



Program Kurrikular

Data e publikimit: Qershor 2024

Kuratori : ECSA KOSOVA

Gjuha: Shqipe



Permbajtja

Permbajtja

Permbledhja

Permbledhja

Paralajmerimi	3
Mjetet Digjitale per projektin e perkujdesjes për Dementia.....	4
PARTNERET	5
KOMPETENCAT DIGJITALE	8
PROGRAMI KURRIKULA	10
PERMBAJTJA	13
NXENESIT	13
OBJEKTIVAT E KURRIKULES	14
METODOLOGIA	15
REZULTATET E TE MESUARIT	15
VLERESIMI.....	16
MODULI 1 – INFORMACIONI DHE LITERATURA	18
1.1 Definicioni i literatures shendetesore	18
1.2 Identifikimi dhe pershkrimi i aspekteve shendetesore	18
1.3 Informtata e nevojshme per viziten mjekesore.....	20
1.4 Keshilla per viziten e suksesshme mjekesore.....	20
1.5 Zgjedhja e fjaleve kyqe	21
1.6 Vleresimi i burimeve te websitetit.....	22
MODULI 2 – KOMUNIKIMI DHE BASHKEPUNIMI	22
2.1 Mjetet Digjitale: hulumtimi rreth ndikimit te perkujdesjes	23
2.1.1 Perkujdesja: kosto fizike dhe mentale	25
2.1.2 Interneti dhe media sociale	23
2.1.3 Kujdestaret dhe teknologjia:çka deshirojne dhe çka ju nevoitet	26



2.2 Shendetesia Digjitale: potencial në mbeshtetje të kujdestarëve	26
2.2.1 Inovacionet Teknologjike për kujdestarët dhe ata që jetojnë me demencia	27
2.2.2 Si mund ti fuqizojme kujdestarët.....	27
2.2.3 Perfitimet nga mjetet digjitale dhe inovacioni.....	28
2.3 Perzgjedhjet digjitale: aspekte praktike se si te ju ndihmojme atyre qe ndihmojnë.....	29
2.3.1 Disa nga mjetet qe ndihmojne perkujdesjen.....	29
2.3.2 Përfshirja digjitale ne përkujdesje	31
MODULI 3 – KRIJIMI I PERMBAJTJES DIGJITALE	34
3.1 Krijimi i përvojave: Dizajni i Perpektives pedagogjike	34
3.2 Mënyrat se si te sigurojme përvoja te mesimit.....	38
3.3. Realiteti i shtuar -Teknologjia për kujdestaret – pse është e rëndësishme	40
3.4 Softweri – Parashikimi i Demencias nga realiteti bazuar ne softwerin Demencia syri.....	42
3.5 Si te krijojme përvoja 3D	45
3.6 Si ta perdorim kufjen 3D – HAPAT E PARE ME META QUEST KUFJEN.....	50
MODULI 4 – SIGURIA.....	52
4.1 Siguria online, privatesia e informacioneve, siguria e të dhënave dhe standardet e privatesise	52
4.2 Keshilla për sigurinë e përdorimit të internetit.....	54
4.3 Aspekte Etike	55
MODULI 5 – ZGJEDHJA E PROBLEMEVE DUKE PERDORUR MJETET DIGJITALE.....	57
5.1. Orët dhe kalendarët me teknologjinë ndihmëse	59
5.2. Aplikacionet per perkujdesje.....	59
5.3. Perkujdesja ne distancë & sistemet e komunikimit.....	59
5.4. Telefonat e menqur.....	60
5.5. Përkujtuesit zanor	60
5.6. Kalendari i ekipit të kujdesit	61
5.7. Kalendarët Digjital Skedaret Excel	61
5.8. Grupet online te perkujdesit	61

Përgjegjësia

Ky projekt është financuar me mbështetjen e Komisionit Evropian. Ky publikim pasqyron vetëm pikëpamjet e autorit dhe Komisioni nuk mund të mbahet përgjegjës për çdo përdorim që mund t'i bëhet informacionit që përmban.



Ju nuk mund ta përdorni këtë punë për qëllime komerciale.

Publikuar: Janar 2024

Më shumë informacion: faqja e internetit e projektit



Rreth projektit Mjetet Dixhitale për Kujdestarët e Demencës

Sipas statistikave nga Eurocarers (rrjeti evropian i organizatave që përfaqësojnë kujdestarët e familjes) 80% e ndihmës dhe kujdesit të ofruar për njerëzit jo të vetë-mjaftueshëm, brenda vendeve evropiane, ofrohet nga familja dhe miqtë. Kjo do të thotë, në numër, ka rreth 100 milionë kujdestarë familjarë në Evropë.

Këto të dhëna tregojnë qartë se si, mesatarisht, mirëqenia evropiane mbështetet shumë në kontributin e mirëqenies së familjeve. Megjithatë, familjet shpesh nuk kanë burime të mjaftueshme për t'u kujdesur vetë për të dashurit e tyre. Duke u fokusuar në sëmundjen e demencës, qeveria holandeze ka publikuar “Dementia Delta-Plan”, një Strategji e re Kombëtare e Demencës 2021-2030, me synimin specifik për të siguruar që njerëzit me demencë dhe të dashurit e tyre të marrin mbështetjen e duhur. Për të arritur suksesin e strategjisë ky synim i madh përfshin:

- Inovacioni – duke u fokusuar në përdorimin e zhvillimit teknologjik dhe joteknologjik
- International – duke u fokusuar në bashkëpunimet në lidhje me kërkimin e demencës
- Komunikimi – duke u fokusuar në ndarjen e njohurive dhe përvojave të fituara

“Digital Tools for Dementia Caregivers” i përgjigjet si Strategjisë Kombëtare të Demencës ndaj Thirrjes Evropiane të mbështetjes së kësaj kategorie dhe propozon një model arsimor shumë inovativ që çon në zhvillimin e një kurrikule profesionale bazuar në përdorimin e Kompetencave Dixhitale të aplikuar në procesin e kujdesit. Ai kombinon inovacionin me nevojën për të mbështetur anëtarët e familjes në ofrimin e ndihmës për pacientët me sëmundje të demencës.

Në të njëjtën kohë përfshirja e partnerëve ndërkombëtarë me qëllim të shkëmbimit të njohurive dhe praktikave të mira në mënyrë që rezultatet nga kombëtare të bëhen me ndikim evropian. Për më tepër, duke qenë se mjetet dixhitale në trajnimin e kujdesit shëndetësor po evoluojnë, ne konsiderojmë se ai është i destinuar të sjellë ndikim pozitiv dhe afatgjatë mbi organizatat dhe objektivin, edhe pas jetës së projektit, pasi ai gjithmonë mund të përditësohet dhe përshtatet



PARTNERET

<p>Stichting Amsterdam European Mobility <i>Project Coordinator</i></p>	
<p>Stepp Strategie Servizi Sviluppo SRLS</p>	
<p>Alzheimer Athens Association</p>	
<p>Foundation Compassion</p>	
<p>ECSA Kosova</p>	
<p>Dementia Care</p>	



Stichting Amsterdam European Mobility: Stichting Amsterdam European Mobility: Stichting Amsterdam European Mobility (A'DamMob), është një organizatë profesionale e themeluar në vitin 2012 dhe e vendosur në Amsterdam e specializuar në trajnime, kërkime në fushën e Kompetencës Dixhitale të aplikuar në sektorë të ndryshëm disiplinorë. Qëllimi i tij është të ofrojë mundësi mësimi për studentët e të gjitha moshave për t'i ndihmuar ata të fitojnë aftësi dhe të krijojnë profile profesionale që pasqyrojnë kërkesat e botës aktuale të punës. Ai përfaqëson pikën e takimit të më të kualifikuarve burime akademike dhe profesionale në fusha të ndryshme të ekspertizës. Kurset A'DamMob i lejojnë pjesëmarrësit të zhvillojnë njohuri dhe të trajnojnë aftësi të shkëlqyera , nëpërmjet një qasjeje të karakterizuar nga dinamizmi, pavarësia, kreativiteti dhe vëmendja ndaj njerëzve Vlerat në bazë të aktiviteteve , si multidisiplinariteti, pasioni, dinamizmi, energjia, ndërveprimi, aftësia për të dëgjuar dhe për të bërë së bashku, na lejojnë të krijojmë kurse ndërdisiplinore të arsimit të lartë dhe të kontribuojmë për të ardhmen e territorit në një perspektivë ndërkombëtare

Website: www.adammob.com

STEPP: STEPP është një zhvillues inovativ i projekteve të biznesit i themeluar në Firence në 2015. Puna e saj është e fokusuar në sektorë që kanë të bëjnë me inovacionin social, si arsimit dhe trajnimi, zhvillimi socio-ekonomik, inovacioni teknologjik dhe kërkimi.

Me inovacion social, nënkuptojmë një lloj inovacioni të përbërë nga ide, kreativitet dhe metodologji për të transformuar parimet teorike dhe kërkimin në prosperitetin e një komuniteti që është gjithnjë e më i vëmendshëm ndaj qëndrueshmërisë dhe zhvillimit të territoreve “inteligjente”. Ne duam suksesin e ideve të shkëlqyera, investimin e kohës, burimeve dhe përvojës me një qëllim përfundimtar: lidhjen e kërkimit dhe inovacionit për të krijuar një ekosistem të virtutshëm që lejon idetë novatore të bëhen projekte të suksesshme.

Website: www.stepp-up.com

Foundation Compassion Bulgaria: Fondacioni Compassion Alzheimer Bulgaria është një organizatë joqeveritare, e themeluar në vitin 2004. Misioni ynë është të përmirësojmë cilësinë e jetës për njerëzit që jetojnë me sëmundjen Alzheimer dhe Demencën në Bullgari, duke ndryshuar qëndrimin dhe praktikën aktuale ndaj tyre dhe duke ofruar akses në trajtim dhe mbështetje sociale. Organizata është themeluar në Varna dhe ka një ekip dhe një zyrë gjithashtu në Sofje (që nga viti 2007). Organizata është anëtare e Alzheimer's Disease International, rrjetit EFID dhe organizatës Kombëtare të Pacientëve. Aktivitetet aktuale: ofrimi i shërbimeve sociale inovative për familjet me pacientë me Alzheimer/demencë (konsultime ligjore, psikologjike, duke përfshirë konsultime me e-mail dhe telefon), terapi muzikore, terapi arti dhe metoda të tjera jofarmakologjike, kafene Alzheimer, informacion fushata për parandalim, lobim në Bullgari për shërbime të përmirësuara dhe trajtim të aksesueshëm.

Website: <http://alzheimerbulgaria.org>

Alzheimer Athens: Shoqata Alzheimer Athens është një organizatë jofitimprurëse e themeluar në vitin 2002 nga njerëz me demencë, të afërmit e tyre dhe profesionistë të kujdesit shëndetësor të interesuar për



sëmundjen e Alzheimerit. Ai synon të rrisë ndërgjegjësimin për të gjitha format e demencës dhe të përmirësojë cilësinë e jetës së njerëzve me demencë dhe familjeve të tyre. Aktualisht Shoqata numëron 5500 anëtarë zyrtarë, ka një staf prej 70 profesionistësh shëndetësorë dhe 55 vullnetarë aktivë dhe drejtohet nga një bord i zgjedhur prej 7 anëtarësh. Shoqata Alzheimer Athens drejton gjashtë qendra të kujdesit ditor në Athinë dhe një në Arta, duke ofruar kujdes të përditshëm për njerëzit e prekur me sëmundjen Alzheimer ose forma të tjera të demencës. Stafi i Centers' përbëhet nga një numër mjekësh, psikologësh, logopedë, punonjës socialë, infermierë dhe fizioterapistë, si dhe personel administrativ. Aktivitetet e Qendrave Ditore të Alzheimerit të Athinës' përfshijnë:

- Klinika e kujtesës: Klinikat e Kujtesës së Shoqatës ofrojnë vlerësim neurologjik dhe neuropsikologjik për njerëzit mbi 60 vjeç dhe ofrojnë diagnozë në kohë dhe të saktë të sëmundjes Alzheimer dhe formave të tjera të demencës.
- Ndërhyrjet jofarmakologjike për njerëzit me demencë përfshijnë sesione trajnimi njohës, programe trajnimi fizik dhe terapi të tjera specifike (terapia e artit, terapia e të folurit, terapia profesionale, terapia e reminiscencës), individualisht ose në grup.

Website: <https://alzheimerathens.gr/>

Dementia Care: Dementia Care është një Shoqatë e Promovimit Social me seli të regjistruar në Komunën e Nicotera, Prov. e Vibo Valentia, e cila operon në të gjithë territorin e Rajonit të Kalabrisë dhe gjithashtu në nivel kombëtar dhe ndërkombëtar. Shoqata është e regjistruar në RUNTS.

Shoqata synon të punojë në favor të njerëzve me aftësi të ndryshme duke promovuar dhe zbatuar çdo veprim që çon në përmirësimin e cilësisë së jetës, në veçanti, të njerëzve që vuajnë nga sindromat neurodegenerative dhe forma të tjera të rënies njohëse dhe përkeqësimit të llojeve të ndryshme dhe shkallët (p.sh. Sëmundja e Alzheimerit dhe forma të tjera të demencës) duke i shtrirë këto veprime edhe tek anëtarët e familjes dhe kujdestarët e tyre të cilët janë të përkushtuar për t'u kujdesur për këta pacientë.

ECSA Kosova: ECSA Kosova është themeluar në vitin 2016 dhe do të mbështesë dhe përmirësojë studimet e BE-së në Kosovë, rajon por gjithashtu do të kontribuojë në sfidat e BE-së duke bashkëpunuar me institutet, qendrat dhe universitetet e BE-së. ECSA Kosova synon të adresojë sfidat e anëtarësimit në BE si kërkimi, dixhitalizimi, trajnimi dhe punësimi, duke marrë parasysh rëndësinë e tij për Ballkanin Perëndimor, përfshirë Kosovën.

- Promovimi i aktiviteteve kërkimore në lidhje me integrimin evropian;
- Promovimi i programeve të BE-së dhe ndërkombëtare dhe të BE-së;
- Promovimi i procesit të dixhitalizimit;
- Shpërndarja e informacionit mbi aktivitetet aktuale kërkimore universitare në lidhje me integrimin evropian përmes publikimeve dhe rrjeteve interaktive,
- Mbështet studentët, të rinjtë dhe akademikët në lidhje me kërkimin, trajnimin dhe aktivitetet e tjera të Bashkimit Evropian

Website: <https://ecsakosova.org>



Rreth kompetencave dixhitale

Aftësitë dhe kompetencat dixhitale duhet të jenë të aksesueshme për të gjithë popullsinë, në të gjitha grupmoshat dhe prejardhjet. Dhe çdo shkollë, çdo institucion arsimor dhe trajnimi duhet të marrë parasysh siç duhet si rreziqet ashtu edhe mundësitë që sjell teknologjia.

Pandemia e COVID-19 theksoi nevojën për të përmirësuar gatishmërinë dixhitale të sistemeve të arsimit dhe trajnimit në drejtim të elasticitetit, aksesit, cilësisë së lartë dhe gjithëpërfshirjes. Për më tepër, nën angazhimin e Dekadës Dixhitale, objektivi i BE-së është që 80% e popullsisë së moshës 16-74 vjeç të ketë të paktën aftësitë bazë dixhitale deri në vitin 2030.

Në këtë sfond, dhe në kontekstin e Vitit Evropian të Aftësive (2023), është më e rëndësishme se kurrë të fokusohemi në nevojat e arsimit dhe trajnimit kur bëhet fjalë për transformimin dixhital, duke ndërmarrë veprime në të gjitha nivelet (parafillor, arsimit dhe trajnimi fillor, i mesëm dhe profesional, arsimit i lartë, mësimi i të rriturve), në perspektivën e të mësuarit gjatë gjithë jetës, dhe për të gjitha grupet e popullsisë (p.sh. të rinjtë, të rriturit dhe profesionistët).

Aftësitë dhe kompetencat dixhitale

Rekomandimi i Këshillit i miratuar për aftësitë dhe kompetencat dixhitale rekomandon që shtetet anëtare të bien dakord për strategjitë ose qasjet strategjike kombëtare dhe aty ku është e përshtatshme rajonale për arsimin dixhital dhe aftësitë dhe kompetencat, duke i ftuar ata që:

- vendos ose rishikon objektivat kombëtare për ofrimin e këtyre aftësive dhe kompetencave
- merr masa që synojnë grupe prioritare 'ose të vështira për t'u arritur'
- forcon aftësitë dhe kompetencat dixhitale në arsimin fillor dhe të mesëm
- promovon mësimdhënien e aftësive dixhitale në mënyrë tërthore në lëndë të ndryshme
- rrit aftësitë dhe kompetencat dixhitale për të gjithë studentët në arsimin e lartë, duke ofruar mundësi mësimi në të gjitha nivelet dhe disiplinat
- u jep të rriturve mundësi për të fituar aftësi dixhitale dhe për të adresuar mungesën e profesionistëve të TIK-ut
- Edukim dhe trajnim dixhital i suksesshëm

Sa dhe cilat janë aftësitë dixhitale?

Modeli Evropian DigComp 2.1 na e tregon këtë, i cili krijoi kornizën për aftësitë dixhitale të qytetarëve duke identifikuar 5 aftësitë kryesore dixhitale me çdo tetë nivele zotërimi.

Fusha e ekspertizës 1: Informacioni dhe të dhënat

Shfletimi, kërkimi dhe filtrimi i të dhënave, informacionit dhe përmbajtjes dixhitale është një aftësi themelore për të kuptuar botën e sotme, por padyshim që nuk është e mjaftueshme sepse gjithçka që gjejmë në internet nuk është gjithmonë e vërtetë.

Prandaj është e nevojshme të kemi mjetet për të vlerësuar informacionin, për shembull duke e krahasuar atë me të tjerët që gjenden në internet dhe duke siguruar besueshmërinë e burimeve.



Së fundi, ne gjithashtu duhet të dimë se si të menaxhojmë informacionin dhe të kemi një metodologji të saktë arkivimi është thelbësore dhe duhet të zhvillohet (nëse nuk e kemi bërë tashmë këtë) për të plotësuar pamjen e menaxhimit të informacionit.

Fusha e aftësive 2: Komunikimi dhe bashkëpunimi

Sot ne kalojmë një pjesë të kohës sonë në mediat sociale, gjë që na lejon të komunikojmë vazhdimisht dhe të qëndrojmë në kontakt me miqtë tanë, të afërmit tanë dhe gjithashtu me markat tona të referencës.

Uebi nuk është treg, është bisedë!

Mënyra se si ndërveprojmë në mediat sociale, si ndajmë informacionin duke përdorur teknologjitë dixhitale janë pjesë e këtij grupi aftësish.

Fusha e aftësive 3: Krijimi i përmbajtjes dixhitale

Ne kemi parë se sa i rëndësishëm është komunikimi dhe sigurisht një nga mjetet që duhet të komunikojmë është të dimë të krijojmë përmbajtje për platformat e ndryshme online.

Kjo është aftësia që na lejon të krijojmë përmbajtje përkatëse për një grup të caktuar njerëzish (të cilët mund t'i quajmë publik), përmbajtje që përmban informacione tërheqëse dhe të dobishme... dhe është në gjendje të tërheqë vëmendjen e tyre.

Fusha e kompetencës 4: Siguria

Përhapja e gjerë e të dhënave brenda rrjetit ka ndryshuar rregullat për sigurinë dhe aftësia për të mbrojtur të dhënat e dikujt është bërë një aftësi themelore.

Ne ndajmë gjithçka në internet, nga të dhënat e kartës së kreditit deri te të dhënat tona më të ndjeshme dhe për këtë arsye mënyra se si e menaxhoni sigurinë e informacionit tuaj ose të kompanisë suaj, por edhe sigurinë e mjedisit dhe shëndetin tuaj janë pjesë e kësaj fushe ekspertize.

Ata që janë të kënaqur me internetin janë në gjendje të gjejnë një mënyrë për t'u mbrojtur nga mashtrimet në internet dhe të kuptojnë, për shembull, nëse është e përshtatshme të merren masat e nevojshme kur përballen me një kërkesë për të dhëna të ndjeshme.

Fusha e aftësive 5: Zgjidhja e problemeve

Zgjidhja e problemeve është në krye të renditjes WEF të aftësive të nevojshme në botën e punës sot.

Në botën dixhitale zbatohet në identifikimin e nevojave dhe përgjigjen teknologjike përkatëse, ai u përgjigjet pyetjeve: çfarë teknologjie na nevojitet për të zgjidhur problemin tonë?

Prandaj, në praktikë, ne duhet të jemi në gjendje të zgjidhim problemet që hasim kur përdorim teknologjinë dixhitale. Për shembull, zgjedhja e mjetit, pajisjes, softuerit ose aplikacionit të duhur që më lejon të zgjidh çdo situatë të papritur.



Rreth Programit Kurrikules

Në botën e sotme që po zhvillohet me shpejtësi, rëndësia e të mësuarit të vazhdueshëm dhe zhvillimit të aftësive nuk mund të mbivlerësohet. Qoftë në fushën e arsimit, trajnimit të korporatës apo rritjes personale, hartimi i një kurrikule efektive trajnimi hedh themelet për rezultate të suksesshme të të nxënit.

Një kurrikulë e mirë-projektuar jo vetëm që rrit përvojën e të nxënit, por gjithashtu siguron që nxënësit të fitojnë njohuritë dhe aftësitë e nevojshme në një mënyrë të strukturuar dhe efikase.

Hapi i parë dhe më i rëndësishëm në hartimin e çdo kurrikule trajnimi është përcaktimi i objektivave të qarta dhe të matshme. Këto objektiva veprojnë si parime udhëzuese gjatë gjithë procesit të zhvillimit të kurrikulës. Merrni parasysh qëllimet kryesore të programit të trajnimit dhe ndajini ato në rezultate specifike të të nxënit. Çdo objektiv duhet të jetë konciz, i arritshëm dhe i përafuar me nevojat dhe pritshmëritë e audiencës së synuar.

Përpara se të thellohemi në krijimin e përmbajtjes, është thelbësore të kryhet një vlerësim i plotë i nevojave. Kjo përfshin identifikimin e boshllëqeve të njohurive, mangësive të aftësive dhe preferencave të të nxënit të nxënësve të synuar. Sondazhet, intervistat dhe fokus grupet mund të ofrojnë njohuri të vlefshme për njohuritë ekzistuese të nxënësve' dhe atë që ata shpresojnë të arrijnë përmes trajnimit. Duke kuptuar këto nevoja, ju mund të përshtatni kurrikulën për të adresuar sfidat specifike dhe për të maksimizuar angazhimin.

Pasi objektivat dhe nevojat të jenë të qarta, organizoni përmbajtjen e kurrikulës në mënyrë hierarkike. Filloni me një pasqyrë të gjerë të temës dhe gërmoni gradualisht në tema më komplekse. Ky përparim logjik siguron që nxënësit të ndërtojnë një bazë solide përpara se të trajtojnë koncepte të avancuara. Përdorni një kombinim të koncepteve thelbësore, shembujve praktikë dhe skenarëve të jetës reale për të krijuar një kurrikulë të plotë që tërheq stile të ndryshme të të mësuarit.

Organizimi i përmbajtjes në mënyrë hierarkike lehtëson zhvillimin e një harte kurrikulare ose planprogrami që përshkruan sekuencën e temave dhe moduleve. Çdo modul duhet logjikisht të ndërtohet mbi atë të mëparshëm, duke i lejuar nxënësit të lidhin koncepte dhe të ndërtojnë një kuptim gjithëpërfshirës. Kjo strukturë gjithashtu i ndihmon instruktorët të menaxhojnë kohën në mënyrë efektive dhe të shpërndajnë burimet në mënyrë të përshtatshme.

Përzgjedhja e metodave të duhura mësimore është çelësi për ruajtjen e angazhimit të nxënësve dhe promovimin e të kuptuarit efektiv. Metoda të ndryshme si leksione, diskutime, aktivitete praktike, projekte në grup, studime të rasteve dhe prezantime multimediale mund të përfshihen për t'u kujdesur për preferencat e ndryshme të të mësuarit. Një përzierje e qasjeve teorike dhe praktike siguron që nxënësit t'i kuptojnë konceptet intelektualisht dhe t'i zbatojnë ato në kontekste të botës reale.



Zgjedhja e metodave mësimore duhet të përputhet me objektivat e kurrikulës dhe preferencat e nxënësve'. Përdorimi i një sërë metodash kujdeset për stile të ndryshme të të mësuarit dhe siguron që nxënësit të angazhohen vazhdimisht. Strategjitë aktive të të mësuarit, të tilla si aktivitetet për zgjidhjen e problemeve dhe diskutimet në grup, mund të përmirësojnë ruajtjen e informacionit dhe aftësitë e të menduarit kritik.

Vlerësimi është pjesë përbërëse e vlerësimit të progresit të nxënësve' dhe përcaktimit nëse kurrikula e trajnimit po i arrin objektivat e saj. Hartoni një sërë strategjish vlerësimi, duke përfshirë kuize, detyra, projekte dhe demonstrime praktike. Përafëri çdo vlerësim me rezultate specifike të të nxënësit për të matur me saktësi zotërimin e përmbajtjes nga nxënësit'. Reagimet konstruktive të ofruara përmes vlerësimeve i ndihmojnë nxënësit të identifikojnë fushat për përmirësim dhe i motivojnë ata të shkëlqejnë.

Strategjitë e vlerësimit duhet të fokusohen në vlerësimin e njohurive dhe aftësive. Vlerësimet formuese, të kryera gjatë gjithë kurrikulës, ofrojnë reagime të menjëhershme për nxënësit dhe ndihmojnë instruktorët të bëjnë rregullime në kohë. Vlerësimet përmbledhëse në fund të çdo moduli ose kursi vlerësojnë kuptimin e përgjithshëm dhe ofrojnë një pamje gjithëpërfshirëse të aftësive të nxënësve'.

Përfshirja e teknologjisë mund të përmirësojë përvojën e trajnimit duke ofruar elemente ndërvepruese, simulime dhe akses në burime shtesë. Megjithatë, integrimi i teknologjisë duhet të jetë i qëllimshëm dhe jo thjesht për hir të risisë. Sigurohuni që teknologjia e zgjedhur të përputhet me qëllimet e kurrikulës dhe të mbështesë rezultatet e synuara të të nxënësit. Ndërfaqet miqësore për përdoruesit dhe udhëzimet e qarta janë thelbësore për të parandaluar pengesat teknologjike që të pengojnë procesin e të mësuarit.

Integrimi i teknologjisë duhet të marrë parasysh aksesin e nxënësve' në pajisje dhe lidhjen me internetin. Mund të përmirësojë angazhimin përmes gamifikimit, laboratorëve virtualë dhe multimedias interaktive. Përdorimi i sistemeve të menaxhimit të të mësuarit (LMS) mund të thjeshtojë shpërndarjen e përmbajtjes, vlerësimet dhe gjurmimin e progresit, duke e bërë përvojën e të mësuarit më efikase si për nxënësit ashtu edhe për instruktorët.

Kurrikulat më të mira të trajnimit janë ato që mund të përshtaten me nevojat në zhvillim të nxënësve dhe ndryshimin e peizazhit të lëndës. Inkorporoni fleksibilitet në hartimin e kurrikulës për të akomoduar zhvillime të paparashikuara ose reagime të nxënësve. Rishikoni dhe përditësoni rregullisht kurrikulën për të pasqyruar njohuri të reja, tendencat e industrisë dhe praktikatat më të mira në zhvillim. Një kurrikulë që mbetet statike mund të vjetërohet shpejt dhe të humbasë efektivitetin e saj. Projektimi për përshtatshmëri kërkon përmbajtje modulare dhe një mentalitet përmirësimi të vazhdueshëm. Duke monitoruar tendencat dhe duke kërkuar komente nga nxënësit, instruktorët mund të bëjnë rregullime në kohë në kurrikulë. Fleksibiliteti gjithashtu lejon personalizimin për të përmbushur nevojat e grupeve të ndryshme ose nxënësve individualë, duke nxitur një përvojë mësimore më të personalizuar.

Përpara se të nisni kurrikulën e trajnimit në një shkallë më të gjerë, kryeni një program pilot



Pilotimi i kurrikulës ndihmon në identifikimin e fushave të përmirësimit që mund të mos kenë qenë të dukshme gjatë fazës së zhvillimit. Reagimet nga pjesëmarrësit pilot mund të zbulojnë sfidat në të kuptuarit, përdorshmërinë e materialeve dhe efektivitetin e vlerësimeve. Kjo fazë ofron gjithashtu një mundësi për të rregulluar mirë shpërndarjen e përmbajtjes dhe për të siguruar që kurrikula të përputhet me pritjet e nxënësve’.

Pasi kurrikula të finalizohet dhe rafinohet, është koha për ta zbatuar atë me audiencën e synuar. Monitoroni përparimin e nxënësve, mblidhni të dhëna mbi performancën e tyre dhe kërkonte komente për të vlerësuar efektivitetin e kurrikulës. Rishikoni rregullisht rezultatet e vlerësimit dhe merrni vendime të bazuara në të dhëna për të përmirësuar më tej kurrikulën dhe për të adresuar çdo sfidë të vazhdueshme.

Zbatimi përfshin ofrimin e pandërprerë të përmbajtjes, lehtësimin e aktiviteteve dhe komunikimin e qëndrueshëm me nxënësit. Monitorimi i progresit të nxënësit përmes analitikës së të dhënave dhe mjeteve të gjurmimit i lejon instruktorët të identifikojnë fushat ku nxënësit mund të jenë duke luftuar ose duke shkëlqyer. Këto të dhëna mund të informojnë korrigjimet në mes të kursit dhe të udhëzojnë instruktorët në përshtatjen e mbështetjes së tyre për nevojat individuale ose grupe.

Hartimi i një kurrikule efektive trajnimi nuk është një përpjekje e njëhershme, por një proces i vazhdueshëm përmirësimi. Mblidhni vazhdimisht komente, vlerësoni ndikimin e kurrikulës dhe përsosni atë bazuar në nevojat e nxënësve dhe tendencat në zhvillim. Një angazhim për përmirësim të vazhdueshëm siguron që kurrikula të mbetet relevante, tërheqëse dhe në përputhje me peizazhin e të mësuarit gjithnjë në ndryshim.

Inkurajimi i një kulture përmirësimi të vazhdueshëm përfshin vlerësime dhe përditësime të rregullta. Instruktorët duhet të kërkojnë në mënyrë aktive reagime nga nxënësit, kolegët dhe ekspertët e industrisë për të identifikuar fushat për përmirësim. Për më tepër, qëndrimi i informuar për zhvillimet më të fundit në dizajnin mësimor, teknologjinë dhe qasjet pedagogjike mundëson integrimin e praktikave inovative në kurrikulë. Si përfundim, hartimi i një kurrikule efektive trajnimi është një proces shumëdimensional që kërkon planifikim të kujdeshëm, një kuptim të thellë të nevojave të nxënësve’ dhe një përkushtim për përmirësim të vazhdueshëm.

PËRMBAJTJA DHE TEMAT

Modeli i kurrikulës do të përbëjë një ngarkesë pune prej 5 ditësh të shpërndarë në një sërë njësish tematike dhe lloje të tjera formatesh mësimore. Për sa i përket njësive tematike, "Mjetet Dixhitale për Kujdestarët e Demencës" përfshin:

- një modul hyrës për Kompetencat Dixhitale;
- pesë module thelbësore tematike të cilat përfshijnë gjithashtu atë që lidhet me përdorimin e metodologjive inovative si softueri i realitetit të zgjeruar "në këpucët tuaja.



MODULI 1 – NJOHURITË E INFORMACIONIT DHE TË DHËNAVE

MODULI 2 – KOMUNIKIMI DHE BASHKËPUNIMI

MODULI 3 – KRIJIMI I PËRMBAJTJES DIXHITALE

MODULI 4 – SIGURIA

MODULI 5 – ZGJIDHJA E PROBLEMEVE DUKE PËRDORUR MJETE DIXHITALE

NXËNËSIT

Sipas Raportit të Organizatës Botërore të Shëndetësisë dhe Sëmundjeve Ndërkombëtare të Alzheimerit, demenca është një prioritet mbarëbotëror i shëndetit publik: në vitin 2010, 35.6 milionë njerëz vuanin nga demenca me një rritje të dyfishtë të vlerësuar në vitin 2030, një rritje e trefishtë në vitin 2050, me 7.7 milionë të reja. rastet në vit (1 çdo 4 sekonda) dhe me një mbijetesë mesatare, pas diagnozës, 4-8 vjet. Për shembull, në Itali, numri i përgjithshëm i pacientëve me demencë vlerësohet në mbi një milion (nga të cilët rreth 600,000 me demencë Alzheimer). Në Greqi vlerësohet se numri i personave me demencë është i barabartë me 201.766. Në Holandë, vlerësohet se ka rreth 245,560 njerëz me demencë.

Plakja e shpejtë e shoqërisë evropiane e bën skenarin dramatik nga pikëpamja sociale dhe kostot e sëmundjes, aq sa Parlamenti Evropian kërkoi që demenca të bëhej një prioritet shëndetësor për shtetet anëtare, i ftuar për të zhvilluar programe specifike kombëtare dhe për të bërë fondet e kërkimit të aksesueshme.

Sipas statistikave nga Eurocarers (rrjeti evropian i organizatave që përfaqësojnë kujdestarët e familjes) 80% e ndihmës dhe kujdesit të ofruar për njerëzit jo të vetë-mjaftueshëm, brenda vendeve evropiane, ofrohet nga familja dhe miqtë. Kjo do të thotë, në numër, ka rreth 100 milionë kujdestarë familjarë në Evropë.

Këto të dhëna tregojnë qartë se si, mesatarisht, mirëqenia evropiane mbështetet shumë në kontributin e mirëqenies së familjeve. Megjithatë, familjet shpesh nuk kanë burime të mjaftueshme për t'u kujdesur vetë për të dashurit e tyre. Pra, duke pritur që kërkimi shkencor të vërë në dispozicion mundësi të reja për ndërhyrje, trajnimi dhe përditësimi janë një nga burimet kryesore. Kujdesi për demencën është një proces kaq delikat që kërkon sjellje të kujdesshme të kujdestarëve të familjes në çdo hap, për këtë arsye ky projekt synon të kombinojë inovacionin me nevojën e mbështetjes së anëtarëve të familjes në ofrimin e ndihmës për pacientët me sëmundje të demencës. Ekziston një nevojë në rritje për të integruar aftësitë ekzistuese, me qasje të reja dhe kompetenca dixhitale, të afta për të përballuar siç duhet këto sfida të reja. Projekti synon të zhvillojë një Konsorcium për zhvillimin e një kurrikule të re dhe të përditësuar trajnimi për t'iu përgjigjur nevojave të përfituesve të shërbimit dhe për të përfutuar siç duhet nga mundësitë e reja të ofruara nga teknologjitë.



Madhësia dhe kompleksiteti i problemeve të demencës përcaktojnë nevojat bazë si:

- Zhvillimi i aftësive të reja inovative për kujdestarët e familjes të përfshirë;
- Një angazhim i fortë për përditësimin e karrierave aktive;
- Një përvojë e qetë përkujdesjeje si nga këndvështrimi i pacientit ashtu edhe nga kujdestari familjar.

OBJEKTIVAT E KURRIKULËS

Projektet dhe vetë Programi i Kurrikulës synojnë të zhvillojnë trajnime mbi aftësitë dixhitale të kujdestarëve familjarë në mënyrë që ata të mund të përdorin më mirë teknologjitë e reja gjatë përvojës së tyre të ndihmës. Ekziston një nevojë në rritje për të integruar aftësitë ekzistuese, me qasje të reja dhe kompetenca dixhitale, të afta për të përballuar siç duhet këto sfida të reja. Projekti bazohet në punën e Konsorciumit për zhvillimin e një kurrikule të re dhe të përditësuar trajnimi për t'iu përgjigjur nevojave të përfituesve të shërbimit të kujdesit dhe për të përfituar siç duhet nga mundësitë e reja të ofruara nga teknologjitë.

Pra, projekti i përgjigjet prioritetit të kuptimit dhe zhvillimit më të madh të kompetencave dixhitale dhe, në përgjithësi, transformimit dixhital përmes rrugëve inovative të përmirësimit të aftësive. Pra, në metodologjinë e tij dhe në të gjithë menaxhimin dhe zbatimin e përgjithshëm, ai do të mbështesë prioritetin strategjik të Planit të Veprimit, zhvillimin e një ekosistemi arsimor dixhital me performancë të lartë, duke ndërtuar kapacitete dhe mirëkuptim kritik se si të shfrytëzohen mundësitë që ofrojnë teknologjitë dixhitale për mësimdhënie dhe mësim në të gjitha nivelet dhe për të gjithë sektorët dhe për të zhvilluar dhe zbatuar plane të transformimit dixhital të institucioneve.

Partneriteti i bashkëpunimit do t'iu lejojë anëtarëve të konsorciumit të rrisin cilësinë dhe rëndësinë e aktiviteteve të tyre, nëpërmjet shkëmbimit ose zhvillimit të praktikave dhe metodave të reja që mund t'i çojnë ata të bëhen qendra mësimore largpamëse.

Objekti i projektit i përgjigjet edhe prioritetit që ka të bëjë me promovimin e Erasmus+ tek të gjithë qytetarët dhe brezat.

METODOLOGJIA

Fokus grupet u organizuan në Bullgari (11 kujdestarë), Greqi (19 kujdestarë), Itali (10 kujdestarë) dhe Kosovë (10 kujdestarë). Në këto fokus grupe morën pjesë gjithsej 50 kujdestarë.

Synimi i fokus grupeve ishte të identifikonin lehtësuesit dhe barrierat nga mbështetja precedente që ata kishin si kujdestarë, në mënyrë që të lejonin identifikimin e ndërhyrjeve të ndryshme të përdorura tashmë, duke analizuar efektivitetin e tyre. Më saktësisht, objektivat ishin:

- Analiza dhe vlerësimi i metodologjive të mëparshme të përdorura në aktivitetet e trajnimit për kujdestarët e familjes; Hulumtimi dhe leximi i thelluar i analizës së nevojave për trajnim;
- Përkufizimi i metodologjive të miratuara;
- Zhvillimi i strukturës teorike për zbatimin e modelit, i cili do t'i ofrohet stafit të përfshirë në trajnimin si instruktor.



Një pyetësor është përgatitur paraprakisht për të udhëhequr dhe ndihmuar analizën e rezultateve të fokus grupeve. Pyetësori u përgatit në anglisht dhe më pas u përkthye në të gjitha gjuhët partnere' në mënyrë që kujdestarët të përgjigjen në gjuhën e tyre.

Pas rezultateve të studimit, partnerët kishin vendosur strukturën e kurrikulës bazuar në këto rezultate dhe nevojat e shprehura nga kujdestarët.

REZULTATET/REZULTATET E TË MËSUARIT

Rezultatet kryesore të të gjitha fokus grupeve janë si më poshtë:

- Shumica e kujdestarëve në të gjithë vendet e përfshira janë kryesisht femra. Ky informacion pasqyron një aspekt kulturor në të cilin gratë në përgjithësi marrin përsipër përgjegjësitë e kujdesit brenda familjeve. Është e rëndësishme të luftohet kundër kësaj ideologjie dhe të përpiqemi të përfshijmë më shumë burra në këtë fushë dhe të sigurojmë mbështetje të barabartë për të gjithë kujdestarët, pavarësisht nga gjinia.
- Një pjesë e konsiderueshme e kujdestarëve binin brenda grupmoshës 50-60 vjeç. Kjo nxjerr në pah ndikimin e ndryshimit demografik: për shkak të jetëgjatësisë mesatare më të gjatë, më shumë njerëz priren të vuajnë nga sëmundjet e demencës dhe kërkojnë ndërhyrje të synuara. Është thelbësore të kryhen veprime promovuese të solidaritetit ndër breza në përkujdesje, në mënyrë që të mbështeten kujdestarët e moshuar dhe të sillen të rinjtë dhe brezi i ri.
- Kohëzgjatja e përvojës së dhënies së kujdesit ndryshon midis pjesëmarrësve, me një përqindje të dukshme që ofrojnë kujdes për më shumë se tre vjet. Kjo thekson angazhimin dhe përkushtimin afatgjatë që kërkohet nga kujdestarët e demencës (shumica e tyre janë të njohur), por në të njëjtën kohë nënvizon nevojën për ndihmë të qëndrueshme dhe burime adekuate për të parandaluar djegien dhe stresin, duke siguruar në këtë mënyrë mirëqenien e kujdestarit dhe pacientit.
- Rezultatet e anketës zbulojnë një mungesë shqetësuese të trajnimit formal midis kujdestarëve, veçanërisht në Itali ku asnjë nga të anketuarit nuk mori ndonjë trajnim për t'u bërë kujdestarë. Kjo do të thotë që duhet të zbatohen më shumë programe trajnimi, të bëhen të aksesueshme për të gjithë dhe të përshtaten me nevojat specifike të kujdestarëve të demencës. Do të ishte më mirë të përfshiheshin modalitetet tradicionale dhe dixhitale, në mënyrë që të kënaqeshin preferencat e ndryshme të të mësuarit të individëve dhe të përshtateshin me nivelet e tyre të aftësisë teknologjike.
- Greqia dhe Kosova raportuan norma më të larta të adoptimit të mjeteve dixhitale për trajnimin e kujdestarëve në krahasim me Italinë dhe Bullgarinë. Është thelbësore të njihet potenciali i teknologjive dixhitale në mbylljen e boshllëqeve midis njerëzve dhe aksesit në trajnim dhe arsim, duke u dhënë atyre mundësinë për të zhvilluar aftësitë dhe aftësitë e tyre dhe për të përmirësuar dhe lehtësuar komunikimin.

Si përfundim, rezultatet e sondazhit nënvizojnë rëndësinë kritike të mbështetjes së kujdestarëve të demencës përmes trajnimit të synuar, edukimit dhe aksesit në mjetet dixhitale, në mënyrë që t'u sigurohen atyre burime të vlefshme, të lehtësohen disa nga ngarkesat, të rritet besimi dhe mirëqenia e tyre mendore.



GENERAL CAREGIVER IDENTIKIT (emerged from the survey)

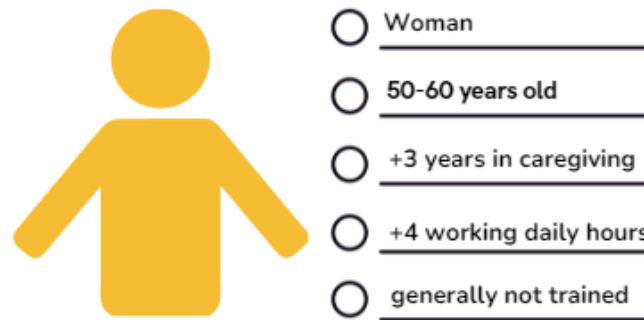


Figure 11: Caregiver's identikit

VLERËSIMI

Pas rezultateve të fokus grupeve, ekipi kishte krijuar temat e kurrikulës për t'iu përshtatur nevojave të kujdestarëve. Kurrikula u përcaktua të përmbajë 5 module: edukimin e informacionit dhe të dhënave, komunikimin dhe bashkëpunimin, krijimin e përmbajtjes dixhitale, sigurinë dhe zgjidhjen e problemeve duke përdorur mjete dixhitale. Secili partner kishte qenë përgjegjës për një modul bazuar në ekspertizën e tij. Modulet ishin shkruar dhe më pas diskutuar nga të gjithë partnerët.

Hapi i dytë ishte trajnimi i trajnerëve. Stërviçja u zhvillua në Athinë në korrik 2024. Secili partner kishte përgjegjësinë të gjente 4 trajnerë për të qenë të pranishëm dhe të trajnuar në Athinë. Katër kursantë nga Italia, katër nga Greqia, katër nga Kosova dhe katër nga Bullgaria (gjithsej 16 kursantë) kishin marrë pjesë në një trajnim 3-ditor në lidhje me kurrikulën. Qëllimi përfundimtar ishte që këta trajnerë të trajnonin përdoruesit e tyre përfundimtarë, kujdestarët ose profesionistët e kujdesit shëndetësor në lidhje me programin Mjetet dixhitale për kujdestarët e demencës. Të trajnuarit nga Dementia Care, Alzheimer's Athens Association, ECSA Kosova and Compassion Foundation duhej të trajnonin me radhë 50 persona (gjithsej 200 kujdestarë ose profesionistë shëndetësorë).

Partnerët kishin përgjegjësinë të krijojnë prezantime për trajnimin dhe të ishin të pranishëm në ditët e ndryshme të trajnimit për të mbajtur një sy në procedurë. Të trajnuarit përdorën prezantimet zyrtare të projektit dhe trajnuan pjesëmarrës të tjerë. Pas përfundimit të trajnimit, të gjithë pjesëmarrësit kishin marrë certifikata pjesëmarrjeje.



MODULI 1 – NJOHURI PËR INFORMACIONIN DHE TË DHËNAT

1.1 Përkufizimi i Literatures shëndetësore dhe elektronike

“Literatura shëndetësore është e lidhur me shkrim-leximin dhe përfshin motivimin, njohuritë dhe kompetencat për të aksesuar, kuptuar, vlerësuar dhe zbatuar informacionin shëndetësor në mënyrë që të merren gjykime dhe të merren vendime në jetën e përditshme në lidhje me kujdesin shëndetësor, parandalimin e sëmundjeve dhe promovimin e shëndetit për të ruajtur ose përmirësuar cilësinë e jeta gjatë gjithë rrjedhës së life” (Sorensen et al., 2012). Qëllimi përfundimtar i literaturës shëndetësore është të përmirësojë cilësinë e jetës së njerëzve dhe t'i ndihmojë ata në jetën e tyre të përditshme për të gjetur informacionin e saktë dhe të dobishëm në lidhje me shëndetin e tyre.

Njohuria shëndetësore është e nevojshme për të gjitha aspektet e jetës sonë të përditshme. Nga një vizitë e thjeshtë te mjeku ynë për të kuptuar problemin dhe për të kërkuar këshilla mjekësore deri te një kuptim i thellë i informacionit të dhënë për një fletëpalosje mjekësore ose një etiketë ushqimore ose për çështje më të ndërlikuara si të kuptuarit e informacionit për politikën e ministrisë së Shëndetësisë. Shkrim-leximi shëndetësor është i implikuar në parandalimin e sëmundjeve dhe promovimin e shëndetit. Një shembull i thjeshtë për të kuptuar rëndësinë e edukimit shëndetësor është përvoja e fundit që patëm me pandeminë Covid-19, masat e marra, vaksinat dhe interpretimi (i vërtetë ose i rremë) në lidhje me vendimet e marra nga ministri të ndryshme të Kujdesit Shëndetësor me qëllim për të përballuar situatën e emergjencës.

Për të përdorur siç duhet Literaturën Shëndetësore ka nevojë për aftësi plotësuese. Para së gjithash, ne duhet të gjejmë informacion në lidhje me problemin specifik shëndetësor që po përjetojmë. Hapi tjetër është të kuptojmë informacionin e gjetur në varësi të aftësive tona të leximit dhe të kuptuarit. Për më tepër, ne duhet të vlerësojmë nëse informacioni është i besueshëm dhe i qartë dhe së fundi, duhet të jemi në gjendje të zbatojmë informacionin e marrë shëndetësor.

Edhe nëse shkrim-leximi shëndetësor duket të jetë, të paktën sot, i dukshëm me të gjithë informacionin që kemi, një studim i fundit nga Health Literacy Europe (<https://www.healthliteracyeurope.net/>) me 8000 pjesëmarrës në 8 vende, arriti në përfundimin se 40% e pjesëmarrësve raportuan nivele të ulëta të Literatures Shëndetësore dhe për këtë arsye duken sjellje problematike shëndetësore dhe gjithashtu shëndet të keq të vetë-perceptuar. Rezultatet tregojnë një nevojë urgjente për të përmirësuar literaturën shëndetësore.

Pas përcaktimit të shkrim-leximit shëndetësor, ne duhet të interesohemi për një term tjetër dhe më të fundit: e-shëndetësia shkrim-lexim. Përkufizohet si aftësia për të gjetur, kuptuar, shkëmbyer dhe vlerësuar informacionin shëndetësor nga mjediset online në prani të faktorëve dinamikë kontekstualë dhe për të zbatuar njohuritë e marra në nivele ekologjike për qëllime të ruajtjes ose përmirësimit të shëndetit (Paige et al., 2018).



1.2 Identifikimi dhe përshkrimi i një problemi shëndetësor

Njohja dhe përshkrimi i një problemi të kujdesit shëndetësor është hapi i parë dhe më i rëndësishëm në një procedurë mjekësore. Megjithatë, shprehja dhe komunikimi i problemit nuk është aq i dukshëm sa duket, veçanërisht për popullatën e moshuar dhe njerëzit që kanë probleme mendore ose njohëse. Në verbale komunikimi, ne perceptojmë dhe prodhojmë gjuhën përmes fjalëve, përpunimit të mendimit të ideve tona për botën dhe atë që përjetojmë, si dhe përmes ndjenjave dhe disponimit tonë. Është forma më e dukshme e komunikimit, ku gjithçka shprehet menjëherë përmes gjuhës dhe informacioni perceptohet nga të tjerët në çdo rrethanë shoqërore. Por nuk ka vetëm komunikim verbal. Komunikimi joverbal funksionon disi ndryshe. Është informacioni që nuk komunikohet përmes gjuhës dhe të folurit. Ai përbëhet nga informacioni i perceptuar përmes kontaktit me sy, afërsisë, lëvizjes së duarve dhe kokës dhe gjuhës së trupit në përgjithësi, si qëndrimi dhe pamja. Një numër studimesh kanë vërtetuar se sa i rëndësishëm është komunikimi joverbal në përcjelljen e një mesazhi.

Kur përpiqemi të kuptojmë një problem shëndetësor të shprehur në një farë mënyre nga një person për të cilin kujdesemi, duhet të zbatojmë forma të komunikimit verbal dhe joverbal. Së pari, kujdestari duhet të fillojë biseda me personin për të cilin kujdeset, veçanërisht nëse vëren se vetë po fillojnë më pak biseda. Për të pasur një komunikim të suksesshëm, kujdestarët duhet të kujtojnë të flasin qartë dhe ngadalë, duke përdorur fjali të shkurtra dhe të bëjnë kontakt me sy me personin kur flasin ose bëjnë pyetje. Për më tepër, ata duhet t'u japin atyre kohë për t'u përgjigjur, sepse pacientët mund të ndihen nën presion nëse përpiqen të përshpejtojnë përgjigjet e tyre dhe t'i inkurajojnë ata të bashkohen në bisedë dhe t'i lënë të flasin vetë gjatë diskutimeve për problemet e tyre të mirëqenies ose shëndetit pa duke u përpjekur t'i patronizojnë ose tallen me atë që thonë. Kujdestari duhet të ofrojë zgjedhje ose opsione të thjeshta për ta dhe të përdorë mënyra të tjera për të komunikuar –, si p.sh. riformulimi i pyetjeve sepse ata nuk mund të përgjigjen ashtu siç ishin dikur. Siç u përmend më parë, komunikimi nuk është vetëm duke folur. Gjestet, lëvizjet dhe shprehjet e fytyrës mund të përcjellin kuptim ose të ndihmojnë në përcjelljen e një mesazhi. Gjuha e trupit dhe kontakti fizik bëhen të rëndësishme kur të folurit është i vështirë për një person me probleme mendore ose njohëse. Është gjithashtu e rëndësishme që kujdestari të inkurajojë personin të komunikojë atë që dëshiron, sido që të mundet. Mos harroni, është zhgënjyese kur nuk mund të komunikojmë në mënyrë efektive, ose kur keqkuptohemi. Komunikimi është një proces i dyanshëm. Një kujdestar i dikujt me demencë ndoshta do të duhet të mësojë të "dëgjojë" më me kujdes. Ata mund të kenë nevojë të jenë më të vetëdijshëm për mesazhet joverbale, të tilla si shprehjet e fytyrës dhe gjuha e trupit. Atyre mund t'u duhet të përdorin më shumë kontakte fizike, të tilla si të qetësojnë përkëdheljet në krah, ose të buzëqeshin, si dhe të flasin.

1.3 Informacioni i nevojshëm në një vizitë mjekësore

Marrëdhënia me një mjek është një marrëdhënie shumë personale e ndërtuar mbi komunikimin dhe besimin. Në zgjedhjen e mjekut, "kimia" mes jush duhet të funksionojë. Ju duhet të jeni në gjendje t'i besoni, t'i besoni dhe t'i tregoni mjekut tuaj për shqetësimet tuaja shëndetësore në lidhje me personin me demencë për të cilën kujdeseni. Mjeku juaj, nga ana tjetër, duhet t'ju dëgjojë duke ju dhënë opsione dhe komente dhe të ketë në mendje interesin tuaj më të mirë. Ka disa karakteristika të rëndësishme që duhet t'i kontrolloni përpara se të zgjidhni një mjek. Para së gjithash, kujdestarët duhet të kontrollojnë nëse ai është i disponueshëm për të folur me ta ose nëse duhet të provojnë vazhdimisht për ta gjetur atë. Për më tepër, ata duhet të kontrollojnë nëse mjeku është i gatshëm t'i dëgjojë me kujdes dhe nëse zyra e tij është afër tyre, kështu që, në rast urgjence, do ta kenë të lehtë ta arrijnë.

Gjatë një vizite mjekësore, dhe veçanërisht nëse pacienti nuk mund të përshkruajë me saktësi problemet shëndetësore, është shumë e rëndësishme që kujdestari të jetë i saktë për simptomat e pacientit'. Për shembull, nëse thonë se pacienti po përjeton dhimbje, ky është një përshkrim shumë i përgjithshëm, por nëse thonë se pacienti ndjen dhimbje në kokë dhe në dorën e djathtë, kujdestari i jep mundësinë mjekut të bëjë një ekzaminim dhe një diagnozë më të mirë.

Për më tepër, është shumë e dobishme të vërehet kur shfaqet një simptomë. Nëse ndodh çdo ditë për muajin e fundit apo nëse ka ndodhur një herë dhe, për rrjedhojë, është një incident i thjeshtë. Është gjithashtu e rëndësishme të përmendet se sa gjat kjo simptomë dhe sa intensive është.

Për më tepër, është thelbësore t'i përmendet mjekut nëse ka ndonjë ndryshim të kohëve të fundit në recetën mjekësore të pacientit, nëse ka probleme të tjera shëndetësore që mund ta prekin atë ose nëse ka ndonjë efekt anësor në ndonjë ilaç që ai ka përdorur në të kaluarën.

Së fundi, është gjithashtu e rëndësishme të mësoni se si të dëgjoni me kujdes kur vizitoni një mjek, në mënyrë që të keni komunikim të mirë. Kujdestari duhet të presë derisa të mbarojë për t'i bërë ndonjë pyetje në vend që të flasë në të njëjtën kohë me të, përndryshe as kujdestari dhe as mjeku nuk do ta kuptojnë njëri-tjetrin.

1.4 Këshilla për një vizitë të suksesshme mjekësore

Për të pasur një komunikim të suksesshëm mjekësor me mjekun, duhet të ndjekim disa rregulla për të ndërtuar një partneritet efektiv:

Para së gjithash, kujdestari duhet të organizohet. Mjekët janë të zënë, kështu që pacientët duhet të dinë të përfitojnë sa më shumë nga koha e tyre e kufizuar me ta. Kjo do të thotë se ata duhet të organizohen dhe të fokusohen në çështjet që duan të trajtojnë. Ata duhet të mendojnë paraprakisht për pyetjet që duan t'u



përgjigjen, t'i shkruajnë dhe t'u japin përparësi atyre pyetjeve, duke theksuar tre ose katër kryesore që duan të diskutojnë në vizitën specifike mjekësore.

Për më tepër, kujdestarët duhet të mbajnë shënime të mira. Ata duhet t'i ofrojnë mjekut të tyre informacion të mirë dhe të saktë në lidhje me simptomat dhe medikamentet e pacientëve të tyre', në mënyrë që mjeku të ketë mjetet e nevojshme për të diagnostikuar me saktësi gjendjen dhe për të përshkruar trajtimin e duhur. Një listë e medikamenteve dhe suplementeve që pacienti po merr, simptomat e fundit dhe datat në të cilat ato kanë ndodhur, çdo test i fundit dhe emrat e mjekëve të tjerë që pacienti po sheh mund të jenë informacion i dobishëm për t'u ndarë me mjekun. Sa më i mirë të jetë komunikimi i nevojave dhe shqetësimeve, aq më mirë mjeku mund t'u përgjigjet atyre.

Për më tepër, kujdestarët duhet të balancojnë vendosmërinë me respektin dhe mirëkuptimin. Edhe pse është e rëndësishme t'i njoftoni mjekut nevojat e kujdestarit dhe pacientit ose nëse ata janë të pakënaqur, është po aq e rëndësishme e rëndësishme të shprehet vlerësimi për aspektet pozitive të komunikimit dhe trajtimit që propozon mjeku. Së fundi, përpara se të largohet nga zyra e mjekut, kujdestari duhet të gjejë mënyrën më të mirë për të mbajtur kontakte ndërmjet vizitave në zyrë, qoftë përmes infermieres, përmes emailit ose duke lënë mesazhe telefonike. Kujdestarët duhet të kenë parasysh se mjeku është gjithashtu një person me jetë personale dhe nuk mund të jetë në dispozicion të tyre sa herë që kanë nevojë për këshilla ose shërbim.

Për ta bërë vizitën mjekësore sa më produktive, kujdestari mund të ndjekë këshillat më poshtë:

- Sillni një laps dhe fletore për të mbajtur shënime.
- Mbajeni diskutimin të fokusuar, duke u siguruar që të mbulojë pyetjet dhe shqetësimet kryesore, simptomat dhe shqetësimet.
- Kërkoni sqarime nëse nuk e kuptojnë se çfarë u është thënë ose nëse kujdestari ka ende pyetje.
- Kërkoni shpjegime për qëllimet e trajtimit dhe efektet anësore.
- Njoftoni mjekun nëse pacienti po viziton mjekë të tjerë ose profesionistë të kujdesit shëndetësor.
- Ndani informacion në lidhje me çdo test mjekësor të fundit.
- Ngrihuni për pacientin, nëse shqetësimet e kujdestarit nuk adresohen.
- Balanconi këmbënguljen me mirëdashjen dhe mirëkuptimin.

1.5 Zgjedhja e fjalëve kyçe të lidhura me shëndetin

1.5 Zgjedhja e fjalëve kyçe të lidhura me shëndetin

Për shkak të internetit, sot mund të gjeni përgjigje për çështje shëndetësore pa kontaktuar mjekun. Kjo mund të jetë e dobishme, por mund të jetë gjithashtu e rrezikshme, sepse duke qenë se kujdestarët nuk janë mjekë, ata mund të keqkuptojnë, tejkalojnë ose nënvlerësojnë informacionin e kërkuar në internet.

Për të gjetur një informacion të dobishëm dhe të besueshëm në internet, dikush duhet të fillojë me një kërkim të mirë në ueb. Kjo mund të jetë e mundur duke kërkuar me fjalë kyçe informacionin që po kërkoni. Një fjalë kyçe është një fjalë ose frazë e veçantë që përshkruan përmbajtjen e një faqe interneti, një shkurtore që përmbledh një pjesë të tërë faqeje të meta të dhënave të një faqeje interneti. Shumica e përdoruesve të internetit përdorin fjalë kyçe ose fraza fjalësh kyçe për të kërkuar informacion në motorët e kërkimit, pasi ato lehtësojnë dhe ndihmojnë në kërkimin më efektiv në ueb. Nëse zgjidhet fjala kyçe e saktë, është e lehtë të lundroni në ueb.



Për të gjetur fjalën kyçe ose frazën e saktë në lidhje me informacionin e kërkuar, ka disa hapa që duhen ndjekur:

1. Shkruani në një letër pyetjen/pyetjen për të cilën personi dëshiron informacion. Mundohuni ta përcaktoni pyetjen në formën e një fjalie.

Shembull: Gruaja/burri im është shumë i irrituar gjatë orëve të natës. Si mund ta menaxhoj këtë sjellje?

2. Përcaktoni popullatën për të cilën personi është i interesuar për pyetjen/pyetjen specifike. Merrni parasysh popullatën specifike dhe/ose çrregullimin.

Shembull: njerëz me demencë, të moshuar, çmenduri

3. Përcaktoni problemin për të cilin personi është i interesuar për pyetjen/pyetjen specifike. Merrni parasysh simptomat dhe kategoritë të cilave u përkasin simptomat.

Shembull: Në shembullin e mësipërm kategoria specifike janë acarimi dhe çrregullimet e sjelljes në demencë.

4. Gjeni fjalë të lidhura me pyetjen/pyetjen, e cila në shembullin e dhënë do të jetë menaxhimi i sjelljes dhe shënimi disa fjalë që tregojnë informacionin e bërë.

Shembull: zgjidhje, përballoni opsionet e trajtimit/kujdestarit

5. Kombinoni të gjithë hapat e mësipërm në kërkimin në ueb

Shembull: si të përballeni me acarimin/sjelljen gjatë natës në pacientin me demencë

1.6 Vlerësimi i burimeve të internetit

Siç u tha më parë, burimet e internetit mund të jenë të dobishme, por gjithashtu mund të jenë të rrezikshme nëse informacioni nuk është i besueshëm. Fatkeqësisht, jo të gjitha informacionet mund të besohen pasi informacioni mund të jetë mashtrues, i vjetër ose burimi nuk mund t'i besohet. Për këtë arsye, është shumë e rëndësishme të jeni të sigurt për besueshmërinë e informacionit përpara se ta përdorni atë. Në këtë kapitull, ne do të ofrojmë informacion dhe këshilla për të kontrolluar dhe vlerësuar burimin e internetit përpara se të përdorim informacionin e marrë për kërkimin e problemit.

Aspektet e rëndësishme që kanë nevojë për vlerësim për t'i besuar një burimi ueb janë 4:

1. Besueshmëria e faqes së internetit: është më e sigurt të përdoret një pjesë e informacionit të lexuar në internet nga një faqe që i përket një institucioni mjekësor (klinika Mayo), një organizate të mirënjohur jofitimprurëse ose ndonjë organizate tjetër publike ose private të besueshme lidhur me shëndetin (p.sh. Shoqata e Alzheimerit, Shoqata për Sëmundjet Kardiovaskulare dhe diabetin, etj.)

2. Përdorshmëria e faqes së internetit: është më e sigurt të përdorni një pjesë të informacionit nga një faqe interneti ose një burim që është i lehtë për t'u përdorur dhe që është i thjeshtë në navigim. Ai i referohet masës në të cilën një faqe interneti është miqësore për përdoruesit dhe ofron një përvojë pozitive të përdoruesit në lidhje me dizajnin dhe strukturën e saj.

3. Aksesueshmëria e faqes në internet: është më e sigurt të përdorni një pjesë të informacionit nga një faqe interneti ose një burim që është i lehtë për t'u gjetur, në krye të listës në rezultatet e motorit të uebit.

4. Lexueshmëria e informacionit: Kjo është shumë e rëndësishme pasi ka të bëjë me vetë pjesën e informacionit. Përpara përdorimit të informacionit, personi duhet të kontrollojë datën kur teksti është publikuar në internet (mund të gjendet ose në fund ose në fillim të faqes së faqes së internetit). Për më tepër,

gjatë leximit të tekstit, lexuesi duhet të kontrollojë nëse është i shkurtër, duke përdorur fjali të thjeshta dhe fjalë të njohura duke shmangur zhargonin dhe nëse shmang gabimet gramatikore, pikësuese dhe drejtshkrimore. Është e qartë se një artikull i shkruar me gabime drejtshkrimore dhe gabime gramatikore ose sintaksore nuk duhet t'i besohet si shkencor. Për më tepër, lexuesi duhet të vërejë nëse teksti shmang përsëritjen e të njëjtave fraza ose paragrafë pa pushim dhe nëse përdor kulturën dhe gjuhën neutrale ndaj gjinisë. Së fundi, lexuesi duhet t'i kushtojë vëmendje thjeshtësisë së informacionit të dhënë jo vetëm brenda tekstit, por edhe grafikës.

MODULI 2 – KOMUNIKIMI DHE BASHKEPUNIMI

2.1 Mjetet dixhitale: eksplorimi i ndikimit në përkujdesje

Kujdestarët joformalë janë një pjesë integrale e shoqërisë së sotme në plakje. Mjetet dixhitale i lejojnë kujdestarët të gjejnë burime dhe mbështetje, si dhe të koordinojnë aktivitetet e kujdesit. Balancimi i këtyre detyrave me punët dhe punët e tjera të shtëpisë mund të jetë sfidues. Komunikimi i mirë dhe ndarja e përgjegjësisë janë thelbësore për të reduktuar stresin dhe përfundimisht për të parandaluar lodhjen e kujdestarit (lodhje afatgjatë fizike, mendore dhe emocionale që çon në lodhje, ankth dhe depresion).

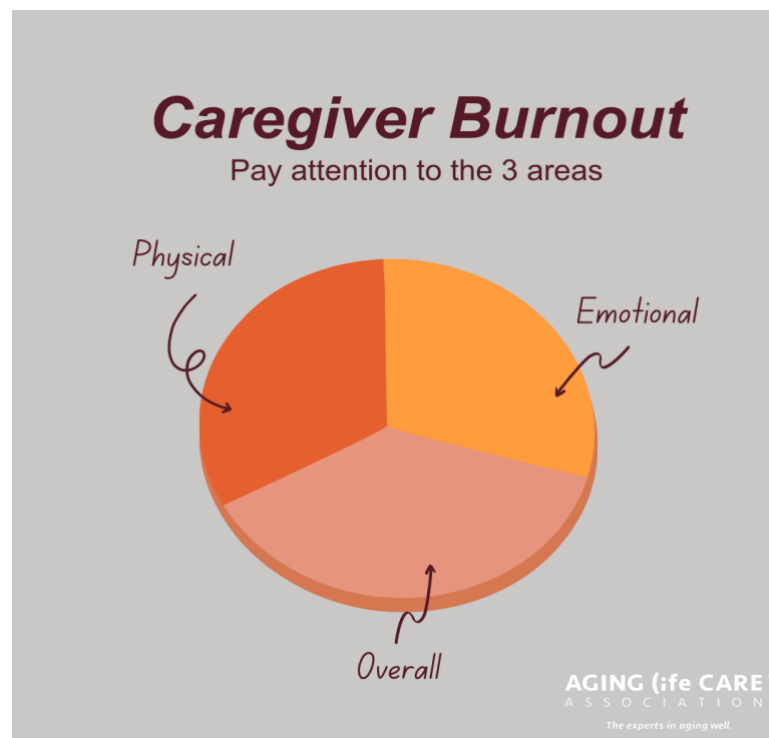


Figure 1: <https://susanbirenbaum.com/what-are-the-signs-of-caregiver-burnout/>



Co-funded by
the European Union

DIGITAL TOOLS FOR DEMENTIA CAREGIVERS
Project n. 2022-1-NL01-KA220-ADU-000085899



2.1.1 Kujdesi: një kosto fizike dhe mendore

Termi 'kujdes' dëgjohet gjithnjë e më shumë këto ditë dhe ky aktivitet është vërtet i lavdërueshëm.

Kjo barrë mund të çojë në depresion, ankth, stres dhe zemërim. Ka një sërë faktorësh që kontribuojnë në barrën psikologjike të kujdesit, duke përfshirë mungesën e mbështetjes. Kujdestarët mund të ndihen të izoluar dhe të pambështetur, veçanërisht në mungesë të një rrjeti të përshtatshëm mbështetës.

"shkalla e vlerësimit të kujdesit" (2000) nga M. Powell Lawton, Miriam Moss, Christine Hoffman dhe Margaret Perkinson shqyrtojnë ndjenjat dhe përvojat e kësaj kategorie të guximshme dhe të heshtur.

Dhe ajo që del nga këto koleksione të ndryshme informacioni është e njëjtë:

kujdestarët përjetojnë zemërim, lodhje, faj (frikë se puna e tyre nuk është e mjaftueshme) ose 'paditurinë' e tyre të perceptuar.

Sipas një sondazhi të vitit 2005 nga Qendra për Plakjen në Uashington DC:

- 16% e kujdestarëve ndjejnë lodhje;
- 26% ndjejnë presionin emocional të punës së tyre;
- 13% janë thellësisht të zhgënjyer nga mungesa e vetë-përmirësimit të dashurisë së tyre;
- 22% përballen me frikën se mos mund të përballojnë përgjegjësitë e detyrave të tyre në fund të fundit, frikën nga e ardhmja që i pret dhe frikën nga paaftësia e tyre për t'ia dalë mbanë.

Presioni mbi kujdestarët manifestohet gjithashtu në një nivel fizik (tashmë i testuar nga detyra praktike), duke e bërë të lehtë për ta gjetjen e tyre me probleme stomaku, dhimbje koke, ndoshta dhimbje nga puna e rëndë, një sërë mosfunksionimesh imune dhe probleme që shpesh rrjedhin nga mungesa e kohës dhe burimeve për t'u kujdesur për veten e tyre.

Barra e kujdesit është një koncept i lidhur. Shfaq simptoma të ngjashme me djegien, si lodhje, rraskapitje emocionale, ankth dhe depresion. Megjithatë, ajo është shkaktuar veçanërisht nga përgjegjësitë e vazhdueshme të kujdesit. Kujdestarët shpesh mendojnë se askush tjetër nuk mund të kujdeset për të dashurit e tyre aq mirë sa mundet, duke çuar në ndjenja varësie dhe izolimi. Ky tendosje emocionale mund të ndikojë negativisht në cilësinë e përgjithshme të jetës së tyre.

2.1.2 Interneti dhe mediat sociale kundër djegies së kujdestarit

Kujdesi për kujdestarët është një detyrë e vlefshme dhe sfiduese. Kujdestarët shpesh përballen me një sërë sfidash emocionale dhe fizike. Ky seksion ofron informacion mbi përdorimin e internetit dhe mediave sociale në lidhje me kujdestarët, duke përfshirë mbështetjen online dhe offline. Një studim ka treguar se komunikimi dhe lidhja online dhe offline mund të lehtësojnë shqetësimin psikologjik të kujdestarëve.



Kjo është veçanërisht e rëndësishme pasi kujdestarët shpesh përjetojnë nivele të larta stresi dhe ankthi.

1. Grupet mbështetëse në internet: Grupet mbështetëse në internet mund të jenë shumë të vlefshme për kujdestarët. Nëpërmjet këtyre grupeve, kujdestarët mund të ndajnë përvoja, të kërkojnë këshilla dhe të zvogëlojnë ndjenjat e izolimit. Megjithatë, është e rëndësishme që këto grupe të përdoren në mënyrë të balancuar dhe të informuar.

2.1.3 Kujdestarët dhe teknologjia: çfarë duan dhe kanë nevojë

Teknologjia luan një rol të rëndësishëm në mbështetjen e kujdestarëve dhe marrësve të kujdesit.

Vitet e fundit, përparimet në teknologjinë dixhitale kanë sjellë ndryshime të rëndësishme në sektorin e shëndetësisë, duke ofruar mundësi të reja për kujdestarët dhe marrësit e kujdesit.

Më poshtë janë disa konsiderata kryesore:

- Vazhdimësia e kujdesit: teknologjia u ka mundësuar kujdestarëve të ofrojnë kujdes nga distanca. Nëpërmjet aplikacioneve dhe shërbimeve online, pacientët mund të monitorohen dhe mund të ofrohen këshilla dhe udhëzime;
- Mbështetja e jetës së përditshme: produktet dhe shërbimet teknologjike mund të lehtësojnë aktivitetet e përditshme të kujdestarëve dhe të përmirësojnë cilësinë e jetës si për pacientët ashtu edhe për kujdestarët;
- Dallimet gjinore dhe sociale: është e rëndësishme të merren parasysh dallimet gjinore dhe sociale që ndikojnë në përvojën e kujdesit. Komiteti i Grave ASSD kreu një anketë njohurish mbi shërbimet shëndetësore dixhitale, duke u fokusuar në nevojat shëndetësore të qytetarëve për shkrim-leximin dixhital.

Si përmbledhje, teknologjia ofron mjete të vlefshme për të përmirësuar kujdesin dhe cilësinë e jetës si për kujdestarët ashtu edhe për marrësit e kujdesit.

2.2 Shëndeti Dixhital: një potencial për të mbështetur kujdestarët

Përdorimi i gjerë i telemjekësisë dhe mjeteve të tjera dixhitale nga njëra anë, dhe futja e teknologjive të avancuara në kujdesin shëndetësor nga ana tjetër, kanë shkaktuar risi të rëndësishme në praktikën moderne klinike. Në të vërtetë, përdorimi i teknologjisë në kujdesin shëndetësor ka hapur rrugën për një gamë të gjerë përfitimesh si për pacientët ashtu edhe për të afërmit e tyre duke mundësuar përdorimin e mjeteve të avancuara të sigurisë dhe trajnimit të profesionistëve të kujdesit shëndetësor për çështjet e privatësisë dhe sigurisë, pa neglizhuar aspektin themelor të mbrojtjes e të dhënave personale dhe mjekësore të pacientëve. Ai hap rrugën për një gamë të gjerë përfitimesh si për pacientët ashtu edhe për të afërmit e tyre.

Mjetet dixhitale dhe inovacionet teknologjike janë veçanërisht të rëndësishme gjatë krizës COVID-19, kur pacientët dhe kujdestarët duhet të zvogëlojnë rrezikun e infektimit. Megjithatë, shumë përtej pandemisë, mjetet e teknologjisë së lartë mund të përmirësojnë cilësinë e jetës për të gjithë ata që rrezikojnë të lindin kujdestarë. Kjo është ajo që ka të bëjë me shëndetin dixhital: Të ndihmojmë në realizimin e dëshirës së përjetshme njerëzore për t'u kujdesur për prindërit tanë.



Figure2:<https://699pic.com/tupian/chahua-shoujiceshi.html>

2.2.1 Inovacionet teknologjike për kujdestarët dhe ata që jetojnë me demencë

Zgjidhjet dixhitale, nëse kuptohen dhe përdoren mirë, mund të bëjnë një ndryshim dhe janë të rëndësishme për të ndihmuar në përmirësimin e kujdesit shëndetësor dhe social për kujdestarët, familjet, komunitetet dhe shoqërinë në tërësi. Përveç kufizimeve strukturore (Treguesit Evropianë të Performancës Dixhitale, Italia renditet e 18-ta), pabarazitë ekonomike, sociale dhe gjinore mund të jenë barriera për përdorimin e drejtë dhe të barabartë të teknologjive dixhitale. Sipas analizës së OBSH-së për rajonin evropian në vitin 2022, rajoni evropian që do të përfitojë më shumë nga shërbimet shëndetësore dixhitale do të jenë ata që kanë më shumë vështirësi në aksesin në shëndetin dixhital ose që përdorin të kufizuara mjetet e disponueshme. Megjithatë, në mesin e më të arsimuarve, janë gratë ato që po udhëheqin aksesin në shëndetin dixhital për veten dhe familjet e tyre. Prandaj, shkrim-leximi dixhital i grave në veçanti është thelbësor për realizimin e përfitimeve të rëndësishme shëndetësore që teknologjitë dixhitale mund të sjellin për kujdestarët, familjet, komunitetet dhe shoqërinë në tërësi.

2.2.2 Si teknologjia mund të fuqizojë të gjithë kujdestarët

Teknologjia ka potencialin për të transformuar shërbimet e kujdesit. Provoni aplikacione për të mbajtur gjurmët e medikamenteve, takimeve dhe rutinave. Merrni parasysh mjetet e sigurisë si detektorët e rënies dhe sistemet e reagimit ndaj emergjencave. Shërbimet e telemjekësisë ofrojnë gjithashtu akses të lehtë për profesionistët e kujdesit shëndetësor.

Teknologjia jo vetëm që ndihmon me sigurinë dhe efikasitetin e mirëmbajtjes, por gjithashtu siguron paqe mendore. Jini të hapur ndaj përparimeve të reja teknologjike që mund të thjeshtojnë detyrat komplekse të kujdesit, të thjeshtojnë komunikimin dhe të sigurojnë mirëqenien e të dashurve tuaj. Teknologjia përqafuese mund të transformojë përvojën e kujdesit dhe ta bëjë atë më të menaxhueshme dhe më pak stresuese.



2.2.3 Përfitimet e mjeteve të teknologjisë dhe inovacionit

Inovacionet teknologjike kanë potencialin për të përmirësuar ndjeshëm jetën e njerëzve me demencë (PLwD), familjeve dhe kujdestarëve të tyre. Le të eksplorojmë disa nga mënyrat në të cilat teknologjia mund të ketë një ndikim pozitiv:

1. Teknologji ndihmëse për kujdesin: Rritja e numrit të njerëzve me demencë dhe plakja e fuqisë punëtore të kujdesit e bëjnë gjithnjë e më të vështirë ofrimin e kujdesit ndihmës me cilësi të lartë për PLwD-të.

Modelet e kujdesit teknologjik ndihmës mund të zvogëlojnë barrën mbi kujdestarët dhe të përmirësojnë cilësinë e kujdesit. Këto teknologji mund t'i ndihmojnë pacientët të ruajnë rutinat e përditshme dhe lidhjet sociale, veçanërisht në fazat e hershme të demencës. Ata gjithashtu kanë potencialin për të reduktuar nevojën për kujdes afatgjatë.

2. Ndihma për komunikim:

- Pajisjet teknologjike si telefonat, ndërfaqet e bisedave dhe videokonferencat mund të lidhin pacientë të largët gjeografikisht, kujdestarë dhe profesionistë shëndetësorë.

- Mjete të tilla zvogëlojnë nevojën për vizita të shpeshta në shtëpinë ose shtëpinë e të moshuarve të pacientit me demencë.

- Për më tepër, teknologjia pritet të lehtësojë ndërhyrjet terapeutike të orientuara nga njohja dhe të mbështesë anëtarët e familjes midis seancave, duke ndikuar kështu në përparimin e demencës.

3. Monitorimi dhe perceptimi:

- Njerëzit me Dementia PLwD shpesh përjetojnë vështirësi në ekuilibër dhe ecje, vështirësi në ecje dhe sjellje të lidhura me stresin, gjë që rrit rrezikun e rënies, lëndimeve dhe problemeve të tjera shëndetësore.

- Sensorët e veshur, kamerat video dhe pajisjet e tjera monitoruese mund të gjurmojnë modelet e lëvizjes dhe rëniet.

- Provat janë të përziera, por disa nga këto teknologji mund të zvogëlojnë ankthin për PLwD dhe familjet e tyre.

- Këshillat për gjurmimin dhe gjetjen e rrugëve GPS rrisin pavarësinë, ndërsa përkujtuesit audio/vizualë mbështesin aktivitetet e jetës së përditshme.

4. Orë të dizajnuara për demencë:

- Orët e dizajnuara posaçërisht mund të ndihmojnë në zbutjen e ankthit të lidhur me demencën.

- Njerëzit me demencë mund të ngatërrojnë ditën dhe natën, dhe një orë e lehtë për t'u lexuar i ndihmon ata të dallojnë kohën.

5. Robotët e kujdesit në shtëpi dhe kamerat në shtëpi:

- Robotët mund të ndihmojnë me detyrat e përditshme, t'u kujtojnë pacientëve të marrin ilaçet e tyre dhe t'u bëjnë shoqëri;

- Kamerat në shtëpi ofrojnë monitorim në distancë dhe kontrollë sigurie, duke siguruar mirëqenien e PLwD edhe kur kujdestari nuk është fizikisht i pranishëm.

6. Përdorimi i pajisjes monitoruese:

- Pajisjet inteligjente mund të monitorojnë përdorimin e pajisjeve elektrike (p.sh. sobat dhe furrat) dhe të paralajmërojnë kujdestarët kur ato lihen të ndezura ose paraqesin rrezik sigurie.



7. Mjeti i menaxhimit të barnave:

- Mjetet e menaxhimit të barnave; Menaxhimi i programeve, përkujtuesve dhe rimbushjeve të barnave që mundëson teknologjinë për të zvogëluar rrezikun e dozave të humbura.

Kjo qasje bashkëpunuese, multidisiplinare dhe e përqendruar te personi është thelbësore gjatë zbatimit të këtyre risive për të siguruar rezultatet më të mira të mundshme për PLWD-të dhe rrjetet e tyre mbështetëse.

2.3 Zgjidhje dixhitale: udhëzues praktik për të ndihmuar ata që ndihmojnë

Teknologjia dixhitale ofron zgjidhje praktike për kujdestarët që duan të zgjidhin problemet, të mësojnë aftësi të reja dhe të marrin mbështetje; ofron një kontribut në përmirësimin e përvojës së kujdestarit duke përdorur teknologjinë në:

- Përmirësimi i proceseve të aktivizimit dhe shfrytëzimit të portalit të pacientit;
- Lërimi i caktimit të takimeve më të shpejtë dhe më të lehtë me shabllone të standardizuara takimesh dhe përkujtues automatikë;
- Komunikim më i mirë përmes një portali ueb të aksesueshëm nga distanca për të reduktuar barrën e dokumentacionit të kujdestarit;
- Zvogëloni kohën e pritjes.



Figure 3: <https://www.inspirisys.com/practice-overview>

2.3.1 Disa nga mjetet për të ndihmuar në menaxhimin e kujdesit

- Regjistri Elektronik Shëndetësor (EHR): është një mjet i vlefshëm për kujdestarët që kujdesen për të moshuarit me sëmundjen Alzheimer; Ai përmban informacione për vizitat mjekësore, analizat dhe recetat. Sa herë që përdoret një shërbim shëndetësor, dokumentet futen automatikisht në dosje.

Aktivizimi i EHR për prindërit e moshuar:

- Hyni në faqen private të skedarit shëndetësor lokal.



- Opsionet e hyrjes ose hyrjes përfshijnë.
- Futni kodin tatimor dhe fjalëkalimin tuaj.
- Pasi të identifikoheni, do të jeni në gjendje të shikoni të gjitha të dhënat mjekësore të prindit tuaj të moshuar.
- Përfshirë raportet mjekësore, testet dhe konsultimet e specialistëve.

Mbajtësi i EHR mund të autorizojë profesionistët mjekësorë për të parë dosjet e tyre; qasja në EHR mund t'i delegohet një ose më shumë personave të besuar. Ky autorizim u mundëson kujdestarëve të ndihmojnë prindërit e tyre të moshuar për të hyrë në EHR.

Përfitimet e EHR për kujdestarët:

- Qasje e menjëhershme në të dhënat mjekësore pa pasur nevojë të sillni dokumente fizike me vete gjatë vizitave mjekësore.- Skedarët përditësohen automatikisht pas çdo shërbimi mjekësor.
- Mund të futen informacione shtesë që nuk janë të disponueshme në EHR.

- **Kalendari elektronik:** Menaxhimi i orarit të një personi të sëmurë kërkon vëmendje dhe organizim. Këtu janë disa zgjidhje për të menaxhuar oraret në mënyrë efektive:

- Menaxhoni takimet tuaja: kalendari elektronik ju lejon të shënoni dhe organizoni takimet, takimet dhe ngjarjet tuaja. Ju mund të shikoni oraret ditore, javore dhe mujore.
- Përkujtues dhe njoftime: mund të caktoni rikujtues për takimet tuaja dhe të merrni sinjalizime kur të afrohet koha. Njoftimet ju kujtojnë takime të rëndësishme.
- Sinkronizimi i pajisjes: shumica e kalendarëve elektronikë sinkronizojnë automatikisht të dhënat ndërmjet pajisjeve (kompjuterë, telefona inteligjentë dhe tableta). Në këtë mënyrë ju mund të përdorni informacionin kudo që të jeni.
- Personalizimi: disa kalendarë ju lejojnë të personalizoni kategoritë, ngjyrat dhe etiketat e takimeve. Kjo ju lejon të organizoni detyra të ndryshme në mënyrë efektive.
- Ndarja: Disa aplikacione ju lejojnë të ndani kalendarin tuaj me të tjerët. Për shembull, ju mund të ndani kalendarin tuaj me kolegët ose anëtarët e familjes për të planifikuar ngjarje të përbashkëta.
- Integrimi me mjete të tjera: Disa kalendarë elektronikë mund të integrohen me shërbimet e postës elektronike, hartat dhe aplikacionet e tjera për ta bërë më të lehtë planifikimin dhe menaxhimin e takimeve.

2.3.2 Përfshirja dixhitale në kujdesin

Ndërsa një kurë për demencën nuk është gjetur ende, risi të reja po futen për të reduktuar barrën e kujdesit dhe për ta bërë jetën më të rehatshme dhe më të sigurt për njerëzit e diagnostikuar me demencë.

Mësoni më shumë rreth këtyre risive për demencën dhe se si ato mund të ndihmojnë prindërit tuaj ose të dashurit më të vjetër.

- Shërbimet telefonike të urgjencës: Një shembull është Federazione Alzheimer Italia, shoqata më e madhe kombëtare vullnetare jofitimprurëse e dedikuar për mbështetjen dhe avokimin për pacientët me Alzheimer dhe familjet e tyre.

E themeluar kryesisht nga familjet e pacientëve, Federata është pika kryesore e referencës për sëmundjen e Alzheimerit në Itali. Që nga viti 1993, Federata Italiane e Alzheimerit ka qenë shërbimi i parë telefonik në Itali që ofron mbështetje, ndihmë dhe udhëzime për pacientët dhe familjet e tyre. Ajo operon 'Pronto Alzheimer'. Telefonuesit mund të flasin me anëtarë të tjerë të familjes, vullnetarë ose profesionistë për të marrë lloje të ndryshme informacioni (për sëmundjen, rrjedhën e saj, si ta trajtojnë të sëmurin, etj.) ose thjesht si një mundësi për të biseduar.

- Ditarët e kujdesit: dokumente për të gjurmuar karakteristikat dhe preferencat e njerëzve të sëmurë. Kjo lejon që ndërhyrjet të bëhen më shpejt dhe më efektivisht kur është e nevojshme. Ditarët ndihmojnë për të kuptuar më mirë personin dhe për të personalizuar kujdesin.

- Aplikacioni Alzheimer: Aplikacioni të cilit i referoheni duket të jetë një mjet i vlefshëm ndërveprues i disponueshëm pa pagesë si në App Store ashtu edhe në Google Play Store. Aplikacioni ofron informacion të përditësuar nga burime të akredituara, duke përfshirë detaje rreth demencës, menaxhimit të sjelljes së pacientit, shërbimeve të disponueshme dhe objekteve lokale të kujdesit. Ai përfshin gjithashtu histori personale dhe një kuiz për të hedhur poshtë mitet e zakonshme rreth demencës.

Referencat:

- [Helping those who help: Digital solutions for caregivers - ITU Hub](#)
- Ao, S.H., Zhang, L., Liu, P.L. *et al.* Social media and partnership jointly alleviate caregivers' psychological distress: exploring the effects of online and offline connectedness. *BMC Psychol* 11, 394 (2023). <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01415-9>
- Lawton, M.P., Moss, M., Hoffman, C., & Perkinson, M. (2000). *Caregiving Appraisal Scale. The Gerontologist.*
- [Caregiving familiare: il peso del supporto e dell'accudimento quotidiano \(humantrainer.com\)](#)
- <https://www.sanita-digitale.com/tendenze/tecnologie-per-caregiver-e-assistiti/>



- <https://www.sanita-digitale.com/in-evidenza/cura-e-assistenza-il-supporto-della-tecnologia-a-pazienti-operatori-e-caregiver/>
- <https://assd.it/wp-content/uploads/2019/07/Le-tecnologie-al-servizio-dei-caregiver-e-dei-loro-assistiti.pdf>
- <https://navigavita.it/assistenza-innovativa-il-ruolo-fondamentale-della-tecnologia-intelligente-nel-supporto-ai-genitori-anziani>
- <https://www.centroalzheimer.org/area-familiari/la-malattia-di-alzheimer/atteggiamento-con-il-malato/problemi-piu-frequenti-e-modalita-di-gestione/>
- <https://www.bing.com/ck/a?!&&p=9f375894f17ec6aaJmItdHM9MTcxMzA1MjgwMCZpZ3VpZD0xZjU4MGNkOS03N2FILTZhMjEtMDIIZC0xZWlyNzY3MzZiMTIImaW5zaWQ9NTMxNA&ptn=3&ver=2&hsh=3&fclid=1f580cd9-77ae-6a21-09ed-1eb276736b12&psq=come+gestire+gli+appuntamenti+del+malato+per+non+andare+in+burden+con+il+calendario+elettronico&u=a1aHR0cHM6Ly93d3cu3NwZWRhbGVtYXJpYWx1aWdpYS5pdC9wc2ljb2xvZ2lhLWFwcGxpY2F0YS9idXJkZW4tZGVsLWNhcmVnaXZlci8&ntb=1>
- [Burden del caregiver - Cos'è e come affrontarlo secondo l'ACT \(ospedalemarialuigia.it\)](#)
- [Caregiver burden: vissuti emotivi e fatiche del prendersi cura \(stateofmind.it\)](#)
- <https://www.assistenzadomiciliarenomos.it/wp-content/uploads/2023/03/Guida-alle-terapie-non-farmacologiche-alzheimer.pdf>
- <https://www.bing.com/ck/a?!&&p=afb8a1c52851bb13JmItdHM9MTcxMzA1MjgwMCZpZ3VpZD0xZjU4MGNkOS03N2FILTZhMjEtMDIIZC0xZWlyNzY3MzZiMTIImaW5zaWQ9NTMwOA&ptn=3&ver=2&hsh=3&fclid=1f580cd9-77ae-6a21-09ed-1eb276736b12&psq=app+alzheimer+per+far+sentire+i+caregivers+meno+solli&u=a1aHR0cHM6Ly93d3cuZm9jdXMuaXQvc2NpZW56YS9zYWx1dGUvYXBwLXBhemllbnRplWRlbnVuemEtYWx6aGVpbWVvLWNhcmVnaXZlci8&ntb=1>
- <https://www.bing.com/ck/a?!&&p=209d98c52f83e531JmItdHM9MTcxMzA1MjgwMCZpZ3VpZD0xZjU4MGNkOS03N2FILTZhMjEtMDIIZC0xZWlyNzY3MzZiMTIImaW5zaWQ9NTM1Nw&ptn=3&ver=2&hsh=3&fclid=1f580cd9-77ae-6a21-09ed-1eb276736b12&psq=app+alzheimer+per+far+sentire+i+caregivers+meno+solli&u=a1aHR0cHM6Ly93d3cuY2VudHJvYWx6aGVpbWVvLm9yZy9hcmVhLWZhbWlsaWFyaS9sYS1tYWxhdHRpYS1kaS1hbHpoZWltZXlvYXR0ZWdnaWFtZW50by1jb24taWwtbWFsYXRvL3Byb2JsZW1pLXBpdS1mcmVxdWVudGktZS1tb2RhbnRpbG9YS1kaS1nZXN0aW9uZS8&ntb=1>
- [Così si cura l'Alzheimer | Fondazione Umberto Veronesi \(fondazioneveronesi.it\)](#)
- <https://www.fondazioneveronesi.it/magazine/articoli/neuroscienze/cosi-si-cura-lalzheimer>
- <https://spezzalindifferenza.it/questo-sono-io-un-diario-per-aiutare-chi-si-prende-cura-di-un-malato-di-alzheimer/>
- <https://www.disabili.com/prodotti/articoli-qprodotti/alzheimer-app-laiuto-interattivo-per-i-familiari-di-malati-di-alzheimer>
- <https://www.centrophoenix.net/anziani/alleviare-lo-stress-del-caregiver-unendo-le-tecniche-di-realta-virtuale-e-mindfulness/>



- <https://www.humanitas-care.it/news/il-burn-out-da-caregiver-un-percorso-integrato-in-humanitas-medical-care/>
- <https://www.neuralword.com/it/article/guida-pratica-su-come-attivare-il-fascicolo-sanitario-per-genitori-anziani>
- [Caregiver Burnout: How Technology Brings Help and Hope | HIMSS](#)
- [Tecnologie per caregiver e assistiti - Sanità Digitale \(sanita-digitale.com\)](#)
- [Demenza e Blended-care: modalità di supporto al caregiver nell'era digitale \(stateofmind.it\)](#)
- <https://www.sanita-digitale.com/tendenze/tecnologie-per-caregiver-e-assistiti/>
- <https://assd.it/wp-content/uploads/2019/07/Le-tecnologie-al-servizio-dei-caregiver-e-dei-loro-assistiti.pdf>
- [Social media and partnership jointly alleviate caregivers' psychological distress: exploring the effects of online and offline connectedness | BMC Psychology | Full Text \(biomedcentral.com\)](#)
- [Helping those who help: Digital solutions for caregivers - ITU Hub](#)
- [Malattia di Alzheimer: l'aiuto della tecnologia - Focus.it](#)
- [Technology and Caregiving: Emerging Interventions and Directions for Research | The Gerontologist | Oxford Academic \(oup.com\)](#)



MODULI 3 – KRIJIMI I PËRMBAJTJES DIXHITALE

3.1 Krijimi i përvojave gjithëpërfshirëse të të mësuarit: Një perspektivë pedagogjike e dizajnit

Një arsye kryesore pse një mjedis mësimor gjithëpërfshirës ia vlen të investohet është "faktori i pranisë". Punëtorët e largët dhe hibridë ndonjëherë mund të humbasin aspektet më të thella të angazhimit që ofrojnë programet e të mësuarit. Investimet në të mësuarit gjithëpërfshirës ndihmojnë në lidhjen e ekipeve në distancë dhe aktivizimin e interesit të tyre për të mësuar duke krijuar një ndjenjë të të qenit atje. Të mësuarit gjithëpërfshirës e bën këtë duke fshirë barrierat e botës fizike dhe duke ofruar përvoja të simuluar afër reale për nxënësit e largët dhe hibridë. Në nivele të tjera, investimi në përvoja gjithëpërfshirëse të të mësuarit sjell përfitime të prekshme:

- Ndhmon në ndërtimin e të menduarit emocional dhe kognitiv në procesin e të mësuarit dhe të përjetimit. Teknologjitë si VR, AR dhe përmbajtja e bazuar në metaverse ofrojnë zhytje të plotë, e cila prodhon një koeficient më të lartë të angazhimit të nxënësit.
- Përdorimi i teknologjive gjithëpërfshirëse të të mësuarit ka bërë të mundur integrimin më të mirë të parimeve të të mësuarit shkencor në qasjet e të nxënës. Kjo e bën të mësuarit "më ngjites" se qasjet tradicionale, jo zhytëse.
- Integrimi i mjeteve analitike të të dhënave të mëdha dhe të të mësuarit në produkte mësimore gjithëpërfshirëse do të thotë që ekipet e L&D tani mund të përdorin më mirë të dhënat për të vlerësuar efektivitetin e të mësuarit dhe për të matur kthimin nga investimet e të mësuarit.
- Përdorimi i dizajnit hapësinor në përmbajtjen mësimore gjithëpërfshirëse ndihmon në ofrimin e një përvoje trajnimi më të ngjashme me jetën për nxënësit. Kjo jo vetëm që rrit ruajtjen e njohurive, por gjithashtu rrit transferimin e njohurive në vendin e punës.

Kur nxënësit nuk e shohin të nxënës stimulues ose mendojnë se përvojat e tyre të të mësuarit janë joefektive, ata priren të shpëputen ose të gravitojnë drejt pjesëmarrjes pasive. Mënyra më e mirë për të adresuar këto çështje është të investoni në ndërtimin e mjediseve mësimore gjithëpërfshirëse që motivojnë, emocionojnë dhe lidhin nxënësit me njëri-tjetrin dhe me nevojat e të mësuarit. Ofrimi i përvojave gjithëpërfshirëse të të mësuarit premtan disa përfitime, të gjitha të bazuara në një grup kërkimi shkencor, duke përfshirë:



- Një shkallë më e madhe e të mësuarit të personalizuar.
- Transferim më i lartë i njohurive përmes prezantimit të "bëj dhe mëso" interaktiv
- Përvoja më realiste të të mësuarit në botën reale, sepse nxënësit jo vetëm që simulojnë atë që do të përballen në punë, por gjithashtu mund të praktikojnë skenarë specifikë disa herë, sipas nevojës, për të fituar aftësi.
- Mundësia për t'i bërë nxënësit të "dështojnë më herët" duke i ekspozuar ata ndaj një sërë skenarësh të simuluar të së ardhmes.
- Heqja e rreziqeve që lidhen me të mësuarit në mjedise mësimore tradicionale, jo zhytëse, të tilla si puna me kimikate të rrezikshme, patogjenë ngjitës ose situata kirurgjikale me rrezik të lartë.
- Aftësia për të shfrytëzuar të dhënat në kohë reale për të inicuar ndërhyrje mësimore në kohë, të drejtuara nga të dhënat. Ky reagim në kohë reale përmirëson aftësitë e tyre vendimmarrëse në botën reale.
- Realizimi i kthimit më të mirë në iniciativat mësimore duke u dhënë nxënësve hibridë aftësitë për të ndikuar pozitivisht në rezultatet e biznesit.

Punëtorët në distancë dhe hibride zakonisht hasin pengesa më të larta për të mësuar dhe sasi shumë më të mëdha ndërprerjesh dhe ndërprerjesh gjatë mësimit. Qasjet tradicionale të të mësuarit, të tilla si rishikimi i mësimëve të bazuara në tekst, dëgjimi i përmbajtjes së mësimit audio ose shikimi i një prezantimi në PowerPoint, zakonisht angazhojnë nxënësit përmes niveleve më të ulëta të ndërveprimit kognitiv.

Këto qasje nuk janë aq efektive në angazhimin e vërtetë. Të mësuarit gjithëpërfshirës, nga ana tjetër, përdor teknologjinë, teknikat dhe përmbajtjen e të mësuarit që stimulon shqisat e shumta, duke angazhuar kështu nxënësit në nivele shumë më të larta njohëse. Prandaj, nxënësit në fuqinë punëtore hibride kanë më shumë gjasa të thithin përmbajtjen e të mësuarit dhe të marrin pjesë më me padurim në mësim.

Zbatimi i suksesshëm i zgjidhjeve mësimore gjithëpërfshirëse kërkon një qasje metodike. Çelësi është të përcaktohet një mjedis mësimor gjithëpërfshirës i përshtatshëm dhe mbështetës. Kjo përfshin planifikim dhe dizajn të kujdesshëm për të ndërtuar një mjedis mësimor gjithëpërfshirës që nuk është vetëm unik për nevojat e të mësuarit të organizatës suaj, por gjithashtu miraton qasje të projektimit me në qendër nxënësin, plotëson iniciativat e tjera të vazhdueshme të L&D dhe i ndihmon nxënësit të vënë në praktikë teorinë në kontekstin e tyre unik të vendit të punës.

Ja se si mjedisi juaj i të mësuarit mund të ofrojë përvoja pozitive gjithëpërfshirëse të të mësuarit.



Dizajn i përmbajtjes

Merrni parasysh përqendrimin te nxënësi: Kjo kërkon ofrimin e përvojave unike të të mësuarit për çdo nxënës. Prekni motivimet e nxënësve: Një mënyrë e shkëlqyer për të shfrytëzuar motivimin e nxënësit është promovimi i përfitimit të mundësive të të mësuarit kudo dhe kurdo që është e mundur. Theksoni "WIIFM" (çfarë ka për mua?) propozimi i vlerës— vetë-përmirësim, promovime, rritje pagash, certifikime profesionale, akreditim i industrisë, njohje, respekt nga kolegët dhe perspektiva më të ndritshme.

Leva EI: Shfrytëzimi i pesë aspekteve të inteligjencës emocionale (EI)—ndërgjegjësimi për veten, vetërregullimi, vetë-motivimi, ndërgjegjësimi social dhe aftësitë sociale dhe menaxhimi i marrëdhënieve— është pjesë përbërëse e ofrimit të përvojave pozitive të të mësuarit gjithëpërfshirës njohës për nxënësit në distancë. Apeloni për vlerat thelbësore të nxënësit: Sigurohuni që përmbajtja juaj dhe përvoja e të mësuarit të tërheqin një grup thelbësor vlerash të nxënësit, duke përfshirë një mentalitet të të mësuarit të vazhdueshëm.

Faktori i nevojës për të nxitur pjesëmarrjen dhe angazhimin e nxënësve kur hartoni programe:

- Përfshini aspekte të të mësuarit ndërveprues në hartimin e programit dhe skenarët e projektimit dhe rastet e përdorimit praktik me të cilat mund të lidhen ekipet hibride të punës.
- Përdorni fuqinë e simulimeve.
- Përfshini kujtime dhe shtytje të buta për t'i drejtuar nxënësit hibridë në angazhim me programin.
- Përdorni mjetet mbështetëse të performancës për të vlerësuar se si po bëjnë nxënësit në distancë ndërsa udhëtojnë nëpër shtigjet e tyre personale të të mësuarit.

Faktori në aksesueshmërinë dhe diversitetin, barazinë dhe përfshirjen (DEI): Sigurohuni që të gjithë elementët e përmbajtjes dhe dizajnit mjedisor t'u përmbahen standardeve të zbatueshme DEI, duke përfshirë Modelin Vullnetar të Aksesueshmërisë së Produktit (VPAT) dhe Udhëzimet për aksesueshmërinë e përmbajtjes në ueb (WCAG).

Strategjitë gjithëpërfshirëse të të mësuarit

Zgjidhni strategjinë e duhur: Cilësia e përvojave gjithëpërfshirëse të të mësuarit drejtohet nga strategjia juaj. Prandaj, është e rëndësishme të zgjidhni strategjinë e duhur të të mësuarit gjithëpërfshirës, qoftë



gamifikimi, mësimi i bazuar në histori, simulimet e degëzimit, AR/VR/ER dhe MR, mësimi i bazuar në video ose mësimi i bazuar në skenar.

Faktori në të mësuarit në lëvizje dhe të mësuarit në çdo kohë, kudo si pjesë e një dizajni mësimor dinamik dhe të përgjegjshëm: Për këtë qëllim, shfrytëzoni ndërhyrjet e mikromësimit, mësimin në kohë dhe mjetet e të mësuarit në punë si pjesë e mësimit tuaj gjithëpërfshirës mjedisi.

Përdorni skenarë të botës reale: Mënyra më e mirë për të siguruar që mjedisi juaj gjithëpërfshirës i të mësuarit të përmbushë objektivat e tij të deklaruara është ta bëni atë të përshtatshëm dhe të lidhur me audiencën tuaj të synuar. Bëjeni këtë duke përqendruar përmbajtjen e të mësuarit rreth skenarëve të botës reale dhe përdorni raste— dhe jo të bazuara në të mësuarit hipotetik ose abstrakt.

Përdorni grupet e të mësuarit social dhe të të mësuarit për të ofruar përvoja të personalizuar gjithëpërfshirëse të të mësuarit: Ndërtoni dhe inkurajoni formimin e komuniteteve të të mësuarit në mënyrë që nxënësit tuaj të mund të përfitojnë nga të mësuarit nga bashkëmoshatarët. Inkurajoni të mësuarit social duke organizuar webinare, diskutime në grup, seminare, biseda të ekspertëve të çështjeve (SME), etj.

Përfshini aspekte të reagimeve në kohë reale ose pothuajse reale në mjedis: Ofroni mundësi për të trajnuar dhe mentoruar nxënësit ndërsa ata angazhohen me programin gjithëpërfshirës të të mësuarit. Përfshini reagimet në kohë reale mbi performancën, të udhëhequr nga shkallët më të përshtatshme të vlerësimit të zbatueshme për fuqinë tuaj punëtore hibride. Hartoni zonat e personalizuar të vlerësuesve për të vlerësuar performancën e secilit nxënës brenda organizatës suaj.

Teknologji gjithëpërfshirëse e të mësuarit

Zgjidhni teknologjinë "e drejtuar nga përmbajtja": Teknologjia është blloku bazë i ndërtimit për krijimin e përvojave zhytëse për nxënësit tuaj. Kjo për shkak se të gjithë komponentët e tjerë të mjedisit zhytës, duke përfshirë përmbajtjen, ndërveprimet dhe llojet e ndërhyrjeve të përdorura (360 video, animacione, podkaste, etj.) varen nga zgjedhja juaj e teknologjisë së përshtatshme.

Përdorni një kombinim të teknologjisë zhytëse dhe strategjisë së përmbajtjes për të rritur ndikimin (VR e gamifikuar, VR e bazuar në mikromësim, metaverse, VR e shtuar [AVR]): Teknologjia dhe përmbajtja janë dy shtylla të një strategjie mësimore gjithëpërfshirëse. Është e rëndësishme të përdoren të dyja shtyllat për të nxitur përsosmërinë tek njëra-tjetra. Për shembull, një strategji e të mësuarit në lëvizje nuk do të fillojë pa mbështetjen e teknologjisë së duhur celulare dhe dizajnit të përgjegjshëm.

Përdorni LXP për të ndërtuar udhëtime mësimore gjithëpërfshirëse dhe mësim të personalizuar: Platformat e Përvojës së Nxënësve (LXP) janë kritike për ofrimin e përvojave gjithëpërfshirëse të të mësuarit. Për shkak se çdo nxënës ka një stil unik të të mësuarit dhe secili ka qëllime individuale të të mësuarit, LXP-të mund të personalizojnë dhe personalizojnë mjedisin mësimor për të joshur nxënësit që të zhyten dhe të angazhohen me përmbajtje mësimore.

Mendime ndarëse

Përpara se të filloni të planifikoni dhe zhvilloni përvoja gjithëpërfshirëse të të mësuarit për vendin tuaj të punës, ekziston një rregull i artë për t'u mbajtur mend: ndërsa teknologjia më e avancuar e të mësuarit si AI,



VR dhe AR ofron bazën themelore për zhytje, ndërtimi i një mjedisi mësimor gjithëpërfshirës nuk duhet të jetë qëllimi juaj i vetëm. Të mësuarit e vërtetë zhytës kërkon arkitekturë teknike gjithëpërfshirëse, si dhe përmbajtje bindëse dhe tërheqëse. Përqendrimi në një aspekt të zgjidhjes në kurriz të tjetrit ka të ngjarë të rezultojë në një kthim të kufizuar në investimin tuaj gjithëpërfshirës të të mësuarit.

3.2 Mënyrat për të ofruar përvoja gjithëpërfshirëse të të mësuarit për nxënësit

Të mësuarit gjithëpërfshirës po përdoret gjithnjë e më shumë në organizatat e korporatave për qëllime trajnimi dhe zhvillimi të punonjësve. Profesionistët e të mësuarit dhe zhvillimit (L&D) kanë kuptuar se për të rritur përthithjen dhe mbajtjen e aftësive dhe njohurive në maksimum, ata duhet të ndihmojnë nxënësit/punonjësit t'i përjetojnë gjërat nga dora e parë. Por kjo nuk është e mundur në çdo kohë, kështu që gjëja e dytë më e mirë është krijimi i mjediseve të simuluar ose artificiale rreth nxënësve/punonjësve që i lejojnë ata të mësojnë sikur të mësojnë nga një përvojë reale. Të mësuarit gjithëpërfshirës u ofron nxënësve një mjedis tërheqës që është shumë ndërveprues si virtualisht ashtu edhe fizikisht, duke i vendosur ata në mes të një përvoje mësimore. Por si mund ta përfshijnë organizatat e korporatave mësimin në programet e tyre dixhitale të të mësuarit? Kjo është ajo që ne do të diskutojmë në këtë artikull.

1. Simulimet

Simulimet janë një nga mënyrat më të mira për të zhytur nxënësit në një mjedis mësimor virtual. Një simulim është zakonisht një program kompjuterik ose celular që lejon nxënësin të marrë kontrollin e një karakteri që pritet të kryejë detyra të caktuara në mënyrë korrekte. Simulimet janë përdorur që në vitin 1947 për të trajnuar nxënësit për të kryer një detyrë të caktuar. Për shembull, pilotët kalojnë mijëra orë në praktikë të simuluar përpara se të hyjnë në kabinën e një avioni aktual. Sot, softueri i avancuar i lejon nxënësit që vijnë nga pothuajse çdo industri të rregullojnë mirë aftësitë e tyre përpara se t'i aplikojnë ato në botën reale. Megjithatë, simulimet përdoren më së miri në industri ku aplikimi i saktë i aftësive të mësuara mund të jetë çështje jete ose vdekjeje. Për shembull, industritë e kujdesit shëndetësor, kimik ose farmaceutik të prodhimit, ose ku gabimet mund të rezultojnë të jenë mjaft të kushtueshme, të tilla si prodhimi i automobilave ose industria e ndërtimit.

2. Mësimi i bazuar në lojë

Një mënyrë tjetër e shkëlqyer për të ofruar mësim gjithëpërfshirës për punonjësit/nxënësit është t'u ofroni atyre module mësimore dixhitale të gamifikuara. Nxënësit modernë janë mësuar të luajnë lojëra në kompjuterët, laptopët dhe telefonat inteligjentë dhe janë një mënyrë e shkëlqyer për t'i mbajtur nxënësit të angazhuar ndërsa i ndihmojnë ata të mësojnë. Gamification ofron një përvojë mësimore gjithëpërfshirëse për nxënësit për një sërë arsyesh, duke përfshirë faktin se lojërat janë sfiduese në nivelin e duhur (edhe pse kjo varet nga projektuesi i të mësuarit dixhital), gjë që i motivon nxënësit t'i luajnë ato më shumë, dhe kështu të mësojnë më shumë. Së dyti, gamifikimi përdor tabelat e drejtuesve (ose të paktën gamifikimi efektiv bën), gjë që i motivon nxënësit të konkurrojnë me bashkëmoshatarët e tyre për të marrë rezultate më të mira dhe



për t'u njohur. Gjithashtu, ashtu si simulimet, lojërat krijojnë një botë tjetër ku nxënësit supozohet të kryejnë detyra të caktuara duke ndjekur rregulla të caktuara dhe të fitojnë shpërblime dhe/ose ndëshkohen për kryerjen e gjërave në mënyrë korrekte ose për dështimin për ta bërë këtë.



3. Realiteti i Shtuar/Realiteti Virtual (AR/VR)

Më e fundit në përvojat gjithëpërfshirëse të të mësuarit dhe më zhytësja nga të gjitha është teknologjia AR/VR. Për shkak se AR/VR angazhon nxënësit vizualisht, dëgjimisht dhe fizikisht në një mënyrë që asnjë teknikë tjetër e të mësuarit gjithëpërfshirës nuk mundet, është ajo që një numër gjigandësh të industrisë përdorin për t'u ofruar nxënësve të tyre trajnim gjithëpërfshirës, dhe kjo është ajo që një numër organizatash korporative po kërkojnë për të përfshirë në programet e tyre të trajnimit. Në të ardhmen, flitet për krijimin e botëve të tëra virtuale që mund të aksesohen duke përdorur AR/VR për nxënësit, ku ata mund të trajnohen për detyra të ndryshme në vende të ndryshme të botës virtuale. Gjithashtu, AR/VR mund të bllokojë plotësisht çdo shpërqendrim, duke anashkaluar problemet e zvogëlimit të hapësirës së vëmendjes dhe duke ofruar një përvojë vërtet zhytëse.

4. Video 360 gradë

Videoja është forma më tërheqëse e përmbajtjes aktualisht e disponueshme, kjo është arsyeja pse një numër kursesh mësimore dixhitale këto ditë janë të bazuara në video. Por ndërsa videot tradicionale mund të shihen në kompjuterë si dhe në pajisje celulare, ato nuk mund të përputhen me përvojën gjithëpërfshirëse të të mësuarit të një videoje 360 gradë. Videot 360 gradë janë veçanërisht të shkëlqyera nëse dëshironi që nxënësit të kuptojnë plotësisht vendndodhjet gjeografike, t'u tregojnë atyre ndërtesën tuaj gjatë hyrjes ose t'i ndihmojnë ata të shohin gjërat që po ndodhin njëkohësisht duke u dhënë atyre një perspektivë normale njerëzore. Të mësuarit gjithëpërfshirës është e ardhmja e të mësuarit dixhital, veçanërisht AR/VR. Me shfaqjen e AI (Inteligjencës Artificiale) dhe përparimet e mundshme të parashikuara në të ardhmen, të mësuarit gjithëpërfshirës mund të jetë në gjendje të krijojë botë virtuale të cilat do të jenë pothuajse të padallueshme nga bota reale. Çfarë do të thotë kjo për industrinë e të mësuarit dhe zhvillimit? Derisa pyetjeve të tilla t'u përgjigjen, organizatat e korporatave duhet të mjaftohen me teknikat gjithëpërfshirëse të të mësuarit që kanë në dispozicion në të tashmen, të cilat ende mund t'i ndihmojnë punonjësit e tyre të thithin dhe ruajnë më mirë informacionin.

3.3. Teknologjia e realitetit të shtuar për kujdestarët e familjes – pse është e rëndësishme

Ndërsa popullsia në të gjithë globin vazhdon të rritet në mënyrë dramatike, prevalenca e dëmtimit kognitiv dhe demencës do të rritet në mënyrë të pashmangshme gjithashtu, duke vendosur barrë në rritje mbi familjet dhe sistemet e kujdesit shëndetësor. Përparimet teknologjike gjatë dekadës së fundit ofrojnë përfitime të mundshme jo vetëm në lehtësimin e barrës së kujdestarit për t'u kujdesur për një të dashur me demencë, por gjithashtu u mundësojnë individëve me demencë të plaken në vend. Pajisjet teknologjike kanë shërbyer për të përmirësuar funksionimin, gjurmimin dhe lëvizshmërinë. Në mënyrë të ngjashme, telefonat inteligjentë, tabletët dhe rrjeti i kudondodhur në mbarë botën kanë lehtësuar shpërndarjen e informacionit shëndetësor për popullatat e mëparshme të vështira për t'u arritur, kryesisht nëpërmjet përdorimit të platformave të ndryshme të mediave sociale.



Edukimi për demencën është vërejtur gjithashtu për të përmirësuar menaxhimin e kujdesit dhe sjelljen e kërkimit të mbështetjes sociale nga kujdestarët informalë (p.sh., duke kërkuar këshillim, duke iu bashkuar forumeve të diskutimit dhe grupeve joformale mbështetëse. Pabarazitë në nivelet e arsimit formal midis kujdestarëve me arsim të lartë dhe të ulët mund të ndikojnë gjithashtu në cilësinë e kujdesit, por ofrimi i edukimit për demencën mund të zvogëlojë pabarazitë e njohurive midis grupeve të kujdestarëve me arsim të lartë dhe të ulët. Barriera të tjera për kujdesin përfshijnë informacionin e pamjaftueshëm në lidhje me simptomat e sjelljes së demencës dhe kuptimin e saktë të përfitimeve të diagnozës në kohë. Studimet kanë treguar përfitime për partnerët e kujdesit' aftësitë e kujdesit kur ndërhyrjet përfshijnë psikoedukimin dhe synojnë rritjen e komunikimit midis kujdestarit informal dhe kujdestarit. Në përgjithësi, edukimi për demencën për kujdestarët informalë duket se ka një ndikim pozitiv si në kujdesin ashtu edhe në rezultatet shëndetësore të personave me demencë.

Përfitimet e edukimit të demencës mbështeten mirë dhe kujdestarët informalë tregojnë pranueshmërinë ndaj një sërë mënyrash arsimore, duke përfshirë burimet e bazuara në komunitet dhe të bazuara në internet dhe portalet në internet. Ndërhyrjet e bazuara në internet janë treguar se përmirësojnë besimin e kujdestarit, zvogëlojnë barrën e perceptuar, rrisin vetë-efikasitetin, ulin ankthin, ulin ndjenjat e depresionit dhe rrisin njohuritë për demencën. Një rishikim sistematik i kohëve të fundit i ndërhyrjeve psikoedukative për kujdestarët e njerëzve me demencë që jetojnë në shtëpi përfshinte studime që ofruan ndërhyrje të bazuara në teknologji dhe zbuluan se ndërhyrjet e bazuara në teknologji reduktuan barrën e kujdestarit. Disa shembuj të ndërhyrjeve të bazuara në teknologji për kujdestarët përfshijnë faqet e internetit, ndërhyrjet e përshtatura të bazuara në ueb me rekomandime ekspertësh, ndërhyrjet hibride që përfshijnë një komponent në internet dhe një komponent telefonik interaktiv (p.sh., konsultimi për kujdesin ndaj demencës dhe ndërhyrjet me një komponent vetëm telefonik. Studimet që krahasojnë edukimin për demencën kundrejt pjesëmarrjes në një rrjet kujdestarësh zbuluan se ndërhyrjet që përmbajnë një komponent edukativ dhe një komponent ndërveprues kishin përfitimin dhe ndikimin më të madh në aftësitë, stresin, qëndrimet, njohuritë, vetë-efikasitetin dhe c të perceptuar

Mënyrat dixhitale të edukimit, të tilla si njohuritë e përcjella nëpërmjet pajisjeve elektronike, mediave, internetit, rrjeteve kompjuterike me qark të mbyllur ose platformave të bazuara në ueb, kanë një ndikim ekuivalent në të mësuarit si mënyra ballë për ballë. Për më tepër, një mësim i tillë ofron një avantazh të ofrimit në distancë ose asinkron, ku secili pjesëmarrës përparon përmes materialit edukativ në një mënyrë të vetë-ritmit. Mësimi asinkron i bazuar në mënyrë dixhitale ka përfitime shitesë për individët që jetojnë në zona të largëta ose rurale, ku kohët e gjata të pritjes për shërbime të specializuara dhe mungesa e informacionit/programeve arsimore lokale janë të zakonshme. Ndryshimet e fundit brenda shërbimeve shëndetësore dhe përpjekjet për të zhvendosur shërbimet në metoda virtuale për shkak të pandemisë COVID-19, kanë parë që mësimi i bazuar në internet të fitojë një rëndësi të re. Kërkimi dhe përmbledhja e kërkimeve ekzistuese mbi mënyrat aktuale të edukimit dixhital për ofruesit e kujdesit informal mund të shërbejë si një hap i rëndësishëm drejt zbatimit të programeve dixhitale të edukimit të demencës për kujdestarët dhe rritjes së aksesit në burimet arsimore dhe mbështetëse.

Rishikimet sistematike të kaluara kanë ekzaminuar ndërhyrjet e bazuara në internet për kujdestarët e personave me demencë, duke u fokusuar në metodat e vlerësimit, duke përfshirë intervistat cilësore, intervistat e bazuara në kënaqësi, reagimet organizative, si dhe ndërhyrjet e ofruara përmes telefonit dhe kompjuterit. Rishikimi aktual ekzaminoi efektin e edukimit dixhital të demencës të ofruar nëpërmjet

teknologjisë me aftësi shpërndarjeje në distancë, duke përfshirë aplikacionet e telefonave inteligjentë, telefonin, videon, kompjuterin (online dhe rrjetin), dhe u fokusua në studimet me masa para dhe pas për të përcaktuar më saktë ndikimi i edukimit dixhital. Rritja e disponueshmërisë dhe pronësisë së pajisjeve inteligjente me akses në internet ka ndryshuar shpërndarjen dixhitale të informacionit brenda dekadës së fundit, si dhe motivimin për t'u angazhuar në arsim pjesërisht për shkak të rritjes së fokusit në qasjet e largëta dhe asinkrone për arsimin si një domosdoshmëri e pandemisë. Rrjedhimisht, gjendja aktuale e artit eksploron bazën e provave për teknologji të ndryshme të përdorura për edukimin e demencës.

Digital Tool: Extended Reality



Extended reality offers the opportunity to:

- **step into someone else's shoes,**
- **to fully understand the lived experience of another person**

The intent is placed on **experiential learning** in which users can **transform the experience into a understanding and awareness of what it is like to live with dementia.**

Software »In Your Shoes«

- 1 Allows the caregiver **to understand** what a dementia patient actually feels because it provides a **manipulated environment**
- 2 Aims **to train** the caregiver by comparing him with a patient with symptoms of dementia, through the simulation of reality



3.4 Softueri Në Këpucët tuaja - Perceptimi i demencës me realitet të shtuar bazuar në softuerin Dementia Eyes

Ky projekt bazohet në studimet e bëra në Shkollën e Diplomuar të Dizajnit Mediatik të Universitetit "Keio" (Japan link to video: <https://dl.acm.org/doi/10.1145/3478514.3487617>)

Demenca është një sfidë kombëtare në rritje në Japoni. Ndërsa popullsia plakët, ka një numër në rritje të njerëzve me demencë në spitale si dhe në komunitet. Megjithatë, shumica e spitaleve e kanë të vështirë të zhvillojnë kapacitetin e kujdesit ndaj demencës dhe i kanë kushtuar pak vëmendje përfitimeve të një mjedisi miqësor ndaj demencës. Hulumtimet kanë treguar, megjithatë, se shtrimi në spital ka një ndikim të madh te njerëzit me demencë dhe familjet e tyre. Mund të çojë në delirium, përparim të demencës, përkeqësim të simptomave të sjelljes dhe psikologjike të demencës (BPSD) dhe një rënie të funksioneve

fizike, të cilat nga ana e tyre e bëjnë më të vështirë rregullimin pas shkarkimit dhe e bëjnë të vështirë kthimin e pacientëve në shtëpi. Ekziston një nevojë kritike që spitalet të përshtaten në mënyrë që të kujdesen më mirë për pacientët e tyre me demencë.

Mediva Inc., një kompani konsulence dhe operacioni shërbimi për kujdesin shëndetësor, ka vënë re se disa profesionistë mjekësorë dhe të kujdesit nuk janë të sigurt dhe ndihen të stresuar në trajtimin e njerëzve me demencë, pjesërisht për shkak të mungesës së ndërgjegjësimit dhe pjesërisht për shkak të mungesës së njohurive dhe përvojës. Përveç kësaj, shumica e spitaleve nuk kanë mjedise të ndërtuara miqësore me



demencën dhe nuk e përdorin mjedisin si pjesë të strategjisë së tyre të kujdesit ndaj demencës.

Mediva, në bashkëpunim me Shkollën e Diplomuar të Dizajnit të Medias të Universitetit Keio (KMD), zhvilloi një filtër të realitetit të shtuar (AR) të quajtur Sytë e Demencës për të riprodhuar efektet vizuale që përjetojnë nga njerëzit me demencë, si perceptimi i dobët i thellësisë, ngushtimi i fusha e shikimit dhe ulja e ndjeshmërisë ndaj kontrastit. Projekti përdori një subvencion nga Projekti “i Ministrisë së Ekonomisë, Tregtisë dhe Industrisë për të vlerësuar efektivitetin e produkteve dhe shërbimeve për një shoqëri me demencë.” Kur një përdorues vendos syzet AR, ai mund të përjetojë botën që shohin njerëzit me demencë dhe vështirësitë që rezultojnë. Ndryshe nga realiteti virtual (VR), i cili riprodhohet në një hapësirë virtuale, AR lejon përdoruesin ta përjetojë këtë efekt në mjedisin e tij. Ata ende shohin dhomën në të cilën ndodhen, por përmes filtrit AR



Trajnimi rreth demencës është fokusuar tradicionalisht në leksionet në klasë, por është e vështirë për njerëzit që të marrin njohuritë e mësuara në mënyrë pasive, ta përvetësojnë atë dhe ta vënë atë në praktikën aktuale. Mediva ka zhvilluar një program trajnimi që përfshin të mësuarit aktiv, si “Dementia Eyes,” dhe mësimin tradicional, të tilla si leksione në bashkëpunim me Dr. Asao Ogawa nga Qendra Kombëtare e Kancerit në Japoni, Qendra e Zhvillimit të Shërbimeve të Demencës (DSDC) në Universitetin



e Stirling në MB dhe një grup mjekësh dhe infermierësh që punojnë me njerëzit me demencë në baza ditore.

Mediva filloi të ofrojë këtë lloj të ri shërbimi për spitalet, objektet e kujdesit afatgjatë, kompanitë, organizatat qeveritare dhe publikun e gjerë në vitin 2021. Ky program u mundëson pjesëmarrësve të përjetojnë vështirësitë me të cilat përballen njerëzit me demencë në jetën e tyre të përditshme. Para dhe pas përvojës AR, Mediva ofron mundësi për pjesëmarrësit që të reflektojnë mbi praktikën e tyre me pjesëmarrës të tjerë, zakonisht kolegë, gjë që përforcon mësimet e nxjerra dhe promovon ndryshimet e sjelljes. Më pas ata mësojnë teorinë dhe praktikën e kujdesit ndaj demencës dhe mjediseve miqësore me demencën për të përfituar nga përvoja e tyre AR. Ata gjithashtu marrin mbështetje për zbatimin në mbarë ekipin ose organizatën e asaj që mësuon në lidhje me kujdesin ndaj demencës dhe mjedisin e kujdesit. Për shembull, Mediva ndihmon në identifikimin e çështjeve dhe zgjidhjeve të mjedisit të ndërtuar përmes mjetit të vlerësimit të mjedisit miqësor ndaj demencës, si dhe përmes përvojës AR, dhe ndihmon në zbatimin e zgjidhjeve.

Mediva ofroi përvojën e Dementia Eyes AR për 147 punonjës të kujdesit shëndetësor dhe më shumë se 250 anëtarë të publikut të gjerë në gjashtë muajt e parë pas fillimit të saj. Në reagimet nga kjo periudhë, shumica e pjesëmarrësve u shprehën se përvoja e AR për demencën përmirësoi ndjeshmërinë e tyre për njerëzit me demencë dhe i bëri ata ta shihnin demencën si një çështje shqetësuese. Infermierët dhe kujdestarët vunë në dukje, “Më bëri të reflektoja mbi praktikën time të kujdesit,” dhe menaxherët e spitaleve vunë në dukje rritjen e motivimit midis infermierëve, me një që thoshte, “Unë dua që kjo të përfshihet në kurrikulën e shkollave të infermierisë.” Komentet nga ata në publikun e gjerë që përjetuan Dementia Eyes ishin po aq pozitive, duke treguar një nivel shumë më të lartë ndërgjegjësimi dhe mirëkuptimi pas përvojës

Watch the



Video



3.5 Si të krijoni përvoja 3D

Zhvillimi i softuerit të realitetit virtual (VR) është bërë një mënyrë e re për të krijuar media dhe argëtim. Dhe përdoret për më shumë sesa thjesht gjenerimin e lojërave video. Industritë, të tilla si automobilat, prodhimi virtual dhe më shumë, po aplikojnë teknologjinë VR për të simuluar mjedise për të trajnuar njerëzit dhe për të testuar produktet në kohë reale. Realiteti virtual është një teknologji që përpiqet të prodhojë imazhe dhe video kompjuterike për të prodhuar përvoja vizuale të jetës reale që shkojnë përtej atyre të marra në kompjuterin e rregullt dhe monitorin e telefonit. Sistemet VR e bëjnë këtë duke përdorur vizionin kompjuterik dhe grafika të avancuara për të gjeneruar imazhe dhe video 3D duke shtuar thellësi dhe duke rindërtuar shkallën dhe distancat midis imazheve statike 2D. Le të shohim së bashku softuerin më të mirë në këtë sektor.

Sketchfab

Sketchfab është një mjet shikimi, krijimi dhe publikimi i bazuar në ueb për modelet 3D. Me këtë zgjidhje, përdoruesit mund të organizojnë shabllone duke përdorur opsionet e koleksionit, etiketës dhe kategorisë së mjetit. Subjektet e krijuara 3D mund të futen dhe shpërndahen në faqet e internetit, forumet dhe faqet e mediave sociale. Ai ofron një shikues universal 3D/VR që mund të aksesohet në çdo shfletues ose sistem operativ pa pasur nevojë të instaloni një plug-in. Ekziston gjithashtu një aplikacion celular.

Me redaktuesin 3D të integruar të Sketchfab, përdoruesit mund të modifikojnë përmbajtjen e modelit, të rregullojnë ndriçimin, të zgjedhin parametrat e kamerës, të shtojnë filtra krijues dhe më shumë. Për më tepër, mund të krijoni një konfigurues të personalizuar 3D dhe një aplikacion shkarkimi duke përdorur shtesën

Download API



CenarioVR

CenarioVR është softuer i realitetit virtual që ndihmon organizatat të krijojnë dhe ofrojnë kurse trajnimi dhe mësimi të bazuara në realitetin virtual. Mjeti i redaktimit të objekteve 3D i lejon trajnerët të shtojnë, rrotullojnë, pozicionojnë dhe animojnë subjektet në formatin e skedarit GLB. Programi ofron një bibliotekë të integruar mediatike, e cila lejon krijuesit e përmbajtjes të personalizojnë ikona, veprime, forma dhe objekte të para-projektuara. Autorët e përmbajtjes mund të përdorin metodologjinë e degëzimit të kushtëzuar për të shtuar objekte me kohë, veprime, skena të lidhura, kuize dhe pika të nxehta, midis mediave të tjera të pasura. Ai gjithashtu i lejon edukatorët t'u ofrojnë përdoruesve fundorë një përvojë mësimore gjithëpërfshirëse duke vendosur dhe luajtur klipe audio në pozicione specifike, si djathtas, majtas, përpara ose mbrapa. Ai gjithashtu i lejon mbikëqyrësit të gjenerojnë analitikë dhe të vlerësojnë kuizet, përgjigjet dhe reagimet në kohë reale.



View it 3D

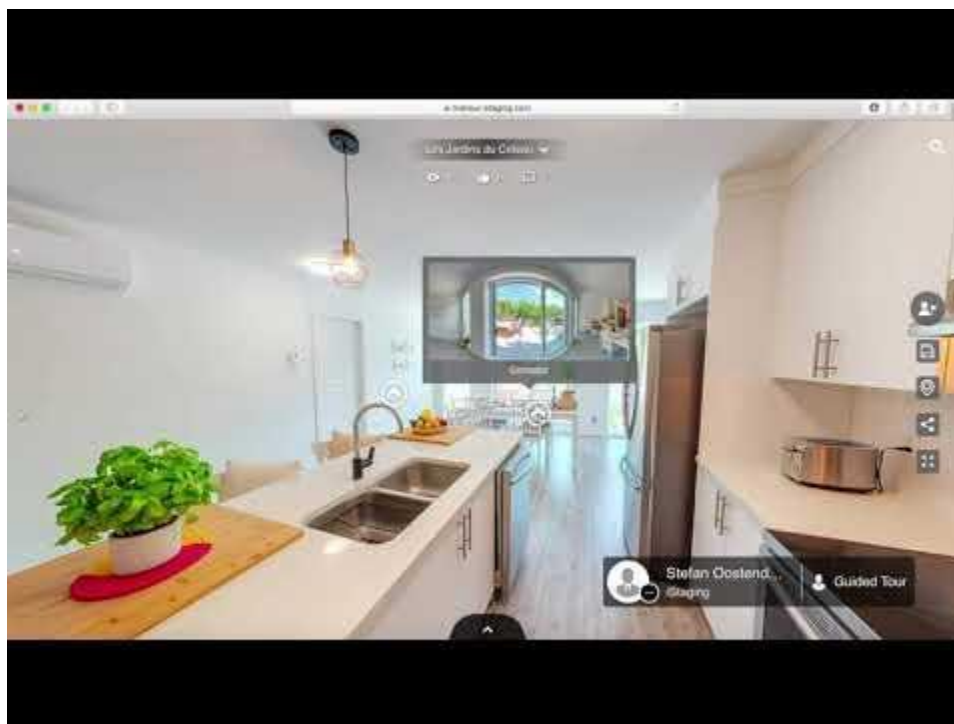
View it 3D është një softuer i bazuar në renë kompjuterike që ndihmon në rritjen e shitjeve dhe reduktimin e kthimeve me vizualizimin e produktit të realitetit 3D dhe të shtuar. Shikuesi 3D dhe AR i lejon klientët të vlerësojnë të gjitha detajet e një produkti dhe teksturat e tij për të marrë vendime më të mira blerjeje, për të rritur shkallën e konvertimit dhe për të zvogëluar kthimet. Mund të shtoni veçori shtesë si dimensionet e produktit, animacionet, pikat e nxehta të përmbajtjes interaktive, variacionet e produktit dhe shumë më tepër. Viewit3D i lejon bizneset të menaxhojnë, krijojnë, publikojnë dhe personalizojnë gjithçka. Ai gjithashtu i lejon administratorët të gjurmojnë të gjitha ndërveprimet, të analizojnë sjelljen e klientit dhe të shikojnë performancën e produktit dhe fushatës në kohë reale.



LiveTour

Softueri LiveTour i zhvilluar nga iStaging është një krijues i realitetit virtual që lejon profesionistët të krijojnë turne virtuale gjithëpërfshirëse dhe të kapin çdo hapësirë në 360 VR. Programi mund të përdoret për të krijuar turne dhe turne me guidë në shtëpi, hotele dhe resorte, pika referimi, dyqane me pakicë dhe paraqitje 3D që lejojnë mysafirët, blerësit, klientët e mundshëm, etj. të ndërveprojnë me vendet sikur të ishin vërtet atje.

Me LiveTour, përdoruesit nuk kanë nevojë për pajisje të nivelit të lartë ose njohuri shteruese teknologjike për të krijuar turne piktoreske virtuale. Aplikacioni i kthen telefonat inteligjentë të pajtueshëm në kamera VR me kapacitet të lartë për t'i lejuar përdoruesit të kapin pamje të gjerë. Për më tepër, ai ofron shkrepje sferike me rezolucion deri në 8K. Kjo u jep turneve virtuale më shumë detaje, duke i bërë shikuesit të ndihen sikur janë brenda një ndërtese dhe dhomave të saj ose në një mjedis të jashtëm.



Viar360

Viar360 është një platformë për krijimin dhe publikimin e përmbajtjes e krijuar për të ndihmuar kompanitë të krijojnë, kryejnë dhe menaxhojnë programe virtuale trajnimi dhe mësimi për një sërë industrish si prodhimi, automobila, arsimit, hapësira ajrore dhe kujdesi shëndetësor. Organizatat mund të përdorin sesione virtuale interaktive për të marrë punësime të reja, për të përcjellë misionin e tyre dhe për të ofruar një përvojë realiste të kulturës së punës. Zgjidhja ofron një sistem të menaxhimit të përmbajtjes, i cili i lejon përdoruesit të krijojnë, modifikojnë dhe formatojnë përmbajtje duke përdorur një histori ose të shtojnë elemente ndërvepruese në skena dhe media individuale. Ai ofron një mori veçorish si redaktues vizual, riprodhim jashtë linje, kodim të personalizuar HTML5, pamje 360 gradë, trajnim të bazuar në vendime, analitikë dhe më shumë.



3.6 Si ta përdorni 3D Headset – Hapat e pare me META QUEST HEADSET

Nëse kjo është hera juaj e parë që hyni në Meta, ju duhet një llogari në Facebook për të përdorur pajisjen, aplikacionet dhe dyqanin tuaj të aplikacioneve. Do t'ju kërkohet të krijoni një llogari Meta në ekranin e parë të procesit të konfigurimit të pajisjes në aplikacionin celular Meta Quest. Ju gjithashtu mund të konfiguroni një llogari Meta në ueb në auth.meta.com.

Si të rregulloni shikuesin dhe të vendosni atë që shihni

Së pari, rregulloni butësisht lentet duke i lëvizur fillimisht majtas dhe më pas djathtas derisa të klikojnë në pozicionin që ju lejon të shihni më qartë përmbajtjen në ekran.

Në këtë pikë, rregulloni rripat anësore. Për ta bërë këtë, rrëshqitni 2 rrëshqitësit në të dy anët e rripit të sipërm. Për të liruar rripat anësore, rrëshqitni rrëshqitësit drejt rripit të sipërm. Për t'i ngushtuar ato, largojini nga rripi i sipërm.



Nëse kjo është hera juaj e parë që hyni në Meta, ju duhet një llogari në Facebook për të përdorur pajisjen, aplikacionet dhe dyqanin tuaj të aplikacioneve. Do t'ju kërkohet të krijoni një llogari Meta në ekranin e parë të procesit të konfigurimit të pajisjes në aplikacionin celular Meta Quest. Ju gjithashtu mund të konfiguroni një llogari Meta në ueb në auth.meta.com.

Si të rregulloni shikuesin dhe të vendosni atë që shihni:

Së pari, rregulloni butësisht lentet duke i lëvizur fillimisht majtas dhe më pas djathtas derisa të klikojnë në pozicionin që ju lejon të shihni më qartë përmbajtjen në ekran.

Në këtë pikë, rregulloni rripat anësore. Për ta bërë këtë, rrëshqitni 2 rrëshqitësit në të dy anët e rripit të sipërm.

Për të liruar rripat anësore, rrëshqitni rrëshqitësit drejt rripit të sipërm. Për t'i ngushtuar ato, largojini nga rripi i sipërm.

Pasi të lëvizni rrëshqitësit, përqendroni përsëri rripin e sipërm midis rrëshqitësve, në mënyrë që të dy anët të jenë të barabarta dhe rripi i sipërm të jetë në qendër të kokës kur mbani kufjet.

Ju lutemi vini re se duhet të hiqni kufjet për të rirregulluar rripat anësore me rrëshqitësit.

Nëse mbani syze, sigurohuni që të futni ndarësin e syzeve. Gjithmonë vishni kufjet duke filluar nga përpara.

Vendosni kufjet mbi kokë, më pas hiqeni dhe rregulloni rripat anësore që t'i përshtaten nevojave tuaja.

Pasi të keni rregulluar rripat anësore, vendosni përsëri kufjet dhe rregulloni rripin e sipërm. Për të rregulluar, shkëputni pjesën Velcro dhe rilidhni në mënyrë që Meta Quest 2 të ulet butësisht në fytyrën tuaj dhe imazhi të jetë i qartë.

Për të përmirësuar më tej përshtatjen dhe qartësinë e kufjeve, lëvizni butësisht krahët në të dy anët e Meta Quest 2 lart e poshtë për të rregulluar këndin e kufjeve në fytyrën tuaj.

Pasi kufjet tuaja të rregullohen, ndiqni udhëzimet në VR dhe aplikacionin celular Meta Quest për të përfunduar procesin e konfigurimit.



MODULI 4 – SIGURIA

Çdo individ me demencë ka nevoja, preferenca dhe histori unike që teknologjia nuk mund t'i kuptojë ose t'u përgjigjet plotësisht. Prandaj, ndërsa integron teknologjinë në përkujdesje, ajo duhet të plotësojë, jo të zëvendësojë, vëmendjen personale, ndjeshmërinë dhe mirëkuptimin që vijnë nga kujdestari njerëzor.¹

4.1 What are online safety, information privacy, data security and privacy standards

Standardi i privatësisë së BE-së:

GDPR Rregullorja e Përgjithshme e BE-së për Mbrojtjen e të Dhënave (GDPR) zëvendëson Direktivën për Mbrojtjen e të Dhënave 95/46/EC dhe është krijuar për të harmonizuar ligjet e privatësisë së të dhënave në të gjithë Evropën, për të mbrojtur dhe fuqizuar të gjithë privatësinë e të dhënave të qytetarëve të BE-së' dhe për të riformuar mënyrën se si organizatat në të gjithë rajonin i qasen privatësia e të dhënave.

¹ <https://getjubileetv.com/blogs/jubileetv/dementia-and-caregiving-how-technology-is-empowering-family-caregivers>



GDPR u miratua nga Parlamenti i BE-së më 14 prill 2016. Data e përmbarimit është 25 maj 2018 – kohë në të cilën ato organizata në mospërputhje do të përballen me gjopa të rënda. Sipas nenit 4 (1) termi “personal data” nënkupton “çdo informacion në lidhje me një person fizik të identifikuar ose të identifikueshëm; një person fizik i identifikueshëm është ai që mund të identifikohet, drejtpërdrejt ose tërthorazi, veçanërisht duke iu referuar një identifikuesi si emri, numri i identifikimit, të dhënat e vendndodhjes, një identifikues në internet për një ose më shumë faktorë specifikë për fizikun, fiziologjik, gjenetik, mendor, identiteti ekonomik, kulturor ose social i atij personi fizik.” Sipas nenit 4 (15) “Të dhënat në lidhje me health” përkufizohen si “të dhëna personale në lidhje me shëndetin fizik ose mendor të një personi fizik, duke përfshirë ofrimin e shërbimeve të kujdesit shëndetësor, të cilat zbulojnë informacione për gjendjen e tij shëndetësore.” Këshilltarët, këshilltarët dhe terapistët duhet të sigurojnë mbledhjen dhe ruajtjen e të dhënave konfidenciale, kontaktit me klientin (personal) dhe të dhënave shëndetësore në përputhje me GDPR. Disa kërkesa përfshijnë:

- Kërkohet pëlqimi për mbledhjen e të dhënave personale. Aftësia e tërheqjes së pëlqimit duhet t'u jepet individëve. Nëse të dhënat nuk janë mbledhur me një proces në përputhje me GDPR, individi duhet të kontaktohet përsëri në mënyrë që të japë pëlqimin e duhur.
- Të dhënat personale dhe shëndetësore duhet të mbahen të sigurta. Ky detyrim shprehet në terma të përgjithshëm, por tregon disa masa të zgjeruara, siç është kriptimi. (Burimi: Faqja zyrtare e GDPR)

Siguria e të dhënave lidhet me mbrojtjen e të dhënave, të tilla si ato në një bazë të dhënash, nga forcat shkatërruese dhe nga veprimet e padëshiruara të përdoruesve të paautorizuar. Vendosja e standardeve të privatësisë synon mbrojtjen e privatësisë së të dhënave qytetare’.

Mbrojtja e sigurisë në internet kërkon që individi të ketë dhe të zbatojë njohuri mbi praktikën e vetë-mbrojtjes. Mbrojtja në internet në lidhje me të dhënat personale dhe të ndjeshme (p.sh., informacioni shëndetësor), privatësia e informacionit dhe vetë kompjuteri lidhet me garancitë që të dhënat e ruajtura mbeten të sigurta (siguria e të dhënave). Privatësia e informacionit, ose privatësia e të dhënave (ose mbrojtja e të dhënave), është marrëdhënia midis mbledhjes dhe shpërndarjes së të dhënave, teknologjisë, pritshmërisë publike për privatësi dhe çështjeve ligjore dhe politike mbi to. Siguria e të dhënave nënkupton mbrojtjen e të dhënave, të tilla si ato në një bazë të dhënash, nga forcat shkatërruese dhe nga veprimet e padëshiruara të paautorizuara.²

² For more information: https://www.ecounseling4youth.eu/online-material/courses/files/guidelines_en.pdf

4.2 Këshilla të përgjegjshme dhe të sigurta për përdorimin e internetit

Si të aplikoni një nivel të caktuar të mbrojtjes bazë në kompjuterin tuaj, smartphone dhe pajisjet elektronike?

Para së gjithash, për të përdorur versionin më të fundit të sistemit operativ dhe një shfletues uebi të përditësuar. Është gjithashtu e nevojshme të instaloni softuer antivirus dhe të kryeni përditësime të rregullta. Shtojcat si videot, fotot ose skedarët e tekstit mund të shkarkohen dhe hapen vetëm kur vijnë nga burime të besueshme.

Një faqe interneti e sigurt plotëson kriteret e mëposhtme:

- Shkurtesa https është e pranishme.
- Faqja e internetit përfshin një njoftim/imprint ligjor.
- Dritarja e shfletuesit tregon një simbol të bllokimit të mbyllur.
- Siguria në rrjetet sociale - përpara se të fillojë të përdorë shërbimin, përdoruesi duhet të lexojë gjithmonë termat dhe kushtet fillimisht për të zbuluar se cilat të dhëna ruhen dhe për çfarë qëllimi.
- Sigurohuni që asnjë profil i detajuar i personalitetit të mos jetë gjini.³

Këshilla të tjera të dobishme për sigurinë gjatë punës në internet:

- Asnjëherë mos jepni informacione personale si emrin, fjalëkalimin, adresën, telefonin e shtëpisë dhe të dhëna të tjera personale të ndjeshme.
- Asnjëherë mos u dërgoni fotot ose fotot tuaja të dashurve tuaj.
- Asnjëherë mos iu përgjigj mesazheve që janë fyese, kërcënuese, të turpshme ose që ju bëjnë të ndiheni të pakëndshëm.
- Asnjëherë mos hapni një email të marrë nga një dërgues i panjohur. Mund të përmbajë një virus ose program tjetër për të dëmtuar kompjuterin tuaj.
- Kini gjithmonë kujdes kur dikush ju ofron diçka falas ose ju fton të përfshiheni në një aktivitet që premtim të lehtë dhe të madh.
- Kini gjithmonë kujdes kur bisedoni. Mos harroni se njerëzit në internet shpesh pretendojnë se janë ata që nuk janë.
- Respektoni të drejtat e të tjerëve në internet.⁴

³ <https://www.c-and-a.com/eu/en/shop/internet-safety>

⁴ Read more at: <https://az-deteto.bg/pravila-za-sigurnost-i-bezopasnost-v-internet-/view.html>

4.3 Aspekte Etike

Gjatë zbatimit të një programi/shërbimi për personat me demencë, mund të lindin disa çështje etike, së bashku me masat përkatëse për zgjidhjen ose shmangien e tyre:

1. Pëlqimi i informuar: Çështja: Marrja e pëlqimit të informuar mund të jetë sfiduese për shkak të natyrës së ndjeshme të gjendjes shëndetësore.

- Masa: Jepini përparësi ndërtimit të besimit me pjesëmarrësit/përdoruesit përmes komunikimit të qartë, ofrimit të informacionit në formate të aksesueshme dhe sigurimit që ata të kuptojnë të drejtat e tyre. Lejojini pjesëmarrësit të tërheqin pëlqimin në çdo kohë pa pasoja.

2. Konfidencialiteti dhe privatësia: Çështja: Ruajtja e konfidencialitetit duhet të garantohet veçanërisht në një mjedis online pasi zbulimi i informacionit mund të përbëjë rrezik për sigurinë e pjesëmarrësve.

- Masa: Zbatoni masa të fuqishme sigurie të të dhënave, të tilla si enkriptimi dhe akses i kufizuar në informacione të ndjeshme. Merrni pëlqimin për ndarjen e informacionit me agjencitë përkatëse ose shërbimet mbështetëse duke siguruar anonimitetin sa herë që është e mundur.

3. Shqetësimet e sigurisë: Çështja: Angazhimi me njerëz me demencë/familje/kujdestarë mund t'i ekspozojë ata ndaj rreziqeve shtesë në mjedisin online.

- Masa: Zhvilloni protokolle sigurie, duke përfshirë sigurimin e pjesëmarrësve me informacion në lidhje me shërbimet mbështetëse, krijimin e kanaleve të sigurta të komunikimit dhe ofrimin e metodave alternative të pjesëmarrjes (p.sh., anketa anonime). Jepini përparësi sigurisë së pjesëmarrësve mbi të gjitha.

4. Trauma dhe shqetësimi emocional: Çështja: Diskutimi i përvojave të sëmundjes mund të shkaktojë trauma dhe shqetësim emocional midis pjesëmarrësve.

- Masa: Ofroni mbështetje të informuar për traumat gjatë gjithë projektit, duke përfshirë aksesin në shërbimet e këshillimit dhe referimet në burimet e duhura. Ofroni pjesëmarrësve mundësinë për të kapërcyer ose shtyrë pyetjet e ndjeshme dhe jepni paralajmërime të qarta nxitëse aty ku është e nevojshme.

6. Ndjeshmëria kulturore: Çështja: Dështimi për të marrë parasysh normat dhe vlerat kulturore mund të çojë në keqkuptime ose të përjetësojë stereotipe të dëmshme.

- Masa: Kryerja e trajnimeve për kompetencat kulturore për studiuesit, angazhimi me drejtuesit e komunitetit dhe ekspertët e kulturës dhe përshtatja e materialeve dhe metodave të projektit për t'u përshtatur me perspektiva të ndryshme kulturore. Jepini përparësi ndjeshmërisë kulturore në të gjitha ndërveprimet dhe komunikimet me pjesëmarrësit.



Duke adresuar në mënyrë proaktive këto çështje etike dhe duke zbatuar masat e duhura, një projekt/shërbim që adreson demencën mund të mbështesë standardet etike, të mbrojë të drejtat e pjesëmarrësve dhe të kontribuojë në rezultate kërkimore kuptimplota dhe me ndikim.

Llojet e shërbimeve online për njerëzit që jetojnë me demencë dhe kujdestarët e tyre

Sidomos gjatë dhe pas pandemisë COVID – 19 përdorimi i mjeteve online u bë shumë i shpeshtë. Njerëzit me demencë dhe/ose kujdestarët e tyre mund të përfitojnë nga një sërë opsionesh si shërbimet e shëndetit elektronik, konsultimet në internet, trajnimi dhe edukimi dhe aplikacionet në internet. Të tilla mund të përfshijnë, por nuk kufizohen në:

- Terapia e realitetit virtual është një qasje inovative që premtion në përmirësimin e disponueshmërisë dhe efektivitetit të trajtimit për sëmundjet mendore. Kjo terapi fokusohet në përvojat zhytëse për të nxitur ndryshimin e sjelljes, zhvillimin e aftësive përballuese dhe trajtimin e kushteve si dhimbja kronike, ankthi ose depresion.⁵

- Këshillimi në internet mund të kryhet nga një terapist nëpërmjet telefonit, videokonferencës dhe chat—or në internet një përzierje e të tre metodave.
- Ndër tendencat më të reja për pacientët është përdorimi i aplikacioneve për të mësuar rreth modeleve të humorit dhe sëmundjeve mendore të vetë-menaxhuara.⁶
- Chatbot për shëndetin mendor.
- Grupet mbështetëse në internet të kujdestarit të demencës mund të jenë një mbështetje emocionale për kujdestarët e familjes. Në këto grupe njerëzit marrin më shumë sesa thjesht një mbështetje: ata bëhen pjesë e një komuniteti që i kupton, i ngre dhe i shoqëron në çdo hap të udhëtimit të tyre. Ato ofrojnë një mundësi për të shkëmbyer përvoja dhe për të marrë mbështetje emocionale dhe praktike – një vend për të qeshura, lot dhe njohuri të përbashkëta.
- Pajisjet si sistemet e monitorimit në distancë dhe sistemet e alarmit të veshur janë krijuar për të mbështetur familjet me persona me demencë, por ato gjithashtu mund të ngrenë shqetësime për mbikqyrjen.

Shërbimet online si forumet në internet, grupet e mediave sociale dhe bisedat me video u mundësojnë njerëzve me demencë dhe/ose kujdestarëve të tyre të gjejnë dhe t'u bashkohen komuniteteve të kujdestarëve nga komoditeti i shtëpisë së tyre.

- Teknologjitë duhet të shërbejnë për të mbështetur personin me demencë dhe kujdestarët dhe nuk janë një zëvendësim i kontaktit njerëzor. Teknologjia duhet të jetë një mjet fuqizimi, jo një burim izolimi dhe fokusi në kujdes duhet të mbahet. Është gjithashtu e rëndësishme zbatimi i standardeve

⁵ <https://www.betterhelp.com/advice/therapy/therapy-and-counseling-a-new-age-of-technology-approaches/>

⁶ Williams, M. 10 trends for technology in counseling and psychotherapy. <https://www.wolterskluwer.com/en/expert-insights/10-trends-for-technology-in-counseling-and-psychotherapy>



etike dhe zgjedhja e teknologjisë së duhur për situatën e personit të respektuar duke siguruar mjetet e përshtatshme.⁷

MODULI 5 – ZGJIDHJA E PROBLEMEVE ME MJETE DIXHITALE

Mbështetja e kujdesit është e kufizuar dhe e fragmentuar, gjë që mund të përkeqësojë ndikimet shëndetësore që lidhen me kujdesin, veçanërisht për familjet që banojnë në komunitetet e marginalizuara. Është thelbësore të mbështeten kujdestarët e marginalizuar me prejardhje të ndryshme dhe të rritet aksesueshmëria dhe përdorshmëria e mjeteve teknologjike, pasi ka pak institucione publike dhe private që mbështesin procesin e kujdesit. Ndërsa mjetet dixhitale përdoren gjithnjë e më shumë në përkujdesje, shumica e kujdestarëve nuk i përdorin këto mjete. Sipas analizave dhe burimeve të ndryshme, vetëm 7% e kujdestarëve aktualisht përdorin ose kanë përdorur teknologjinë e disponueshme për të mbështetur detyrat e tyre të kujdesit. Duke marrë parasysh sfidat me të cilat përballen kujdestarët e familjes dhe stilin e tyre të jetesës, një zgjidhje e mundshme është dixhitalizimi i procesit të kujdesit. Përveç kësaj, për të ofruar mbështetje të përditshme, mjetet dixhitale mund të ndihmojnë gjithashtu në zgjidhjen e problemeve. Megjithëse COVID-19 krijoi shumë sfida në mbarë botën, ai përshpejtoi nevojën për përdorim dixhital.

Mjetet dhe asistentët dixhitalë mund të ndihmojnë në menaxhimin e takimeve, mjekimeve, orareve dhe të dhënave shëndetësore. Është e rëndësishme të gesh një mjet që është i përshtatshëm për përdoruesit dhe që plotëson nevojat specifike të kujdestarit të familjes. Për më tepër, çështja e rëndësishme është nëse përdoruesi i synuar ka përvojë në përdorimin e pajisjes ose ka aftësinë për të mësuar. Teknologjia e sotme është krijuar për të qenë intuitive, miqësore dhe e thjeshtë për t'u përdorur. Megjithatë, nëse një person nuk ka përvojë duke përdorur një pajisje specifike teknologjike, përpjekja për ta bërë këtë mund të shkaktojë zhgënjim, ankth ose dekurajim.

Procesi i dixhitalizimit mund të mbështetet nga instrumente të ndryshme si:

1. Orë dhe kalendarë me teknologji ndihmëse
2. Aplikacionet e kujdestarit
3. Sistemet e kujdesit dhe komunikimit në distancë
4. Telefonat inteligjentë

⁷ <https://getjubileetv.com/blogs/jubileetv/dementia-and-caregiving-how-technology-is-empowering-family-caregivers>

5. Përkujtuesit e zërit
6. Kalendari i ekipit të kujdesit
7. Kalendarët dixhitalë dhe skedarët Excel
8. Grupet e Mbështetjes Online të Kujdestarit

5.1. Orë dhe kalendarë me teknologji ndihmëse

Teknologjia ndihmëse ofron një sërë orësh dhe kalendarësh që mund t'ju ndihmojnë të mbani gjurmët e kohës, ditëve dhe muajve. Kur përdoren së bashku me një tabelë njoftimesh dhe një ditar, ato mund të jenë të dobishme për menaxhimin e takimeve, ngjarjeve sociale dhe detyrave të përditshme, të tilla si kujtimi se koshat mblidhen të martën.

Këto orë dhe kalendarë kanë veçori më të avancuara, të tilla si luajtja e mesazheve të regjistruara paraprakisht në kohë specifike të përcaktuara nga ju ose familja juaj. Këto mesazhe mund të shërbejnë si përkujtues për marrjen e ilaçeve ose nxjerrjen e koshave dhe mund të luhen deri në 20 mesazhe në ditë.

5.2. Aplikacionet e kujdestarit

Aplikacionet e kujdestarit janë asistentë dixhitalë që ndihmojnë kujdestarët të menaxhojnë takimet, oraret e mjekimeve dhe të dhënat shëndetësore. Është thelbësore të gjeni aplikacione miqësore për përdoruesit për kujdestarët e familjes, të tilla si një kalendar kujdesi, që ofrojnë një platformë për organizimin e orareve të kujdesit, informacionit mjekësor dhe komunikimit midis anëtarëve të familjes.

Aplikacionet e mjekimit për kujdestarin e familjes: Këto aplikacione mbështesin kujdestarin e familjes për të monitoruar medikamentet ose suplementet e përditshme të prindit të tyre të moshuar me një trokitje të thjeshtë në telefonin e tyre. Aplikacionet e menaxhimit të ilaçeve i ndihmojnë kujdestarët të mbajnë gjurmët e medikamenteve, dozave dhe orareve të të dashurit të tyre. Këto aplikacione mund t'i dërgojnë përkujtues kujdestarit dhe pacientit kur është koha për të marrë ilaçe. Mund të përdoren shumë aplikacione, por aplikacionet më të mira për kujdestarët e moshuar të përdorura në vitin 2024 janë:

Spotlight i aplikacionit: Medisafe bën menaxhimin e ilaçeve dhe përfshin rikujtues ilaçesh me alarme, njoftime kur recetat mbarojnë, paralajmërime për ndërveprimin e barnave dhe më shumë. Ky aplikacion është i pëlqyeshëm për turmën midis përdoruesve, kujdestarëve dhe recensentëve dhe iu dha titulli i lakmuar "zgjedhja e redaktorit" në dyqanin Google Play. Është zgjidhja perfekte për ata që mashtrojnë medikamente të shumta dhe shkëlqen kur ndajnë kujtime me të tjerët.

Karakteristika më e mirë për kujdestarët: Medisafe është si një asistent dixhital që ju paralajmëron kur është koha që prindi juaj i moshuar të marrë mjekimin e tij. Jo vetëm kaq, por ky aplikacion i dobishëm ju lejon gjithashtu të gjurmoni nëse ilaçet janë marrë vërtet. Është si të kesh një palë sy shtesë për shëndetin e tyre pikërisht në pëllëmbën e dorës.



5.3. Sistemet e kujdesit dhe komunikimit në distancë

Sistemet e kujdesit në distancë janë një zhvillim i kohëve të fundit që ka rezultuar të jetë shumë efektiv në lidhjen e kujdestarëve me të dashurit e tyre të moshuar, veçanërisht kur ata ndodhen larg. Aplikacioni Jubilee TV është një sistem i tillë që u mundëson kujdestarëve të familjes të komunikojnë me të afërmit e tyre të moshuar përmes video thirrjeve dhe përkujtuesve të fotografive, të gjitha drejtpërdrejt në ekranet e tyre televizive. Përveç kësaj, aplikacioni gjithashtu i lejon kujdestarët të kontrollojnë televizorin, i cili mund të jetë një kursim i madh i kohës dhe qetësues stresi.

5.4. Telefonat inteligjentë

Telefonat inteligjentë mund të ndihmojnë kujdestarët në sigurimin e përfundimit të detyrave të rëndësishme. Nuk mund të kujtohet nëse e keni fukur sobën apo keni marrë mjekimin tuaj? Thjesht kontrolloni aplikacionin për një shenjë kontrolli. Për më tepër, aplikacioni mund t'u dërgojë email të dashurve për të konfirmuar përfundimin e detyrave.

Iridis (falas) është një mjet plotësues i krijuar posaçërisht për kujdestarët që dëshirojnë të krijojnë një mjedis ngushëllues për individët e diagnostikuar me demencë. Ai referohet si një "mjet auditimi i dizajnit të demencës" që vlerëson hapësirën dhe paraqet një raport të detajuar me rekomandime të tilla si kontrastet e ngjyrave dhe përmirësimet e ndriçimit që mund të përmirësojnë ndjeshëm sigurinë dhe komoditetin për të dashurin tuaj.

Carezone (falas) është një mjet i dobishëm për menaxhimin efikas të kujdesit mjekësor. Ajo rezulton veçanërisht e dobishme për individët në fazat e hershme të demencës dhe kujdestarët gjatë fazave të mëvonshme. Aplikacioni organizon lehtësisht listat e medikamenteve, vendos kujtime se kur duhet t'i marrë ato, porosit mbushje dhe mban gjurmët e takimeve me mjekun.

5.5. Përkujtuesit e zërit

Pajisjet e kujtesës zanore i lejojnë kujdestarët të personalizojnë përkujtuesit për të dashurit e tyre me çmenduri. Disa teknologji të kontrolluara me zë i lejojnë kujdestarët të programojnë rikujtues për të luajtur në kohë të caktuara, ndërsa të tjerët punojnë nëpërmjet sensorëve të lëvizjes. Pajisjet që funksionojnë nëpërmjet zbulimit të lëvizjes mund të jenë shumë të dobishme për ata që janë të prirur të enden, pasi kujdestarët mund të regjistrojnë paraprakisht një mesazh që i kujton të dashurit të tyre të përmbahet nga dalja nga shtëpia natën kur i afrohet derës.



5.6. Kalendar i Ekipit të përkujdesjes

Kalendar i Ekipit CARE është një mjet i personalizuar në internet i krijuar për të thjeshtuar procesin e kujdesit duke organizuar familjen dhe miqtë e përfshirë në ekipin e kujdesit. Ky instrument e bën të lehtë ndarjen e aktiviteteve dhe informacionit me ekipin tuaj të kujdesit, duke postuar artikuj për të cilët nevojitet ndihmë dhe anëtarët e ekipit të kujdesit mund të nënshkruajnë për detyrat dhe çështjet specifike.

5.7. Kalendarët Dixhital dhe Skedarët Excel

Kalendarët dixhitalë mund të jenë shumë të dobishëm për kujdestarët duke përfshirë të gjitha detyrat, duke i lejuar ata të dinë saktësisht se çfarë duhet bërë dhe çfarë aktiviteteve duhet të ndërmerren, si p.sh.:

- Emërimet e mjekut;
- Ndihmë me blerjet;
- Koha sociale;
- Orari i mjekimit;
- Punët e shtëpisë;
- Menaxhimi i financave, pagesa e faturave, buxheti etj.

5.8. Grupet e Mbështetjes Online të Kujdestarit

Grupi i Mbështetjes Online Caregiver është një platformë ku kujdestarët mund të lidhen me të tjerët që po përballen me sfida të ngjashme dhe mund të ofrojnë këshilla për tejkalimin e vështirësive të përbashkëta të kujdesit. Ky grup funksionon me email, duke i lejuar pjesëmarrësit të dërgojnë dhe të marrin mesazhe për të marrë pjesë në diskutime, duke ndarë përvojat e tyre, për të dhënë këshilla dhe sugjerime të tjera të vlefshme. Frekuenca e emaileve mund të variojë nga ditore në sipas nevojave të kujdestarëve.

Referencat:

Caregivers & Technology: What They Want and Need, Project Catalyst & HITLAB for AARP, April 2016

Caregivers and Digital Health: A Survey of Trends and Attitudes of Massachusetts Family Caregivers, Massachusetts eHealth Institute, June 2017. Based on a survey of 700 non-professional caregivers in Mass.

Digital Tools and Solutions for Caregivers: An Employer's Guide; NORTHEAST; December 2018.

Technology for Remote Caregiving: A Guide for Caregivers Providing Care at a Distance; Archives of Physical Medicine and Rehabilitation,

https://www.researchgate.net/publication/354998789_Technology_for_Remote_Caregiving_A_Guide_for_Caregivers_Providing_Care_at_a_Distance [accessed Apr 09 2024].