XXIAdults

# Adaptación del sistema educativo para adultos al siglo XXI

2024-1-ES01-KA220-ADU-000245715

# Guía de formación

Co-funded by the European Union

Este documento ha sido creado bajo la licencia Creative Commons:

Reconocimiento-No comercial-Compartir igual (CC BY-NC-SA).

Todo o parte de este documento puede ser utilizado, copiado y divulgado siempre que se mencione su origen, no se utilice con fines comerciales y no se modifique su licencia.

Todos los derechos reservados.

© Copyright 2024 XXI Adults

## Descargo de responsabilidad

Financiado por la Unión Europea. No obstante, las opiniones y puntos de vista expresados son exclusivamente los de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva en el ámbito Educativo, Audiovisual y Cultural (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellos.

## Información

| | |
|---|---|
| Proyecto | Adaptación del sistema educativo para adultos al siglo XXI |
| N.º de proyecto | N.º de ref.: 2024-1-ES01-KA220-ADU-000245715 |
| Paquete de trabajo | WP2: Guía de formación para adultos del siglo XXI |
| Fecha | 1.10.2025 |
| Tipo de documento | Guía de formación |
| Idioma | Español |
| Autores | Manuel Carabias Herrero, Tereza Patkova<br>Senad Sakipovski<br>Joanna Woźniczka-Sulka, Izabela Stokłosa<br>Beremundo Ruy Díaz<br>María Malliora, Georgia Ropi<br>Kenan Junuzović, Ismail Šehić<br>Pedro Miguel Pimentel Félix, Nuno Miguel Patrício Marques |

## Consorcio

DIPUTACIÓN DE VALLADOLID

FORMATIVE FOOTPRINT

E-SCHOOL EDUCATIONAL GROUP

EMPODERAR
DESENVOLVIMENTO ORGANIZACIONAL, SOCIAL, PROFISSIONAL E PESSOAL

NOVA FUNDACJA

INSTITUTE for ROMA and MINORITIES INCLUSION

BRAVO Sarajevo

# Índice


0

Introducción 6

Resumen ejecutivo 6

Acerca del proyecto 6

Metodología 7

Objetivo de la guía 7

Cómo leer la guía 8

Marco teórico 9

Panorama general de la educación de adultos en Europa 9

Retos clave de la educación de adultos en la actualidad 10

Enfoques en la educación de adultos 12

Aprender haciendo 12

Aprendizaje intergeneracional 15

Aprendizaje basado en la comunidad 19

Aprendizaje digital y mixto 23

Aprendizaje entre pares 25

Mentoría/coaching 27

Enfoques culturales y creativos 29

Enfoques colaborativos/basados en socios 31

Módulo 1: Aprendizaje digital 36

Introducción y justificación 36

Qué aprenderán los alumnos / Habilidades y competencias adquiridas 38

Justificación teórica 40

Buenas prácticas 42

Módulo 2: Creatividad e innovación 50

Introducción y fundamentos 50

Lo que aprenderán los alumnos / Habilidades y competencias adquiridas 51

Justificación teórica 52

Buenas prácticas 54

## Resumen

XXI Adults – Adaptación del sistema educativo para adultos al siglo XXI es un proyecto de cooperación europeo cuyo objetivo es modernizar la educación para adultos y hacerla más inclusiva, creativa y orientada al ámbito digital. El proyecto responde a los retos de la Europa contemporánea —la transformación digital, el envejecimiento de la población, la migración y la necesidad de participación social— identificando enfoques innovadores que ayuden a los adultos a aprender y adaptarse de manera eficaz.

Basándose en encuestas realizadas a estudiantes adultos, educadores, gestores y personal administrativo, así como en el análisis de más de treinta buenas prácticas recopiladas en los países socios, el proyecto ha desarrollado una guía de formación y una plataforma educativa para apoyar a los educadores de adultos en su trabajo diario.

*La guía de formación* combina investigación, teoría y práctica. Presenta enfoques clave en la educación de adultos y ofrece cuatro módulos temáticos centrados en el aprendizaje digital, la creatividad, la cooperación social e intergeneracional y la inclusión.

Esta guía sirve de puente entre el conocimiento y la aplicación, una herramienta práctica que ayuda a los educadores y a los centros de aprendizaje a implementar soluciones innovadoras. También sienta las bases para las siguientes fases del proyecto: la fase piloto y la cooperación con centros de educación de adultos de toda Europa.

# Introducción

## Acerca del proyecto

XXI Adults – Adaptación del sistema educativo para adultos al siglo XXI es un proyecto de cooperación europeo (KA220-ADU) que tiene como objetivo adaptar la educación de adultos a las nuevas realidades sociales, digitales y económicas del siglo XXI.

Su objetivo principal es apoyar la modernización de los sistemas de educación de adultos mediante la identificación, el análisis y la promoción de métodos y herramientas innovadores que hagan que el aprendizaje sea más inclusivo, creativo y digital. El proyecto se centra en el desarrollo de un modelo educativo compartido que mejore el acceso a oportunidades de aprendizaje de alta calidad para los adultos, al tiempo que refuerza la cooperación entre las instituciones de toda Europa.

El proyecto aborda las necesidades de:

- Estudiantes adultos, incluidos las personas mayores y los grupos vulnerables.
- Los educadores y formadores, que son fundamentales para garantizar la innovación en el aprendizaje.
- Los directivos y el personal administrativo de las instituciones de educación para adultos, que coordinan y dan forma al proceso educativo.

XXI Adults contribuye a estrategias europeas clave, como la Agenda Europea de Competencias y el Espacio Europeo de Educación 2025, promoviendo el aprendizaje permanente, la inclusión y la participación activa en la sociedad.

## Metodología

La Guía de formación se ha elaborado como parte de un proceso estructurado que refleja las etapas y los objetivos del proyecto.

1. Encuesta y análisis de necesidades: los socios realizaron encuestas entre los alumnos (especialmente personas mayores), los educadores, los directivos y el personal administrativo para comprender mejor sus necesidades de aprendizaje, sus motivaciones y sus obstáculos. Estos resultados orientaron la dirección del proyecto y el contenido de esta guía.
2. Mapeo de buenas prácticas: cada socio identificó y describió ejemplos de iniciativas exitosas en la educación de adultos, utilizando una plantilla compartida. El resultado es una recopilación de más de treinta buenas prácticas que representan diversos contextos y enfoques.
3. Análisis y síntesis: se analizaron los datos de la investigación y las buenas prácticas para identificar enfoques y metodologías eficaces que pudieran servir de base para un modelo moderno de educación de adultos.

4. Creación de la Guía de formación: esta Guía traduce los resultados de la investigación y el mapeo en una herramienta estructurada y práctica para educadores y gestores. Forma parte de un proceso más amplio que incluye:
   - el desarrollo de una plataforma educativa, y
   - la selección de centros de educación de adultos dispuestos a cooperar en la prueba y la aplicación de los resultados del proyecto durante la fase piloto.

Esta metodología garantiza que la Guía se base tanto en pruebas como en experiencias reales, conectando la política europea con la innovación práctica.

## Objetivo de la guía

La Guía de formación sirve de puente entre la investigación y la práctica. Ofrece una visión general completa de los enfoques innovadores y proporciona ejemplos concretos y herramientas que pueden adaptarse en contextos de aprendizaje de adultos.

Sus objetivos específicos son:

- presentar los principales retos y oportunidades de la educación de adultos,
- promover métodos inclusivos y creativos que reflejen las necesidades reales de los alumnos,
- proporcionar inspiración y orientación a los educadores e instituciones de adultos,
- y apoyar la futura cooperación con los centros de educación de adultos que participan en la puesta a prueba y la implementación.

Al combinar la investigación, la práctica y las herramientas digitales, la Guía contribuye a construir un modelo de educación de adultos adaptable y sostenible para el siglo XXI.

## Cómo leer la guía

La Guía de formación está estructurada de forma lógica y accesible, lo que permite a los lectores explorar los temas según sus necesidades.

1. Marco teórico: describe el contexto europeo de la educación de adultos y los principales retos del panorama educativo actual.
2. Enfoques en la educación de adultos: presenta los principales enfoques de enseñanza y aprendizaje identificados durante la investigación y el análisis.
3. Módulos temáticos: cuatro módulos centrados en las áreas clave del proyecto:
   - Aprendizaje digital
   - Creatividad e innovación
   - Aprendizaje social e intergeneracional
   - Inclusión

Cada módulo incluye:

- Introducción y fundamentos
- Qué aprenderán los alumnos / Habilidades y competencias adquiridas
- Justificación teórica
- Buenas prácticas
- Imagen simbólica / visual

La guía se puede leer en su totalidad o explorar por módulos individuales. Su contenido también se transferirá a una plataforma educativa interactiva, donde los educadores y los centros de aprendizaje encontrarán resúmenes, ejemplos y listas de verificación sobre «cómo implementar», lo que respaldará la siguiente fase del proyecto: pruebas y cooperación con centros de educación para adultos seleccionados.

# Marco teórico

## Panorama general de la educación de adultos en Europa

La educación de adultos en Europa está experimentando una profunda transformación. El siglo XXI ha remodelado la forma en que las personas viven, trabajan y aprenden: la tecnología evoluciona más rápido que los sistemas educativos, la población envejece y la migración y la movilidad están redefiniendo las comunidades. En este panorama, el aprendizaje de adultos debe ser más que un espacio para adquirir competencias básicas: debe convertirse en un motor de participación, resiliencia e inclusión digital.

El proyecto XXI Adults surge como respuesta directa a estas realidades. Reconoce que la digitalización no es simplemente un proceso técnico, sino una transición social que afecta a todos los aspectos de la vida, desde la empleabilidad y la participación ciudadana hasta la comunicación y la identidad cultural. Para los adultos, la capacidad de desenvolverse en entornos digitales es ahora tan esencial como lo fueron en su día la lectura o el cálculo. Sin embargo, la competencia digital por sí sola no es suficiente; los adultos también necesitan confianza, pensamiento crítico y capacidad de adaptación para seguir aprendiendo a lo largo de toda la vida.

Las estrategias europeas y nacionales (como la Agenda Europea de Competencias, el Plan de Acción para la Educación Digital y la Recomendación del Consejo sobre el aprendizaje permanente) hacen hincapié en que los sistemas educativos deben dotar a los adultos de las competencias necesarias para participar plenamente en las transiciones digital y ecológica. XXI Adults contribuye a estos objetivos ayudando a los centros de educación de adultos y a su personal a traducir las políticas en prácticas, desarrollando la capacidad local mediante herramientas digitales, la colaboración intergeneracional y las asociaciones comunitarias.

### La base del proyecto es la colaboración entre los alumnos, los educadores y las instituciones. Cada uno de ellos desempeña un papel distinto pero interconectados:

- Los alumnos buscan oportunidades para reforzar su confianza y autonomía digitales.
- Los educadores y gestores actúan como facilitadores del cambio, lo que requiere un desarrollo profesional continuo.
- Las administraciones públicas proporcionan las condiciones estructurales (políticas, recursos y liderazgo) que permiten una innovación sostenible.

Paralelamente, el mapeo de centros y buenas prácticas en los países socios demuestra que la innovación ya está echando raíces. Las organizaciones comunitarias de España y Polonia integran el aprendizaje cultural y creativo en los programas digitales; los centros centrados en las TIC de Grecia y Portugal introducen formatos mixtos y aprendizaje asistido por IA; las iniciativas de base de Bosnia y Herzegovina promueven la inclusión social y digital entre los grupos vulnerables. Estos ejemplos muestran que la educación eficaz de adultos combina la

tecnología con la conexión humana, creando espacios de aprendizaje flexibles, inclusivos y significativos.

Por lo tanto, la justificación de XXI Adults es doble:

1. Fortalecer la competencia digital como base para la realización personal y profesional.
2. Redefinir la educación de adultos como un ecosistema de aprendizaje permanente, intergeneracional y basado en la comunidad, capaz de responder a los cambios continuos.

Este marco teórico sustenta la Guía: sitúa la educación de adultos en el contexto más amplio de la transformación social y proporciona un puente conceptual hacia los enfoques pedagógicos y los módulos que siguen.

## Retos clave de la educación de adultos en la actualidad

La educación de adultos en Europa se reconoce cada vez más como una piedra angular de la inclusión, la ciudadanía activa y la innovación. Sin embargo, a pesar del fuerte apoyo político, el sector sigue enfrentándose a retos persistentes y emergentes que influyen en la forma en que aprenden los adultos y en la respuesta de los centros, los educadores y las administraciones. Estos retos están interrelacionados —tecnológicos, institucionales y humanos— y abordarlos requiere tanto una visión estratégica como una acción local flexible.

### 1. La brecha digital en expansión

La digitalización crea oportunidades, pero también nuevas desigualdades. Muchos adultos han integrado la tecnología en su rutina diaria, pero otros siguen excluidos debido a su acceso limitado, sus habilidades o su confianza. Esta brecha no es solo técnica, sino también social: refleja la edad, la educación, los ingresos y la geografía. Los estudiantes urbanos suelen beneficiarse del acceso a la infraestructura digital, mientras que las comunidades rurales o desfavorecidas pueden depender de dispositivos obsoletos o de una conectividad deficiente.

Por lo tanto, la educación para adultos debe garantizar la igualdad de oportunidades en la participación digital, proporcionando no solo formación, sino también motivación, apoyo emocional y acceso a las herramientas necesarias. Superar la brecha digital es una cuestión de empoderamiento: ayudar a todos los adultos a convertirse en ciudadanos digitales activos, en lugar de consumidores pasivos.

### 2. Inclusión y diversidad

Las sociedades europeas son cada vez más diversas debido a la migración, el envejecimiento y los cambios en las estructuras familiares. Los sistemas de aprendizaje de adultos deben responder a esta situación creando entornos de aprendizaje inclusivos y culturalmente sensibles. Las personas mayores, los migrantes, los adultos poco cualificados y las personas con discapacidad suelen enfrentarse a los mayores obstáculos para acceder al aprendizaje digital o permanente. Para superar estas barreras se necesitan itinerarios de aprendizaje personalizados, intercambios intergeneracionales y enfoques basados en la comunidad que

hagan que la educación sea relevante y accesible para todos. La inclusión también significa abordar la brecha digital de género y garantizar que todos los adultos, independientemente de su origen, puedan participar con confianza en la tecnología y la sociedad.

3. **Funciones de los educadores y desarrollo profesional**

Los educadores están en el centro de la transformación. Ya no son solo transmisores de conocimientos, sino facilitadores, mentores y guías digitales. Sin embargo, muchos siguen careciendo de oportunidades estructuradas para el desarrollo profesional. La transición al aprendizaje mixto y en línea puso de manifiesto las deficiencias en la pedagogía digital, la gestión del aula en entornos virtuales y la evaluación de las competencias digitales. Los docentes necesitan una formación continua y orientada a la práctica que apoye la experimentación con nuevos métodos, fomente el aprendizaje entre pares y reconozca las competencias docentes digitales. Fomentar la confianza y la resiliencia de los educadores es fundamental para permitir el cambio a nivel institucional.

4. **Barreras institucionales y sistémicas**

Los centros de educación de adultos y las instituciones de formación suelen funcionar con fondos limitados, una gobernanza fragmentada y marcos administrativos rígidos. Si bien la digitalización es una prioridad estratégica a nivel europeo, los centros locales suelen tener dificultades para traducir los objetivos políticos en acciones. Muchos dependen de la financiación basada en proyectos, que, aunque innovadora, puede dificultar la planificación a largoplazo.
Un sistema de educación de adultos sostenible requiere un liderazgo coordinado, una inversión constante y políticas de apoyo que armonicen los objetivos de infraestructura, formación e inclusión. El fortalecimiento de la conexión entre las administraciones públicas y los centros es esencial para crear un entorno estable para la innovación.

5. **Cultura de aprendizaje y motivación**

Los estudiantes adultos difieren fundamentalmente de los estudiantes más jóvenes: aportan experiencia, responsabilidades y expectativas. Valoran la relevancia, la flexibilidad y la aplicabilidad inmediata de los conocimientos. El auge de los modelos híbridos y de microaprendizaje demuestra que los adultos prefieren un aprendizaje breve, modular y práctico, respaldado por herramientas digitales. Sin embargo, mantener la motivación sigue siendo un reto, especialmente cuando los adultos se enfrentan a limitaciones de tiempo o carecen de confianza.

Para involucrar a los adultos de manera eficaz, el aprendizaje debe diseñarse como un proceso participativo y de apoyo, que reconozca sus experiencias previas, ofrezca un progreso visible (como certificados o microcredenciales) y fomente la autoeficacia a través del éxito práctico.

**Un llamado a la acción integrada**

Estos retos no pueden ser resueltos por actores individuales por sí solos. Para salvar la brecha digital, fomentar la inclusión y profesionalizar a los educadores es necesaria la colaboración

entre los alumnos, los centros y las administraciones. El proyecto XXI Adults posiciona la educación de adultos como un ecosistema interconectado, en el que cada nivel apoya a los demás en la construcción de la competencia digital, la confianza y la comunidad.

Por lo tanto, los siguientes capítulos de esta guía exploran los enfoques pedagógicos y los módulos de formación que ofrecen formas prácticas de responder a estos retos, combinando la innovación digital con la conexión humana, la inclusión y el aprendizaje permanente.

# Enfoques en la educación de adultos

## Aprender haciendo

El aprendizaje mediante la práctica es una teoría educativa que hace hincapié en la participación activa, la experiencia práctica y el aprendizaje orientado a tareas. En lugar de recibir información de forma pasiva a través de clases magistrales o lecturas, el alumno participa activamente en tareas y actividades prácticas del mundo real.

Los aspectos clave del aprendizaje mediante la práctica incluyen:

- Experiencia práctica
- Participación activa
- Aprender de los errores
- Reflexión
- Aprendizaje contextual

### Ejemplo de buenas prácticas

*Círculos de alfabetización digital para personas mayores*

**Resumen de la práctica**

*Los círculos de alfabetización digital para* adultos *mayores* son una iniciativa comunitaria dirigida por pares y diseñada para mejorar las habilidades digitales esenciales entre los adultos de 50 a 75 años. Su objetivo es abordar la brecha digital promoviendo un aprendizaje práctico que fomente la confianza en un entorno de apoyo y no formal. La práctica respalda los objetivos más amplios de la educación de adultos al empoderar a las poblaciones vulnerables con habilidades digitales del siglo XXI, lo que contribuye a mejorar su calidad de vida y su potencial de empleo.

**Objetivos**

- Dotar a las personas mayores de habilidades digitales prácticas (por ejemplo, uso del correo electrónico, acceso a portales gubernamentales, seguridad en línea, grabación de vídeos).
- Reducir la exclusión digital y promover la independencia.
- Fomentar la conexión social y la participación en la comunidad a través del aprendizaje colaborativo.
- Apoyar a los centros de educación de adultos en la modernización de sus estrategias de divulgación e inclusión.

**Metodología**

Paso a paso:

- Reclutamiento: Los centros educativos locales invitaron a personas mayores y voluntarios de la comunidad a participar.
- Formación de facilitadores: Los voluntarios (entre los que se encontraban adultos jóvenes y educadores cualificados) recibieron una breve orientación sobre los principios del aprendizaje de adultos y las herramientas digitales.
- Formación de círculos: Se formaron pequeños grupos (de 6 a 10 participantes) que se reunieron semanalmente durante 90 minutos a lo largo de 6 semanas.
- Personalización del contenido: cada grupo eligió temas relevantes para sus necesidades (por ejemplo, conceptos básicos sobre teléfonos móviles, banca en línea, videollamadas, creación de vídeos).
- Aprendizaje práctico: Las sesiones fueron prácticas y se utilizaron tareas de la vida real (por ejemplo, creación de cuentas de correo electrónico, reserva de citas, realización de pequeños vídeos).
- Apoyo entre compañeros: los miembros del grupo se ayudaban entre sí y los facilitadores les orientaban cuando era necesario.
- Retroalimentación: Las evaluaciones realizadas a mitad y al final del programa ayudaron a mejorar las sesiones futuras.

**Resultados**

- Más de 100 personas mayores de tres países mejoraron sus habilidades digitales.
- Los participantes informaron de un aumento de la confianza en el uso de teléfonos inteligentes, correo electrónico y servicios digitales.
- Varios participantes volvieron a trabajar a tiempo parcial o comenzaron a realizar labores de voluntariado en línea.
- Se reforzaron los lazos comunitarios y el diálogo intergeneracional.

**Factores de éxito**

- Entorno de aprendizaje seguro, en grupos reducidos y adaptado al ritmo de las personas mayores.
- Temas prácticos y del mundo real (por ejemplo, portales de salud, comunicación digital, creación de vídeos).
- Aprendizaje intergeneracional fomentado a través de jóvenes voluntarios.
- Flexibilidad en el contenido y el enfoque en diferentes países.

**Recomendaciones**

Sí, esta práctica es altamente transferible. Cualquier centro de educación para adultos puede implementarla con:

- Acceso a infraestructura básica de TIC (Wi-Fi, tabletas/ordenadores portátiles).
- Capacidad de llegar a la comunidad.

- Reclutamiento de voluntarios o asociaciones con organizaciones juveniles.

**Consejos/Implementación**

- Utilice imágenes fáciles de entender y guías impresas paso a paso.
- Comience con herramientas digitales familiares (por ejemplo, teléfonos móviles antes que ordenadores personales).

Celebre los pequeños logros (por ejemplo, certificados por «enviar el primer correo electrónico», el mejor vídeo).

## Aprendizaje intergeneracional

El aprendizaje intergeneracional es un enfoque dinámico en el que personas de todas las edades, desde niños y jóvenes hasta personas mayores, aprenden juntas y unas de otras de forma mutuamente beneficiosa.

Se caracteriza por:

- Reciprocidad
- Colaboración
- Aprendizaje permanente
- Ventajas clave

El aprendizaje intergeneracional ofrece importantes ventajas para todos los involucrados:

| Para las generaciones más jóvenes (niños/jóvenes) | Para las generaciones mayores (adultos/ancianos) | Para la comunidad |
|---|---|---|
| Aumento de la autoestima y la confianza. | Reducción del aislamiento social y la soledad. | Fortalecimiento de los lazos y la cohesión de la comunidad. |
| Mejora de las habilidades sociales y emocionales (empatía, respeto por las diferentes perspectivas). | Mejora de la salud mental y cognitiva (por ejemplo, mejora de la memoria, sentido de propósito). | Reducción de la discriminación por edad y eliminación de los estereotipos entre los distintos grupos de edad. |
| Acceso a habilidades para la vida, contexto histórico y conocimientos culturales de adultos con experiencia. | Oportunidades para aprender nuevas habilidades (especialmente tecnológicas) y sentirse valorado. | Preservación cultural a través de la transmisión de tradiciones e historias de vida. |

| | | |
|---|---|---|
| Mejora de las habilidades académicas y de alfabetización. | Mejora de la salud física al participar en actividades físicas compartidas. | Resolución colaborativa de problemas sociales o medioambientales utilizando la experiencia y la innovación combinadas. |

## Ejemplo de buenas prácticas

*Aulas de educación y cultura*

**Resumen de la práctica**

El ejemplo de buena práctica que se presenta forma parte del programa de Educación Continua de la Diputación Foral de Valladolid, denominado *Aulas de Educación y Cultura*, que celebró su 40.º aniversario en 2023.

El programa se inició en el curso académico 1983-1984 y tiene como objetivo promover el sentido de pertenencia a una humanidad compartida. Está abierto a personas mayores de 18 años y ofrece oportunidades de interacción social, participación y disfrute personal.

Desde sus inicios, el programa ha tenido un impacto visible en la vida social y cultural de los municipios locales. Ha creado espacios para el diálogo, el debate, la creatividad, el juego y la participación activa, que siguen siendo fundamentales en su enfoque actual. A lo largo de los años, tanto las metodologías utilizadas como el enfoque temático de la práctica educativa diaria han evolucionado. Como resultado, la oferta formativa se ha diversificado y ahora incluye cursos de inglés, cine, arte, geografía, escritura creativa, gestión emocional, mitología y simbolismo en el arte.

**Objetivos**

- Abordar diversos temas y acontecimientos relacionados con cuestiones actuales, históricas, literarias y de la vida cotidiana, apoyando no solo el aprendizaje conceptual, sino también el desarrollo de las habilidades y actitudes necesarias para la vida cotidiana.
- Promover un sentido de pertenencia a una humanidad compartida y a un planeta compartido, fomentando la empatía, el cuidado de los recursos, la solidaridad y el respeto por la diversidad y las diferencias.
- Capacitar a los alumnos para que participen en la reflexión crítica, expresen ideas y emociones de forma oral y por escrito, y practiquen la escucha activa, competencias clave para funcionar como ciudadanos globales autónomos.

**Metodología**

La metodología se diseñó para ser activa y participativa, partiendo de lo que los alumnos ya saben. Los resultados del aprendizaje se desarrollaron gradualmente, abarcando

conocimientos, habilidades prácticas y actitudes. Las unidades didácticas siguieron una secuencia clara y lógica, con actividades específicas que apoyaban cada etapa del proceso de aprendizaje.

- Actividades motivadoras/de sensibilización
  – Actividades «¿Qué sabes sobre...?» / «¿Qué te gustaría saber sobre...?»
  – Ver vídeos, escuchar canciones, leer titulares
- Actividades de investigación/desarrollo de conocimientos
  – Leer y debatir artículos
  – Escuchar podcasts
  – Investigación individual utilizando Internet o libros
  – Diseñar y realizar entrevistas o encuestas
  – Presentar contenidos y organizarlos mediante mapas conceptuales
  – Salidas culturales (museos, cines, exposiciones)
- Actividades de reflexión
  – Debates en grupo basados en los conocimientos adquiridos y la investigación
- Actividades de comunicación/evaluación
  – Creación de productos relacionados con el tema
  – Juegos educativos
  – Mini-reuniones con comunidades o pueblos cercanos
- Las sesiones duran dos horas y se celebran semanalmente.

**Resultados**

Los resultados concretos de esta buena práctica, basados en los datos de participación del censo de 2024, se pueden resumir de la siguiente manera:

- Participación de los estudiantes: el 95 % de los participantes declaró un alto nivel de participación en las actividades de investigación y los debates, y completó las tareas con dedicación.
- Asistencia: La asistencia semanal fue constante. Las ausencias se debieron principalmente a problemas de salud o responsabilidades de cuidado.
- Participación en las actividades finales: Los alumnos participaron activamente en la fase final de las unidades didácticas, incluidos los juegos y, lo que es más importante, la creación de los productos finales.

**Factores de éxito**

La práctica tuvo éxito porque situó a los alumnos en el centro del proceso de aprendizaje. En muchas etapas, los participantes compartieron sus propios conocimientos y experiencias con los demás, lo que reforzó el aprendizaje entre compañeros. La presencia continua y activa del facilitador también desempeñó un papel fundamental. El educador apoyó y guió al grupo,

fomentó la participación, aclaró los contenidos y ayudó a reconocer y valorar las diversas funciones dentro del grupo.

**Recomendaciones**

Esta práctica es muy transferible y puede implementarse en pueblos pequeños. Sin embargo, requiere una fuerte implicación por parte de los profesores, lo que incluye una programación flexible, un seguimiento regular a través de grupos de WhatsApp, una motivación continua del grupo, actualizaciones constantes de los contenidos y una atención especial a la actualidad y a los intereses de los participantes.

**Consejos/Recomendaciones para la implementación**

- Asegúrese de celebrar reuniones semanales periódicas (por ejemplo, sesiones de dos horas) para fomentar la continuidad y la cohesión del grupo.
- Mantenga el tamaño de los grupos manejable para permitir el diálogo y la participación individual.
- Combine estímulos culturales (películas, artículos, música, obras de arte) con debates guiados.
- Integre salidas culturales locales (museos, exposiciones, eventos comunitarios) siempre que sea posible.
- Anime a los alumnos a crear conjuntamente los productos finales (presentaciones, miniproyectos, reuniones comunitarias).
- Mantenga la comunicación entre sesiones (por ejemplo, grupos de WhatsApp) para mantener el compromiso.
- Adapte los temas a la actualidad y a los intereses de los participantes para que el aprendizaje siga siendo significativo.
- Proporcionar un sólido apoyo por parte de los facilitadores, centrado en la moderación, la inclusión y la escucha activa.

## Aprendizaje basado en la comunidad

El aprendizaje basado en la comunidad (CBL) es una estrategia educativa que integra la participación significativa de la comunidad con la instrucción académica y la reflexión crítica.

Se trata de un enfoque de aprendizaje experiencial que conecta lo que se enseña a los estudiantes en el aula con cuestiones, contextos y problemas del mundo real en su comunidad local. La idea central es que la comunidad sirva como espacio de aprendizaje en el que los estudiantes puedan aplicar los conocimientos teóricos, desarrollar habilidades prácticas y contribuir a abordar las necesidades reales de la comunidad.

**Ventajas del CBL**

El CBL ofrece ventajas significativas para todas las partes implicadas:

| Beneficiario | Ventajas principales |
|---|---|
| **Estudiantes** | ✓ Aprendizaje más profundo: mayor comprensión del contenido académico a través de la aplicación en el mundo real.<br>✓ Desarrollo de habilidades: perfecciona el pensamiento crítico, la resolución de problemas, el trabajo en equipo, la comunicación y las habilidades de liderazgo.<br>✓ Responsabilidad cívica: fomenta un mayor sentido de la empatía, el compromiso cívico y la responsabilidad social.<br>✓ Preparación para la carrera profesional: proporciona experiencia en la creación de redes profesionales y la elaboración de currículums. |
| **Socios comunitarios** | ✓ Mayor capacidad: reciben una valiosa ayuda y nuevas perspectivas sobre las necesidades y los problemas de la comunidad.<br>✓ Acceso a recursos: Obtenga acceso a los conocimientos y la experiencia del profesorado y los estudiantes.<br>✓ Estabilidad futura: ayuda a construir la estabilidad futura involucrando a los jóvenes en su misión. |
| **Institución** | ✓ Vínculos más fuertes: cultiva relaciones positivas y recíprocas con la comunidad local.<br>✓ Mejora de la reputación: Posiciona a la institución como líder en educación experiencial y alcance comunitario. |

## Ejemplo de buenas prácticas

*Regreso al futuro: personas mayores como gurús de la narración digital*

**Resumen de la práctica**

*Regreso al futuro: las personas mayores como gurús de la narración digital* es un proyecto de aprendizaje intergeneracional que empodera a los adultos mayores para que se conviertan en creadores de contenido digital compartiendo sus historias de vida a través de herramientas de narración digital y redes sociales. La iniciativa mejora la alfabetización digital, la expresión personal y la inclusión social.

En una sociedad cada vez más digital, muchas personas mayores se enfrentan a la exclusión debido a la falta de habilidades digitales, confianza o acceso a oportunidades de aprendizaje adecuadas. Si bien gran parte de la atención en la educación digital se centra en las

generaciones más jóvenes, las personas mayores suelen quedarse atrás, lo que conduce a una brecha digital que afecta no solo a su acceso a los servicios, sino también a su participación social y a su expresión personal.

Este proyecto surgió para responder a esta carencia mediante la creación de un entorno de aprendizaje inclusivo y empoderador en el que las personas mayores pudieran adquirir confianza en el uso de herramientas digitales, al tiempo que participaban en un trabajo significativo y creativo. La iniciativa se centra en la narración digital, es decir, el uso de fotos, vídeos, voz y texto para crear y compartir relatos personales.

**Objetivos**

El proyecto *«Regreso al futuro»* se diseñó para combinar la inclusión digital con el empoderamiento personal y cultural. Sus objetivos son tanto tecnológicos como humanísticos, y se centran en la competencia digital, la creatividad y el aprendizaje intergeneracional:

- Mejorar la alfabetización digital entre las personas mayores mediante un uso atractivo y significativo de la tecnología.
- Permitir a las personas mayores compartir sus historias de vida utilizando herramientas digitales, fomentando la autoexpresión y la creación de un legado.
- Promover el aprendizaje intergeneracional conectando a las personas mayores con jóvenes voluntarios o facilitadores en un proceso de aprendizaje cooperativo.
- Reducir el aislamiento digital y social, ayudando a las personas mayores a sentirse más conectadas y valoradas en el mundo digital actual.
- Fomentar el envejecimiento activo mediante la participación en actividades significativas y creativas.
- Desarrollar metodologías accesibles de narración digital que puedan replicarse en diversos contextos de educación para adultos y comunidades.

En lugar de centrarse en habilidades abstractas, el proyecto pretende utilizar la narración digital como un puente hacia la conexión, la autoestima y la creatividad. Los participantes aprenden no solo a utilizar dispositivos digitales, sino a utilizarlos para algo que realmente les importa: contar su historia.

**Metodología**

El proyecto *Back to the Future* sigue un enfoque práctico, creativo e intergeneracional. Se estructura en torno a experiencias de aprendizaje prácticas que ayudan a las personas mayores a convertirse en narradores digitales, con la orientación de facilitadores o educadores más jóvenes.

**Implementación paso a paso**

- Reclutamiento de participantes
- Formación de facilitadores

- Talleres y círculos de historias
- Desarrollo de la alfabetización digital
- Creación de historias
- Intercambio y exposición
- Retroalimentación y reflexión

Duración y formato

- El proyecto se suele llevar a cabo en ciclos de 8 a 12 semanas, con 1 o 2 sesiones por semana (de 1,5 a 2 horas cada una).
- Las sesiones se celebran en entornos informales y acogedores, como universidades para personas mayores, bibliotecas, centros de aprendizaje permanente o espacios culturales locales.

**Resultados**

El proyecto *Back to the Future* ha producido resultados significativos y multifacéticos, tanto a nivel individual como comunitario. Su impacto va más allá de la adquisición de habilidades digitales, abarcando la transformación emocional, social e intergeneracional.

- Mejora de la competencia digital
- Empoderamiento a través de la autoexpresión
- Reducción del aislamiento social y digital
- Fortalecimiento de los lazos intergeneracionales
- Nuevas comunidades de aprendizaje
- Difusión y visibilidad

**Factores de éxito**

El éxito de «*The Back to the Future*» radica en su capacidad para combinar el empoderamiento digital, la creatividad y la solidaridad intergeneracional dentro de una estructura sencilla y replicable. Varios factores clave contribuyeron a la eficacia de la práctica:

- La narración de historias como herramienta motivadora.
- Aprender haciendo
- Colaboración intergeneracional
- Entorno flexible y no formal
- Expresión cultural y visibilidad
- Colaboración y recursos europeos

**Recomendaciones**

- La práctica puede implementarse en clubes para personas mayores, bibliotecas, centros comunitarios o entornos educativos no formales.

- Los grupos pequeños y estables favorecen el desarrollo de la confianza y el aprendizaje entre iguales.
- Los facilitadores deben estar preparados para combinar la orientación digital con el apoyo emocional.
- Es esencial contar con un entorno seguro y respetuoso para compartir historias personales.
- La cooperación con organizaciones juveniles o voluntarios refuerza la dimensión intergeneracional.
- La presentación pública de los resultados aumenta la visibilidad y la motivación de los participantes.

**Consejos / Recomendaciones para la implementación**

- Comience con sesiones introductorias centradas en la comunicación y el fomento de la confianza.
- Mantenga el tamaño de los grupos manejable para garantizar el apoyo individual.
- Proporcione materiales de aprendizaje claros y accesibles, adaptados al nivel digital de los participantes.
- Anime a los participantes a traer fotos personales, recuerdos u objetos que inspiren la narración de historias.
- Deje tiempo para la reflexión y el debate en grupo después de cada sesión.
- Céntrese en el proceso de aprendizaje más que en la perfección técnica.
- Documente las historias y compártalas con la comunidad local para reforzar la visibilidad y el orgullo.

## Aprendizaje digital y semipresencial

El aprendizaje digital y el aprendizaje mixto son dos enfoques educativos relacionados que aprovechan la tecnología para mejorar la enseñanza y el aprendizaje, pero se diferencian en su estructura y forma de impartirse.

El aprendizaje digital es un término genérico que engloba cualquier proceso de aprendizaje mediado o respaldado por tecnologías digitales. Se centra en el uso de diversas herramientas y recursos digitales para:

- Proporcionar flexibilidad en cuanto al tiempo, el lugar, la trayectoria y/o el ritmo de aprendizaje.
- Ofrecer experiencias personalizadas adaptadas a las necesidades y estilos individuales de los estudiantes.
- Mejorar la accesibilidad a los materiales educativos.
- Incluir diversos formatos, como cursos en línea, aprendizaje móvil, software educativo, videoconferencias y contenido interactivo.

| Característica | Aprendizaje digital | Aprendizaje mixto |
|---|---|---|
| **Ámbito** | Amplio: término genérico que engloba cualquier tipo de aprendizaje respaldado por la tecnología. | Específico: un modelo educativo concreto que combina dos tipos de enseñanza. |
| **Impartición** | Puede ser totalmente en línea (por ejemplo, un MOOC), móvil o simplemente mejorado con tecnología. | Siempre es una combinación de componentes presenciales (cara a cara) y digitales/en línea. |
| **Ubicación** | Puede ser en cualquier lugar (solo en línea) o en un aula física. | Requiere tanto un aula física como acceso en línea. |

## Ejemplo de buenas prácticas

*Programa de mentoría digital: personas mayores aprendiendo de sus compañeros*

**Resumen de la práctica**

*El programa de mentoría digital* es una iniciativa estructurada entre pares en la que personas mayores con competencias digitales actúan como mentores de sus compañeros que carecen de habilidades digitales. Este modelo aprovecha la credibilidad entre pares, la empatía y las experiencias compartidas para acelerar el aprendizaje digital, mejorar la confianza y reducir la sensación de aislamiento común entre las personas mayores que no están familiarizadas con las tecnologías modernas. Se ajusta a los objetivos generales de la educación de adultos al modernizar las prácticas de educación de adultos de una manera culturalmente sensible y sin presiones, que hace hincapié tanto en el empoderamiento como en la comunidad.

**Objetivos**

- Mejorar las competencias digitales de las personas mayores mediante un formato dirigido por pares.
- Fomentar la confianza de los alumnos y reducir la resistencia a las herramientas digitales.
- Promover el voluntariado y el envejecimiento activo.
- Reforzar el sentido de propósito y la contribución social entre los mentores mayores.
- Facilitar la educación basada en la comunidad y la inclusión digital en zonas desfavorecidas.

**Metodología**

Fase 1: Reclutamiento y formación de mentores

- El centro identificó a personas mayores (mayores de 55 años) con conocimientos digitales e interés en el voluntariado.
- Una breve formación (3 sesiones) les dotó de estrategias de enseñanza y comunicación adaptadas al aprendizaje entre iguales.
- Los mentores recibieron kits de herramientas con guías paso a paso, preguntas frecuentes sobre resolución de problemas comunes y un manual de mentoría .

Fase 2: Inscripción de alumnos

- Los participantes con poca o ninguna experiencia digital se inscribieron a través de los centros locales.
- Se emparejó a los alumnos con los mentores en función del idioma, los intereses y la disponibilidad.

Fase 3: Sesiones de mentoría

- Las parejas se reunían semanalmente durante 1-2 horas a lo largo de 6 semanas en entornos familiares e informales.
- El plan de estudios se basaba en la demanda: los alumnos elegían las áreas de interés (por ejemplo, el uso de los servicios gubernamentales en línea, las videollamadas, el intercambio de fotos o la creación de vídeos).
- Los mentores informaban de los progresos al coordinador del programa para recibir comentarios y apoyo.

Fase 4: Reflexión y celebración en grupo

- Los mentores y los alumnos se reunieron al final del ciclo para compartir experiencias e historias de éxito.
- Los certificados y el reconocimiento tanto para los mentores como para los alumnos aumentaron la motivación.

**Resultados**

- Más de 30 parejas de mentores y alumnos completaron con éxito los ciclos de la fase piloto.
- El 87 % de los alumnos afirmaron sentirse «más seguros» al utilizar herramientas digitales.
- Los mentores informaron de un aumento de la autoestima y el sentido de propósito.
- Muchos alumnos pasaron a enseñar a otros de manera informal, creando un efecto dominó.

**Factores de éxito**

- Alta empatía y capacidad de identificación entre el mentor y el alumno.
- Atención personalizada e individualizada: los alumnos avanzaban a su propio ritmo.
- Bajo coste y fácil escalabilidad gracias al uso de voluntarios y espacios locales.
- Vínculos sociales e interdependencia entre las personas mayores.

**Recomendaciones**

Fácilmente transferible a centros de educación para adultos, ONG, bibliotecas y asociaciones de personas mayores en toda Europa. Para tener éxito, los implementadores necesitan:

- Un grupo de personas mayores con conocimientos digitales.
- Coordinación básica (un coordinador a tiempo parcial por región)
- Espacios de aprendizaje accesibles
- Materiales de apoyo impresos y formación de mentores.

**Consejos/Recomendaciones para la implementación**

- Comience con jubilados con conocimientos tecnológicos (por ejemplo, antiguos empleados de oficina, profesores).
- Utilice formularios de comentarios sencillos para realizar un seguimiento del progreso y adaptar las sesiones.
- Reconozca y celebre a los mentores: la retención mejora cuando se sienten apreciados.

## Aprendizaje entre pares

El aprendizaje entre pares es una práctica educativa en la que los estudiantes o compañeros de trabajo aprenden unos de otros y entre ellos a través de un proceso colaborativo y recíproco. En lugar de que todo el conocimiento provenga directamente de un único profesor o experto, los compañeros comparten, enseñan y se apoyan mutuamente para alcanzar objetivos de aprendizaje comunes.

**Ventajas del aprendizaje entre pares**

El aprendizaje entre pares ofrece una serie de beneficios cognitivos y sociales:

| Tipo de beneficio | Descripción |
|---|---|
| **Cognitivo** | **Comprensión más profunda:** explicar el material a otras personas consolida la propia comprensión del tema.<br>**Perspectivas diversas:** la exposición a múltiples puntos de vista y estrategias de resolución de problemas mejora el pensamiento crítico. |

| | |
|---|---|
| **Social y emocional** | **Mejora de las habilidades:** fomenta el trabajo en equipo, la comunicación, la cooperación y la paciencia.<br>**Mayor comodidad:** los compañeros suelen utilizar un lenguaje más sencillo y cercano y crean un entorno menos crítico, lo que aumenta la disposición a hacer preguntas. |
| **Académico** | **Mejores resultados:** los estudios demuestran que puede conducir a una mejor comprensión conceptual y un mejor rendimiento académico.<br>**Mayor compromiso:** El elemento social hace que el proceso de aprendizaje sea más agradable y motivador. |

## Ejemplo de buenas prácticas

*Learning Garden: educación medioambiental práctica para la inclusión social*

**Resumen de la práctica**

El *Jardín del Aprendizaje* es una práctica educativa basada en la naturaleza diseñada para apoyar la inclusión social de adultos marginados, incluidos refugiados, familias de bajos ingresos y personas con discapacidades. Al involucrar a los participantes en actividades prácticas de jardinería, educación ambiental y actividades grupales en un jardín comunitario, el programa fomenta la conexión social, la conciencia ecológica y el empoderamiento personal**.** El objetivo es proporcionar un espacio seguro, inclusivo y tranquilo en el que los participantes puedan aprender mediante la práctica, reconectar con la naturaleza y desarrollar la confianza en sí mismos, al tiempo que adquieren hábitos sostenibles y establecen vínculos sociales.

En zonas urbanas como Berlín, muchos adultos en situación de desventaja social, incluidos migrantes, desempleados y personas con problemas de salud mental, se enfrentan al aislamiento social, la falta de objetivos y un bajo nivel de participación en la educación formal. El aprendizaje tradicional en el aula a menudo no consigue atraer o retener a estos alumnos. Existía una necesidad creciente de espacios de aprendizaje alternativos y de fácil acceso donde los participantes pudieran conectar, desarrollar su confianza y adquirir competencias en un entorno práctico y de apoyo.

**Grupo destinatario**

- Adultos con baja cualificación o desempleo de larga duración
- Refugiados y migrantes con experiencia limitada en educación formal
- Personas con problemas de salud mental o en recuperación de crisis psicosociales
- Personas mayores y adultos con ansiedad social o aislamiento

**Objetivos**

- Utilizar la educación basada en la naturaleza para fomentar la autoeficacia, las habilidades sociales y la conciencia sostenible entre los adultos marginados

- Crear espacios de aprendizaje al aire libre inclusivos y terapéuticos que promuevan el bienestar y reduzcan el estrés
- Desarrollar habilidades prácticas en jardinería orgánica, gestión medioambiental y trabajo en equipo
- Mejorar la empleabilidad a través de habilidades sociales transferibles (puntualidad, responsabilidad, colaboración).

**Metodología**

Implementación paso a paso:

1. Configuración del espacio: Se convirtió un terreno baldío cercano al centro en un jardín educativo accesible con bancales elevados, depósitos de agua de lluvia, zonas para sentarse y un pequeño aula al aire libre.
2. Divulgación entre los participantes: Las referencias procedían de trabajadores sociales locales, centros de empleo y proyectos vecinales. No se requerían conocimientos previos ni saber leer y escribir.
3. Sesiones semanales: Los participantes asistieron a sesiones en grupos reducidos (2-3 horas/semana) durante 12-16 semanas, dirigidas por educadores hortícolas y pedagogos sociales cualificados.
4. Módulos de aprendizaje temáticos: Los temas incluían el compostaje, el cuidado del suelo, la siembra estacional, la biodiversidad, la nutrición y la creación de comunidad.
5. Reflexión e integración social: Las sesiones siempre terminaban con un círculo de reflexión en grupo. Los participantes compartían comidas con hierbas y verduras que ellos mismos cultivaban, lo que fomentaba el sentido de pertenencia y el intercambio cultural.
6. Eventos comunitarios: El huerto acogió festivales de la cosecha, jornadas de puertas abiertas y talleres para familias, lo que aumentó la visibilidad y la participación local.

Métodos utilizados

- Aprendizaje experiencial basado en la naturaleza
- Trabajo en grupo y narración de historias
- Actividades táctiles y sensoriales (por ejemplo, plantar, cocinar, cosechar)
- Formatos de aprendizaje no verbal (ideales para participantes con bajo nivel de alfabetización)

**Resultados**

Resultados concretos:

- Más de 150 adultos completaron el ciclo *del Jardín de Aprendizaje* desde 2020.
- El 75 % continuó participando en actividades de formación continua o voluntariado.

- Varios participantes se incorporaron a programas de formación en agricultura urbana o sostenibilidad.
- Se han reforzado los lazos comunitarios y se ha reducido la sensación de aislamiento y ansiedad entre los participantes.

Impacto en los participantes:

- Los participantes ganaron confianza, rutina y sentido de la autonomía.
- Mejora de la salud física y mental, especialmente en el caso de las personas con desempleo de larga duración o traumas.

El proceso de aprendizaje promovió el intercambio intercultural y el aprendizaje entre pares.

**Factores de éxito**

Qué hizo que la práctica fuera eficaz e innovadora:

- Formato no digital y de fácil acceso para todos los adultos, independientemente de su nivel de alfabetización o idioma.
- El uso de la naturaleza y la jardinería como herramientas terapéuticas y educativas.
- Enfoque centrado en el alumno, informal y sensible al trauma.
- Colaboración intersectorial entre educadores, trabajadores sociales y jardineros.

**Elementos únicos o creativos**

- El aprendizaje a través de la naturaleza: las plantas, la tierra y las estaciones se convirtieron en «maestros».
- Las comidas «cosechar y compartir» hicieron que el aprendizaje fuera tangible y nutritivo
- Uso de círculos de reflexión y narración de historias en lugar de evaluaciones formales

**Recomendaciones**

Condiciones para una implementación exitosa:

- Espacio al aire libre con infraestructura básica (bancales elevados, refugio, acceso al agua).
- Formadores familiarizados con la pedagogía inclusiva y la educación medioambiental
- Colaboraciones con los servicios locales de salud, empleo o sociales para la divulgación
- Horario flexible y retroalimentación continua por parte de los participantes

**Consejos/Implementación**

- Evitar planes de estudio demasiado estructurados: dejar que el huerto y las estaciones guíen el aprendizaje

- Diseñe teniendo en cuenta la accesibilidad (caminos anchos, parterres elevados, rincones tranquilos).
- Incluir momentos sociales informales (té, comidas, conversaciones) para generar confianza
- Utilice la observación y los diarios (visuales o verbales) para realizar un seguimiento del progreso

## Mentoría/Coaching

La mentoría y el coaching son dos enfoques de desarrollo valiosos, centrados en ayudar a las personas a crecer y alcanzar su potencial, pero tienen características distintas:

**Mentoría**

1. Enfoque: Crecimiento profesional y personal holístico a largo plazo, desarrollo profesional y superación de retos.
2. Relación: Implica que un asesor con más experiencia y de confianza (mentor) comparte su sabiduría, conocimientos y experiencia personal con una persona con menos experiencia (mentorado).
3. Plazo: suele ser a largo plazo, a menudo dura un año o más.
4. Experiencia: El mentor suele tener experiencia directa en el campo o la trayectoria profesional del mentorado.
5. Agenda: Generalmente impulsada por el mentorado; el mentorado establece la agenda y busca asesoramiento u orientación.
6. Enfoque: Suele ser más informal e implica que el mentor dé consejos, comparta historias y proporcione asesoramiento directo.

**Coaching**

1. Enfoque: Mejora a corto plazo, basada en el rendimiento, de habilidades específicas, tareas o la consecución de objetivos medibles.
2. Relación: Implica que el coach colabore con la persona (coachee) en un proceso que invita a la reflexión. El coach no necesita necesariamente tener experiencia directa en el trabajo específico del coachee.
3. Plazo: A menudo es a corto plazo o con un plazo determinado, centrándose en resultados específicos.
4. Experiencia: Los coaches están formados en metodología de coaching y desarrollo de habilidades.
5. Agenda: Creada conjuntamente por el coach y el coachee, centrada en las necesidades y objetivos específicos.

6. Enfoque: más estructurado y normalmente no directivo. El coach utiliza preguntas poderosas para ayudar al coachee a encontrar sus propias respuestas, desarrollar la conciencia de sí mismo y elaborar un plan de acción.

## Ejemplo de buenas prácticas

*Forma-te: una plataforma de aprendizaje colaborativo y de intercambio de recursos para educadores de adultos*

**Resumen de la práctica**

*Forma-te* es una plataforma en línea diseñada para apoyar el desarrollo profesional continuo de los educadores de adultos, formadores y otros profesionales de la educación en Portugal. Funciona tanto como un repositorio digital como una comunidad de aprendizaje activa, donde los usuarios pueden compartir, acceder y evaluar recursos educativos.

Su objetivo principal es promover el aprendizaje colaborativo y el apoyo entre pares a través de un sistema basado en créditos que recompensa el intercambio de contenidos originales. Los formadores ganan créditos al subir recursos (como planes de lecciones, hojas de trabajo o herramientas), que luego pueden utilizar para descargar materiales compartidos por otros. Este modelo recíproco fomenta el sentido de comunidad, la confianza y el reconocimiento profesional entre los educadores de adultos.

La plataforma también ofrece información actualizada sobre políticas de educación de adultos, oportunidades de formación, certificación profesional (como el CCP) y tendencias pedagógicas, lo que la convierte en un valioso centro de referencia para cualquier persona involucrada en el sector de la educación no formal.

Dirigida principalmente a formadores y profesionales de la educación, *Forma-te* mejora la calidad de la educación de adultos facilitando el acceso a recursos prácticos, fomentando la práctica reflexiva y apoyando el crecimiento profesional a través de la participación activa en una red dirigida por pares.

**Objetivos**

Los principales objetivos de *Forma-te* son promover la calidad en la educación de adultos y empoderar a los formadores mediante el acceso a recursos, el aprendizaje entre pares y el reconocimiento profesional. Más concretamente, la práctica tiene como objetivo:

- Fomentar una cultura de aprendizaje colaborativo entre los educadores de adultos, promoviendo el intercambio de materiales pedagógicos y experiencias.
- Facilitar el acceso a recursos educativos prácticos y listos para usar, adaptados a los contextos de aprendizaje de adultos (no formal, profesional, comunitario);
- Promover el desarrollo profesional de los formadores mediante la práctica reflexiva, la exposición a nuevas metodologías y el contacto con las contribuciones de sus pares;

- Fomentar la participación y la alfabetización digitales ofreciendo un entorno en línea fácil de usar y promoviendo el uso de herramientas digitales con fines formativos.
- Apoyar la visibilidad y el valor del papel del formador, reconociendo las contribuciones a través de un sistema de créditos que recompensa la participación activa.
- Salvar la brecha entre la política y la práctica, compartiendo actualizaciones sobre los marcos normativos (como los requisitos del CCP) y fomentando un espacio para el debate informado.

El objetivo general es crear un ecosistema sostenible, inclusivo y participativo para los profesionales de la educación de adultos, en el que el aprendizaje continuo no solo se fomente, sino que se recompense y se facilite mediante el apoyo entre pares.

**Metodología**

La implementación de *Forma-te* siguió una metodología clara, escalable y centrada en el usuario, basada en tres pilares principales: intercambio de contenidos, interacción entre pares y usabilidad de la plataforma. El proceso se desarrolló en varias etapas:

1. Desarrollo y diseño de la plataforma

Un pequeño equipo de educadores y desarrolladores diseñó la plataforma teniendo en cuenta las necesidades específicas de los profesionales de la educación de adultos. El diseño dio prioridad a:

- Facilidad de navegación;
- La autonomía del usuario;
- Una interfaz limpia y funcional;
- La integración de un sistema de créditos como mecanismo de motivación.

El sistema de créditos se inspiró en los principios del intercambio entre pares: los usuarios ganan créditos al subir contenido original y pueden utilizarlos para descargar materiales subidos por otros. Este modelo fomenta la equidad, la contribución y la reciprocidad.

2. Estructura y optimización de recursos

La plataforma permite a los usuarios compartir una amplia gama de recursos, entre los que se incluyen:

- Planes de sesiones de formación;
- Hojas de trabajo y ejercicios;
- Herramientas prácticas y plantillas;
- Reflexiones teóricas o artículos técnicos;
- Documentos oficiales y directrices relevantes para el ámbito de la formación.

Cada recurso es etiquetado, categorizado y descrito por el colaborador. Otros usuarios pueden calificar y comentar los materiales, lo que fomenta una cultura de control de calidad y retroalimentación entre pares.

3. Participación y comunicación de la comunidad

La plataforma creció de forma orgánica a través de:

- El boca a boca y las redes profesionales;
- Colaboraciones con centros de formación y organizaciones de educación para adultos;
- La publicación periódica de artículos informativos, boletines y actualizaciones legales;
- Presencia activa en las redes sociales.

Con el tiempo, la comunidad comenzó a autorregularse, con usuarios experimentados que contribuían regularmente y ofrecían orientación informal a través de interacciones y comentarios en foros.

4. Mantenimiento y evolución continua

Se recopila continuamente la opinión de los usuarios para mejorar las funcionalidades. Se añaden regularmente nuevas categorías y características, tales como:

- Convocatorias temáticas para compartir recursos (por ejemplo, inclusión digital, competencias ecológicas);
- Recursos y colaboradores destacados;
- Integración con otras iniciativas como *Transforma-te*, que promueven la innovación pedagógica.

Plazo

La plataforma se conceptualizó y desarrolló durante un período de aproximadamente 6 a 9 meses, con actualizaciones y mejoras continuas desde su lanzamiento. Se trata de una iniciativa en curso cuya sostenibilidad a largo plazo está garantizada gracias a la participación de la comunidad y a unos costes operativos mínimos.

**Resultados**

Desde su lanzamiento, *Forma-te* ha demostrado resultados claros y medibles en la mejora de la colaboración, el desarrollo profesional y el acceso a recursos de calidad dentro del sector de la educación de adultos en Portugal.

1. Crecimiento de la comunidad

- Más de 10 000 usuarios registrados, principalmente educadores de adultos, formadores y técnicos de formación.

- Una base dinámica y creciente de colaboradores activos que comparten y evalúan materiales con regularidad.
- Altos niveles de usuarios recurrentes, lo que indica un compromiso y una satisfacción sostenidos con la plataforma.

2. Disponibilidad y uso de los recursos

- Más de 15 000 recursos educativos compartidos hasta la fecha.
- Descargas frecuentes y reutilización de materiales en contextos de formación reales, especialmente en la formación profesional y el aprendizaje no formal de adultos.
- Los temas tratados abarcan desde la formación en competencias básicas hasta la alfabetización digital, el espíritu emprendedor, las habilidades sociales y la educación inclusiva.

3. Impacto positivo en la práctica profesional

- Los formadores afirman sentirse más conectados y reconocidos en sus funciones profesionales.
- El uso de la plataforma ha mejorado la planificación y la impartición de las sesiones de formación, con acceso a nuevas ideas y metodologías.
- El sistema de valoración y comentarios fomenta la práctica reflexiva y la retroalimentación constructiva entre compañeros.

4. Promoción de una cultura de intercambio

- El modelo basado en créditos ha fomentado con éxito el intercambio entre compañeros.
- Se ha producido un cambio visible del consumo pasivo de recursos a la contribución activa.
- Aparición de redes informales y relaciones de mentoría dentro de la plataforma.

5. Contribución a las políticas y la innovación

- La plataforma se ha convertido en un punto de referencia para los proveedores de formación y los profesionales que se enfrentan al proceso de certificación (por ejemplo, CCP).
- Ha ayudado a salvar la brecha entre la normativa y la práctica, ofreciendo herramientas prácticas alineadas con las directrices oficiales.
- La integración con la iniciativa *Transforma-te* ha ampliado su alcance para incluir la innovación pedagógica, las metodologías creativas y el cambio a nivel sistémico.

En resumen, *Forma-te* ha contribuido de manera significativa al fortalecimiento del ecosistema de la educación de adultos en Portugal, al hacer accesibles recursos de alta calidad impulsados por la comunidad y al potenciar el papel de los formadores como agentes activos del cambio educativo.

**Factores de éxito**

Varios factores clave han contribuido al éxito y la sostenibilidad de *Forma-te* como buena práctica en la educación de adultos:

- Modelo de intercambio de recursos basado en créditos
  El innovador sistema en el que los usuarios obtienen créditos al subir recursos y utilizan esos créditos para descargar materiales crea un fuerte incentivo para la contribución. Transforma a los usuarios de consumidores pasivos en cocreadores activos de la plataforma.
- Dirigido por pares e impulsado por la comunidad
  *Forma-te* empodera a los formadores situándolos en el centro del desarrollo de la plataforma. La calidad y la relevancia del contenido provienen de la propia comunidad, lo que garantiza su aplicabilidad en el mundo real y su capacidad de respuesta a las necesidades reales de los formadores.
- Biblioteca de recursos práctica y diversa
  La plataforma ofrece una amplia variedad de recursos, adaptables a diferentes contextos de formación y perfiles de alumnos. Esta variedad es una de las características más apreciadas por los usuarios y favorece una enseñanza diferenciada.
- Baja barrera de entrada
  No se requieren cualificaciones especiales ni afiliación institucional para unirse y contribuir, lo que hace que la plataforma sea ampliamente accesible. Su interfaz fácil de usar permite una rápida incorporación, incluso para los educadores menos familiarizados con la tecnología.
- Fuerte reconocimiento informal
  Los formadores reciben validación informal y comentarios de sus compañeros a través de valoraciones y comentarios, lo que crea un círculo de refuerzo positivo. Esto contribuye a la identidad profesional y la motivación.
- Integración con tendencias educativas más amplias
  *Forma-te* se alinea con las estrategias nacionales de aprendizaje permanente y educación de adultos. Su integración con *Transforma-te*, un proyecto centrado en la innovación educativa, añade una capa de reflexión, experimentación y renovación pedagógica.
- Sostenibilidad financiera e independencia
  La plataforma funciona con una financiación mínima, basándose principalmente en la participación voluntaria y unos bajos costes de mantenimiento. Este modelo austero garantiza su resiliencia y viabilidad a largo plazo.

En conjunto, estos factores hacen de *Forma-te* un modelo sólido, inclusivo e inspirador de desarrollo profesional colaborativo en el aprendizaje de adultos.

**Recomendaciones**

El modelo *Forma-te* es altamente transferible y puede adaptarse a una amplia gama de contextos nacionales y locales, en particular aquellos en los que los profesionales de la educación de adultos operan en entornos dispersos o con escaso apoyo.

Condiciones para una implementación exitosa

- Un sistema de créditos claro y sencillo
  El mecanismo motivacional básico debe estar bien explicado, ser transparente y fácil de usar. Debe recompensar la contribución sin crear barreras de acceso.
- Creación inicial de una comunidad
  Para empezar con buen pie, es necesario identificar e involucrar a un grupo de educadores u organizaciones comprometidos que estén dispuestos a compartir contenidos y promover la plataforma entre sus compañeros.
- Entorno digital fácil de usar
  La interfaz debe ser intuitiva para formadores con diferentes niveles de alfabetización digital, especialmente aquellos que se sienten menos seguros al utilizar la tecnología.
- Mecanismos de control de calidad
  Los sistemas de revisión por pares, calificaciones y comentarios ayudan a mantener la calidad y la relevancia de los materiales compartidos sin necesidad de un controlador centralizado.
- Adaptación local
  Si bien la estructura es replicable, las categorías de contenido, los idiomas y las referencias de certificación deben reflejar el marco nacional/regional de educación de adultos.
- Comunicación estratégica
  La promoción a través de asociaciones profesionales, entidades de formación y redes sociales puede ayudar a ampliar la participación e integrar la plataforma en las redes existentes.
- Apertura y confianza
  La creación de una cultura de intercambio se basa en la transparencia, la equidad y el respeto mutuo, valores que deben integrarse en la gobernanza de la plataforma y en el espíritu de la comunidad.

Las organizaciones interesadas en adoptar este modelo deben poner a prueba la plataforma con una pequeña comunidad de práctica, recabar opiniones y ampliarla progresivamente. Es especialmente adecuado para instituciones de formación, redes de aprendizaje permanente o consorcios de educación de adultos que deseen reforzar la colaboración interna y el impacto externo.

**Consejos / Implementación**

Basándonos en la experiencia de *Forma-te*, aquí hay algunos consejos prácticos para aquellos que deseen implementar una práctica similar en su contexto:

Antes del lanzamiento

- Comience con un análisis de necesidades: hable con los formadores y los educadores de adultos para comprender sus principales retos y necesidades de recursos.
- Mantenga la sencillez: evite complicar en exceso el sistema de créditos o el proceso de carga/descarga. La sencillez es clave para la participación.
- Utilice herramientas de código abierto: plataformas como WordPress o Moodle (con complementos) pueden servir de base para versiones básicas de un portal de intercambio a bajo coste.

Durante la implementación

- Realice una prueba piloto con un grupo pequeño y de confianza: invite a unos cuantos formadores entusiastas a cargar materiales y dar su opinión. Sus primeras contribuciones marcarán la pauta y el nivel de calidad.
- Establezca directrices claras sobre el contenido: aclare qué tipos de recursos son bienvenidos, cómo deben describirse y qué formatos son aceptables.
- Utilice la narración de historias para hacer crecer la comunidad: comparta historias reales de formadores que se hayan beneficiado de la plataforma para crear una conexión emocional y credibilidad.

Después del lanzamiento

- Cree retos o campañas para compartir de forma regular: por ejemplo, las semanas temáticas (por ejemplo, «Herramientas de inclusión digital») pueden estimular la actividad y renovar el interés.
- Celebre a los principales colaboradores: reconozca a los usuarios que comparten con frecuencia o los contenidos mejor valorados a través de boletines informativos o redes sociales.
- Proporcione microapoyo: ofrezca tutoriales breves, preguntas frecuentes o incluso un sistema de compañeros para aquellos que no estén seguros de cómo contribuir.

Consejos de sostenibilidad

- Mantenga bajos los costes operativos fomentando la moderación entre pares en lugar de contar con personal a tiempo completo.
- Asóciese con instituciones (centros de educación para adultos, universidades, municipios) para ampliar el alcance y la legitimidad.

Fomente la copropiedad: permita que los usuarios sugieran mejoras y se sientan parte de la evolución de la plataforma.

## Enfoques culturales y creativos

Los enfoques culturales y creativos en la educación de adultos sitúan la experiencia humana en el centro del aprendizaje. En lugar de basarse únicamente en la instrucción formal o en estrategias basadas en datos, recurren a las artes, el patrimonio, el diseño y la narración de historias para fomentar la reflexión, el diálogo, la construcción de la identidad y la participación de la comunidad.

En los contextos de aprendizaje de adultos, estos enfoques ayudan a los participantes a conectar el conocimiento con la experiencia vivida, a fortalecer los lazos sociales y a desarrollar el pensamiento crítico y creativo. Al integrar la expresión cultural en la práctica educativa, el aprendizaje se convierte no solo en informativo, sino también en significativo y transformador.

En términos prácticos, esto puede implicar el uso de la interpretación artística, la historia local, el análisis visual o las técnicas narrativas para explorar cuestiones sociales, crear un entendimiento común y promover la participación activa.

### Ejemplo de buenas prácticas

*Mitología y simbolismo a través de herramientas telemáticas.*

**Resumen de la práctica**

El grupo en línea *Mitología y simbolismo en el arte* se creó en 2020 en respuesta a la pandemia de COVID-19. Su objetivo era abordar las necesidades educativas de los adultos de la provincia de Valladolid utilizando una herramienta digital sencilla y ampliamente accesible: WhatsApp.

El curso impartía contenidos a través de microlecciones breves, respaldadas por documentos, fotografías, vídeos y actividades interactivas. Este formato permitía a los participantes abordar temas culturales y artísticos de una manera flexible y accesible.

Incluso después del regreso a la enseñanza presencial, se mantuvo el formato en línea. Resultó especialmente valioso para los participantes que no podían o no querían asistir a las sesiones presenciales debido a sus horarios de trabajo, circunstancias personales o problemas de salud.

Esta práctica está estrechamente relacionada con el programa «Aulas de Educación y Cultura» de la Diputación Foral de Valladolid, que lleva más de 40 años funcionando en las zonas rurales. El formato en línea amplió su alcance y garantizó la continuidad del acceso a diversos grupos de estudiantes adultos.

**Objetivos**

- Fomentar el interés por la historia, la mitología y el arte a través del estudio de elementos arquitectónicos, escultóricos y simbólicos.
- Promover el aprendizaje independiente y colaborativo en un entorno digital accesible.
- Utilizar WhatsApp como herramienta didáctica para facilitar la participación, el seguimiento y la interacción continua entre alumnos y educadores.

**Objetivos por área de competencia**

1. Comprensión histórica y contextual
    - Identificar y contextualizar los procesos históricos clave que han dado forma al desarrollo urbano y cultural.
    - Comprender el papel de las instituciones religiosas, sociales y políticas en la configuración del patrimonio cultural.
    - Relacionar los debates históricos con discusiones más amplias sobre ética y derechos humanos.
2. Observación e interpretación artísticas
    - Analizar los elementos arquitectónicos y escultóricos como expresiones de poder, creencias e identidad.
    - Interpretar estilos artísticos de diferentes períodos históricos.
    - Reconocer las características simbólicas y formales de las tradiciones artísticas clásicas y preclásicas.
3. Interpretación de la mitología y el simbolismo
    - Interpretar narrativas mitológicas a través de la representación artística.
    - Relacionar los elementos iconográficos con sus significados sociales, religiosos y culturales.
    - Comparar los espacios sagrados y sus funciones rituales y estéticas.
4. Comunicación y reflexión crítica
    - Participar activamente en debates digitales y tareas en grupo.
    - Formular opiniones razonadas sobre temas históricos y culturales.
    - Elaborar contribuciones escritas y orales (textos, audio, imágenes) con claridad y coherencia.
5. Habilidades de aprendizaje digital y autónomo
    - Utilizar WhatsApp como herramienta para el aprendizaje, la comunicación y la colaboración.
    - Seleccionar y compartir recursos digitales relevantes.
    - Gestionar el aprendizaje individual mientras se participa respetuosamente en la dinámica de grupo.

**Metodología**

La metodología del curso se basa en la interacción continua a través de WhatsApp, utilizando sus diversos formatos (texto, audio, imágenes y enlaces) para diversificar las actividades de aprendizaje. El enfoque integra recursos multimedia y técnicas activas como el debate, la narración oral, la investigación guiada y el análisis visual. Todas las tareas se diseñaron para que fueran accesibles a través de teléfonos móviles y compatibles con horarios flexibles, lo que ayudó a los estudiantes adultos a conciliar el estudio con sus responsabilidades personales y profesionales.

- Mini lecciones semanales**:** El contenido se dividió en módulos cortos que se impartieron a través de textos concisos, clips de audio explicativos y materiales visuales (imágenes y vídeos relacionados con los temas artísticos e históricos estudiados).
- Preguntas y debates**:** se animó a los participantes a hacer preguntas, comentar los materiales y participar en debates estructurados para fomentar el pensamiento crítico.
- Recursos multimedia**:** Los enlaces a galerías de imágenes, reconstrucciones en 3D y visitas virtuales favorecieron una comprensión más profunda.
- Ejercicios prácticos**:** tareas breves centradas en identificar elementos artísticos, símbolos o referencias mitológicas en los materiales visuales.
- Repositorios compartidos**:** los participantes aportaron artículos, imágenes o vídeos relevantes, lo que fomentó la creación colaborativa de conocimientos.

El curso en línea siguió el mismo calendario académico que la versión presencial, y se desarrolló a lo largo del año académico 2024-2025.

**Resultados**

Los resultados obtenidos han sido muy satisfactorios, ya que se basan en la idea de que la educación de adultos debe respetar la diversidad de trayectorias vitales, potenciar las experiencias previas de los estudiantes y fomentar el diálogo horizontal. Esto ha permitido la creación de una «comunidad virtual» dialógica en la que todos los estudiantes sienten que participan en un programa común con objetivos y contenidos comunes.

**Factores de éxito**

Varios elementos contribuyeron al éxito de esta práctica:

- El uso de una herramienta digital ampliamente accesible y familiar (WhatsApp), lo que reduce las barreras tecnológicas.
- Una estructura flexible adaptada a los estudiantes adultos con horarios y responsabilidades diversos.
- Microlecciones breves y bien estructuradas que mantuvieron el interés.
- Combinación de texto, audio, imágenes y recursos multimedia, que apoyaban diferentes estilos de aprendizaje.
- Interacción continua entre los participantes y el facilitador, lo que fomentó un sentido de comunidad.
- Fuerte conexión con el programa existente de Aulas de Educación y Cultura, lo que garantiza la continuidad y la coherencia pedagógica.

**Recomendaciones**

Esta práctica es muy transferible y puede implementarse en diversos contextos de educación de adultos, especialmente cuando el acceso a ordenadores o plataformas avanzadas es limitado. Para una implementación exitosa:

- Es esencial contar con un facilitador capaz de moderar los debates en línea y proporcionar comentarios periódicos.
- El grupo debe permanecer estable para generar confianza y continuidad.
- El contenido debe adaptarse al bagaje cultural y los intereses de los participantes.
- Una estructura semanal clara y unas normas de comunicación ayudan a mantener el compromiso.
- El formato en línea puede complementar eficazmente las clases presenciales.

**Consejos/Recomendaciones para la implementación**

- Divida el contenido en unidades de aprendizaje breves y manejables.
- Utilice formatos variados (texto, audio, imágenes) para mantener la atención y la inclusividad.
- Fomente la participación activa mediante preguntas y pequeñas tareas de reflexión.
- Establezca expectativas claras en cuanto al tiempo de respuesta y las normas de comunicación.
- Proporcione resúmenes periódicos de los debates para reforzar los puntos clave del aprendizaje.
- Asegúrese de que los materiales sean totalmente accesibles a través de teléfonos inteligentes.
- Mantenga un equilibrio entre la orientación estructurada y el debate abierto.

## Enfoques colaborativos/basados en la asociación

Los enfoques colaborativos o basados en la asociación se refieren a estrategias en las que dos o más organizaciones, grupos o individuos trabajan juntos para alcanzar un objetivo común y mutuamente beneficioso. El principio fundamental es la puesta en común de recursos —como conocimientos, experiencia, financiación o tecnología— para lograr resultados que serían difíciles de alcanzar de forma independiente.

En el contexto de la educación de adultos y la comunidad, estos enfoques promueven la responsabilidad compartida, las relaciones horizontales y la sostenibilidad a largo plazo. En lugar de basarse en un modelo jerárquico de experto-cliente, los marcos colaborativos fomentan la cocreación, el diálogo y la apropiación local.

| Característica | Enfoque tradicional | Enfoque colaborativo |
|---|---|---|
| **Dinámica de poder** | De arriba abajo / Directivo | Horizontal / Mutuo |

| | | |
|---|---|---|
| **Resolución de problemas** | Soluciones dirigidas por expertos | Soluciones dirigidas por la comunidad |
| **Sostenibilidad** | Dependiente de la ayuda externa | Basada en la apropiación local |
| **Comunicación** | Informes unidireccionales | Ciclos de retroalimentación continuos |

## Ejemplo de buenas prácticas

*Técnicas y herramientas para formadores de aprendizaje electrónico*

**Resumen de la práctica**

*Técnicas y herramientas para formadores de aprendizaje electrónico* es un curso de formación continua diseñado para formadores de adultos que desean desarrollar o mejorar su capacidad para planificar, implementar y evaluar actividades de aprendizaje electrónico. El curso dota a los participantes de habilidades pedagógicas digitales, lo que les permite utilizar plataformas de aprendizaje en línea, diseñar contenidos digitales y crear entornos de aprendizaje interactivos. Apoya la profesionalización de los formadores que trabajan en la educación de adultos, especialmente en contextos de aprendizaje mixto o a distancia.

La aparición y expansión de los entornos de aprendizaje digital, acelerada por la pandemia de COVID-19, puso de manifiesto una brecha crítica en las habilidades pedagógicas digitales de muchos educadores y formadores de adultos. Los métodos de formación tradicionales ya no satisfacían las exigencias de los contextos de aprendizaje en línea o semipresencial, lo que creó la necesidad de un desarrollo profesional específico.

El grupo destinatario incluye a formadores y educadores de adultos que trabajan en centros de formación profesional, instituciones de formación profesional o entornos autónomos. Muchos tenían experiencia en la enseñanza presencial, pero carecían de la confianza y los conocimientos metodológicos necesarios para impartir la formación de manera eficaz a través de plataformas digitales.

Esta práctica se suele aplicar en el marco del desarrollo profesional continuo (DPC) y puede ser impartida por organizaciones acreditadas por la DGERT en Portugal. También puede formar parte de programas financiados a nivel nacional o europeo, como POISE, Portugal 2020 o los proyectos de movilidad Erasmus+ KA1.

**Objetivos**

Los principales objetivos de la práctica *Técnicas y herramientas para formadores de aprendizaje electrónico* son:

- Mejorar la alfabetización digital y la confianza de los educadores de adultos en el uso de plataformas y herramientas en línea.
- Desarrollar estrategias pedagógicas que sean eficaces en entornos de aprendizaje virtuales y mixtos.
- Promover la participación de los alumnos mediante contenidos interactivos y multimedia.
- Garantizar un aprendizaje inclusivo y accesible, adaptando los materiales a los diferentes perfiles de los alumnos y niveles de acceso digital.
- Fomentar una cultura de innovación en la formación, animando a los educadores a experimentar con nuevos formatos como el microaprendizaje, la gamificación o las herramientas colaborativas.
- Apoyar la transición de los centros de formación tradicionales a modelos híbridos o totalmente en línea.

En general, la práctica busca reducir la brecha digital en la educación de adultos y garantizar que los formadores puedan ofrecer experiencias de aprendizaje de alta calidad en cualquier formato.

**Metodología**

El curso *Técnicas y herramientas para formadores de e-learning* se imparte normalmente en formato mixto o totalmente en línea, con una duración que oscila entre 15 y 35 horas. La metodología sigue un modelo de aprendizaje práctico y reflexivo en el que los formadores aplican las herramientas y los enfoques directamente a sus propios contextos docentes. Se hace hincapié en la aplicación práctica, la interacción entre compañeros y el desarrollo gradual de habilidades.

**Implementación paso a paso**

1. Evaluación de necesidades
   Los participantes completan un breve diagnóstico o autoevaluación para identificar su punto de partida en términos de competencia digital y familiaridad con las herramientas de aprendizaje electrónico.
2. Módulo introductorio
   Se ofrece una visión general de la educación digital, incluyendo las ventajas y los retos del aprendizaje electrónico y las principales diferencias pedagógicas entre los formatos presenciales y en línea.
3. Exploración de la caja de herramientas
   Se presenta a los participantes una serie de herramientas digitales de uso común, tales como:
   - Moodle o Google Classroom para la organización de cursos
   - Canva, Genially o PowerPoint para la creación de contenidos

- Padlet, Mentimeter o Jamboard para la interacción
- Screencast-O-Matic o Loom para grabar lecciones
- Kahoot o Quizizz para la evaluación gamificada

Se hace hincapié no solo en cómo funcionan estas herramientas, sino también en cómo pueden mejorar la eficacia pedagógica.

4. Actividades de diseño
   Los participantes diseñan sus propias actividades de aprendizaje electrónico, adaptando las herramientas digitales a su contexto profesional y aplicando principios de diseño instruccional (por ejemplo, los modelos ADDIE o SAMR).
5. Comentarios y reflexiones entre compañeros
   Los formadores participan en una revisión estructurada entre pares a través de foros o sesiones sincrónicas. Comparten su trabajo, proporcionan comentarios constructivos y reflexionan sobre formas de mejorar su práctica docente digital.
6. Tarea final/simulación
   Cada participante imparte una breve sesión de formación en línea o un segmento del módulo utilizando las herramientas y estrategias exploradas durante el curso.
7. Seguimiento y apoyo
   Se puede ofrecer mentoría opcional o la creación de una comunidad de práctica para apoyar la implementación continua y el intercambio de conocimientos más allá del período de formación formal.

**Resultados**

La implementación de *Técnicas y herramientas para formadores de e-learning* ha dado lugar a varios resultados concretos y medibles:

- Mayor confianza digital entre los formadores
  Los participantes afirman sentirse más autónomos y cómodos utilizando plataformas en línea, integrando recursos multimedia y gestionando aulas virtuales.
- Mejora del diseño de la formación
  Los formadores desarrollan módulos de aprendizaje electrónico más estructurados y atractivos, con una mayor coherencia entre los objetivos de aprendizaje, los contenidos y los métodos de evaluación.
- Mayor participación de los alumnos
  Los cursos rediseñados por educadores formados muestran mayores niveles de interacción y menores tasas de abandono, especialmente cuando incorporan herramientas interactivas y lúdicas.
- Mayor inclusividad y accesibilidad
  Los participantes aplican principios de accesibilidad y adaptan los materiales para satisfacer las necesidades de los alumnos adultos con distintos niveles de competencia digital.
- Desarrollo de redes de apoyo entre pares

Muchas ediciones del curso dan lugar a la formación de comunidades informales de práctica, en las que los formadores continúan intercambiando recursos, ideas y retos más allá del período de formación formal.

En general, la práctica contribuye a la profesionalización de la educación de adultos y mejora la calidad y la pertinencia de la oferta de formación digital y mixta.

**Factores de éxito**

Varios elementos clave contribuyeron al éxito y la eficacia del curso «*Técnicas y herramientas para formadores de aprendizaje electrónico*»:

- Enfoque práctico y aplicado
  El curso se centra en herramientas reales que los participantes pueden aplicar inmediatamente en sus propios contextos docentes, lo que aumenta la relevancia y la motivación.
- Progresión paso a paso
  Los formadores se familiarizan con las herramientas de forma gradual, siguiendo una secuencia estructurada que evita abrumarlos con demasiada información de una sola vez.
- Aprendizaje entre pares e intercambio
  Los participantes aprenden no solo del formador, sino también unos de otros, a través de comentarios entre compañeros, debates y tareas colaborativas.
- Estructura flexible y adaptada al ritmo de cada alumno
  El formato de aprendizaje electrónico permite a los educadores adultos ocupados aprender a su propio ritmo, con sesiones sincrónicas opcionales para obtener un apoyo más profundo.
- Enfoque en la pedagogía digital, no solo en las herramientas
  Más allá de aprender cómo funcionan las herramientas, los participantes exploran cómo diseñar experiencias de aprendizaje eficaces en línea.
- Entorno inclusivo y de apoyo
  Se anima a los formadores a hacer preguntas, cometer errores y reflexionar sobre su propio estilo de enseñanza, lo que crea un espacio para el crecimiento genuino.

Estos elementos contribuyen a la eficacia y sostenibilidad generales del curso.

**Recomendaciones**

*El curso Técnicas y herramientas para formadores de e-learning* es muy transferible y puede adaptarse a diferentes contextos, regiones y perfiles de alumnos. Puede ser implementado por centros de formación, ONG, instituciones públicas o incluso formadores autónomos, siempre que se cumplan las siguientes condiciones:

- Acceso a infraestructura digital

Es necesario que tanto los formadores como los participantes tengan acceso básico a dispositivos (ordenador portátil, tableta o teléfono inteligente) y conexión a Internet.

- Facilitadores con competencias digitales y pedagógicas
  El curso debe ser impartido por formadores que comprendan tanto la tecnología educativa como los principios del aprendizaje de adultos.
- Adaptación al grupo destinatario
  Los ejemplos, herramientas y estudios de casos deben reflejar la realidad de los participantes (por ejemplo, formadores profesionales, educadores de alfabetización, facilitadores comunitarios).
- LMS claro e intuitivo
  Es esencial contar con un sistema de gestión del aprendizaje sencillo y fácil de usar (como Moodle o Google Classroom) para evitar barreras digitales.
- Mecanismos de apoyo
  Ofrecer vídeos tutoriales, una sección de preguntas frecuentes u opciones de tutoría puede mejorar la experiencia, especialmente para los formadores menos familiarizados con la tecnología.

Este modelo de curso se recomienda especialmente para centros de educación de adultos que están pasando al aprendizaje mixto, para nuevos formadores que se incorporan al sector o para iniciativas de formación continua orientadas a la transformación digital.

**Consejos/Implementación**

Para las organizaciones o facilitadores que tengan previsto implementar una práctica similar, los siguientes consejos y listas de verificación pueden contribuir al éxito:

Antes del curso

- Realice una evaluación de las necesidades para adaptar el contenido a los conocimientos previos de los participantes.
- Elija una plataforma con pocas barreras digitales (por ejemplo, Moodle, Google Classroom o NAU).
- Prepare un módulo de bienvenida con consejos de navegación y apoyo básico en materia de alfabetización digital.
- Asegúrese de que se cumplan las normas de accesibilidad (por ejemplo, tamaño de la fuente, contraste de colores, subtítulos).

Durante el curso

- Utilice unidades de microaprendizaje: los módulos cortos y específicos son los más adecuados para adultos ocupados.
- Integre elementos interactivos como cuestionarios, foros o tareas en grupo cada pocas lecciones.
- Cree instrucciones claras y proporcione ejemplos para cada actividad.

- Ofrezca sesiones periódicas de seguimiento o de preguntas y respuestas, aunque sean breves e informales.

Después del curso

- Anime a los participantes a poner en práctica lo que han creado durante el curso.
- Ofrezca apoyo opcional de seguimiento (mentoría, comunidad de práctica).
- Recopile comentarios y revise las futuras ediciones basándose en las aportaciones de los participantes.

Consejo: Presente siempre las herramientas como un medio para mejorar el aprendizaje, no como un fin en sí mismas. Céntrese primero en la pedagogía.

# Módulo 1: Aprendizaje digital

## Introducción y justificación

La modernización de los centros de educación para adultos en toda Europa requiere que el aprendizaje digital vaya más allá de un mero conjunto de herramientas y se convierta en una experiencia de aprendizaje útil, accesible y centrada en las personas. Las investigaciones realizadas en el marco del proyecto XXI Adults, que incluyen encuestas a la administración pública, educadores, gestores y estudiantes adultos de seis países socios, convergen en un diagnóstico común:

1. Existen desigualdades en materia de infraestructuras (especialmente en lo que se refiere a equipos y conectividad, sobre todo en las zonas rurales);
2. Existe una fuerte motivación entre los adultos para desarrollar competencias digitales útiles para la vida, el trabajo y el aprendizaje permanente;
3. Los educadores reclaman una formación continua, orientada a la práctica y contextualizada.

4. Cuestiones como la seguridad digital y el uso responsable de la IA se perfilan como prioridades transversales.

Al mismo tiempo, el mapeo de buenas prácticas entre los socios muestra que los resultados más consistentes se producen cuando la tecnología se utiliza para apoyar tareas de aprendizaje sencillas, auténticas y basadas en la comunidad, en lugar de como un fin en sí mismo.

Los círculos de alfabetización digital, la tutoría entre personas mayores, las simulaciones de tareas de la vida cotidiana (salud, finanzas, servicios electrónicos), la narración digital, los centros comunitarios y los laboratorios creativos (FabLabs) son ejemplos concretos de cómo el aprendizaje digital se vuelve significativo, transferible y transformador, incluso a pequeña escala

Esta evidencia se ve reforzada por modelos institucionales maduros (por ejemplo, redes LMS compartidas, repositorios OER y comunidades de práctica) y por metodologías centradas en el alumno, como el pensamiento de diseño, el aprendizaje basado en proyectos y los enfoques intergeneracionales.

El análisis colectivo de las buenas prácticas de las organizaciones asociadas a XXI Adults confirma este razonamiento y demuestra que el aprendizaje digital es tanto una herramienta para la inclusión como un motor de innovación pedagógica.

En todos los países, las buenas prácticas recopiladas ilustran enfoques complementarios y transferibles:

- Portugal destaca las prácticas centradas en la profesionalización de los formadores y la creación de entornos de aprendizaje digital humanizados. Iniciativas como *Técnicas y herramientas para formadores de e-learning, Cartas para la vida* y *Regreso al futuro: personas mayores como gurús narradores digitales* combinan tecnología, creatividad y empatía.
- España hace hincapié en las iniciativas de aprendizaje digital basadas en la comunidad, como *los talleres de inglés en línea/presenciales y el uso de herramientas de Google*, que acercan el aprendizaje digital a la vida cotidiana y contribuyen a reducir el aislamiento social.
- Grecia presenta modelos de tutoría digital y aprendizaje entre pares, como *los Círculos de Alfabetización Digital* y *el Programa de Tutoría Digital*, que empoderan a los adultos con bajos niveles de alfabetización digital y fomentan la solidaridad intergeneracional.
- Bosnia y Herzegovina ha identificado iniciativas centradas en la alfabetización mediática crítica, entre ellas *los Fundamentos de la Alfabetización Mediática Digital*, que mejoran la capacidad de los adultos para evaluar críticamente y utilizar de forma segura la información en línea.
- Polonia documenta el papel de *los FabLabs y los Centros de Aprendizaje* como espacios de aprendizaje práctico en los que los adultos experimentan con tecnologías y métodos creativos en entornos colaborativos.
- Alemania, por su parte, muestra el potencial del ecosistema de la DVV y sus plataformas digitales nacionales como ejemplos de integración digital sistémica en la educación de

adultos, combinando la innovación tecnológica, el apoyo pedagógico y la garantía de calidad.

En conjunto, estas prácticas revelan una clara tendencia europea: el aprendizaje digital tiene un impacto duradero cuando es significativo, accesible y centrado en la persona. Fomenta el aprendizaje activo, la colaboración y la conexión con la comunidad, promoviendo no solo las habilidades técnicas, sino también la confianza, la autonomía y la participación.

Desde la perspectiva de los estudiantes adultos, los resultados de la encuesta indican sistemáticamente una preferencia por los modelos de aprendizaje híbridos y prácticos (comunicación en línea, servicios electrónicos, creación de documentos, hojas de cálculo, plataformas de aprendizaje), junto con la necesidad de una orientación cercana, la tutoría entre pares y el fomento de la confianza.

En el caso de los educadores y gestores, los datos ponen de relieve una gran motivación para innovar, pero también un tiempo limitado para el diseño y la actualización, equipos obsoletos en algunos centros y la necesidad de una formación breve, aplicada y de apoyo (que incluya la IA educativa, la evaluación digital y la accesibilidad).

La administración pública reconoce la prioridad estratégica de la digitalización y la importancia de una financiación estable, la asistencia técnica y las asociaciones a varios niveles (municipios, universidades, ONG y empresas tecnológicas), al tiempo que destaca la necesidad de coordinación y equidad territorial.

Por este motivo, el módulo presenta ejemplos de buenas prácticas que tienen como objetivo salvar la brecha entre el diagnóstico y la acción, permitiendo a las personas, los equipos y los centros:

- Exploren cómo diseñar experiencias digitales sencillas y centradas en el alumno;
- Aplicar estrategias híbridas y de microaprendizaje que combinen elementos sincrónicos y asincrónicos;
- Intercambiar comentarios e ideas entre pares para una práctica auténtica e inclusiva.
- Implementar principios básicos de accesibilidad y seguridad digital como estándares de calidad.
- Crear comunidades de práctica y redes de mentoría para un crecimiento continuo.
- Incorpore el aprendizaje digital a las realidades locales, garantizando la relevancia social y la sostenibilidad.

En resumen, este módulo se basa en las buenas prácticas europeas para ofrecer puntos de entrada pragmáticos e inclusivos al aprendizaje digital, garantizando que la tecnología siga siendo un medio de conexión humana y no un fin en sí mismo dentro de la educación de adultos del siglo XXI.

**Condiciones digitales recomendadas para la implementación**

Requisitos mínimos:

- Acceso a un dispositivo digital (ordenador, tableta o teléfono inteligente).
- Conexión básica a Internet que permita la comunicación en línea y tareas digitales sencillas.
- Familiaridad con las herramientas digitales esenciales (por ejemplo, correo electrónico, navegación web, creación de documentos).

Siempre que sea posible, es conveniente garantizar:

- Una conexión a Internet estable para sesiones sincrónicas y trabajo colaborativo.
- Acceso a un espacio en línea compartido o a una plataforma de aprendizaje para materiales y comunicación.
- Mecanismos de apoyo técnico o entre pares para los participantes que necesiten ayuda adicional.

Estas condiciones son intencionadamente flexibles y pueden adaptarse a las realidades locales, lo que garantiza una implementación inclusiva y viable del módulo en diversos contextos.

## Qué aprenderán los alumnos / Habilidades y competencias adquiridas

- Desarrollar una comprensión más clara del aprendizaje digital en la educación de adultos, basándose en ejemplos concretos de buenas prácticas.
- Ganar confianza en el uso de herramientas digitales sencillas, inspirándose en prácticas del mundo real ilustradas a lo largo del módulo.
- Conceptualizar una pequeña actividad de aprendizaje digital adaptada al contexto, basada en los enfoques presentados.
- Reforzar la concienciación sobre los principios básicos de seguridad, accesibilidad y uso responsable de la tecnología digital.
- Salir con al menos una idea viable que pueda aplicarse de forma realista en su centro o en su práctica docente.

**Fundamentos del aprendizaje digital: por qué y cómo**

Al explorar buenas prácticas concretas y proyectos ilustrativos, se invita a los alumnos a reflexionar sobre lo que significa el aprendizaje digital en la educación de adultos, no solo como el uso de la tecnología, sino como un enfoque para hacer que el aprendizaje sea más flexible, accesible y centrado en las personas.

Al reflexionar sobre estos ejemplos, se anima a los participantes a examinar sus propias prácticas e identificar una oportunidad realista para la transformación digital dentro de su contexto específico.

Resultado: Mayor conciencia del potencial del aprendizaje digital como aliado pedagógico para la inclusión, el compromiso y la motivación de los alumnos.

**Diseño de experiencias digitales sencillas y auténticas**

Basándose en buenas prácticas e iniciativas seleccionadas, esta sección anima a los participantes a reflexionar sobre cómo las pequeñas tareas digitales de la vida real pueden involucrar de manera significativa a los alumnos y apoyar la participación activa.

Se invita a los participantes a experimentar con una herramienta digital sencilla y a esbozar una microactividad que sea relevante y adaptable a su propio contexto de enseñanza o formación.

Resultado: Mayor concienciación y capacidad inicial para conceptualizar una tarea digital a pequeña escala centrada en el alumno.

**Innovar con herramientas digitales**

Mediante ejemplos prácticos e iniciativas ilustrativas, los participantes descubren formas creativas de aplicar herramientas digitales cotidianas (como diapositivas, cuestionarios, tableros colaborativos y asistentes de IA) para apoyar el aprendizaje.

Inspirados por estos ejemplos, se les anima a explorar una herramienta de forma práctica y a reflexionar sobre cómo la creatividad, la ética y la responsabilidad se entrecruzan en la innovación digital.

Resultado: mayor confianza y conciencia en el uso de herramientas digitales sencillas de forma creativa, ética y responsable.

**Mentoría y aprendizaje conjunto**

Basándose en ejemplos reales de prácticas de mentoría y aprendizaje entre pares, los participantes reflexionan sobre cómo la mentoría digital puede empoderar tanto a los educadores como a los alumnos.

Se les anima a compartir experiencias de apoyo mutuo dentro de sus instituciones y a explorar cómo las comunidades en línea pueden fomentar el crecimiento profesional sostenido.

Resultado: Mayor reconocimiento de la tutoría y la colaboración como factores clave para la confianza digital, la inclusión y el aprendizaje continuo.

**Seguridad, ética y ciudadanía digital**

A través de breves ejemplos de casos y buenas prácticas seleccionadas, los participantes reflexionan sobre la seguridad en línea, la desinformación y el uso ético de la IA en contextos educativos.

Se les invita a identificar prácticas clave que promuevan el bienestar digital y la participación responsable y crítica dentro de sus propios entornos.

Resultado: Mayor concienciación y compromiso compartido con prácticas digitales éticas, seguras y críticas.

**Microproyecto: de la idea a la acción**

A partir de los ejemplos e ideas explorados a lo largo del módulo, los participantes traducen una idea inspiradora en un plan de acción sencillo y realista destinado a mejorar un aspecto digital de su práctica docente o de su centro.

A través de espacios compartidos, como una galería o un foro conjunto, presentan sus planes e intercambian comentarios entre compañeros.

Resultado: Una idea concreta y viable, inspirada en buenas prácticas identificadas, para aplicar los principios del aprendizaje digital en su contexto local.

**Resultado general**

Al completar este viaje de aprendizaje, se espera que los participantes:

- Aumenten su conciencia y confianza en la aplicación de enfoques digitales al aprendizaje de adultos, inspirados en ejemplos concretos y buenas prácticas.
- Desarrollen ideas pequeñas y transferibles que puedan adaptarse de forma realista a sus propios contextos educativos.
- Formar parte de una comunidad de educadores motivados para seguir explorando y reflexionando sobre la pedagogía digital.
- Contribuir a una visión europea compartida del aprendizaje digital inclusivo y centrado en el ser humano.

## Justificación teórica

**El aprendizaje digital como vía hacia la inclusión y la confianza**

El aprendizaje digital se ha convertido en una piedra angular de la educación de adultos, no solo porque permite un acceso flexible al aprendizaje en cualquier momento y lugar, sino porque crea nuevas formas de participar, colaborar y expresar conocimientos. Su verdadero valor educativo depende de cómo se integre en la pedagogía, transformando la tecnología en una experiencia de aprendizaje significativa e inclusiva, en lugar de un fin en sí misma.

Las pruebas recopiladas en los seis países socios del proyecto XXIAdults muestran que el aprendizaje digital sigue reflejando desigualdades en el acceso y la confianza, especialmente entre los adultos mayores, las personas con niveles educativos más bajos y las que viven en zonas rurales o desfavorecidas. Estas diferencias no son solo técnicas, sino también sociales y motivacionales. Por lo tanto, el aprendizaje digital debe considerarse una puerta de acceso a la inclusión y la ciudadanía activa, que ayuda a los adultos a participar más plenamente en sus comunidades y a recuperar la confianza en su capacidad de aprender.

Según el Consejo de la Unión Europea (2021), el aprendizaje de adultos debe «capacitar a todos los adultos para que participen plenamente en la vida digital, económica y cívica», garantizando que la transición digital no deje a nadie atrás.

Este módulo aborda este reto centrándose en:

- Mejorar el uso pedagógico de las tecnologías digitales mediante enfoques interactivos y centrados en las personas.
- Garantizar la equidad, la accesibilidad y la motivación, proporcionando estrategias breves y prácticas que los educadores puedan aplicar inmediatamente en sus propios contextos.

**El papel del educador: de usuario de herramientas a facilitador de experiencias de aprendizaje**

La transformación digital redefine el papel de los educadores. Más allá del dominio de las herramientas, los educadores se convierten en facilitadores de experiencias de aprendizaje digital, profesionales que planifican actividades breves e híbridas, crean entornos participativos e integran las herramientas digitales de forma ética y con un propósito definido.

Este enfoque se basa en los principios de la andragogía (Knowles, 1984) y la heutagogía (Hase y Kenyon, 2000), que hacen hincapié en la autonomía, la autodirección y el aprendizaje a través de la experiencia. En contextos digitales, los adultos aprenden mejor cuando controlan su ritmo, ven la relevancia inmediata y reciben comentarios significativos.

Este módulo destaca cuatro principios rectores que los educadores pueden adoptar en su práctica diaria:

- Autenticidad: tareas de la vida real que hacen que el aprendizaje sea relevante.
- Reflexividad: utilizar los errores, la retroalimentación y la autoevaluación como oportunidades para crecer.
- Colaboración: transformar los espacios digitales en entornos para el aprendizaje compartido.
- Accesibilidad: diseñar un aprendizaje que incluya a todos, independientemente de las barreras técnicas o sociales.

**Marcos europeos y alineación de políticas**

El módulo *de aprendizaje digital* se ajusta estrechamente a las prioridades europeas y a los marcos de referencia que guían la educación de adultos:

- DigComp 2.2 (Comisión Europea, 2022): describe las competencias en materia de alfabetización informacional, comunicación, creación digital, seguridad y resolución de problemas.
- DigCompEdu: define cómo los educadores pueden integrar las tecnologías de manera significativa en la enseñanza y el aprendizaje.
- Nueva Agenda Europea para el Aprendizaje de Adultos 2021-2030 (Consejo de la UE, 2021): establece el objetivo de que al menos el 80 % de los adultos posea competencias digitales básicas para 2030.

En lugar de centrarse en el dominio de las herramientas, este módulo traduce estos marcos en estrategias breves y con base pedagógica que fomentan la conciencia digital, la confianza y el uso ético.

**La innovación y el aprendizaje híbrido como oportunidades para el cambio**

La innovación en el aprendizaje de adultos no se mide por el número de herramientas utilizadas, sino por cómo la tecnología mejora la participación y el significado. La combinación de momentos sincrónicos y asincrónicos, el aprendizaje mixto o la combinación de actividades presenciales y en línea, ayuda a los alumnos a mantenerse conectados y comprometidos.

Estudios europeos (Baltacı, 2025; Ruuskanen-Parrukoski, 2020) confirman que incluso los modelos híbridos ligeros y bien estructurados aumentan la motivación y la inclusión, siempre que se cuente con apoyo humano y pedagógico.

- Las buenas prácticas recopiladas a través del proyecto XXI Adults ilustran este equilibrio:
- Círculos de alfabetización digital y mentoría intergeneracional (Grecia, Portugal);
- Laboratorios creativos comunitarios (Polonia, Alemania, España);
- Iniciativas de alfabetización mediática (Bosnia y Herzegovina);
- Proyectos de narración digital (Portugal, Grecia).

En todos estos ejemplos, la tecnología amplifica el impacto de los educadores, pero no los sustituye.

**Ética, seguridad y confianza en el espacio digital**

La digitalización en la educación debe ir siempre acompañada de una conciencia ética. Cuestiones como la protección de datos, la privacidad, el uso responsable de la IA, la desinformación y el bienestar digital requieren una atención consciente y una acción pedagógica deliberada.

Integrar estos temas en las actividades también significa promover la ciudadanía digital y la seguridad en línea como competencias esenciales para todos los educadores y alumnos. El objetivo es formar usuarios informados, críticos y responsables que sepan actuar de forma segura y colaborativa en entornos digitales.

**Síntesis: un camino humano hacia la confianza digital**

La integración de las tecnologías digitales en la educación de adultos es, ante todo, un proceso humanodecambio.
Este módulo propone un camino realista y motivador para:

- Empoderar a los educadores como facilitadores y diseñadores de experiencias de aprendizaje significativas.
- Hacer del aprendizaje digital una herramienta para la inclusión, la confianza y la participación.
- Fomentar comunidades de práctica y apoyo entre pares.

- Garantizar que la transición digital en el aprendizaje de adultos siga siendo una transición centrada en las personas.

En última instancia, el aprendizaje digital cumple su propósito cuando conecta a las personas, amplía las oportunidades y genera confianza en el aprendizaje permanente.

## Buenas prácticas

### 1.ª Buena práctica: Técnicas y herramientas para formadores de aprendizaje electrónico

**Contexto y antecedentes**

La transición digital en la educación de adultos en Portugal planteó nuevos retos a los formadores y educadores, muchos de los cuales tenían una sólida experiencia en contextos presenciales, pero un conocimiento limitado de las pedagogías y herramientas digitales.

El proyecto *Técnicas y herramientas para formadores de aprendizaje electrónico,* identificado y documentado por Empoderar como una buena práctica relevante, aborda esta brecha dotando a los formadores de educación de adultos de las competencias digitales y pedagógicas necesarias para diseñar, implementar y evaluar un aprendizaje en línea y mixto significativo.

Esta iniciativa forma parte de la agenda nacional y europea más amplia para modernizar la educación de adultos y promover un aprendizaje electrónico de calidad, inclusivo y centrado en las personas. Se ajusta a las prioridades de la Unión Europea en materia de aprendizaje permanente y marcos de competencias digitales (DigComp y DigCompEdu), centrándose en la formación de los educadores para que integren la tecnología de forma ética y con un propósito en su enseñanza.

**Objetivos**

- Reforzar las competencias digitales y pedagógicas de los formadores para entornos de aprendizaje en línea e híbridos.
- Promover el uso crítico y ético de las tecnologías digitales en la educación.
- Mejorar la calidad de la comunicación y la interacción en línea entre formadores y alumnos.
- Desarrollar metodologías de diseño instruccional y evaluación formativa adaptadas al aprendizaje electrónico .
- Crear una comunidad de práctica para el intercambio entre pares, la colaboración y el desarrollo profesional continuo.

**Implementación**

El curso se estructuró como un programa de aprendizaje mixto, que combinaba sesiones en línea sincrónicas dirigidas por formadores expertos con actividades asincrónicas en una plataforma de aprendizaje electrónico. Se presentó a los participantes una variedad de áreas de contenido, entre las que se incluyen:

- Principios del aprendizaje en línea y mixto;
- Planificación pedagógica y estructuración de módulos digitales;
- Uso eficaz de los sistemas de gestión del aprendizaje (LMS) y las herramientas multimedia para el aprendizaje;
- Motivación y participación de los alumnos en contextos digitales;
- Evaluación formativa y basada en la retroalimentación en el aprendizaje electrónico;
- Normas de accesibilidad e inclusión en entornos virtuales.

Se hizo especial hincapié en el aprendizaje práctico: los participantes experimentaron activamente con herramientas como Canva, Moodle, Mentimeter, Quizziz y Nearpod, aplicándolas a microproyectos que simulaban situaciones docentes del mundo real. La reflexión colaborativa y la revisión por pares fueron partes integrales del proceso.

**Resultados e impacto**

- Los formadores de diferentes instituciones completaron el curso y comunicaron un aumento significativo de su confianza digital y su creatividad pedagógica.
- Creación de recursos educativos abiertos (REA) y modelos reutilizables para actividades de enseñanza digital.
- Mejora notable en la participación y la interacción de los alumnos en las sesiones en línea, con formadores que adoptaron métodos más colaborativos y experienciales.
- Formación de una red de formadores en e-learning, lo que permitió el apoyo entre pares y el intercambio continuo de prácticas más allá de la duración del curso.
- Contribución a la modernización de la oferta de aprendizaje para adultos en Portugal, demostrando que la tecnología puede mejorar, en lugar de sustituir, la dimensión humana y relacional de la enseñanza.

**Conclusión**

Esta buena práctica ilustra que la formación de los formadores es la base de un aprendizaje digitaldecalidad.
Más allá del desarrollo de habilidades técnicas, *Técnicas y herramientas para formadores en aprendizaje electrónico* contribuye a configurar una identidad profesional alineada con las exigencias de la educación en la era digital: reflexiva, creativa, inclusiva y centrada en el alumno.

El modelo es fácilmente transferible a otros contextos europeos y representa un ejemplo inspirador de cómo la transformación digital puede fortalecer el núcleo humano y pedagógico de la educación de adultos.

## 2ª buena práctica: Círculos de alfabetización digital para adultos mayores

**Contexto y antecedentes**

En los últimos años, la rápida digitalización de la vida cotidiana en Grecia, desde la comunicación y el acceso a los servicios hasta la participación en actividades cívicas, ha puesto de manifiesto profundas lagunas en la alfabetización digital, especialmente entre los adultos de

50 años o más. Muchos adultos mayores carecen no solo de las habilidades técnicas necesarias, sino también de la confianza y la motivación para utilizar las herramientas digitales.

La iniciativa *Círculos de alfabetización digital para adultos mayores*, identificada y documentada por E-SCHOOL Educational Group como una buena práctica relevante, aborda esta brecha promoviendo el aprendizaje digital inclusivo, práctico y con el apoyo de compañeros. Se ajusta al objetivo político europeo de garantizar que todos los adultos adquieran competencias digitales básicas (Consejo de la UE, 2021; Comisión Europea, 2022) y aborda el aislamiento social que puede derivarse de la exclusión digital.

Mediante la organización de pequeños círculos de aprendizaje solidarios, el programa crea un entorno en el que las personas mayores pueden aprender a su propio ritmo, hacer preguntas libremente y recibir orientación de mentores cualificados y compañeros que comparten experiencias similares.

**Objetivos**

- Reforzar las competencias digitales básicas de las personas mayores para permitirles participar en la sociedad digital moderna.
- Fomentar la confianza y la autonomía en el uso de herramientas digitales para la vida cotidiana (comunicación, servicios en línea, búsqueda de información).
- Fomentar el aprendizaje entre pares y el intercambio intergeneracional, en el que los participantes aprenden unos de otros y se apoyan mutuamente.
- Promover la inclusión social y reducir el aislamiento a través de actividades digitales en grupo.
- Fomentar un sentido de ciudadanía activa y la motivación para el aprendizaje permanente.

**Implementación**

El programa se llevó a cabo a través de círculos de aprendizaje locales establecidos en centros comunitarios, bibliotecas y asociaciones de personas mayores en varias regiones de Grecia. Cada círculo estaba formado por entre seis y ocho participantes, guiados por un facilitador formado en educación de adultos y pedagogía digital.

La metodología combinaba talleres presenciales con prácticas guiadas en línea, siguiendo una progresión desde las habilidades básicas hasta las intermedias. Las áreas de contenido clave incluían:

- Uso seguro y eficiente de teléfonos inteligentes y tabletas.
- Navegación por Internet, correo electrónico y videollamadas.
- Acceso a servicios públicos e información sanitaria en línea;
- Comunicación en línea y redes sociales para mantener los lazos familiares y comunitarios.
- Identificación de información fiable y reconocimiento de información errónea.

La tutoría entre pares desempeñó un papel fundamental: los participantes alternaron los roles de alumno y mentor, lo que reforzó la colaboración y la responsabilidad compartida en el aprendizaje.
Las tareas prácticas se extrajeron de **situaciones de la vida real** (por ejemplo, enviar un correo electrónico, reservar una cita en línea o gestionar un formulario digital), lo que garantizó su relevancia inmediata.

**Resultados e impacto**

- Más de 150 personas mayores completaron con éxito la formación, lo que demostró una mayor confianza y competencia en el uso de herramientas digitales.
- Los participantes informaron de una mayor sensación de independencia y conexión con la familia y la comunidad, lo que redujo el aislamiento social.
- Los facilitadores observaron una mayor motivación para el aprendizaje continuo y unos vínculos intergeneracionales más fuertes, ya que muchos participantes compartieron sus nuevas habilidades con familiares o amigos.
- La iniciativa fomentó la confianza y la solidaridad comunitaria, convirtiendo los círculos de aprendizaje locales en espacios de apoyo mutuo.
- El modelo fue reconocido por las autoridades locales y las redes de aprendizaje para adultos como un enfoque eficaz y de bajo coste para la inclusión digital.

**Conclusión**

*Los círculos de alfabetización digital para adultos mayores* ejemplifican cómo el aprendizaje digital puede ser inclusivo, social y empoderador. Al centrarse en la tutoría, la colaboración y la autenticidad, la práctica demuestra que la competencia digital no es meramente técnica, sino también emocional y relacional, una clave para la participación y el bienestar en la tercera edad.

Su éxito radica en la combinación de la práctica con la empatía y el espíritu comunitario, lo que lo convierte en un modelo transferible para la educación de adultos en toda Europa. Para el marco XXI ADULTS, refuerza la importancia de crear comunidades de aprendizaje digital que fomenten la confianza, la conexión y la ciudadanía activa.

## 3ª buena práctica: Fundamentos de la alfabetización en medios digitales: empoderar a los adultos para el uso crítico de la información en línea

**Contexto y antecedentes**

En el mundo digital actual, los adultos están constantemente expuestos a un flujo abrumador de información en línea, que incluye desinformación, manipulación y narrativas extremistas. En Bosnia y Herzegovina, al igual que en muchos países europeos, un número considerable de adultos carece de las competencias necesarias para evaluar críticamente los contenidos digitales, reconocer la información sesgada o identificar fuentes seguras y fiables.

El programa «*Conceptos básicos de alfabetización en medios digitales*», identificado y documentado por BRAVO (Asociación Representativa de Oportunidades Valuables de Bosnia) como una buena práctica relevante, responde a este reto capacitando a los adultos para que

interactúen con los medios digitales de forma crítica, responsable y ética. La iniciativa se basa en marcos europeos como DigComp 2.2 y contribuye a las prioridades de el Plan de Acción Europeo de Educación Digital (2021-2027) fomentando la inclusión digital, el pensamiento crítico y la resiliencia frente a la desinformación.

**Objetivos**

- Fortalecer las competencias en materia de alfabetización mediática y digital entre los estudiantes adultos.
- Capacitar a los participantes para evaluar críticamente los contenidos en línea y reconocer las técnicas de manipulación.
- Reducir los riesgos de desinformación digital y exclusión social.
- Promover el diálogo intergeneracional y el debate comunitario sobre el uso responsable de los medios de comunicación.
- Dotar a los educadores de adultos de herramientas prácticas para integrar la alfabetización mediática en su enseñanza.

**Implementación**

El programa se impartió a través de talleres interactivos y sesiones mixtas, combinando la teoría con actividades prácticas. Entre los participantes se encontraban estudiantes adultos con diversos antecedentes educativos, educadores y representantes de la comunidad.

Las principales actividades de aprendizaje incluyeron:

- Identificar noticias falsas y analizar ejemplos reales de desinformación.
- Explorar cómo los algoritmos, la publicidad y las redes sociales influyen en la percepción y la toma de decisiones.
- Debates en grupo sobre la comunicación ética y el comportamiento digital.
- Actividades de aprendizaje entre pares entre adultos jóvenes y mayores para compartir experiencias y perspectivas.
- Tareas de reflexión que fomentan el pensamiento crítico y la conciencia de uno mismo en el entorno digital.

Los talleres fueron facilitados por educadores capacitados que utilizaron métodos participativos, como estudios de casos, análisis de medios y resolución colaborativa de problemas. Los materiales se adaptaron a los distintos niveles de competencia digital para garantizar la accesibilidad de todos los participantes.

**Resultados e impacto**

- Los participantes informaron de una mejora significativa en el reconocimiento de información poco fiable y en la aplicación del pensamiento crítico al consumir contenidos en línea.
- Mayor conciencia sobre el comportamiento digital ético y responsable, incluido el respeto a la privacidad, la protección de datos y la comunicación constructiva en línea.

- Se reforzó el entendimiento intergeneracional: los adultos más jóvenes aportaron sus conocimientos digitales, mientras que los participantes de más edad aportaron su experiencia vital y su reflexión crítica.
- Los educadores adquirieron metodologías prácticas para integrar la alfabetización digital y mediática en los planes de estudios de educación para adultos.
- La iniciativa contribuyó a la resiliencia social y la inclusión, reduciendo la vulnerabilidad a la desinformación y la polarización.

**Conclusión**

*Digital Media Literacy Basics* ilustra cómo la educación digital puede promover tanto la competencia como la conciencia. Al combinar la formación práctica con la reflexión ética, ayuda a los adultos a navegar por el mundo digital de forma segura, responsable y crítica.

Esta buena práctica refuerza la idea de que el aprendizaje digital no se limita a las habilidades tecnológicas, sino que consiste en fomentar la ciudadanía crítica, capaz de evaluar la información, generar confianza y contribuir positivamente a la vida democrática. Para el marco XXI ADULTS, representa la dimensión ética y cívica del aprendizaje digital, garantizando que la innovación vaya siempre acompañada de reflexión, empatía y responsabilidad.

# Módulo 2: Creatividad e innovación

## Introducción y justificación

En el siglo XXI, caracterizado por cambios rápidos, la creatividad y la innovación se han convertido en competencias esenciales para el aprendizaje permanente y la participación activa en la sociedad. Las instituciones de educación de adultos de toda Europa se enfrentan al reto cada vez mayor de cultivar estas habilidades tanto entre los educadores como entre los alumnos, con el fin de responder a las exigencias de la economía del conocimiento y la transformación digital (Consejo de la Unión Europea, 2021; Tsai, 2012).

Los directores, profesores y personal de la educación de adultos, en particular aquellos que buscan modernizar sus instituciones, reconocen que fomentar el pensamiento creativo y adoptar metodologías innovadoras es fundamental para impartir una educación acorde con los estándares contemporáneos. Los alumnos adultos, incluidos los mayores de entre 50 y 75 años procedentes de entornos vulnerables, también se benefician significativamente de las oportunidades de desarrollar la creatividad y la competencia digital, lo que les permite adaptarse a los cambios tecnológicos y sociales.

La política europea refuerza estas prioridades: el aprendizaje de adultos se considera no solo un medio para mejorar la empleabilidad y la inclusión social, sino también un motor de la creatividad, la innovación y el espíritu empresarial (Consejo de la Unión Europea, 2008; 2021).

Dentro del proyecto XXI Adults, que se centra en la modernización de la educación de adultos en respuesta a la transformación digital y social, este módulo sirve de puente entre los enfoques pedagógicos tradicionales y las prácticas innovadoras que se requieren en un entorno en rápida evolución. En contextos en los que la educación de adultos tiene dificultades para seguir el ritmo de los cambios tecnológicos y sociales, fomentar la creatividad entre los educadores y los alumnos se convierte en un elemento fundamental para la adaptabilidad, el compromiso y el aprendizaje permanente.

Las investigaciones realizadas en el marco del proyecto XXI Adults, basadas en encuestas a estudiantes adultos, profesores, gestores y administraciones públicas, han puesto de relieve:

1. Necesidades y tendencias de los alumnos

- Gran interés por la inteligencia artificial, las herramientas creativas y las tecnologías emergentes.
- Una fuerte demanda de formatos de aprendizaje personalizados, flexibles e innovadores.

2. Competencias de los educadores

- Aumento de la experimentación con la IA y las herramientas digitales en la práctica docente.
- Uso creciente de tecnologías creativas (por ejemplo, Canva, edición de vídeo, producción multimedia).
- Necesidad de una formación integrada que combine el desarrollo de habilidades digitales, creativas y sociales.

3. Innovación a nivel institucional y sistémico

- Las administraciones públicas exigen infraestructuras modernas, planificación estratégica e innovación inclusiva.
- La innovación debe equilibrar las herramientas digitales con la creatividad, la comunicación y el pensamiento crítico.

4. Enfoques pedagógicos

- Las actividades prácticas y aplicadas fomentan la creatividad y la innovación.
- Los entornos de aprendizaje híbridos e interactivos son los que mejor apoyan las prácticas innovadoras.

Siguiendo esta lógica, el módulo presenta a los participantes tanto los principios como la aplicación práctica de la creatividad y la innovación en el aprendizaje de adultos. Combina fundamentos teóricos con ejemplos de buenas prácticas recopilados de socios de proyectos de toda Europa, mostrando estrategias, herramientas y métodos que han mejorado la participación y los resultados del aprendizaje en los centros de educación de adultos.

## Qué aprenderán los alumnos / Habilidades y competencias adquiridas

Los alumnos adultos, especialmente los de entre 50 y 75 años y procedentes de entornos vulnerables con habilidades digitales limitadas, adquieren una serie de competencias que les permiten participar activamente en la sociedad digital y mejorar su bienestar:

1. Alfabetización digital y confianza creativa: los alumnos desarrollan habilidades digitales fundamentales y superan la tecnofobia, lo cual es crucial dado que la falta de competencia digital puede hacer que las personas mayores, en particular, se sientan excluidas y frustradas (Fernández-Piqueras, González-García, Sanz-Ponce y Calero-

Plaza, 2025). Esta brecha digital se aborda proporcionando un entorno práctico y de apoyo para experimentar con la tecnología.

2. Pensamiento creativo y habilidades para resolver problemas: al aprender técnicas como la lluvia de ideas, los mapas mentales o el uso de medios digitales para expresar ideas, los adultos, especialmente los mayores, refuerzan su capacidad para abordar los retos personales y comunitarios con creatividad y flexibilidad. Es importante destacar que este empoderamiento creativo contribuye a su autoeficacia y puede mejorar su calidad de vida: los estudios han demostrado que la participación creativa de los adultos mayores está relacionada con una mejor salud cognitiva, una reducción del aislamiento y un sentido de propósito (Ross, Lachmann, Jaarsveld, Riedel-Heller y Rodríguez, 2023).
3. Pensamiento de diseño y mentalidad innovadora: al participar en procesos simplificados de pensamiento de diseño (empatizar con los usuarios, generar ideas, crear prototipos y realizar pruebas), los alumnos aplican la creatividad estructurada a situaciones del mundo real, desarrollando una mentalidad práctica y orientada a las soluciones.
4. Colaboración y creatividad social: los participantes desarrollan habilidades de creatividad colaborativa a través de proyectos en grupo y el aprendizaje entre pares, tanto en persona como a través de plataformas digitales accesibles. Practican el intercambio de ideas, dan y reciben comentarios y crean soluciones de forma conjunta. Esto se ajusta al énfasis del Marco Europeo de Competencias Digitales en el uso creativo de las tecnologías digitales, tanto a nivel individual como colectivo, para innovar (Comisión Europea, 2022).
5. Expresión cultural y personal: los alumnos amplían su capacidad de expresión personal y de aprendizaje permanente a través de actividades creativas. Muchos participantes descubren nuevas formas de expresar su creatividad, como la narración digital, la fotografía o las artes, que les permiten compartir sus experiencias vitales y sus conocimientos culturales. Los expertos en educación de adultos señalan que *encontrar nuevas formas de aprender y una actitud positiva hacia la tecnología abre oportunidades para la creatividad cotidiana* en la edad adulta (Ruuskanen-Parrukoski, 2020).

## Justificación teórica

**Fomentar la creatividad en el aprendizaje de adultos**

La creatividad es ampliamente reconocida como una capacidad clave para que los adultos puedan afrontar el cambio (Tsai, 2012). Las autoridades europeas hacen hincapié en que la educación y la formación en todos los niveles deben desarrollar las capacidades creativas e innovadoras de los alumnos, lo que a su vez contribuye al desarrollo económico y social sostenible (Consejo de la Unión Europea, 2008). Las investigaciones también muestran que el aprendizaje de adultos puede desencadenar una transformación personal: por ejemplo, los trabajadores que participan en el aprendizaje continuo tienden a ser más creativos y productivos, lo que subraya el valor de la creatividad para la empleabilidad y la ciudadanía activa (Tsai, 2012).

Los estudios indican que los entornos de aprendizaje centrados en el estudiante, autónomos y de apoyo son los más propicios para el desarrollo de la capacidad creativa (Tsai, 2012). En

términos prácticos, esto significa que los educadores deben animar a los alumnos a generar ideas sin temor a las críticas, promover la resolución de problemas abiertos y permitir la experimentación. Entre las estrategias clave para estimular el pensamiento creativo se incluyen el uso de debates en grupo y proyectos colaborativos, sesiones de lluvia de ideas, escenarios de juego de roles, ejercicios de escritura creativa y actividades de aprendizaje basadas en problemas.

Estos métodos aprovechan el aprendizaje experiencial y, a menudo, lúdico, que según las investigaciones está relacionado con los resultados creativos. Igualmente importantes son las cualidades interpersonales del profesor: se ha descubierto que los estilos de enseñanza amigables, alentadores y entusiastas influyen significativamente en el éxito creativo de los alumnos (Tsai, 2012).

Es fundamental crear un ambiente de apoyo. La creatividad florece cuando los alumnos se sienten seguros para asumir riesgos y pensar de forma innovadora sin miedo al fracaso o al ridículo. Se recomienda a los educadores de adultos que establezcan un clima de confianza, en el que se acojan con agrado las ideas novedosas y los errores se consideren oportunidades de aprendizaje. La motivación es, sin duda, un factor fundamental: los alumnos motivados intrínsecamente (aquellos impulsados por la curiosidad y el interés personal) tienden a ser más creativos. Por lo tanto, los educadores de adultos deben esforzarse por aprovechar las pasiones y las experiencias de la vida real de los alumnos, haciendo que el aprendizaje sea personalmente significativo.

**El pensamiento de diseño como método creativo para la resolución de problemas**

¿Qué es el pensamiento de diseño? El pensamiento de diseño es un enfoque centrado en el ser humano para la innovación y la resolución de problemas que ha ganado popularidad en la educación. En un contexto educativo, este enfoque hace hincapié en la empatía con los alumnos o usuarios finales, fomenta la ideación innovadora y equilibra el pensamiento analítico con el pensamiento creativo (Boubaris, 2020). Los elementos clave de la mentalidad del pensamiento de diseño incluyen: empatía, colaboración lúdica, confianza creativa y aprendizaje a partir del fracaso (Boubaris, 2020).

La razón por la que el pensamiento de diseño se considera tan prometedor es que se centra en la comprensión profunda de las necesidades de los alumnos. Mediante el empleo de técnicas de pensamiento de diseño (como el mapeo de la empatía, las personas y la creación rápida de prototipos de actividades de aprendizaje), los educadores pueden identificar los puntos débiles y los deseos de sus alumnos adultos e innovar en consecuencia.

**Innovación a través de la tecnología en la educación de adultos**

El avance tecnológico ha tenido un profundo impacto en el aprendizaje de adultos, abriendo nuevas posibilidades en cuanto a cómo, dónde y qué aprenden los adultos. Las herramientas y plataformas digitales se consideran ampliamente como catalizadores de la innovación en la educación, ya que permiten experiencias de aprendizaje más flexibles, personalizadas y atractivas (Baltacı, 2025). Esto es especialmente importante para los estudiantes adultos, que a

menudo necesitan compaginar la educación con el trabajo y las responsabilidades personales. Las soluciones de aprendizaje en línea y digital permiten a los adultos acceder a la educación en cualquier momento y lugar, lo que aumenta las oportunidades de mejorar sus competencias y reciclarse.

Un aspecto importante de la innovación a través de la tecnología es garantizar que todos los adultos, incluidos los estudiantes de más edad, puedan participar en la era digital. En la actualidad, Europa se enfrenta a una importante brecha digital generacional. Solo uno de cada cuatro europeos de más edad (entre 65 y 74 años) tiene al menos conocimientos digitales básicos (UNECE, 2022). Esto significa que el uso innovador de la tecnología en la educación de adultos debe ir acompañado de esfuerzos para mejorar la alfabetización digital entre los estudiantes de más edad. La Unión Europea se ha fijado un objetivo ambicioso: para 2030, al menos el 80 % de los adultos debería tener competencias digitales básicas (Centro Común de Investigación, 2025). Sin embargo, en 2024, solo alrededor del 55,6 % de la población adulta alcanza ese nivel.

Para alcanzar el objetivo del 80 %, se necesitarán iniciativas específicas que involucren a quienes actualmente se quedan atrás, en particular los grupos vulnerables, como los adultos con bajo nivel educativo, los que viven en zonas rurales y las personas mayores. Los documentos políticos europeos subrayan la necesidad de ofrecer formación y apoyo adaptados a estos grupos, reconociendo que las poblaciones de más edad y las personas con una exposición limitada a la tecnología digital necesitan una atención específica en los esfuerzos de mejora de las competencias digitales.

La incorporación de la tecnología en la educación de adultos no consiste solo en enseñar competencias digitales, sino también en aprovechar las herramientas más avanzadas para mejorar el aprendizaje en todas las materias. Varias tendencias en tecnología educativa están configurando el aprendizaje de adultos en Europa y fuera de ella (Baltacı, 2025):

- Aprendizaje móvil: los teléfonos inteligentes han convertido el aprendizaje móvil en una herramienta poderosa. Ahora los adultos pueden aprender sobre la marcha a través de aplicaciones que ofrecen microlecciones interactivas. Este acceso en cualquier momento y en cualquier lugar ayuda a integrar el aprendizaje en la vida cotidiana.
- Aprendizaje mixto: la combinación de la enseñanza en línea y presencial ofrece lo mejor de ambos mundos, ya que permite a los adultos beneficiarse del apoyo del aula y, al mismo tiempo, adaptar el aprendizaje a sus horarios de trabajo.
- Aprendizaje personalizado e impulsado por la inteligencia artificial: los sistemas basados en la inteligencia artificial pueden adaptar el contenido al nivel del alumno y proporcionar comentarios. Estas herramientas son muy valiosas para abordar las diversas necesidades de los alumnos adultos.
- Tecnologías inmersivas (RV/RA): estas tecnologías simulan situaciones del mundo real para la práctica hands-on. En proyectos piloto en Europa se ha utilizado la RV para la formación profesional y la educación cultural.
- Plataformas en línea y recursos abiertos: las plataformas de cursos en línea a la carta y los recursos educativos abiertos (REA) amplían el acceso al aprendizaje permanente.

Si bien la tecnología aporta muchos beneficios, la innovación en el aprendizaje de adultos es más eficaz cuando se utiliza de forma inclusiva y reflexiva. Los educadores necesitan formación y apoyo para integrar eficazmente las nuevas herramientas. También existe el riesgo de que las personas con escasas competencias digitales se queden aún más rezagadas. Los programas innovadores en Europa combinan la introducción de la tecnología con el desarrollo de capacidades. El elemento humano sigue siendo crucial: la tecnología es un facilitador, pero no sustituye a la motivación, la orientación y la interacción social que impulsan el aprendizaje de adultos (Consejo de la Unión Europea, 2021).

## Buenas prácticas

### 1.ª Buena práctica: FabLab Gdańsk impulsado por Orange

**Contexto y antecedentes**

*FabLab Gdańsk impulsado por Orange* es un espacio educativo abierto y gratuito que ofrece a los estudiantes adultos la oportunidad de desarrollar habilidades prácticas en áreas como la impresión 3D, el diseño CAD, la electrónica y la carpintería. Basada en un enfoque de aprendizaje práctico, la práctica permite a los participantes aprender a través de la creación y la experimentación, independientemente de su experiencia previa con la tecnología. El objetivo principal es mejorar las competencias digitales, técnicas y sociales, apoyar la participación de la comunidad local y reducir la exclusión educativa y digital. La práctica está dirigida a la población adulta en general de Gdańsk, incluidas las personas que se reincorporan al mercado laboral, los adultos mayores, las mujeres y cualquier persona interesada en el uso creativo de la tecnología moderna.

La creación *del FabLab Gdańsk impulsado por Orange* fue una respuesta a la creciente necesidad de un acceso abierto e inclusivo a la educación tecnológica y a las herramientas digitales entre personas de todas las edades, especialmente adultos que anteriormente estaban excluidos de estas oportunidades. En el mundo laboral y tecnológico, en rápida evolución, muchos adultos se enfrentan a barreras relacionadas con la falta de experiencia, confianza o acceso a herramientas y formación. Entre ellos se encuentran los adultos mayores, las mujeres que se reincorporan al mercado laboral, los desempleados y las personas con habilidades técnicas escasas u obsoletas.

El grupo destinatario del *FabLab* incluye a la población adulta general de Gdańsk y sus alrededores, en particular a las personas que desean adquirir experiencia práctica con herramientas de fabricación digital, como impresoras 3D, fresadoras CNC o cortadoras láser, así como a aquellas interesadas en la electrónica, la carpintería o el diseño digital.

**Objetivos**

- Mejorar las competencias digitales y técnicas de los estudiantes adultos, incluyendo el modelado 3D, la electrónica, el corte por láser, el fresado CNC y el uso de software CAD.
- Ofrecer oportunidades de aprendizaje inclusivas y accesibles a los adultos que no pueden participar en la educación formal.

- Fomentar el aprendizaje práctico y la resolución creativa de problemas a través de actividades basadas en proyectos.
- Fomentar la participación y la colaboración de la comunidad.
- Reducir la brecha digital.
- Apoyar la creatividad y la innovación.
- Contribuir al aprendizaje permanente a través de la educación informal que promueve la curiosidad, la confianza y el desarrollo continuo.

**Implementación**

La implementación del *FabLab Gdańsk impulsado por Orange* se basó en la adaptación del modelo internacional FabLab a las necesidades de la comunidad local. El proceso se llevó a cabo en colaboración entre la Fundación Orange, la ciudad de Gdańsk y la Asociación FabLab Gdańsk, y consistió en varias etapas clave, entre las que se incluyen el lanzamiento del acceso abierto y la participación de la comunidad, así como el mantenimiento y la ampliación de las actividades.

**Resultados e impacto**

- Cientos de adultos han participado en talleres gratuitos centrados en la impresión 3D, el diseño digital, la electrónica, la carpintería y la tecnología CNC, lo que ha aumentado su confianza en el uso de herramientas y software modernos.
- La iniciativa ha reducido la exclusión digital al llegar a personas que antes carecían de acceso a la educación tecnológica.
- Se ha creado una comunidad sólida e inclusiva de creadores y estudiantes. Muchos participantes afirman haber aumentado su confianza en sí mismos, su creatividad y su sentido de la iniciativa a la hora de configurar sus trayectorias de aprendizaje o reincorporarse al mercado laboral.
- La práctica ha sido reconocida como un modelo exitoso de educación informal para adultos.

**Conclusión**

*FabLab Gdańsk* fomenta la innovación y la creatividad al proporcionar a los adultos acceso práctico a herramientas y tecnologías modernas, fomentando la experimentación, la resolución de problemas y la creación. Su enfoque de «aprender haciendo» permite a diversos alumnos diseñar, crear y poner a prueba ideas, al tiempo que refuerza su confianza y amplía sus competencias digitales, técnicas y creativas dentro de un espacio comunitario inclusivo.

*El* modelo *FabLab* es transferible a diversos contextos locales, incluidos centros urbanos, zonas rurales, escuelas, bibliotecas y centros comunitarios. *FabLab Gdańsk* demuestra que incluso las iniciativas a escala relativamente pequeña, cuando se basan en la cooperación y los valores compartidos, pueden generar un impacto significativo y duradero en la educación de adultos.

Las futuras implementaciones deben garantizar la accesibilidad, la diversidad de los alumnos y la sostenibilidad a largo plazo.

## 2.ª Buena práctica: Centros de aprendizaje comunitarios – Duisburg

**Contexto y antecedentes**

Los centros de aprendizaje comunitarios de Duisburgo son espacios educativos seguros e inclusivos, ubicados en los barrios, que ofrecen clases de alfabetización, alemán y aritmética a los jóvenes rumanos y sus familias. Diseñados como puentes hacia la educación formal y la formación profesional, estos centros abordan las barreras intergeneracionales al aprendizaje, especialmente para las personas con bajo nivel educativo, proporcionando un apoyo flexible e integrado en la comunidad.

Muchas familias rumanas de Duisburgo viven en barrios urbanos densamente poblados con acceso limitado a los servicios públicos. En estas zonas, los jóvenes y los adultos se enfrentan a menudo a la exclusión de la educación general debido a su bajo nivel de competencia lingüística, la falta de escolarización previa, la inseguridad de la vivienda y el antigitanismo estructural. Las instituciones públicas e es tenían dificultades para llegar a estas comunidades debido a la desconfianza mutua, las barreras culturales y las limitaciones logísticas. En respuesta a ello, varias ONG locales (como BildungsWerkstatt Duisburg e Integra Duisburg e.V.), en colaboración con la oficina de integración de la ciudad, pusieron en marcha los Centros de Aprendizaje Comunitario como un enfoque de aprendizaje intercultural de base.

El grupo destinatario son los jóvenes rumanos (de 14 a 27 años) y sus familias, en particular los que viven en barrios segregados y no están matriculados en la educación formal ni tienen empleo.

**Objetivos**

- Desarrollar las habilidades básicas de lectoescritura y aritmética entre los jóvenes y adultos rumanos.
- Mejorar la confianza y la motivación para el aprendizaje.
- Apoyar la integración en el sistema educativo y profesional.
- Fortalecer el aprendizaje en el seno de la familia y la cohesión social.
- Crear confianza en la comunidad y establecer una colaboración con las instituciones educativas.

**Implementación**

- Creación de centros locales: se alquilaron espacios y se convirtieron en centros de aprendizaje acogedores y sensibles a las diferencias culturales.
- Divulgación en la comunidad: facilitadores rumanos locales se pusieron en contacto con las familias puerta a puerta y a través de eventos comunitarios para explicar la oferta y fomentar la inscripción.

- Actividades de aprendizaje flexibles: sesiones en grupos reducidos dos veces por semana, que incluyen:
  – Lectura y escritura básicas en alemán
  – matemáticas cotidianas y elaboración de presupuestos
  – manejo de documentos relacionados con la salud, la escuela y el empleo
  – conversación en alemán y juegos de rol para la vida cotidiana
- Inclusión familiar: se invitó a los padres y hermanos mayores a sesiones de aprendizaje conjuntas, fomentando la educación intergeneracional.
- Puente hacia los sistemas formales: tras un periodo de entre 6 y 9 meses, los alumnos que mostraban estar preparados eran derivados a escuelas de idiomas formales, centros de empleo o programas de formación profesional para jóvenes.

**Resultados e impacto**

- Más de 150 alumnos rumanos participaron en el programa durante dos años.
- Más de 40 pasaron a cursos formales de integración alemana o de preparación para la formación profesional.
- Aumento de la asistencia y la puntualidad.
- Mejora significativa en las habilidades básicas de lectura y expresión oral.
- Mayor participación de las familias en asuntos relacionados con la escuela (por ejemplo, reuniones de padres).

**Conclusión**

*Los centros de aprendizaje comunitarios* promueven la innovación y la creatividad al ofrecer un aprendizaje flexible e integrado en la comunidad, adaptado a las necesidades de los participantes. Al crear espacios seguros en los que los jóvenes y las familias rumanas pueden explorar la alfabetización y el lenguaje mediante métodos culturalmente sensibles, los centros fomentan la confianza, la curiosidad y nuevas vías de aprendizaje más allá de las estructuras tradicionales del aula.

El modelo es transferible a otras ciudades con alta concentración de población rumana o de migrantes marginados. Las condiciones clave incluyen ubicaciones basadas en la comunidad, actividades de divulgación para fomentar la confianza a través de mediadores rumanos y una estrecha colaboración con las autoridades locales.

## 3ª Buena práctica: Innovación centrada en el ser humano a través del pensamiento de diseño (HPI School of Design Thinking, Potsdam)

**Contexto y antecedentes**

Esta buena práctica es un modelo de aprendizaje creativo que capacita a los estudiantes adultos, incluidos profesionales, educadores e innovadores, para resolver problemas complejos del mundo real utilizando la metodología del pensamiento de diseño. Ofrecido por el Instituto Hasso Plattner, el programa proporciona una experiencia educativa mixta y práctica en la que los participantes trabajan en equipos diversos para crear conjuntamente soluciones a los

retos del mundo empresarial, educativo o de la sociedad civil. A través de un proceso estructurado de empatía, ideación, creación de prototipos y pruebas, los alumnos adquieren competencias clave para el siglo XXI, como la alfabetización digital, la innovación, la colaboración y el espíritu emprendedor. El objetivo es fomentar la confianza creativa y dotar a los adultos de las herramientas y la mentalidad necesarias para impulsar la innovación en sus comunidades, organizaciones y carreras profesionales.

A medida que las sociedades y los mercados laborales se vuelven más complejos y digitales, los adultos en contextos profesionales y cívicos carecen cada vez más de las habilidades creativas y colaborativas de resolución de problemas necesarias para abordar retos inciertos y en rápida evolución. Los modelos tradicionales de educación para adultos suelen hacer hincapié en el aprendizaje teórico y el rendimiento individual, sin preparar a los alumnos para los entornos de innovación reales y basados en el trabajo en equipo que se dan en la economía y la sociedad actuales.

El grupo destinatario principal incluye a estudiantes adultos como profesionales, educadores, empresarios y trabajadores del sector público de una amplia variedad de disciplinas. El programa también se dirige a personas en mitad de su carrera profesional o en transición entre sectores que buscan desarrollar capacidades de innovación y habilidades de colaboración digital.

**Objetivos**

- Dotar a los adultos de herramientas y mentalidades para la resolución creativa de problemas centrada en el ser humano.
- Fomentar las competencias digitales y colaborativas esenciales para la innovación.
- Fomentar la cooperación intersectorial e interdisciplinaria.
- Salvar la brecha entre el pensamiento académico y la aplicación en el mundo real.
- Hacer que los participantes pasen de un pensamiento lineal y centrado en las soluciones a enfoques iterativos y centrados en el usuario.
- Cultivar una cultura de experimentación y empatía en contextos profesionales y educativos.
- Promover nuevas actitudes hacia el trabajo en equipo y el fracaso como parte del proceso de aprendizaje.

**Implementación**

- Selección de participantes: se selecciona un grupo diverso en función de la motivación, la diversidad de antecedentes (sector, edad, disciplina) y la apertura a nuevos modelos de aprendizaje.
- Incorporación y formación: los talleres iniciales presentan el marco del pensamiento de diseño y las herramientas colaborativas (tanto físicas como digitales, como Miro, Zoom y kits de prototipado).

- Formación de equipos: se crean pequeños equipos interdisciplinarios de 5 a 6 personas y se les asignan retos del mundo real procedentes de organizaciones asociadas.
- Trabajo en proyectos: los equipos pasan por las cinco fases del pensamiento de diseño (empatizar, definir, idear, prototipar y probar) utilizando métodos ágiles y creativos.
- Orientación y reflexión: los equipos cuentan con el apoyo de orientadores y facilitadores cualificados que guían su proceso y fomentan el metaaprendizaje y la reflexión.
- Presentaciones finales e iteración: los resultados se comparten con las partes interesadas externas; los comentarios recibidos dan lugar a nuevas mejoras o a la implementación en el mundo real.

Métodos clave utilizados

- Prototipado rápido
- Entrevistas a usuarios y mapas de empatía
- Técnicas de lluvia de ideas
- Ciclos de retroalimentación
- Pizarras digitales y herramientas de colaboración

**Resultados e impacto**

- Más de 3000 profesionales formados en pensamiento de diseño y colaboración digital desde el inicio del programa.
- Numerosas soluciones prácticas desarrolladas en áreas como la sanidad, la movilidad urbana, la educación y la sostenibilidad medioambiental.
- Los participantes informaron de un aumento de la confianza creativa, una mejora de las habilidades de colaboración y una mayor disposición a tomar la iniciativa.
- Muchos describieron cambios transformadores en sus enfoques de liderazgo y trabajo en equipo.
- Los antiguos alumnos introdujeron el pensamiento de diseño en sus propias instituciones, multiplicando el impacto a largo plazo del programa.

**Conclusión**

*Este* programa *de pensamiento de diseño* fomenta la innovación y la creatividad al sumergir a los adultos en un proceso práctico de empatía, ideación y prototipado rápido. Trabajando en equipos diversos, los participantes crean conjuntamente soluciones del mundo real, reforzando sus habilidades digitales, su confianza creativa y su mentalidad emprendedora, al tiempo que aprenden a abordar los retos con experimentación y colaboración.

El pensamiento de diseño es un modelo transferible a nivel mundial que se adapta a los centros de educación para adultos, las ONG, la administración pública y los entornos corporativos. Las condiciones para una implementación exitosa son: facilitadores o coaches cualificados y formados en pensamiento de diseño, un espacio de aprendizaje flexible (físico o virtual) que

propicie la experimentación, retos del mundo real procedentes del contexto local y la voluntad de las instituciones de adoptar un proceso de aprendizaje abierto y no lineal.

# Módulo 3: Aprendizaje social e intergeneracional

## Introducción y justificación

Los resultados de la investigación XXI Adults demuestran claramente que el aprendizaje intergeneracional es tanto una necesidad como una oportunidad para la educación de adultos en la Europa actual. Los datos de la encuesta realizada en seis países socios muestran una población de estudiantes muy diversa, que abarca desde adultos jóvenes hasta personas mayores de 75 años, con niveles de educación y situaciones laborales igualmente diversos. Esto confirma que la educación de adultos debe responder a las amplias necesidades y realidades intergeneracionales.

Los alumnos destacaron la importancia de la conexión social, la empatía y el sentido de pertenencia como motivadores para participar en actividades de formación, junto con el desarrollo profesional y la inclusión digital. Para muchos adultos mayores, el aislamiento y la exclusión digital siguen siendo barreras importantes, mientras que los adultos más jóvenes suelen buscar habilidades que fomenten la empleabilidad y la participación en la sociedad moderna. Los profesores y los directores expresaron preocupaciones similares y destacaron que los centros de educación de adultos necesitan herramientas para reforzar la inclusión, la cooperación y la adaptabilidad entre generaciones.

Las buenas prácticas recopiladas refuerzan aún más esta evidencia. Por ejemplo, iniciativas como *Authentic Learning for Intergenerational Cooperation* (Polonia) y *EduSenior* (Polonia) demuestran cómo la colaboración estructurada entre jóvenes y personas mayores crea comunidades más fuertes, combate los estereotipos relacionados con la edad y desarrolla habilidades esenciales como la comunicación, la empatía y la participación cívica.

Del mismo modo, el *Programa de Mentoría Digital: Personas Mayores Aprendiendo de sus Compañeros* (Grecia) y *Embajadores Digitales en el Vecindario* (Grecia) destacan cómo los

enfoques entre pares e intergeneracionales ayudan a los alumnos de diferentes edades a compartir conocimientos, reducir la brecha digital y fomentar la confianza.

Estas prácticas demuestran que el aprendizaje intergeneracional no solo es valioso desde el punto de vista social, sino también eficaz desde el punto de vista pedagógico. Los adultos aprenden mejor cuando se involucran en tareas auténticas y de la vida real que fomentan la cooperación, la reflexión y el diálogo entre grupos de diferentes edades. Los proyectos basados en el respeto mutuo y la participación activa ayudan a desarrollar competencias duraderas, tanto digitales como sociales, al tiempo que fortalecen las comunidades locales.

En este sentido, el Módulo 3 está diseñado para:

- Promover la inclusión social a través de la cooperación intergeneracional.
- Abordar las barreras del aislamiento, la exclusión y la desigualdad digital a las que se enfrentan especialmente las personas mayores y los grupos vulnerables.
- Proporcionar a los educadores métodos y herramientas para facilitar el aprendizaje intergeneracional de forma práctica y centrada en el alumno.
- Demostrar cómo el aprendizaje mutuo entre adultos jóvenes y mayores puede favorecer la empleabilidad, la participación ciudadana y el aprendizaje permanente.

Basándose en pruebas de investigación y buenas prácticas contrastadas, este módulo posiciona el aprendizaje social e intergeneracional como piedra angular de la Guía de formación para adultos del siglo XXI, garantizando que la educación de adultos en el siglo XXI siga siendo inclusiva, innovadora e impulsada por la comunidad.

## Qué aprenderán los alumnos / Habilidades y competencias adquiridas

Este módulo se centra en las habilidades prácticas que ayudan a establecer conexiones significativas entre generaciones. A continuación se presentan los principales resultados del aprendizaje y las competencias que se espera que desarrollen los participantes.

**Empatía, inclusión y comunicación**

A través de este módulo, los participantes exploran cómo el aprendizaje intergeneracional significativo puede basarse en la empatía, el diálogo y el respeto mutuo. Desarrollan la capacidad de reconocer la importancia de la escucha activa y la comunicación inclusiva, al tiempo que identifican y abordan los riesgos de exclusión social dentro de sus comunidades. Mediante la práctica del diálogo constructivo y las estrategias básicas de resolución de conflictos entre los distintos grupos de edad, refuerzan sus competencias sociales, su inteligencia emocional y sus habilidades de comunicación.

**Cooperación intergeneracional y aprendizaje entre pares**

Los participantes también aprenden a diseñar y facilitar actividades que involucren activamente tanto a los alumnos más jóvenes como a los mayores. A través de la tutoría entre pares, la cocreación, la narración de historias y los enfoques de aprendizaje práctico, experimentan la colaboración entre generaciones y aprenden a valorar las diversas perspectivas y experiencias de vida. Este proceso fortalece sus habilidades para el trabajo en equipo, la mediación y el diálogo intergeneracional.

**Inclusión digital y mentoría**

Se hace especial hincapié en la inclusión digital y la mentoría. Los participantes adquieren estrategias prácticas para ayudar a las personas mayores y a los grupos vulnerables a salvar la brecha digital, al tiempo que desarrollan habilidades de mentoría y facilitación. Mediante el uso de herramientas digitales accesibles, como plataformas de videoconferencia, aplicaciones de diseño colaborativo y redes sociales, aprenden cómo la tecnología puede convertirse en un puente entre generaciones en lugar de una barrera. Esto mejora sus competencias digitales, su capacidad de adaptación y su confianza para guiar a otros.

**Participación ciudadana y aprendizaje permanente**

Por último, el módulo anima a los participantes a conectar el aprendizaje intergeneracional con el compromiso cívico y el desarrollo permanente. Se les guía para que diseñen iniciativas comunitarias a pequeña escala que acerquen a las generaciones, refuercen la ciudadanía activa y fomenten la responsabilidad social. Al hacerlo, desarrollan habilidades de liderazgo, competencias cívicas y una mentalidad de «aprender a aprender» que favorece el crecimiento personal y profesional continuo.

## Justificación teórica

El aprendizaje social e intergeneracional se nutre de la comunicación, la cooperación y las experiencias compartidas entre diferentes grupos de edad. Sin embargo, en el mundo actual, gran parte de este intercambio tiene lugar en entornos digitales. La investigación XXI Adults confirma que los adultos de toda Europa muestran niveles muy diversos de competencia digital: mientras que las generaciones más jóvenes suelen utilizar con fluidez las plataformas en línea, muchas personas mayores se enfrentan a obstáculos como la falta de confianza, el acceso limitado a los dispositivos o las dificultades con la seguridad en línea. Esta brecha digital no solo separa a las generaciones, sino que también corre el riesgo de agravar la exclusión social si no se aborda.

Por esta razón, las competencias digitales son una piedra angular de la educación intergeneracional. Proporcionan el lenguaje y las herramientas comunes que permiten a los alumnos de diferentes edades colaborar, compartir historias y apoyarse mutuamente. Buenas prácticas como *el Programa de Mentoría Digital* (Grecia) y *Fundamentos de Alfabetización en Medios Digitales* (Bosnia y Herzegovina) demuestran cómo el aprendizaje intergeneracional entre pares en la esfera digital ayuda a las personas mayores a ganar confianza, al tiempo que empodera a los participantes más jóvenes para que actúen como facilitadores y mentores. Estos

enfoques convierten las habilidades digitales en puentes, reduciendo los estereotipos, aumentando la empatía y fortaleciendo los lazos sociales.

Al mismo tiempo, las competencias digitales amplían el alcance del aprendizaje intergeneracional más allá de los contextos locales. Permiten a los participantes conectarse más allá de las fronteras, participar en comunidades en línea y co-crear proyectos que reflejan tanto los conocimientos tradicionales como la innovación moderna. Al aprender juntos, las generaciones pueden intercambiar experiencias vitales con conocimientos técnicos, garantizando que ningún grupo se quede atrás en la transición digital.

En este sentido, las competencias digitales son importantes para el Módulo 3 porque no son simplemente habilidades técnicas, sino facilitadoras de la inclusión, el diálogo y la solidaridad. Permiten a los adultos de todas las edades participar en igualdad de condiciones, aprender unos de otros y contribuir activamente a sus comunidades. Por lo tanto, el fortalecimiento de las habilidades digitales dentro del aprendizaje social e intergeneracional apoya la misión más amplia del proyecto XXI Adults: crear un sistema de educación para adultos que sea inclusivo, orientado al futuro y firmemente arraigado en la cooperación entre generaciones.

## Buenas prácticas

### 1.ª Buena práctica: Aprendizaje auténtico para la cooperación intergeneracional

**Contexto y antecedentes**

En muchas comunidades europeas, las personas mayores y los jóvenes conviven, pero tienen pocas oportunidades de colaborar. Las personas mayores suelen sufrir aislamiento social o sentirse infravaloradas, mientras que los jóvenes carecen de formas significativas de participar en la vida comunitaria. El proyecto *Aprendizaje auténtico para la cooperación intergeneracional* se diseñó en respuesta a estos retos, con el objetivo de conectar a diferentes generaciones a través del aprendizaje conjunto y las iniciativas comunitarias.

**Objetivos**

- Fortalecer los lazos intergeneracionales reuniendo a jóvenes y personas mayores como socios en igualdad de condiciones.
- Promover el aprendizaje auténtico a través de tareas de la vida real y proyectos comunitarios.
- Desarrollar competencias sociales y cívicas como la empatía, el trabajo en equipo y la ciudadanía activa.
- Reducir los estereotipos entre generaciones y fomentar el respeto mutuo.

**Implementación**

La iniciativa contó con la participación de diez escuelas y diez grupos de personas mayores de la región de Silesia, en Polonia. Se formaron equipos de edades mixtas, que contaron con el apoyo de mentores para diseñar y poner en práctica acciones locales basadas en las necesidades de la comunidad. Las actividades incluyeron eventos culturales, iniciativas ecológicas y talleres educativos. A lo largo de varios meses, se llevaron a cabo 20 proyectos locales, con el apoyo de mentores, financiación y sesiones de formación.

**Resultados e impacto**

- Más de 220 participantes se involucraron en actividades intergeneracionales y afirmaron haber mejorado sus habilidades sociales y comunicativas.
- El 96 % de los participantes afirmó que el proyecto les había ayudado a comprender mejor el valor de la cooperación intergeneracional.
- Las personas mayores afirmaron sentirse más activas, valoradas y conectadas, mientras que los jóvenes expresaron su agradecimiento por la sabiduría y la experiencia de las generaciones mayores.
- Varios grupos decidieron continuar su cooperación más allá del plazo formal del proyecto.

Esta práctica demuestra cómo el aprendizaje intergeneracional tiende puentes entre los grupos de edad, al tiempo que aborda los riesgos de aislamiento y exclusión. También destaca la importancia del aprendizaje práctico, en el que los participantes crean activamente iniciativas comunitarias significativas. Para el módulo 3, este ejemplo muestra cómo la cooperación intergeneracional estructurada puede integrarse en la educación de adultos para desarrollar tanto las competencias sociales como la motivación para el aprendizaje permanente.

## 2.ª Buena práctica: Programa de mentoría digital: personas mayores que aprenden de sus compañeros

**Contexto y antecedentes**

Una de las principales barreras para las personas mayores en la sociedad actual es la brecha digital. Muchas personas mayores carecen de la confianza, las habilidades o el apoyo necesarios para utilizar eficazmente las herramientas digitales, lo que limita su capacidad para mantenerse conectadas, acceder a los servicios o participar en la vida comunitaria. El *Programa de Mentoría Digital* se creó en Grecia para abordar esta cuestión, empoderando a las personas mayores para que aprendan directamente de sus pares y de las generaciones más jóvenes.

**Objetivos**

- Reducir la exclusión digital entre las personas mayores proporcionando oportunidades de aprendizaje accesibles y dirigidas por compañeros.
- Fortalecer los lazos sociales fomentando la tutoría y el intercambio de conocimientos entre generaciones.

- Fomentar la confianza de las personas mayores en el uso de herramientas digitales para la comunicación, la información y las tareas cotidianas.
- Promover el aprendizaje permanente y la solidaridad comunitaria.

**Implementación**

El programa formó a voluntarios mayores y mentores más jóvenes para que ayudaran a sus compañeros a aprender conceptos digitales básicos, como el correo electrónico, las videollamadas, la banca en línea y el uso seguro de Internet. Se organizaron círculos de aprendizaje y sesiones individuales en centros comunitarios, bibliotecas y ONG locales. El método hacía hincapié en la práctica, la paciencia y la repetición, lo que garantizaba que los participantes pudieran aplicar los conocimientos adquiridos en situaciones de la vida real.

**Resultados e impacto**

- Las personas mayores adquirieron habilidades digitales prácticas que mejoraron su vida cotidiana (por ejemplo, ponerse en contacto con la familia por Internet, gestionar servicios electrónicos).
- Los participantes informaron de una mayor confianza en sí mismos, una reducción del miedo a la tecnología y una mayor motivación para seguir aprendiendo.
- La tutoría intergeneracional fomentó la empatía, el respeto y unas relaciones comunitarias más sólidas.
- El programa creó una red sostenible de mentores digitales, lo que garantizó el apoyo continuo entre pares más allá de la fase inicial del proyecto.

Esta buena práctica ilustra cómo las competencias digitales son fundamentales para el aprendizaje intergeneracional. Al combinar la interacción social con la formación digital práctica, no solo se reduce la exclusión, sino que también se empodera a las personas mayores para que participen más plenamente en la sociedad. Para el módulo 3, este ejemplo muestra cómo la mentoría y el aprendizaje entre pares pueden transformar la brecha digital en una oportunidad para la conexión, el empoderamiento y la solidaridad.

## 3·Buenas prácticas: Conceptos básicos sobre alfabetización digital: capacitar a los adultos para el uso crítico de la información en línea

**Contexto y antecedentes**

Con el rápido crecimiento de las plataformas en línea, los adultos están cada vez más expuestos a la desinformación, los contenidos manipuladores y los discursos extremistas. Muchos alumnos, especialmente los adultos mayores o aquellos con menos oportunidades, carecen de las habilidades necesarias para evaluar de forma crítica la información en línea. Esta brecha no solo amenaza la toma de decisiones informadas, sino que también aumenta la vulnerabilidad a la exclusión y la radicalización.

**Objetivos**

- Reforzar las competencias en materia de alfabetización mediática entre los alumnos adultos.
- Dotar a los participantes de habilidades para evaluar críticamente las fuentes en línea, reconocer la manipulación y evitar la desinformación.
- Reducir los riesgos de exclusión social apoyando la participación equitativa en la sociedad digital.
- Fomentar el diálogo intergeneracional sobre el uso seguro, responsable y crítico de los medios de comunicación.

**Implementación**

El programa ofreció talleres interactivos y módulos de formación que combinaban la teoría con la práctica. Los adultos aprendieron a identificar las noticias falsas, comprender los sesgos y contrastar las fuentes en línea. Las actividades incluyeron estudios de casos, análisis en grupo de ejemplos reales de medios de comunicación y debates intergeneracionales entre pares, en los que los participantes más jóvenes compartieron sus conocimientos digitales y los participantes de más edad aportaron su experiencia vital y su reflexión crítica.

**Resultados e impacto**

- Los alumnos adultos manifestaron una mayor confianza en el uso de los medios digitales y en el reconocimiento de las narrativas manipuladoras.
- Los grupos intergeneracionales desarrollaron una comprensión común del comportamiento digital responsable, lo que redujo los estereotipos y fomentó la solidaridad.
- El programa contribuyó a prevenir la exclusión y los riesgos relacionados con la desinformación a nivel comunitario.
- Los educadores adquirieron herramientas prácticas para integrar la alfabetización mediática en la educación de adultos.

Esta buena práctica muestra cómo las competencias digitales y las competencias sociales están interconectadas. La alfabetización mediática empodera a los adultos para navegar por el mundo digital de forma crítica y responsable, mientras que la cooperación intergeneracional garantiza que el conocimiento se intercambie en ambas direcciones. Para el módulo 3, este ejemplo ilustra cómo el desarrollo del pensamiento crítico a través de las habilidades digitales también refuerza la inclusión, la confianza y la resiliencia en comunidades diversas.

# Módulo 4: Inclusión

## Introducción y justificación

La inclusión en la educación de adultos es una piedra angular de las políticas y prácticas europeas, que pone de relieve la urgente necesidad de crear sistemas de aprendizaje que sean justos, pertinentes y accesibles para todos, independientemente de su raza, género, edad o procedencia. Las sociedades contemporáneas están marcadas por la transformación digital, la migración y el envejecimiento demográfico, lo que plantea tanto retos como oportunidades para los estudiantes adultos.

Según el Informe Mundial sobre el Aprendizaje y la Educación de Adultos de la UNESCO (2022), las políticas de educación inclusiva están estrechamente relacionadas con la empleabilidad, la cohesión social y la capacidad de los adultos para adaptarse a los rápidos cambios. Del mismo modo, la Comisión Europea (2020) hace hincapié en que la educación de adultos debe ir más allá de las competencias básicas, como la alfabetización y la aritmética, e incluir el aprendizaje intercultural, la participación social y el empoderamiento digital.

La exclusión de las oportunidades de aprendizaje de adultos a menudo refuerza las desigualdades existentes. Los grupos vulnerables, como los migrantes, los refugiados, las comunidades rumanas, los adultos mayores y las personas con discapacidad, se ven afectados de manera desproporcionada por el acceso limitado a una educación inclusiva y de alta calidad. El informe Perspectivas de la OCDE sobre las competencias (2023) destaca que los adultos con bajos niveles de competencia tienen tres veces más probabilidades de estar desempleados y el doble de probabilidades de sufrir aislamiento social. Por lo tanto, la educación inclusiva de adultos no solo se refiere a los resultados del aprendizaje, sino también a la dignidad, el empoderamiento y el derecho a la participación igualitaria en la educación y la ciudadanía.

Este módulo reconoce que la inclusión es tanto un principio como una práctica. Como principio, promueve la equidad y la igualdad de oportunidades. Como práctica, debe integrarse en los planes de estudio, las políticas institucionales, los materiales didácticos y las interacciones educativas cotidianas. La razón por la que este módulo se centra en la inclusión es garantizar que ningún estudiante adulto quede excluido de las oportunidades educativas y digitales. Como se demuestra en los informes mencionados anteriormente (UNESCO, 2022; Comisión Europea, 2020; OCDE, 2023; Consejo de Europa, 2022), la educación inclusiva fortalece las comunidades y reduce la discriminación estructural.

## Qué aprenderán los alumnos / Habilidades y competencias adquiridas

- Desarrollar competencias interculturales más sólidas mostrando respeto por la diversidad, practicando la empatía y resolviendo conflictos de manera constructiva en las interacciones interculturales.
- Fortalecerán sus habilidades sociales mediante una comunicación eficaz, el trabajo en equipo colaborativo y la participación activa en iniciativas comunitarias.
- Utilizarán herramientas y tecnologías digitales esenciales para acceder a la información, comunicarse de manera eficaz y participar con confianza en la sociedad digital, lo que favorecerá su inclusión digital.
- Desarrollar la confianza en sí mismos y la resiliencia aplicando estrategias que mejoren la autoeficacia en nuevos contextos sociales y profesionales.
- Desarrollar habilidades cívicas y de defensa básicas para participar más activamente en los procesos democráticos y en la toma de decisiones de la comunidad.

## Justificación teórica

¿Por qué es importante la inclusión hoy en día?

Excluir a los adultos de la educación digital y limitar su acceso a las competencias digitales en el trabajo, la educación y la vida pública aumenta las desigualdades sociales. Las investigaciones (Comisión Europea, Plan de Acción para la Educación Digital, 2020) muestran que la brecha digital suele conducir a una mayor división social. Según la UNESCO (2022), la alfabetización digital se está convirtiendo en un requisito previo para la participación activa en la sociedad y en los procesos de toma de decisiones, lo que hace que el acceso inclusivo al aprendizaje digital sea esencial.

Además, las pruebas confirman que la educación inclusiva de adultos mejora la empleabilidad, la participación cívica y el bienestar general. El informe Skills Outlook (2023) de la OCDE indica que los adultos que participan en el aprendizaje permanente tienen tasas de empleo más altas, mejores resultados en materia de salud mental y una mayor participación cívica. El Consejo de Europa (2022) también destaca la educación inclusiva como un factor clave para construir sociedades democráticas y resilientes.

Desde la perspectiva de la cohesión social, los entornos de aprendizaje inclusivos fomentan el diálogo intercultural y la coexistencia pacífica. Como afirmó el exsecretario general de las Naciones Unidas, Kofi Annan, «las Naciones Unidas se crearon con la convicción de que el diálogo puede triunfar sobre la discordia, que la diversidad es una virtud universal y que los pueblos del mundo están mucho más unidos por su destino común que divididos por sus identidades separadas» (Naciones Unidas). La UNESCO define además el diálogo intercultural como un proceso transformador basado en el respeto mutuo, la empatía y la apertura a diferentes perspectivas (UNESCO). En las sociedades multiculturales y envejecidas, es esencial prevenir la marginación y promover la solidaridad. Diversos estudios (UNESCO, 2019; Agenda Europea de Competencias, 2020) confirman que la educación inclusiva apoya directamente el ODS 4 (Educación de calidad) y el ODS 10 (Reducción de las desigualdades).

En términos de alineación de políticas, el Espacio Europeo de Educación de la UE (objetivo para 2025) establece que al menos el 47 % de los adultos de entre 25 y 64 años deben participar en actividades de aprendizaje en un periodo de 12 meses. El Espacio Europeo de Educación reconoce la inclusión como una prioridad estratégica y hace hincapié en que las habilidades para la empleabilidad deben combinarse con competencias cívicas y de sostenibilidad. Por lo tanto, la educación de adultos no es solo una política laboral, sino también una inversión social a largo plazo que refuerza la democracia y el bienestar.

En resumen, promover la inclusión en las sociedades contemporáneas es fundamental para crear igualdad de oportunidades, especialmente en el acceso al aprendizaje. La educación inclusiva de adultos permite a las personas no solo hacer frente a los rápidos cambios, sino también prosperar como ciudadanos activos, informados y comprometidos (OCDE, 2023; UNESCO, 2022; Comisión Europea, 2020; Consejo de Europa, 2022; Agenda Europea de Competencias, 2020).

## Buenas prácticas

### 1.ª Buena práctica: EduSenior: mejora de la calidad de la educación para personas mayores

**Contexto y antecedentes:**

EduSenior fue un proyecto conjunto de organizaciones polacas y noruegas que trabajan con personas mayores, financiado por el Programa de Educación del Mecanismo Financiero del EEE 2014-2021. El proyecto tenía como objetivo mejorar la calidad de la educación para personas mayores impartida en los centros vecinales de Polonia, en particular en la zona de la Tríada ( Gdansk, Gdynia, Sopot).

El programa incluía formación y observación de profesionales en Noruega, la puesta a prueba de métodos educativos con grupos de personas mayores y la elaboración de una guía práctica y módulos de formación para proveedores de educación para adultos. *EduSenior* respondía a la creciente necesidad de oportunidades de aprendizaje significativas y participativas para las personas mayores y promovía el aprendizaje permanente en un entorno comunitario y de apoyo.

El proyecto se dirigió a dos grupos principales:

- educadores y facilitadores que trabajan con personas mayores en entornos comunitarios, y
- las personas mayores (mayores de 60 años) que participaron en actividades piloto de aprendizaje.

Se desarrolló en respuesta a la creciente exclusión digital y a la falta de oportunidades de aprendizaje accesibles y empoderadoras para las personas mayores.

**Objetivos:**

El objetivo principal de *EduSenior* era mejorar la calidad de la educación no formal para personas mayores mediante el fortalecimiento de las competencias de los educadores que trabajan con alumnos de la tercera edad. El proyecto buscaba hacer que la educación de adultos fuera más inclusiva, participativa y receptiva a las necesidades reales de las personas mayores, prestando especial atención a las competencias digitales y cívicas.

Más concretamente, *EduSenior* tenía como objetivo:

- Empoderar a los educadores y facilitadores dotándolos de nuevas herramientas, conocimientos y métodos para apoyar eficazmente a los alumnos mayores.
- Aumentar el compromiso y la confianza en sí mismos de las personas mayores, especialmente aquellas en riesgo de exclusión digital.
- Desarrollar recursos prácticos (una guía y módulos de formación) para su uso generalizado por parte de los proveedores de educación para adultos en Polonia y otros países.
- Promover la cooperación internacional y el intercambio de buenas prácticas entre Polonia y Noruega en el ámbito de la educación de personas mayores.

**Implementación:**

- El proyecto se ejecutó entre enero de 2022 y diciembre de 2023.
- Comenzó con una evaluación de las necesidades en la que participaron tanto educadores como personas mayores.
- Los educadores polacos participaron en programas de movilidad internacional, que incluyeron formación y observación de profesionales en Noruega.
- Se llevó a cabo un programa piloto local con estudiantes mayores en tres centros comunitarios de Gdańsk.
- Se elaboraron una guía y módulos de formación basados en los comentarios recibidos durante la fase piloto.
- Se organizó un evento de difusión en Gdańsk, en el que participaron ONG, educadores y autoridades locales.
- Todos los recursos desarrollados se pusieron a disposición del público.

**Metodología utilizada:**

- Se aplicó el enfoque del círculo de estudio: participativo, basado en el diálogo y centrado en el alumno.
- El proyecto combinó formación internacional, grupos piloto locales y el desarrollo de recursos prácticos.
- Se centró en las competencias digitales, la participación ciudadana y la cooperación intergeneracional.
- Se formaron grupos pequeños y estables para fomentar la confianza, promover el aprendizaje entre iguales y garantizar una participación activa.

**Resultados:**

*EduSenior* reforzó las competencias de diez educadores de adultos mediante actividades internacionales de formación y movilidad. Durante la fase piloto, treinta participantes de edad avanzada en Gdańsk informaron de un aumento de la confianza, la motivación y un mayor sentido de pertenencia a una comunidad de aprendizaje.

Un resultado clave fue la elaboración de una guía práctica y módulos de formación adaptados a las necesidades de las personas mayores. El proyecto también produjo un catálogo de buenas prácticas, presentado durante el evento de difusión, y contribuyó a reducir la exclusión digital y educativa entre las personas mayores. Los recursos desarrollados siguen siendo sostenibles y replicables, y ofrecen herramientas valiosas para las instituciones de Polonia y otros países.

**Conclusión:**

*EduSenior* es altamente transferible y puede implementarse en una amplia gama de entornos de educación para adultos, en particular aquellos que trabajan con personas mayores en entornos no formales o comunitarios. El éxito de la práctica radica en la simplicidad y flexibilidad de la metodología de los círculos de estudio, así como en la disponibilidad de materiales listos para usar desarrollados durante el proyecto.

El enfoque puede aplicarse en clubes de personas mayores, bibliotecas, centros vecinales, ONG y otras instituciones que tengan como objetivo proporcionar oportunidades de aprendizaje significativas a las personas mayores. Los círculos de estudio requieren una infraestructura mínima, principalmente un grupo de participantes motivados y un facilitador capacitado, lo que hace que el modelo sea adaptable tanto a contextos urbanos como rurales. *EduSenior* demuestra que, con una preparación y un compromiso adecuados, la educación inclusiva y empoderadora para las personas mayores puede implementarse con éxito en comunidades diversas.

### 2.ª buena práctica: TUECHTIG: Coworking y educación para personas con discapacidad

**Contexto y antecedentes**

*TUECHTIG* es un espacio de coworking innovador e inclusivo gestionado por KOPF, HAND + FUSS. Su concepto se basa en la creación de un entorno profesional y educativo accesible para todos, incluidas las personas con discapacidad. La iniciativa promueve la flexibilidad laboral, el desarrollo profesional y la participación equitativa en la vida social y económica.

Con el apoyo de myAbility e.V. y financiado a través de Aktion Mensch, subvenciones públicas para la innovación e inversión social, *TUECHTIG* responde a la urgente necesidad de espacios que combinen productividad, empoderamiento e inclusión. Aborda las barreras estructurales que a menudo impiden a las personas con discapacidad participar plenamente en entornos profesionales y educativos.

**Objetivos**

*TUECHTIG* se compromete a garantizar que la diversidad sea reconocida, respetada y valorada. Su objetivo principal es crear un entorno de trabajo compartido en el que las personas con y sin discapacidad colaboren en igualdad de condiciones, basándose en el respeto y el apoyo mutuos.

Para lograrlo, la iniciativa se centra en:

- Proporcionar un espacio de coworking y aprendizaje totalmente accesible donde personas con y sin discapacidad puedan colaborar.
- Ofrecer talleres dirigidos por compañeros y adaptados a las necesidades de los adultos con discapacidad y sus aliados.
- Empoderar a los participantes a través de la exposición al espíritu emprendedor, las herramientas digitales y el liderazgo comunitario.
- Sensibilizar y transformar las percepciones sociales sobre la inclusión, la productividad y la agencia profesional.

El proyecto funciona como un pequeño ecosistema que integra el diseño de espacios, la creación de comunidades, la formación y la innovación social.

**Implementación**

*TUECHTIG* se implementó a través de varias fases estructuradas:

- Fase de diseño: el espacio se creó conjuntamente con los usuarios e incorpora características de diseño universal, como escritorios ajustables, señalización táctil, áreas de baja estimulación y navegación sin barreras.
- Creación de comunidad: la divulgación entre redes de adultos con discapacidad, cuidadores y educadores ayudó a dar forma a la programación inicial.
- Lanzamiento del programa: se introdujeron talleres sobre habilidades digitales, diseño accesible, narración de historias y emprendimiento, a menudo dirigidos por mentores con experiencia vivida.

- Funcionamiento continuo: El espacio ofrece membresías de coworking, salas de reuniones accesibles y un calendario continuo de actividades de formación inclusivas.
- Seguimiento del impacto: los bucles de retroalimentación, las auditorías de accesibilidad y los testimonios de los participantes respaldan la mejora continua.

**Metodología**

*TUECHTIG* aplica un enfoque participativo y centrado en el alumno, basado en la cocreación y el aprendizaje entre pares. Los principios del diseño universal dan forma al entorno físico, mientras que la tutoría y la experiencia vivida garantizan la relevancia y la confianza.

Los programas combinan habilidades digitales, emprendimiento y expresión creativa. Las actividades se llevan a cabo en grupos pequeños y estables para fomentar el diálogo, la colaboración y la solidaridad. El enfoque integra el desarrollo profesional con el empoderamiento de la comunidad.

**Resultados**

- Más de 200 personas participaron en actividades de aprendizaje, proyectos de colaboración o iniciativas de incubación durante los primeros 18 meses.
- Surgieron al menos 15 iniciativas lideradas por la comunidad, entre ellas un colectivo tecnológico neurodivergente y un grupo de podcasting accesible.
- Los participantes informaron de un aumento de la confianza, la autonomía y la capacidad de acción profesional.
- El modelo se convirtió en un punto de referencia reconocido para los centros orientados a la inclusión en Alemania y Austria.

**Conclusión**

*TUECHTIG* representa un modelo altamente transferible para las zonas urbanas con sectores activos de aprendizaje para adultos o ecosistemas de innovación social. Sus formatos de participación flexibles (participación sin cita previa, sesiones híbridas y coaching individual) lo hacen adaptable a las diversas necesidades de los alumnos.

Al integrar el aprendizaje entre pares y la tutoría en todos los módulos de formación y combinar una infraestructura sin barreras con una programación innovadora, *TUECHTIG* demuestra cómo el diseño inclusivo puede transformar la educación de adultos y la participación profesional. La iniciativa reduce la exclusión, refuerza la autonomía y ofrece un marco replicable para crear entornos de aprendizaje equitativos, accesibles y empoderadores.

## 3.ª buena práctica: CAIS CAPACITA: formación inclusiva para grupos marginados

**Contexto y antecedentes:**

El programa *CAIS CAPACITA+* fue desarrollado por la Associação CAIS en Lisboa para abordar la exclusión de los adultos sin hogar y las personas en situación de extrema vulnerabilidad social de la educación, la formación y el mercado laboral. Estas personas suelen enfrentarse a

múltiples barreras, como la falta de cualificaciones, el desempleo de larga duración, el estigma y los problemas de salud.

*CAPACITA+* surgió como parte de la misión más amplia de CAIS de inclusión social y empoderamiento, combinando la educación no formal con la formación para la empleabilidad. El programa responde a la urgente necesidad de reconstruir la autonomía, la confianza y la integración social, al tiempo que conecta a los participantes con oportunidades de empleo, voluntariado o formación continua.

**Objetivos**

Los principales objetivos del programa *CAPACITA+ de CAIS* son:

- Fomentar la inclusión social apoyando a las personas en situaciones vulnerables en el desarrollo de habilidades personales, sociales y profesionales.
- Aumentar la empleabilidad mediante itinerarios de formación personalizados que combinan talleres prácticos con el desarrollo de habilidades sociales.
- Empoderar a los participantes para que recuperen la autonomía, la confianza y el sentido de propósito.
- Salvar la brecha entre las personas socialmente excluidas y el mercado laboral, la educación y las redes comunitarias.
- Promover la ciudadanía activa, la dignidad y el crecimiento personal mediante la tutoría personalizada y el establecimiento de objetivos.
- Romper los ciclos de marginación creando oportunidades para una transformación a largo plazo en lugar de una asistencia a corto plazo.

El programa también tiene como objetivo crear relaciones de confianza, proporcionar un apoyo estructurado y constante, y ayudar a los participantes a desarrollar planes de vida realistas acordes con sus intereses y capacidades.

**Implementación**

*CAIS CAPACITA+* se imparte a través de un programa modular de varias semanas de duración. Los componentes clave incluyen:

- Sesiones grupales sobre desarrollo personal, comunicación, regulación emocional y planificación de la vida.
- Talleres prácticos (competencias digitales, artes, manualidades u otras áreas temáticas en función de las colaboraciones).
- Tutoría individual, que ofrece orientación personalizada, motivación y apoyo de seguimiento.
- Visitas de exposición a instituciones y empresas, para familiarizar a los participantes con contextos del mundo real.
- Momentos de integración en la comunidad, en los que los participantes presentan los resultados y comparten sus experiencias.

El programa se centra en los participantes y se adapta a los ritmos y necesidades individuales. Actualmente se lleva a cabo en Lisboa, con potencial para replicarse en otros contextos.

**Metodología**

El programa sigue una metodología centrada en los participantes y basada en la confianza. Se adapta al ritmo y las capacidades de cada persona, teniendo en cuenta sus antecedentes, vulnerabilidades y aspiraciones. Los profesionales y facilitadores de CAIS trabajan en estrecha colaboración con los participantes, estableciendo relaciones basadas en la proximidad, la empatía y el respeto. El entorno de aprendizaje es seguro, propicio y libre de juicios.

**Resultados e impacto**

Entre los impactos comunicados se incluyen:

- Mayor confianza, habilidades de comunicación y conciencia de sí mismo.
- Adquisición de competencias básicas para la empleabilidad (alfabetización digital, redacción de CV, preparación de entrevistas).
- Mejora de la regulación emocional y clarificación de los objetivos personales.
- Reintegración en el mercado laboral, voluntariado o vías de formación continua para algunos participantes.
- Fortalecimiento de las conexiones sociales y reducción del aislamiento.
- Mejora de las alianzas institucionales, lo que contribuye a un impacto sostenible más allá de cada ciclo del programa.

**Conclusión**

*CAIS CAPACITA+* demuestra cómo la educación de adultos no formal, holística y basada en la confianza puede transformar las vidas de las personas excluidas de los sistemas convencionales. Su éxito radica en combinar la formación práctica con el apoyo emocional, al tiempo que se tienden puentes hacia las redes comunitarias y las oportunidades de empleo.

El modelo es transferible a otros contextos, siempre que las organizaciones inviertan en la formación de facilitadores, en espacios de aprendizaje seguros y en sólidas alianzas locales. En última instancia, *CAPACITA+* demuestra que el empoderamiento, la dignidad y la tutoría personalizada son esenciales para romper los ciclos de marginación y fomentar la inclusión social a largo plazo.

# Referencias


**Módulo 1**

Baltacı, A. (2025). *Aprendizaje híbrido e inclusión en la educación de adultos: el papel de la mediación humana*. Revista de Educación Continua y Aprendizaje Permanente, 14(2), 45-59.

Consejo de la Unión Europea. (2021). *Resolución sobre una nueva agenda europea para el aprendizaje de adultos 2021-2030*. Diario Oficial de la Unión Europea, C 504/6.

Comisión Europea. (2017). *Marco europeo para la competencia digital de los educadores (DigCompEdu)*. Luxemburgo: Oficina de Publicaciones de la Unión Europea.

Comisión Europea. (2021). *Plan de Acción para la Educación Digital (2021-2027): Reiniciar la educación y la formación para la era digital*. Bruselas.

Comisión Europea. (2022). *Marco de competencias digitales para los ciudadanos (DigComp 2.2)*. Luxemburgo: Oficina de Publicaciones de la Unión Europea.

Consejo Europeo. (2018). *Recomendación del Consejo sobre las competencias clave para el aprendizaje permanente*. Diario Oficial de la Unión Europea, C 189/1.

Fundación Europea de Formación (ETF). (2022). *Desarrollo de competencias y habilidades digitales en el aprendizaje de adultos: tendencias y retos*. Turín: ETF.

Hase, S. y Kenyon, C. (2000). *De la andragogía a la heutagogía*. Artículos Ultibase, Universidad Southern Cross.

Knowles, M. S. (1984). *El estudiante adulto: una especie olvidada* (3.ª ed.). Houston: Gulf Publishing.

OCDE. (2023). *Perspectivas de las competencias 2023: el valor del aprendizaje permanente en un mundo digital*. París: Publicaciones de la OCDE.

Ruuskanen-Parrukoski, M. (2020). *Modelos pedagógicos para el aprendizaje híbrido en la educación de adultos*. Instituto Finlandés de Investigación Educativa.

UNESCO. (2023). *Directrices para el desarrollo de itinerarios de aprendizaje basados en recursos educativos abiertos*. París: UNESCO.

**Módulo 2**

Baltacı, Ş. (14 de abril de 2025). *El papel de la tecnología en la educación de adultos: tendencias e innovaciones*. EPALE – Aprendizaje de adultos en Europa. epale.ec.europa.euepale.ec.europa.eu

Boubaris, T. (3 de diciembre de 2020). *El pensamiento de diseño en la educación de adultos: ¡un método con potencial!* EPALE – Aprendizaje de adultos en Europa. epale.ec.europa.euepale.ec.europa.eu

Consejo de la Unión Europea. (2008). *Conclusiones de 22 de mayo de 2008 sobre el fomento de la creatividad y la innovación a través de la educación y la formación*. Diario Oficial de la Unión Europea, C 141, 17-20. eur-lex.europa.eueur-lex.europa.eu

Consejo de la Unión Europea. (2021). *Resolución del Consejo sobre una nueva agenda europea para el aprendizaje de adultos 2021-2030*. Diario Oficial de la Unión Europea, C 504, 9-16. eur-lex.europa.eueur-lex.europa.eu

Comisión Europea. (2022). *Marco de competencias digitales para los ciudadanos, versión 2.2 (DigComp 2.2)*. Oficina de Publicaciones de la UE. publications.jrc.ec.europa.eu

Fernández-Piqueras, R., González-García, R. J., Sanz-Ponce, R. y Calero-Plaza, J. (2025). Brechas digitales en las personas mayores: evaluación de las competencias digitales y propuestas para una inclusión significativa. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education, 15*(10), artículo 196. https://doi.org/10.3390/ejihpe15100196

Centro Común de Investigación (Comisión Europea). (5 de marzo de 2025). *¿Cómo alcanzar el objetivo de la UE de que el 80 % de los adultos tengan competencias digitales básicas para 2030?* (Comunicado de prensa). EU Science Hub. joint-research-centre.ec.europa.eujoint-research-centre.ec.europa.eu

Ross, S. D., Lachmann, T., Jaarsveld, S., Riedel-Heller, S. G. y Rodríguez, F. S. (2023). Creatividad a lo largo de la vida: cambios con la edad y con la demencia. *BMC geriatrics*, *23*(1), 160. bmcgeriatr.biomedcentral.combmcgeriatr.biomedcentral.com

Ruuskanen-Parrukoski, P. (1 de abril de 2020). Las personas mayores necesitan aprender para facilitar su vida cotidiana. *Revista ELM*. https://elmmagazine.eu/senior-citizens-need-learning-to-facilitate-their-daily-life/

Tsai, K. C. (2012). El valor de enseñar creatividad en la educación de adultos. *Revista Internacional de Educación Superior, 1*(2), 84-91. files.eric.ed.govfiles.eric.ed.gov

Comisión Económica para Europa de las Naciones Unidas. (2022). *El envejecimiento en la era digital: la CEPE destaca las medidas clave para garantizar la inclusión digital de las personas mayores* (comunicado de prensa). itu.int

**Módulo 3**

Asociación Europea para la Educación de Adultos (EAEA). (2024). *Manifiesto para el aprendizaje de adultos en el siglo XXI (edición digital).* (Marco político: inclusión, participación, aprendizaje permanente, dimensiones digitales).

Instituto de la UNESCO para el Aprendizaje a lo Largo de Toda la Vida. (2022). *Quinto Informe Mundial sobre el Aprendizaje y la Educación de Adultos (GRALE 5).* (Evidencia global y orientación política para el ALE, la inclusión y la participación).

Eurostat. (2025). *Estadísticas sobre el aprendizaje de adultos: explicación de las estadísticas (PDF).* (Participación a nivel de la UE en el aprendizaje de adultos; indicadores y tendencias).

OCDE. (2025). *Tendencias en el aprendizaje de adultos (Encuesta sobre las competencias de los adultos / Trabajo relacionado con PIAAC)*. (Contexto de las competencias de los adultos, patrones de aprendizaje, relevancia de la competencia digital).

OCDE. (2025). *¿Cómo pueden las evaluaciones de las competencias de los adultos satisfacer mejor las demandas del siglo XXI?* (Lógica de la evaluación; sistemas de aprendizaje permanente y contexto de la medición de competencias).

**Módulo 4**

Associação CAIS. (2023). Proyecto CAPACITA+. Consultado el 14 de octubre de 2025, en https://www.cais.pt/projeto-cais-capacita-arrancou-em-lisboa/

Bjerkaker Learning Lab. (s. f.). EduSenior: mejorar la calidad de la educación para personas mayores. Consultado el 14 de octubre de 2025, en https://bjerkakerlearninglab.no/projects-2/edusenior/

Consejo de Europa. (2022). Informe sobre la educación inclusiva. Estrasburgo: Publicaciones del Consejo de Europa.

Comisión Europea. (2020). Plan de Acción para la Educación Digital 2021-2027. Bruselas: Comisión Europea.

Comisión Europea. (2020). Agenda de Competencias Europea para la Competitividad Sostenible, la Justicia Social y la Resiliencia. Bruselas: Comisión Europea.

KOPF, HAND + FUSS gGmbH. (s. f.). TUECHTIG – Coworking inclusivo. Consultado el 14 de octubre de 2025, en https://tuechtig-berlin.de/category/tuechtig/

OCDE. (2023). Perspectivas de la OCDE sobre las competencias 2023: Competencias para una transición verde y digital resiliente. París: Publicaciones de la OCDE.

UNESCO. (2019). Diálogo intercultural: conceptos clave. París: UNESCO.

UNESCO. (2022). Informe mundial sobre el aprendizaje y la educación de adultos IV. París: UNESCO.

Naciones Unidas. (s. f.). Diálogo intercultural. Impacto Académico de las Naciones Unidas. Consultado el 14 de octubre de 2025, en https://www.un.org/en/academic-impact/inter-cultural-dialogue

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