Ref. No: 2024-1-ES01-KA220-ADU-000245715

XXIAdults

# Adaptación del sistema educativo de adultos al siglo XXI

## Plantilla de buenas prácticas

Co-funded by the European Union

| Nombre de la buena práctica |
| --- |
| **Simulaciones de vida digital: Aprendiendo a través de escenarios cotidianos** |

| **Summary of the Practice**<br>Resumen breve y fácil de entender: ¿En qué consiste esta práctica, para quién y con qué propósito? |
| --- |
| **Las simulaciones de vida digital** son un modelo de aprendizaje experiencial en el que los adultos participan en escenarios digitales realistas y cotidianos —como reservar una cita médica, enviar un correo electrónico o completar un formulario en línea— en un entorno simulado y seguro. Esta práctica se centra en el aprendizaje práctico y resulta especialmente eficaz para adultos con baja formación o poca confianza en entornos digitales. Contribuye directamente a los objetivos de la educación de adultos al ofrecer un método no formal y centrado en el alumno para desarrollar competencias digitales esenciales, a la vez que fomenta la independencia y la participación cívica. |

| **Description of the Practice – min. 2000 characters** |
| --- |
| **1) Contexto / Antecedentes**<br>¿Cuál era la necesidad o el problema inicial?<br>¿Quién era el público objetivo?<br>¿Formaba parte de un programa o proyecto más amplio? |
| Muchos adultos que aprenden, especialmente aquellos mayores de 50 años o provenientes de entornos social o económicamente desfavorecidos, siguen enfrentándose a dificultades para desenvolverse en el mundo digital. Su falta de confianza con las herramientas digitales a menudo no se debe a la falta de voluntad para aprender, sino a la escasa exposición y la ausencia de entornos de apoyo para practicar. Un temor común entre estos estudiantes es el de "romper algo", cometer un error costoso o sentir vergüenza al pedir ayuda. Esta barrera emocional suele impedirles incluso iniciar su aprendizaje digital.<br><br>Mientras tanto, la digitalización de los servicios públicos se ha acelerado en toda Europa. Tareas como reservar citas médicas, acceder a información sobre pensiones o impuestos, solicitar subsidios públicos o gestionar la banca en línea ahora deben realizarse digitalmente. Para quienes carecen de habilidades digitales básicas, esto no solo genera inconvenientes, sino también una forma de exclusión de servicios esenciales. |

Co-funded by
the European Union

En respuesta a esta creciente necesidad, se desarrolló la iniciativa de Simulaciones de Vida Digital. Este enfoque se basa en la creación de sesiones de aprendizaje breves y prácticas que replican situaciones digitales de la vida real.

Interacciones en un entorno seguro y paso a paso. Estas simulaciones se pueden realizar en centros de educación para adultos, bibliotecas o centros comunitarios, y fueron facilitadas por educadores capacitados que guiaron a los participantes a través de situaciones cotidianas en línea, como completar formularios, consultar historiales médicos o navegar por sitios web gubernamentales.

El grupo objetivo principal incluía a adultos con poca confianza digital que necesitaban experiencia práctica en lugar de instrucción abstracta. Las simulaciones se diseñaron para ser altamente relevantes, basándose directamente en tareas que los participantes probablemente encontrarán en su vida diaria. Al practicar en un entorno de baja presión, los participantes desarrollaron gradualmente las habilidades y la confianza necesarias para desenvolverse con mayor independencia en la sociedad digital.

En general, las Simulaciones de Vida Digital ofrecieron un enfoque de educación digital centrado en el estudiante y que empoderaba a los participantes, ayudándoles a superar el miedo y adquirir competencias mediante la práctica en situaciones reales.

**2) Objetivos**

¿Cuáles eran los objetivos de la práctica?
¿Qué pretendía mejorar o cambiar?

- Enseñar habilidades digitales funcionales para situaciones reales (ciudadanía digital, salud, finanzas, comunicación).
- Reducir la ansiedad digital ofreciendo práctica en un entorno seguro.
- Fomentar la autonomía y la participación cívica activa.
- Ayudar a los proveedores de educación para adultos a integrar el contenido digital en temas de la vida cotidiana.

**3) Implementación / Metodología**

¿Cómo se llevó a cabo la práctica paso a paso?
¿Qué actividades o métodos se utilizaron?
¿Cuánto tiempo duró?

**Estructura paso a paso:**

**1. Evaluación de necesidades:** Los educadores encuestaron a los participantes para identificar las tareas cotidianas más urgentes con las que tienen dificultades (por ejemplo, enviar una solicitud de empleo en línea, leer facturas de servicios públicos digitales).

**2. Diseño de escenarios:** Los instructores desarrollaron módulos de simulación que reflejan estas tareas. Cada módulo incluía:

- Guías visuales paso a paso
- Cuentas ficticias (por ejemplo, correos electrónicos o plataformas de reserva ficticias)
- Elementos de juego de roles (por ejemplo, "Necesitas reservar una cita para vacunarte")

**3. Sesiones de taller:**

De 6 a 8 sesiones, cada una centrada en un tema.

Los participantes realizaron la tarea en parejas o en grupos pequeños, utilizando computadoras portátiles o tabletas.

Los instructores guiaron, pero no intervinieron a menos que fuera necesario; se hizo hincapié en el método de ensayo y error.

**4. Reflexión y análisis posterior:**

Después de cada simulación, los participantes comentaron los desafíos, las emociones y los aprendizajes clave.

Los instructores proporcionaron guías impresas para llevar a casa y practicar.

**5. Extensión opcional:**

Los participantes repitieron las tareas con sus cuentas reales (bajo supervisión) una vez que se sintieron preparados

Co-funded by the European Union

**Temas de las sesiones de simulación:**

• Salud: Reservar una cita médica, consultar los resultados de pruebas médicas

• Finanzas: Pagar una factura en línea, configurar alertas bancarias en línea

• Gobierno: Solicitar comprobante de domicilio, acceder a registros fiscales

• Comunicación: Enviar y responder correos electrónicos, adjuntar documentos

• Empleo: Buscar en plataformas de empleo, completar formularios de solicitud.

**4) Resultados**

¿Cuáles fueron los resultados concretos?
¿Cómo impactó la práctica a los participantes?

• El centro organizador informó de una mejora significativa en la confianza e independencia de los alumnos.

• El 85 % de los participantes logró repetir al menos 3 tareas por su cuenta.

• Los municipios locales observaron una disminución en las solicitudes de asistencia presencial para completar formularios.

• El personal de educación para adultos informó de una mayor motivación y progreso entre sus alumnos.

**5) Testimonios de los participantes (opcional)**

Citas breves, reflexiones personales o experiencias compartidas por el participante.

"Tenía miedo de todo lo relacionado con internet. No sabía qué era real. Ahora puedo pagar mis facturas y hablar con mi médico a través de la página web." – Roula, 67, Grecia.

"Esto me ayudó a buscar trabajo. Antes, ni siquiera sabía cómo subir mi currículum." – Petros, 54, Grecia.

Co-funded by the European Union

**9) Lecciones aprendidas (opcional)**

Las mayores sorpresas, obstáculos o conclusiones clave durante la implementación.

• El aspecto de "juego de roles" resultó inesperadamente útil: hizo que los alumnos se tomaran la tarea más en serio.

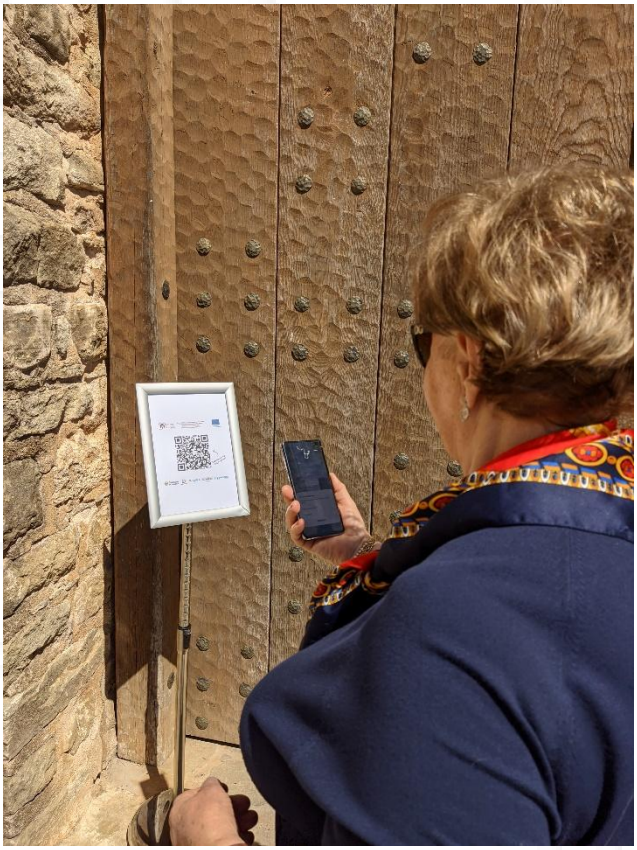
• Los alumnos a menudo desconocían la terminología; incluya una sección de vocabulario digital al inicio.

• Es importante validar sus experiencias emocionales, no solo su progreso técnico.

**10) Fotografías que ilustran la práctica descrita**

Adjunte al menos 3 fotos relacionadas con la buena práctica descrita.

Co-funded by the European Union



Co-funded by
the European Union

**PERFIL DE LA PRÁCTICA – LISTA DE VERIFICACIÓN DE CLASIFICACIÓN***Marque todas las categorías que correspondan a la práctica que describe. Puede seleccionar más de una.*

| | TIPO DE PRÁCTICA |
|---|---|
| ☒ | Aprender haciendo |
| ☐ | Aprendizaje intergeneracional |
| ☒ | Aprendizaje comunitario |
| ☒ | Aprendizaje digital/semipresencial |
| ☐ | Aprendizaje entre pares |
| ☒ | Tutoría/coaching |
| ☐ | Enfoques culturales/creativos |
| ☐ | Colaborativo/en colaboración |
| ☐ | Otros (especificar): |
| | GRUPO OBJETIVO |
| ☒ | Adultos con baja cualificación |
| ☐ | Ni estudian, ni trabajan, ni reciben formación |
| ☐ | Migrantes/Refugiados |
| ☒ | Personas mayores |
| ☐ | Mujeres |
| ☐ | Personas con discapacidad |
| ☒ | Otros grupos vulnerables |
| ☒ | Población adulta en general |
| | ENTORNO DE APRENDIZAJE |
| ☐ | Formal |
| ☒ | No-formal |
| ☒ | Informal |
| | HABILIDADES / COMPETENCIAS DESARROLLADAS |
| ☐ | Alfabetización (lectura, escritura, comprensión) |
| ☐ | Competencia numérica (matemáticas, razonamiento lógico) |
| ☒ | Habilidades digitales |

| | |
|---|---|
| ☐ | STEM (ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas) |
| ☒ | Competencias personales, sociales y de aprendizaje |
| ☒ | Competencias cívicas |
| ☐ | Emprendimiento |
| ☐ | Conciencia y expresión cultural |
| ☐ | Habilidades lingüísticas |
| ☐ | Habilidades laborales/profesionales |
| ☐ | Competencias medioambientales |
| ☐ | Otras (especificar): |
| USUARIOS POTENCIALES | |
| ☒ | Docentes / Educadores |
| ☒ | Personal administrativo |
| ☒ | Dirección escolar / de centro |
| ☒ | Responsables políticos / Administración pública |
| ☒ | ONG / Organizaciones comunitarias |
| ☐ | Otros (especificar): |

- **Glosario de categorías (Explicación de los elementos de la lista de verificación)**
- **Tipo de práctica**
- Aprendizaje práctico: aprendizaje mediante actividades prácticas, métodos basados en la práctica, como talleres o tareas reales.
- Aprendizaje intergeneracional: actividades que involucran a participantes de diferentes grupos de edad que aprenden unos de otros.
- Aprendizaje comunitario: aprendizaje que se lleva a cabo dentro de la comunidad local, a menudo mediante la participación en la vida real.
- Aprendizaje digital/semipresencial: educación que utiliza herramientas digitales (en línea) o una combinación de métodos en línea y presenciales.
- Aprendizaje entre pares: aprendizaje entre participantes de estatus o experiencia similares, que se apoyan mutuamente.
- Tutoría/coaching: apoyo individualizado de una persona con más experiencia para facilitar el aprendizaje y el crecimiento personal.
- Enfoques culturales/creativos: uso de las artes, la música, el teatro, la narración de cuentos, etc., como herramientas de aprendizaje.
- Colaborativo/basado en socios: prácticas que implican la cooperación entre organizaciones o grupos.

– Otro (especificar): cualquier otro método no mencionado anteriormente.

- **Grupo objetivo**

- Adultos con baja cualificación: adultos con bajos niveles de educación formal o habilidades básicas.
- Jóvenes que ni estudian, ni trabajan, ni reciben formación (a menudo adultos jóvenes).
- Migrantes/Refugiados: personas que se han trasladado desde otro país y que suelen enfrentarse a dificultades de integración.
- Adultos mayores: adultos de 65 años o más.
- Mujeres: servicios que atienden específicamente las necesidades de las mujeres.
- Personas con discapacidad: personas con discapacidades físicas, sensoriales, intelectuales o de salud mental.
- Otros grupos vulnerables: grupos en riesgo de exclusión (por ejemplo, desempleados de larga duración, personas sin hogar).
- Población adulta general: adultos promedio que no pertenecen a categorías específicas.

**Entorno de aprendizaje**

- Formal: aprendizaje dentro de los sistemas educativos oficiales, cursos certificados (p. ej., escuelas, universidades).
- No formal: aprendizaje organizado fuera del sistema formal (p. ej., talleres, formación comunitaria).
- Informal: aprendizaje a través de las experiencias cotidianas, sin un curso estructurado (p. ej., voluntariado, familia).

**Habilidades/Competencias desarrolladas**

- Alfabetización: lectura, escritura y comprensión de textos (incluidos textos funcionales como formularios).
- Competencias numéricas: uso de las matemáticas y el razonamiento lógico.
- Habilidades digitales: uso de herramientas digitales, por ejemplo, creación de currículum vitae, herramientas y plataformas en línea.
- STEM: ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas.
- Habilidades personales, sociales y de aprendizaje permanente: autoconciencia, motivación, trabajo en equipo y habilidades para el aprendizaje a lo largo de la vida.
- Competencias cívicas: ciudadanía activa, comprensión de la democracia y las responsabilidades sociales.
- Emprendimiento: creatividad, innovación, gestión de proyectos y asunción de riesgos.
- Conciencia y expresión cultural: apreciación y creación de contenido cultural (por ejemplo, arte, música).
- Habilidades lingüísticas: capacidad para comunicarse en uno o más idiomas extranjeros.
- Habilidades laborales/vocacionales: habilidades prácticas útiles en trabajos o profesiones específicas.

– Competencias verdes: conocimientos y comportamientos que fomentan la sostenibilidad y el cuidado del medio ambiente.

– Otras: cualquier otra habilidad desarrollada (especificar).

**Usuarios potenciales**

– grupos que podrían beneficiarse de la aplicación, adaptación o inspiración de esta práctica en su contexto laboral.

Nota: Estas categorías siguen los marcos de referencia de la UE, como las Competencias Clave para el Aprendizaje Permanente (2018), el Plan de Acción sobre Competencias Básicas (2025) y la Guía del Programa Erasmus+ 2025 – Glosario.

This document was created under the Creative Commons license:

Attribution-Non-Commercial-Share Alike (CC BY-NC-SA).

All or part of this document may be used, copied, and disclosed provided that the origin is mentioned, it is not used commercially, and its license is not modified.

All rights reserved.

© Copyright 2024 XXI Adults

Co-funded by the European Union