבריאות והתנהלות פיננסית. תקופה הקורונה המחישה כי לעיתים קיים אתגר בללמד מרחוק אזרחים ותיקים כיצד להשתמש במרחב זה. לכן גיבשנו כמה עקרונות שיוכלו לסייע לתהליך הלימוד.

תכננו את המקום ואת המועד לשיחה

- וודאו כי לאזרח הוותיק יש הפניות והזמן להקדיש ללמידה, ורצוי לתחום את המפגש עימו לחצי שעה- שעה.
- מומלץ לקיים את השיחה בשעות הבוקר, משום שבשעות האלה רובנו ערניים ומוכנים ללמידה יותר מאשר בשעות אחרות.
- וודאו כי השיחה מתבצעת מקום שקט ללא הפרעות וששומעים אתכם היטב.
- העדיפו לקיים את השיחה הראשונה בטלפון הקווי. אם אי אפשר, הציעו להעביר את השיחה בטלפון הסלולרי למצב רמקול, כדי לאפשר לאזרח הוותיק להביט במסך בזמן ההסבר.

הגדירו יחד את מטרת הלמידה

- כולנו משפרים את הלמידה כאשר מגדירים בה היטב את מטרותיה ושמים בה דגש על המוטיבציות שלנו. אצל כל אחד המוכנות ללמידה תגבר כאשר מדובר בנושא שרלוונטי ושימושי עבורו.
- בררו מה הצורך של האזרח הוותיק ובהתאם לו הגדירו יחד עם האזרח הוותיק בבהירות את מטרת השיחה, שאלו אותו למשל "מה חשוב לך לדעת? ולמה חשוב לך לדעת את זה?"
 - העדיפו ללמד את הכלים השימושיים, הפשוטים ורלוונטיים ביותר שיכולים לענות על הצרכים והרצונות של הלומד. בתוך כך ופרטו את היתרונות של הכלי שבחרתם ללמד. שאלו את עצמכם – האם בסוף ההדרכה הלומד יקבל מענה לצרכים ולרצונות שהביע בשיחה שניהלתם עימו.


התאימו את אופן ההוראה

המרחב הדיגיטלי הוא עולם שלם שיש בו נורמות, דרכי התנהלות ומונחים שיש להכיר. אייקונים וסמלים שברורים מאליהם לאנשים השולטים במרחב הזה, אינם מובנים בהכרח ל"מהגרים דיגיטליים", שגדלו בעולם אנלוגי, שלא היו בו טלפון חכם או מחשב בכל בית. לכן חשוב להסביר לאזרחים ותיקים על המרחב הזה בפירוט רב ולא לצאת מנקודת הנחה שיש להם ידע קודם בתחום.

- הקפידו להתבטא בשפה ברורה ופשוטה, וודאו הבנה של כל מונח טכנולוגי שאתם משתמשים בו.
- בתיאורי השימושים השונים שימו דגש על אייקונים מוכרים החוזרים על עצמם (זכוכית מגדלת, פח, שלוש נקודות, ועוד), צבעים ומיקומים אופייניים, כך שהפונה יוכל לזהותם גם בפעמים הבאות שיזדקק לכך.
- חלקו כל שלב לתתי שלבים קטנים וברורים, בצורה מובנית ולא אסוציאטיבית.
- אפשרו זמן לרישום ההוראות ולתרגול והתנסות עצמאית של כל שלב שנלמד.
- השתמשו בשפה רכה, מרגיעה וסובלנית, העניקו חיזוקים חיוביים בכל שלב ועודדו על עצם המאמץ.
- אל תוותרו. אם ניסיתם כמה פעמים ללא הצלחה ואינכם יודעים כיצד להמשיך בתהליך הלימוד, פנו לקבלת עזרה וחזרו אל האזרח הוותיק מאוחר יותר. כמו כן אתם יכולים להיעזר באמצעים שונים: סרטוני יוטיוב, אחראי מתנדבים או הדרכה בארגונכם, חברים ובני משפחה.

סכמו את המפגש

- למידה הינה תהליך שצריך להשקיע בו מאמץ, ובלמידה של כלי דיגיטלי נדרשים תרגול רב ויכולת לחזור על ההסברים.
- סכמו את עיקרי הדברים שנלמדו במפגש, וודאו עם האזרח הוותיק שהבין את ההסבר שלכם. לשם כך שאלו אותו שאלות שהתשובה עליהן תאפשר לו לחזור על ההסברים שלכם במילותיו.
 - לאחר המפגש מומלץ לשלוח סרטון, מצגת או הקלטה של השיחה שיאפשרו לאזרח הוותיק לחזור להסברים ולתרגל את החומר הנלמד בזמנו החופשי.



מוטיבציה גבוהה מסייעת לנו
ללמוד בכל גיל, ובעזרת סבלנות,
הסברים מובנים וחזרתיות כל
אחד יכול ללמד.

ברגע שנצליח ללמד על המרחב
הדיגיטלי, נוכל לפתוח צוהר נוסף
להגשמת מטרות אישיות ולשיפור
איכות החיים במגוון תחומים.

למידע נוסף

להרשמה ולהדרכות:

בקרו באתר הידע של המיזם הלאומי

לקידום אוריינות דיגיטלית

בקרב אזרחים ותיקים

<http://www.jdc.org.il/digitalcampus>