

Mellékletek

1.melléklet: Bemeneti/demográfiai kérdőív

1. Kérdés: Mi az Ön neme?
 - Nő
 - Férfi
2. Kérem, adja meg az életkorát!
3. Kérdés: Jelenleg milyen típusú lakóhelyen él?
 - Szociális otthonban
 - Saját lakhelyén egyedül
 - Saját lakhelyén családjával
4. Kérdés: Mi az Ön legmagasabb végzettsége?
 - Nem fejeztem be az általános iskolát
 - Általános iskola
 - Középiskola
 - Felsőfokú végzettség
5. Kérdés: Mi az Ön jelenlegi foglalkoztatási státusza?
 - Munkavállaló
 - Nyugdíjas
 - Munkanélküli
6. Hogyan jellemezné egészségi állapotát korához képest?
 - 1 – rossz
 - 2 – inkább rossz
 - 3 – megfelelő
 - 4 – jó
 - 5 – kiváló
7. Kérdés: Kérem, jelölje meg, mely területeken és milyen gyakorisággal vannak nehézségei az alábbiak közül!

	1 - Soha	2 – Kis mértékben	3 - Mérsékelten	4 - Sokszor	5 – Nagyon sokszor
Látás					
Hallás					
Érintés					

8. Kérdés: Az alábbi eszközök közül melyikhez van hozzáférése?

- Számítógép/laptop
- Mobiltelefon
- Okostelefon
- Tablet
- Egyikhez sincs

9. Kérdés: Hogyan értékelné képességeit a következő eszközök használatában?

	1- Egyáltalán nem értek hozzá	2- Hiányosak a képességeim	3- Mérsékelten értek hozzá	4- Jól értek hozzá	5- Nagyon jól értek hozzá
Számítógép/laptop					
Tablet					
Okostelefon					
Mobiltelefon					

10. Kérdés: Az alábbiak közül melyik eszköz használatát szeretné jobban elsajátítani?

	1 – Egyáltalán nem szeretném	2 – Egy kicsit szeretném	3 – Mérsékelten szeretném	4 – Szeretném	5 – Nagyon szeretném
Számítógép/laptop					
Tablet					
Okostelefon					

11. Kérdés: Van valaki, aki segít Önnek, ha kérdései merülnek fel a fent említett eszközök használatával kapcsolatban?

- Igen
- Nem

12. Kérdés: Milyen gyakran használja az internetet?

- Minden nap
- Hetente 2-3 alkalommal
- Hetente egy alkalommal
- Havonta 2-3 alkalommal
- Évente 2-3 alkalommal
- Soha

13. Kérdés: Mennyire érzi magát magabiztosnak az internet használatával kapcsolatban?

- Semennyire nem érzem magam magabiztosnak
- Általában segítségre van szükségem
- Attól függ, mire kell használnom
- Magabiztosnak érzem magam

14. Kérdés: Hogyan tanulta meg ezen digitális eszközök használatát?

- Családi környezetben
- Munkahelyen
- Iskolában
- Autodidakta módon

15. Kérdés: Van Önnek e-mail fiókja?

- Igen
- Nem
- Nem vagyok benne biztos

16. Kérdés: Töltött már ki valaha elektronikus formában űrlapot?

- Igen
- Nem
- Nem vagyok benne biztos

17. Kérdés: Használt már valaha online keresőt (pl. Google, Yahoo, Bing)?

- Igen
- Nem

18. Kérdés: Mennyi időt tölt a következő online tevékenységekkel?

	1 – Egyáltalán nem töltök időt vele	2 – Kis időt töltök vele	3 – Mérsékelt töltök vele időt	4 – Sok időt töltök vele	5 – Nagyon sok időt töltök vele
Hírek olvasása					
Internetes keresés					
Kommunikáció, közösségi média					
E-mail					

Szórakozás					
Online vásárlás					
E-learning (online tanulás)					
Online banki ügyintézés					
Online kormányhivatali ügyintézés (Ügyfélkapu)					

19. Kérdés: Kérem, jelölje meg, mennyire érzi magát magabiztosnak a következő alkalmazások használata közben!

	1 – Egyáltalán nem	2 – Kis mértékben	3 - Mérsékelten	4 – Magabiztosnak érzem magam	5 – Nagyon magabiztosnak érzem magam
Hívások					
Üzenetek					
Böngésző					
E-mail					
Közösségi média					
Játékok					
Ébresztőóra					
Óra					
Számológép					
Emlékeztetők					
Jegyzetek					
Térkép					

20. Kérdés: Mennyire érzi magát magabiztosnak a következő eszközök használata közben?

	1– Egyáltalán nem	2 – Kis mértékben	3 - Mérsékelten	4 – Magabiztosnak érzem magam	5 – Nagyon magabiztosnak érzem magam
Billentyűzet					
Érintőképernyő					
Egér					

21. Mennyire ért egyet az alábbi állításokkal?

	1 – Egyáltalán nem	2 - Kicsit	3 - Majdnem	4 – Teljes mértékben
A digitális világ elhaladt melletttem				
Nyitott vagyok új tanulási formákra				
Szívesen tanulok más generációktól				
Az internetes tanulás hatátalanságát ki kell használni bármely életkorban				

22. Tanult-e már online tananyaggal

- Igen
- Nem

23. Mennyire ért egyet az alábbi állításokkal?

	1 – Egyáltalán nem	2 - Kicsit	3 - Majdnem	4 – Teljes mértékben
Megöregedni kiváltságot jelent				
A szellemi frissesség tanulással megőrizhető				
Az időskori tanulás legfőbb mozgatója a belső motiváció				

A hazai szenior egyetemek fontos helyszínei a tanuláshoz				
Az internet elégséges ismeretnyerő hely				

24. Önt mi motiválja a tanulásban?

	1 – Egyáltalán nem	2 - Kicsit	3 - Majdnem	4 – Teljes mértékben
A tanulás kommunikációs szükséglet az elmagányosodás elleni harcban				
Technikai kihívások (internetes kurzus, online tanulás)				
Szabadidő hasznos eltöltése.				
Egészségügyi ok (életmódváltás, kialakult betegség).				
A munkaerőpiacra való visszatérés.				

25. Milyen módon szeretné megtartani szellemi frissességét?

	1 – Egyáltalán nem	2 – Kicsit	3 - Majdnem	4 – Teljes mértékben
Könyvek				
Szenior oktatás (pl. Harmadik Kor Egyeteme, Nyugdíjas Egyetem)				
Internetes kurzus				

2. melléklet: Kimeneti kérdőív

Kimeneti kérdőív

Kérem, számoljon be mentális fáradtságával kapcsolatos érzéseiről a tananyaggal kapcsolatban! Jelölje be a skálán, mennyire érzi magára igaznak az alábbi állításokat!

	1 - Egyáltalán nem	2- Kicsit	3 - Eléggé	4 - Nagyon
Mikor végzek egy tevékenységet, tartósan rá tudom fókuszálni a figyelmem				
Jól tudok koncentrálni				
Nagy erőfeszítést igényel, hogy koncentráljak a dolgokra				
A gondolataim könnyen elkalandoznak				

Arra vagyunk kíváncsiak, hogy milyen érzelmeket élt át az idősekről szóló tananyag teljesítése közben. Kérjük, minden egyes felsorolt érzelem erősségét jelölje abba a rubrikába X-et téve, amely a legjobban jellemzi érzelmi reakciójának intenzitását a tanulás folyamata során.

	Egyáltalán nem	Nagyon kicsit	Mérsékelten	Erősen	Nagyon erősen
Kíváncsi					
Unott					
Összezavarodott					
Meglepett					
Érdeklődő					
Szorongó					
Feszült					
Tudni vágyó					

Közömbös					
Lenyűgözött					
Aggódó					
Boldog					
Megdöbbsent					
Ingerült					
Egykedvű					
Izgatott					
Zavart					
Elégedetlen					
Ideges					
Örömteli					
Tanácsstalan					

3. melléklet: Az ERES kérdőív módosított változata

Instrukció:

Arra vagyunk kíváncsiak, hogy milyen érzelmeket élt át az idősekről szóló tananyag teljesítése közben. Kérjük, minden egyes felsorolt állításról döntse el, hogy igaz volt-e Önre a tanulás során. Amennyiben **igen**, írjon egy + jelet az állítás melletti első oszlopba, illetve **erősségét** jelölje azt a számot bekarikázva, amely a legjobban jellemzi érzelmi reakciójának intenzitását a tanulás folyamata során. Amennyiben **nem** tapasztalta az adott állításban leírtakat, írjon egy – jelet a mellette lévő oszlopba.

		Nagyon kicsit	Kicsit	Mérsékelten	Erősen	Nagyon erősen
Kíváncsiságot ébresztett bennem.						
Unottnak éreztem magam.						
Össze voltam zavarodva.						

Voltak olyan részek, amik megleptek.						
Érdeklődést váltott ki belőlem.						
Szorongást éreztem.						
Feszültséget keltett bennem.						
Úgy éreztem, többet akarok tudni az adott témáról.						
Közömbösséget éreztem a tananyag irányába.						
Lenyűgözőnek találtam.						
Aggodalmat keltett bennem.						
Boldoggá/vidámmá tett.						
Néhány rész megdöbbentett.						
Ingerültté tett.						
Egykedvű voltam a folyamat során.						
Izgalmasnak találtam.						
Egyes részek megdöbbentettek.						
Elégedetlen voltam a tananyaggal.						
Ideges lettem tőle.						
Örömteli tapasztalat volt számomra.						

Tanácstalanságot éreztem tanulás közben.						
--	--	--	--	--	--	--

4. melléklet: Jegyzőkönyv a videó-alapú eljáráshoz

Unalom: Érdeklődés hiányában fáradtnak vagy nyugtalannak érzem magam.

Zavar: A feladatnak megértésének érzékelhető hiánya

Bevonódás/flow: Érdeklődés, elkötelezettség, mely a tevékenységben való részvételből ered.

Frusztráció: Elégedetlenség, bosszúság.

Élvezet/öröm: Magas fokú elégedettség.

Meglepett: Csodálkozás, meghökkenés, különösen valami váratlan dologtól.

Semleges: Nincs nyilvánvaló érzelem vagy érzés.

Értékelés sorszáma	Átélt érzelmek							
	Unalom	Zavar	Bevonódás /flow	Frusztráció	Élvezet/öröm	Meglepett	Semleges	Egyéb