



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ

**ΣΧΟΛΗ ΗΛΕΚΤΡΟΛΟΓΩΝ ΜΗΧΑΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΜΗΧΑΝΙΚΩΝ
ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΩΝ**

(ΠΡΩΗΝ ΜΗΧΑΝΙΚΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗΣ)

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

**Η ΣΥΜΒΟΛΗ ΤΩΝ ΕΞ' ΑΠΟΣΤΑΣΤΕΩΣ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΣΤΗ ΒΕΛΤΙΩΣΗ
ΤΗΣ ΖΩΗΣ ΤΩΝ ΠΟΛΙΤΩΝ**

ΝΙΚΟΛΑΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ Α.Μ. 2706

ΓΚΟΛΦΗ ΑΝΤΩΝΙΑ Α.Μ. 3129

ΕΠΟΠΤΕΥΩΝ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ: ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ

Πάτρα, 2023

Περίληψη

Η παρούσα εργασία εξετάζει τις επιπτώσεις της πανδημίας COVID-19 στην κοινωνία και τον τρόπο ζωής, με εστίαση στην τηλεκπαίδευση και την τηλεργασία. Αναλύονται οι αλλαγές που επέφερε η πανδημία στον τομέα της εργασίας και της εκπαίδευσης, καθώς και οι τεχνολογικές μετασχηματίσεις που συντελέστηκαν.

Στο Κεφάλαιο 1, παρουσιάζεται η προέλευση της πανδημίας και αναλύονται οι τεχνολογικές αλλαγές στην εργασία και την εκπαίδευση, συμπεριλαμβανομένης της τηλεργασίας και των αλλαγών στον εκπαιδευτικό τομέα. Στο Κεφάλαιο 2, εξετάζεται η τηλεκπαίδευση με ιστορική αναδρομή και ανάλυση των πλεονεκτημάτων και μειονεκτημάτων της. Αναφέρονται επίσης οι προκλήσεις της προσβασιμότητας και του ψηφιακού χάσματος, καθώς και οι επιπτώσεις στο μαθησιακό αποτέλεσμα. Το Κεφάλαιο 3 παρουσιάζει μια επισκόπηση των υπηρεσιών τηλεκπαίδευσης στην Ελλάδα, εστιάζοντας στις αλλαγές στην παροχή εκπαίδευσης και την ποιότητα των υπηρεσιών. Αναφέρονται επίσης οι προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι εκπαιδευτικοί και οι δυσκολίες της τηλεκπαίδευσης για άτομα με ειδικές ανάγκες. Στο Κεφάλαιο 4, αναλύεται η τηλεργασία, περιλαμβάνοντας τον ορισμό της, τη ρύθμισή της σε εθνικό επίπεδο και τις επιπτώσεις στις συμβάσεις εργασίας. Εξετάζονται τα οφέλη και τους κινδύνους της τηλεργασίας καθώς και οι στάσεις των ανθρώπων απέναντι σε αυτήν. Το Κεφάλαιο 5 αναλύει τις μορφές και τις επιπτώσεις της τηλεργασίας, συμπεριλαμβανομένης της ευέλικτης διεύθυνσης της εργασίας, των επιπτώσεων στην καθημερινή δραστηριότητα και της επίδρασης στην τοποθεσία κατοικίας. Το Κεφάλαιο 6 εστιάζει στις επιπτώσεις της τηλεργασίας στην ψυχική υγεία των εργαζομένων, παρουσιάζοντας θεωρίες ψυχολογικής αντίδρασης και αναλύοντας την εργασιακή εξάντληση και τις προκλήσεις. Στα συμπεράσματα προσφέρονται προτάσεις για τη βελτίωση της τηλεκπαίδευσης και της τηλεργασίας.

Λέξεις κλειδιά: τηλεκπαίδευση, τηλεργασία, επιπτώσεις, πανδημία, προσβασιμότητα

Abstract

This paper examines the impact of the COVID-19 pandemic on society and lifestyle, with a focus on distance learning and teleworking. The changes brought about by the pandemic in the field of work and education are analyzed, as well as the technological transformations that took place.

In Chapter 1, the origins of the pandemic are presented and technological changes in work and education are analyzed, including telecommuting and changes in the education sector. In Chapter 2, distance education is examined with a historical review and an analysis of its advantages and disadvantages. The challenges of accessibility and the digital divide, as well as the effects on learning outcomes, are also mentioned. Chapter 3 presents an overview of distance education services in Greece, focusing on changes in education provision and service quality. The challenges faced by teachers and the difficulties of remote education for people with special needs are also mentioned. In Chapter 4, teleworking is analyzed, including its definition, its regulation at national level and the implications for employment contracts. The benefits and risks of telecommuting and people's attitudes towards it are examined. Chapter 5 analyzes the forms and effects of teleworking, including flexible work arrangements, effects on daily activity and the effect on residential location. Chapter 6 focuses on the effects of telecommuting on employees' mental health, presenting psychological response theories and analyzing job burnout and challenges. The conclusions offer suggestions for improving distance learning and telework.

Key words: distance education, telework, impact, pandemic, accessibility

Εισαγωγή

Η τηλεργασία και η τηλεεκπαίδευση αποτελούν δύο σημαντικούς πυλώνες στον ευρύτερο εκσυγχρονισμό της κοινωνίας μας. Καθώς η παγκόσμια κοινότητα αντιμετωπίζει αλλαγές άνευ προηγουμένου, η τεχνολογία έχει διαδραματίσει έναν κρίσιμο ρόλο στο να διασφαλίσει τη συνέχεια της εκπαίδευσης και της εργασίας. Οι προκλήσεις που παρουσιάζονται από τις προσαρμογές στο νέο αυτό πλαίσιο είναι πολυποίκιλες και πολυδιάστατες. Από την άλλη πλευρά, οι ευκαιρίες που προκύπτουν από την ενσωμάτωση της τεχνολογίας στην εκπαίδευση και την εργασία είναι εξίσου σημαντικές (Buabeng-Andoh et al, 2019). Η τηλεργασία, που παρέχει τη δυνατότητα στους εργαζόμενους να εκτελούν τα καθήκοντά τους από απόσταση, έχει αναπτυχθεί εξαιτίας της ανάγκης για ευελιξία και εφαρμογή νέων εργασιακών μοντέλων. Η ταχεία προσαρμογή σε τηλεργασία κατά τη διάρκεια πανδημιών όπως αυτή του COVID-19 αποκάλυψε τη σημασία της τεχνολογίας στη διατήρηση της συνεχούς παραγωγικότητας, ενώ ταυτόχρονα έθεσε ερωτήματα σχετικά με τις επιπτώσεις της στην εργασιακή ζωή και την ψυχολογική ευεξία. Από την άλλη πλευρά του φάσματος, η τηλεεκπαίδευση αποτελεί μια επαναστατική προσέγγιση στην παροχή γνώσης και εκπαίδευσης. Οι τεχνολογικές εξελίξεις έχουν επιτρέψει τη δημιουργία εικονικών τάξεων και διαδραστικών περιβαλλόντων μάθησης που μπορούν να φτάσουν τους μαθητές και τους φοιτητές ανεξάρτητα από την γεωγραφική τους τοποθεσία. Καθώς εξερευνούμε τα βάθη της τηλεργασίας και της τηλεεκπαίδευσης, είναι αναγκαίο να αναλύσουμε τόσο τα οφέλη όσο και τις προκλήσεις που προκύπτουν από την υιοθέτηση αυτών των νέων πρακτικών. Οι επιπτώσεις τους στον τρόπο ζωής, την απόδοση, την κοινωνία και την ανθρώπινη αλληλεπίδραση απαιτούν περαιτέρω εξέταση. Μέσα από την προσεκτική ανάλυση αυτών των θεμάτων, μπορούμε να αποκομίσουμε μια πιο πλήρη κατανόηση του πώς η τεχνολογία επηρεάζει τον τρόπο που εργαζόμαστε και μαθαίνουμε, αλλά και πώς μπορούμε να αξιοποιήσουμε τα οφέλη της (Favale et al, 2020).

Περιεχόμενα

Περίληψη	3
Abstract	4
Εισαγωγή	5
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1	10
ΕΞΑΠΛΩΣΗ ΤΗΣ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ COVID-19.....	10
1.1 ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ	10
1.2 ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟΣ ΜΕΤΑΣΧΗΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ	11
1.3 ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑ.....	12
1.4 ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟΣ ΜΕΤΑΣΧΗΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ	13
1.5 ΑΛΛΑΓΕΣ ΠΟΥ ΕΦΕΡΕ Η ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ	14
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2	16
ΤΗΛΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ.....	16
2.1 ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ ΣΤΗΝ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗ ΜΑΘΗΣΗ.....	16
2.2 ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ ΣΤΗΝ ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΗΣ ΤΗΛΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ.....	17
2.3 ΜΟΡΦΕΣ ΤΗΛΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ.....	19
2.4 ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ ΤΗΣ ΤΗΛΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ	20
2.5 ΜΕΙΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ ΤΗΣ ΤΗΛΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ	21
2.6 ΠΡΟΣΒΑΣΙΜΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΨΗΦΙΑΚΟ ΧΑΣΜΑ ΣΤΗΝ ΤΗΛΕΠΑΙΔΕΥΣΗ.....	22
2.7 ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΤΗΛΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΣΤΟ ΜΑΘΗΣΙΑΚΟ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ.....	23

2.8 ΚΑΤΑΡΤΙΣΗ ΚΑΙ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΤΗΣ ΤΗΛΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ	24
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3	26
ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ ΤΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΤΗΛΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ	26
3.1 ΜΕΤΑΣΧΗΜΑΤΙΣΤΙΚΟΣ ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΟΧΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ.....	26
3.2 ΑΠΟΣΥΜΦΟΡΗΣΗ ΤΩΝ ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΩΝ ΙΔΡΥΜΑΤΩΝ	28
3.2.1 Η πρόκληση της συμφόρησης στα ακαδημαϊκά ιδρύματα	29
3.2.2 Προκλήσεις και στρατηγικές μετριασμού	30
3.3 Η ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ.....	31
3.3.1 Ευκαιρίες για βελτίωση της ποιότητας.....	32
3.3.2 Στρατηγικές μετριασμού για τη διασφάλιση ποιότητας.....	32
3.4 ΟΙ ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ ΤΩΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ	33
3.4.1 Αντιμετώπιση των Προκλήσεων	35
3.5 Δυσκολίες τηλεκπαίδευσης για τα άτομα με ειδικές ανάγκες.....	36
3.5.1 Στρατηγικές για την ενσωμάτωση και την ισότιμη πρόσβαση.....	37
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4	39
ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑ.....	39
4.1 ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑΣ.....	39
4.2 ΡΥΘΜΙΣΗ ΤΗΣ ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑΣ ΣΕ ΕΘΝΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ	40
4.3 ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑΣ ΣΤΙΣ ΣΥΜΒΑΣΕΙΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ	42
4.4 ΟΦΕΛΗ ΚΑΙ ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑΣ.....	42
4.5 ΣΤΑΣΕΙΣ ΑΠΕΝΑΝΤΙ ΣΤΗΝ ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑ	44

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5	46
ΜΟΡΦΕΣ ΚΑΙ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑΣ	46
5.1 ΕΥΕΛΙΚΤΗ ΔΙΕΥΘΕΤΗΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ	46
5.2 ΜΟΡΦΕΣ ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑΣ	47
5.3 ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑΣ ΣΤΗΝ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ	47
5.4 ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑΣ ΣΤΗΝ ΤΟΠΟΘΕΣΙΑ ΚΑΤΟΙΚΙΑΣ	48
5.5 ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑ	49
5.6 Η ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ	52
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6	55
ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑΣ ΣΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΤΩΝ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ	55
6.1 ΘΕΩΡΙΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗΣ ΑΝΤΙΔΡΑΣΗΣ	55
6.2 Η ΕΡΓΑΣΙΑΚΗ ΕΞΑΝΤΛΗΣΗ ΚΑΙ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΞΟΥΘΕΝΩΣΗ	56
6.3 ΘΕΩΡΙΑ ΤΗΣ ΠΡΟΣΦΟΡΑΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ	57
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7	59
ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΙΕΘΝΩΝ ΕΡΕΥΝΩΝ	59
7.1 Τηλεκπαίδευση	59
7.2 Τηλεργασία	62
ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ	69
Προτάσεις σχετικά με την τηλεκπαίδευση	72
Προτάσεις σχετικά με την τηλεργασία	74

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....76

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

ΕΞΑΠΛΩΣΗ ΤΗΣ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ COVID-19

1.1 ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ

Ο προσδιορισμός της πανδημίας αναφέρεται στην εξάπλωση ενός αρκετά επιδημικού νοσήματος, όπως ο COVID-19, σε μια μεγάλη γεωγραφική περιοχή ή σε πολλές χώρες, με τέτοιο τρόπο ώστε να επηρεάζει εκτεταμένα την υγεία του πληθυσμού. Η πανδημία χαρακτηρίζεται από την απειλή που αντιμετωπίζει η παγκόσμια κοινότητα, καθώς η νόσος μεταδίδεται εύκολα από άνθρωπο σε άνθρωπο και μπορεί να προκαλέσει σε πολλές περιπτώσεις ακόμα και τον θάνατο μεγάλου μέρους του πληθυσμού (Favale et al, 2020).

Η πανδημία COVID-19 προκλήθηκε από ένα νέο κορωνοϊό, τον SARS-CoV-2, ο οποίος εντοπίστηκε αρχικά στην πόλη Wuhan της Κίνας τον Δεκέμβριο του 2019. Από τότε, ο κορωνοϊός εξαπλώθηκε σε πολλές χώρες σε όλο τον κόσμο, προκαλώντας σοβαρές ασθένειες και θανάτους.

Οι πανδημίες χαρακτηρίζονται από μια γρήγορη εξάπλωση του μικροοργανισμού, συχνά μεταδίδοντας τον μέσω ανθρώπου προς άνθρωπο. Οι μέθοδοι μετάδοσης περιλαμβάνουν την επαφή μεταξύ ατόμων, την αναπνοή μικροσωματιδίων που εκπέμπονται από τον φορέα της νόσου κατά την αναπνοή, τον βήχα ή το φτέρνισμα, και την επαφή με επιφάνειες που έχουν μολυνθεί με τον ιό (Buabeng-Andoh et al, 2019).

Για την αντιμετώπιση της πανδημίας, πολλές χώρες έχουν εφαρμόσει μέτρα περιορισμού, όπως ο αποκλεισμός, η καραντίνα, οι ταξιδιωτικοί περιορισμοί και η κοινωνική απομόνωση, προκειμένου να περιοριστεί η διάδοση του ιού. Επίσης, η

εμβολιασμοί έχουν αποδειχθεί αποτελεσματικοί στον περιορισμό της εξάπλωσης του ιού και στην προστασία του πληθυσμού από σοβαρές επιπτώσεις της νόσου.

Η εξάπλωση της πανδημίας COVID-19 συνεχίζεται¹ αυξάνοντας τον αριθμό των κρουσμάτων και των θανάτων σε πολλές περιοχές του κόσμου. Η ανταπόκριση στην πανδημία εξακολουθεί να είναι σημαντική, με την υιοθέτηση μέτρων προφύλαξης, την παρακολούθηση της επιδημιολογικής κατάστασης και την προώθηση των εμβολιασμών για την προστασία του πληθυσμού (Suda et al, 2022).

1.2 ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟΣ ΜΕΤΑΣΧΗΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Ο τεχνολογικός μετασχηματισμός της εργασίας αναφέρεται στην επίδραση που έχουν οι τεχνολογικές καινοτομίες στον τρόπο εργασίας και οργάνωσης των εργασιακών διαδικασιών. Η εξέλιξη της τεχνολογίας, όπως οι ψηφιακές τεχνολογίες, οι τηλεπικοινωνίες, η τεχνητή νοημοσύνη και η αυτοματοποίηση, έχουν οδηγήσει σε σημαντικές αλλαγές στον τρόπο λειτουργίας των επιχειρήσεων και την οργάνωση της εργασίας (Kogan et al, 2021).

Ο τεχνολογικός μετασχηματισμός έχει διάφορες επιπτώσεις στην εργασία. Καταρχάς, μπορεί να αυτοματοποιήσει και να αυξήσει την αποδοτικότητα ορισμένων εργασιακών διαδικασιών, μειώνοντας την ανάγκη για ανθρώπινο δυναμικό. Το γεγονός αυτό μπορεί να οδηγήσει σε αλλαγές στην απασχόληση, καθώς ορισμένες θέσεις εργασίας μπορεί να καταργηθούν, ενώ άλλες μπορεί να απαιτούν νέες δεξιότητες και γνώσεις για την αντιμετώπιση της νέας τεχνολογίας (Pei et al 2019).

Επιπλέον, ο τεχνολογικός μετασχηματισμός διευκολύνει την επικοινωνία και τη συνεργασία μεταξύ των εργαζομένων, ακόμα και όταν βρίσκονται σε απόμακρες τοποθεσίες. Οι εργαζόμενοι μπορούν να συνεργάζονται μέσω διαδικτυακών πλατφορμών, να ανταλλάσσουν πληροφορίες και να επιλύουν προβλήματα

¹ Νοέμβριος 2022

αποτελεσματικά. Αυτό διευκολύνει την ευελιξία της εργασίας και επιτρέπει στους εργαζόμενους να είναι πιο αυτόνομοι και να εργάζονται απομακρυσμένα.

Ωστόσο, ο τεχνολογικός μετασχηματισμός μπορεί επίσης να δημιουργήσει προκλήσεις. Οι αλλαγές στην τεχνολογία απαιτούν συχνά αναδιοργάνωση και εκπαίδευση για τους εργαζόμενους, προκειμένου να αναπτύξουν τις απαιτούμενες δεξιότητες. Επίσης, η υπερβολική χρήση της τεχνολογίας μπορεί να οδηγήσει σε προβλήματα υγείας και εξαντλήσεις (burn out), καθώς οι εργαζόμενοι μπορεί να αισθανθούν πιεσμένοι όταν είναι συνεχώς συνδεδεμένοι στις πλατφόρμες εργασίας.

Γενικά, ο τεχνολογικός μετασχηματισμός της εργασίας δημιουργεί ευκαιρίες και προκλήσεις. Είναι σημαντικό να βρεθεί ένα ισορροπημένο πλαίσιο που επιτρέπει την αξιοποίηση των οφελών της τεχνολογίας, ενώ παράλληλα διασφαλίζει την προστασία των εργαζομένων και την ανάπτυξη των απαραίτητων δεξιοτήτων για τη μετασχηματισμένη εργασιακή πραγματικότητα (Sindiana et al, 2020).

1.3 ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑ

Η τηλεργασία (ή απομακρυσμένη εργασία) αναφέρεται στον τρόπο εργασίας όπου οι εργαζόμενοι διεξάγουν τις εργασίες τους από απόσταση, συνήθως μέσω της χρήσης τεχνολογίας τηλεπικοινωνιών. Αντί να εργάζονται σε ένα παραδοσιακό γραφείο ή χώρο εργασίας, οι εργαζόμενοι μπορούν να εκτελούν τις εργασίες τους από το σπίτι τους, ένα καφέ, ένα coworking space ή οποιοδήποτε άλλο μέρος με πρόσβαση στο διαδίκτυο.

Οι εξελίξεις στην τεχνολογία τηλεπικοινωνιών και η αύξηση της συνδεσιμότητας έχουν καταστήσει την τηλεργασία εφικτή και ευέλικτη για πολλούς εργαζόμενους και εργοδότες. Ορισμένα από τα πλεονεκτήματα της τηλεργασίας περιλαμβάνουν:

1. Ευελιξία: Οι εργαζόμενοι έχουν τη δυνατότητα να εργαστούν από οπουδήποτε, προσαρμόζοντας το ωράριό τους σύμφωνα με τις ανάγκες τους.

2. Μείωση του χρόνου και του κόστους μετακινήσεων: Οι εργαζόμενοι δεν χρειάζεται να δαπανούν χρόνο και χρήμα σε μετακινήσεις προς και από το γραφείο.
3. Μεγαλύτερη ευελιξία εργασίας-ζωής: Η τηλεργασία επιτρέπει στους εργαζόμενους να ισορροπήσουν καλύτερα την εργασία και τις προσωπικές τους υποχρεώσεις.

Ωστόσο, υπάρχουν και προκλήσεις σχετικά με την τηλεργασία, όπως η δυσκολία στη διαχείριση του χρόνου, η αίσθηση απομόνωσης και η απώλεια της αλληλεπίδρασης και της συνεργασίας που προσφέρει ένα παραδοσιακό γραφείο.

Οι πρακτικές της τηλεργασίας μπορούν να διαφέρουν ανάλογα με την εταιρεία και τις απαιτήσεις της. Ορισμένες εταιρείες υιοθετούν τηλεργασία σε πλήρη βάση, ενώ άλλες επιλέγουν ένα μοντέλο μερικής τηλεργασίας όπου οι εργαζόμενοι εργάζονται από το γραφείο για ορισμένες ημέρες και από απόσταση για κάποιες άλλες.

Συνολικά, η τηλεργασία έχει αναδειχθεί ως σημαντική επιλογή εργασίας, ιδιαίτερα μετά την πανδημία COVID-19 που ανάγκασε πολλές εταιρείες να υιοθετήσουν αυτόν τον τρόπο εργασίας για να διατηρήσουν τις δραστηριότητές τους (Moore & Kearsley, 2021).

1.4 ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟΣ ΜΕΤΑΣΧΗΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Ο τεχνολογικός μετασχηματισμός της εκπαίδευσης αναφέρεται στη χρήση και ενσωμάτωση της τεχνολογίας στη διαδικασία της εκπαίδευσης για τη βελτίωση της μάθησης και της εκπαιδευτικής εμπειρίας. Η τεχνολογία παρέχει νέες ευκαιρίες και εργαλεία για τη διδασκαλία, την αξιολόγηση, την ανταλλαγή πληροφοριών και τη συνεργασία μεταξύ των εκπαιδευτικών και των μαθητών. Η τεχνολογία προσέφερε σημαντικές ευκαιρίες για την υποστήριξη και την ενίσχυση της Ειδικής Παιδαγωγικής Ανάγκης (ΕΠΑΝ) στον τομέα της εκπαίδευσης. Οι Τεχνολογίες Πληροφορίας και Επικοινωνίας (ΤΠΕ) παρέχουν διάφορα εργαλεία και πόρους που

μπορούν να στηρίξουν την προσαρμοσμένη εκπαίδευση και την αποτελεσματική αντιμετώπιση των ειδικών αναγκών των μαθητών. Ακόμα μπορούν να συνδράμουν στις ειδικές περιπτώσεις για τις οποίες απαιτείται απομακρυσμένη πρόσβαση στην εκπαιδευτική διαδικασία.

Οι τεχνολογίες όπως οι υπολογιστές, οι προβολείς, οι διαδραστικοί πίνακες, οι εφαρμογές λογισμικού και οι διαδικτυακές πλατφόρμες μπορούν να χρησιμοποιηθούν για τη δημιουργία περιβαλλόντων μάθησης που προσφέρουν ατομική προσαρμογή, διαδραστικότητα και πρόσβαση σε ποικίλους πόρους(Buabeng-Andoh et al, 2019).

1.5 ΑΛΛΑΓΕΣ ΠΟΥ ΕΦΕΡΕ Η ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ

Η τεχνολογία έχει φέρει σημαντικές αλλαγές στην τηλεεκπαίδευση και την τηλεργασία. Ας εξετάσουμε τις κύριες αλλαγές που έχουν επιφέρει:

1. Τηλεκπαίδευση: Η τεχνολογία έχει επιτρέψει την ανάπτυξη της τηλεεκπαίδευσης, που αναφέρεται στην παροχή εκπαίδευσης και μάθησης μέσω τηλεπικοινωνιακών τεχνολογιών. Οι σημαντικότερες αλλαγές περιλαμβάνουν:
 - Ειδικές πλατφόρμες και λογισμικά για διαδικτυακά μαθήματα και διαδραστικές διαλέξεις.
 - Αναπτυξιακά εργαλεία όπως προγράμματα κοινωνικής δικτύωσης, φόρουμ και διαδικτυακές πλατφόρμες συνεργατικής εργασίας.
 - Δυνατότητα αποθήκευσης, πρόσβασης και ανταλλαγής ψηφιακού υλικού, όπως βίντεο, κείμενα και παρουσιάσεις(Favale et al, 2020).

Οι αλλαγές αυτές έχουν επιτρέψει σε φοιτητές και εκπαιδευτικούς να συμμετέχουν σε μαθήματα από απόσταση, να επικοινωνούν και να συνεργάζονται εύκολα, και να αποκτήσουν πρόσβαση σε πλούσιο εκπαιδευτικό υλικό.

2. Τηλεργασία: Η τεχνολογία έχει επίσης επηρεάσει την τηλεργασία, που αναφέρεται στην εκτέλεση εργασίας από απόσταση χρησιμοποιώντας τηλεπικοινωνιακά μέσα. Οι σημαντικότερες αλλαγές περιλαμβάνουν:

- Πλατφόρμες συνεργασίας και επικοινωνίας, όπως εφαρμογές τηλεδιάσκεψης και εργαλεία συνεργασίας σε πραγματικό χρόνο.
- Ασφυκτικά δίκτυα και τεχνολογία VPN που επιτρέπουν την ασφαλή πρόσβαση σε εργασιακά δεδομένα από απομακρυσμένες τοποθεσίες.
- Εφαρμογές και εργαλεία απομακρυσμένης διαχείρισης και παρακολούθησης εργαζομένων (Favale et al, 2020).

Αυτές οι αλλαγές έχουν επιτρέψει σε εργαζόμενους να εκτελούν εργασίες από απόσταση, να συνεργάζονται με άλλους μέσω τηλεδιασκέψεων και εργαλείων συνεργασίας, και να έχουν πρόσβαση σε εργασιακά συστήματα και δεδομένα από απομακρυσμένες τοποθεσίες.

Αυτές οι αλλαγές έχουν οδηγήσει σε μεγάλες εξελίξεις στην τηλεεκπαίδευση και την τηλεργασία, παρέχοντας περισσότερες ευκαιρίες και ευελιξία στους ανθρώπους. Ωστόσο, επισημαίνεται επίσης ότι η τεχνολογία έχει δημιουργήσει προκλήσεις, όπως την απομάκρυνση από το ανθρώπινο στοιχείο και την ανάγκη για προσαρμογή σε νέες τεχνολογίες και δεξιότητες (Pei et al 2019)..

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

ΤΗΛΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

2.1 ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ ΣΤΗΝ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗ ΜΑΘΗΣΗ

Η τηλεκπαίδευση και η προσαρμογή στην ηλεκτρονική διαδικτυακή μάθηση έχουν αποτελέσει μια σημαντική εξέλιξη στον τομέα της εκπαίδευσης και έχουν επηρεάσει τον τρόπο με τον οποίο μαθαίνουμε και διδασκόμαστε. Με την αυξημένη διαθεσιμότητα της τεχνολογίας και την ανάπτυξη του διαδικτύου, η τηλεκπαίδευση έχει αποκτήσει μεγάλη δημοτικότητα και έχει ανοίξει νέους ορίζοντες για την εκπαίδευση (Anderson & Dron, 2011).

Η ηλεκτρονική διαδικτυακή μάθηση παρέχει τη δυνατότητα στους μαθητές να αποκτήσουν γνώσεις και δεξιότητες μέσω του διαδικτύου. Οι μαθητές μπορούν να έχουν πρόσβαση σε πληροφορίες και μαθήματα από οποιοδήποτε μέρος του κόσμου, ανεξάρτητα από την γεωγραφική τους θέση. Αυτό ανοίγει νέες δυνατότητες για ανθρώπους που δεν είχαν πρόσβαση σε παραδοσιακές εκπαιδευτικές ευκαιρίες, όπως ανθρώπους που ζουν σε απομακρυσμένες περιοχές ή άτομα με κινητικά προβλήματα (Bates, 2022).

Ένας από τους βασικούς παράγοντες που έχει επηρεάσει την προσαρμογή στην ηλεκτρονική διαδικτυακή μάθηση είναι η ανάπτυξη ειδικών πλατφορμών και εφαρμογών για την παροχή μαθημάτων και την διεξαγωγή εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων. Πλατφόρμες όπως το Coursera, το Udemy και το edX έχουν αναδειχθεί ως δημοφιλείς πηγές μάθησης για εκατομμύρια ανθρώπους παγκοσμίως. Οι εκπαιδευτικοί μπορούν να δημιουργήσουν και να προσφέρουν ηλεκτρονικά μαθήματα, ενώ οι μαθητές μπορούν να επιλέξουν τα μαθήματα που τους ενδιαφέρουν και να προσαρμόσουν τον χρόνο και τον ρυθμό μάθησης σύμφωνα με τις ανάγκες τους (Sindiana et al 2020).

Η τηλεκπαίδευση επίσης επιτρέπει την αλληλεπίδραση και τη συνεργασία μεταξύ των μαθητών και των εκπαιδευτικών. Μέσω εργαλείων όπως τα συστήματα τηλεδιάσκεψης και οι φόρουμ συζήτησης, οι μαθητές μπορούν να συζητήσουν ιδέες, να ανταλλάξουν απόψεις και να λύσουν προβλήματα μαζί, δημιουργώντας ένα ενεργό και συνεργατικό περιβάλλον μάθησης.

Ωστόσο, η προσαρμογή στην ηλεκτρονική διαδικτυακή μάθηση δεν έρχεται χωρίς προκλήσεις. Ορισμένοι μαθητές μπορεί να αντιμετωπίσουν δυσκολίες στην αυτοπειθαρχία και την οργάνωση τους χωρίς την παρουσία ενός φυσικού χώρου μάθησης και ενός εκπαιδευτή. Επίσης, η έλλειψη φυσικής παρουσίας μπορεί να περιορίσει την αίσθηση κοινότητας και αμοιβαίας υποστήριξης που προσφέρει ένα παραδοσιακό εκπαιδευτικό περιβάλλον (Buabeng-Andoh et al 2019).

Παρόλα αυτά, η τηλεκπαίδευση και η ηλεκτρονική διαδικτυακή μάθηση έχουν αποδείξει την αξία τους και προσφέρουν πλούσιες ευκαιρίες για την απόκτηση γνώσης και ανάπτυξη δεξιοτήτων. Είναι σημαντικό να διασφαλίζεται η ποιότητα των διαδικτυακών μαθημάτων και η προσφορά υψηλού επιπέδου εκπαιδευτικών υπηρεσιών. Οι εκπαιδευτικοί πρέπει να είναι προετοιμασμένοι να προσαρμοστούν σε αυτές τις νέες μεθόδους διδασκαλίας και να υιοθετήσουν καινοτόμες πρακτικές που ανταποκρίνονται στις ανάγκες των μαθητών (Garrison & Kanuka, 2021).

2.2 ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ ΣΤΗΝ ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΗΣ ΤΗΛΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Η ιστορία της τηλεκπαίδευσης ξεκινά από τα πρώτα βήματα της τηλεπικοινωνίας και της τεχνολογίας. Αν και η έννοια της τηλεκπαίδευσης εμφανίζεται από τις αρχές του 20ού αιώνα, η πρακτική της απέκτησε ένα πιο συστηματικό πλαίσιο με την πάροδο του χρόνου.

Στις αρχές του 20ού αιώνα, οι πρώτες προσπάθειες για την αποστολή εκπαιδευτικού υλικού μέσω τηλεγραφήματος και τηλεφώνου έλαβαν χώρα. Αυτές οι μέθοδοι, αν

και περιορισμένες, διεύρυναν τις δυνατότητες της εκπαίδευσης και της πρόσβασης σε μάθηση για απομακρυσμένες περιοχές.

Δεκαετία του 1920: Στη δεκαετία του 1920, η ραδιοφωνία άρχισε να παίζει σημαντικό ρόλο στην τηλεεκπαίδευση. Πανεπιστήμια και σχολεία μετέδιδαν μαθήματα και διαλέξεις μέσω ραδιοφώνου, επιτρέποντας σε μεγάλο αριθμό ατόμων να ακούσουν και να μάθουν από απόσταση.

Δεκαετία του 1950: Η εμφάνιση της τηλεόρασης άνοιξε νέες προοπτικές για την τηλεεκπαίδευση. Σχολεία και πανεπιστήμια άρχισαν να μεταδίδουν εκπαιδευτικό περιεχόμενο μέσω τηλεοπτικών προγραμμάτων, προσφέροντας στους μαθητές τη δυνατότητα να ακολουθούν μαθήματα από το σπίτι τους.

Δεκαετία του 1970: Η εξέλιξη των υπολογιστών και των δικτύων άνοιξε νέες δυνατότητες για την τηλεεκπαίδευση. Πανεπιστήμια και οργανισμοί ανέπτυξαν συστήματα διαχείρισης μαθησιακού υλικού και διαδραστικών περιβαλλόντων μάθησης που μπορούσαν να χρησιμοποιηθούν από απόσταση.

Δεκαετία του 1990: Με την εμφάνιση του Διαδικτύου, η τηλεεκπαίδευση έλαβε ένα νέο πρόσωπο. Πανεπιστήμια, εκπαιδευτικά ιδρύματα και εταιρείες ανέπτυξαν πλατφόρμες μάθησης σε απευθείας σύνδεση (online learning platforms), προσφέροντας διάφορα προγράμματα και μαθήματα μέσω του Διαδικτύου.

Μετά το 2021: Η τηλεεκπαίδευση έχει γνωρίσει τεράστια ανάπτυξη μετά το 2021. Η πανδημία του COVID-19 επέφερε την επιταχυνθείσα υιοθέτηση της τηλεεκπαίδευσης σε όλο τον κόσμο. Οι τεχνολογίες όπως τα webinars, οι ειδικές πλατφόρμες μάθησης και οι εργαλειοθήκες τηλεεκπαίδευσης έχουν επιτρέψει στους μαθητές να συνεχίσουν την εκπαίδευσή τους από απόσταση (Bates, 2022).

2.3 ΜΟΡΦΕΣ ΤΗΛΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Η τηλεκπαίδευση παρουσιάζει διάφορες μορφές και προσεγγίσεις που επιτρέπουν την απόκτηση γνώσης και την παροχή εκπαιδευτικού υλικού μέσω απομακρυσμένων μέσων. Ας εξετάσουμε μερικές από τις κύριες μορφές τηλεκπαίδευσης:

1. Εκπαιδευτικά βίντεο: Η παραγωγή και η κοινοποίηση εκπαιδευτικών βίντεο αποτελεί μια δημοφιλή μορφή τηλεκπαίδευσης. Οι εκπαιδευτικοί μπορούν να δημιουργήσουν βίντεο μαθημάτων που καλύπτουν διάφορα θέματα και να τα διαμοιραστούν με τους μαθητές μέσω πλατφορμών βίντεο κοινής χρήσης ή της δικής τους ιστοσελίδας. Αυτό παρέχει τη δυνατότητα στους μαθητές να παρακολουθήσουν τα μαθήματα και να ανατρέξουν σε αυτά όποτε το θελήσουν.
2. Ζωντανά μαθήματα μέσω τηλεδιάσκεψης: Η τηλεδιάσκεψη επιτρέπει την πραγματοποίηση ζωντανών μαθημάτων μεταξύ εκπαιδευτικού και μαθητή ή ακόμη και μεταξύ μαθητών. Χάρη στην τεχνολογία της τηλεδιάσκεψης, οι συμμετέχοντες μπορούν να συνδεθούν από απόσταση και να συμμετάσχουν σε διαλέξεις, εργαστήρια ή συζητήσεις σε πραγματικό χρόνο.
3. Συστήματα διαχείρισης μάθησης (LMS): Τα LMS είναι πλατφόρμες που παρέχουν ένα ολοκληρωμένο περιβάλλον για τη διαχείριση, την παρακολούθηση και την παροχή μαθησιακού υλικού. Οι εκπαιδευτικοί μπορούν να ανεβάσουν υλικό, να προσφέρουν ασκήσεις και εργασίες, να διεξάγουν αξιολογήσεις και να παρακολουθούν την πρόοδο των μαθητών. Τα LMS παρέχουν επίσης χώρους συζήτησης, φόρουμ και δυνατότητες αλληλεπίδρασης μεταξύ των συμμετεχόντων.
4. Μάθηση μέσω παιχνιδιών (Game-based learning): Οι εκπαιδευτικοί μπορούν να χρησιμοποιήσουν παιχνίδια ως εργαλείο για τη διδασκαλία και την εκπαίδευση. Τα παιχνίδια παρέχουν διαδραστικότητα, ενθάρρυνση της

συμμετοχής και της ενασχόλησης των μαθητών, και μπορούν να διδάξουν δεξιότητες και γνώσεις με ευχάριστο και αποτελεσματικό τρόπο.

5. Μαζική μάθηση (Massive Open Online Courses - MOOCs): Τα MOOCs είναι διαδικτυακά μαθήματα που προσφέρονται σε μεγάλο αριθμό μαθητών από διάφορα μέρη του κόσμου. Οι μαθητές μπορούν να παρακολουθήσουν τα μαθήματα, να προχωρήσουν στον ρυθμό τους και να συμμετάσχουν σε αξιολογήσεις. Τα MOOCs παρέχουν πρόσβαση σε ποικίλο εκπαιδευτικό υλικό και επιτρέπουν την απόκτηση γνώσεων σε διάφορους τομείς (Garrison & Kanuka, 2021).

Αυτές είναι μόνο μερικές από τις μορφές τηλεκπαίδευσης που υπάρχουν. Κάθε μορφή έχει τα δικά της πλεονεκτήματα και προκλήσεις, και η επιλογή της κατάλληλης μορφής εξαρτάται από το περιβάλλον, τους στόχους και τις ανάγκες της εκπαιδευτικής διαδικασίας (Pei et al 2019).

2.4 ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ ΤΗΣ ΤΗΛΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Η τηλεκπαίδευση προσφέρει πολλά πλεονεκτήματα που την καθιστούν ανεκτίμητη σε αυτήν την εποχή της ψηφιακής εκπαίδευσης. Ας εξετάσουμε ορισμένα από τα βασικά πλεονεκτήματα της τηλεκπαίδευσης:

Ευελιξία: Οι μαθητές μπορούν να προσαρμόσουν το χρόνο και τον τόπο μάθησης σύμφωνα με τις ατομικές τους ανάγκες. Δεν απαιτείται η φυσική παρουσία σε συγκεκριμένο μέρος ή χώρο μάθησης, επιτρέποντας στους μαθητές να μάθουν από οπουδήποτε και αν βρίσκονται.

Προσβασιμότητα: Η τηλεκπαίδευση επιτρέπει σε μαθητές από μακρινές περιοχές ή από μέρη με περιορισμένη πρόσβαση σε παραδοσιακή εκπαίδευση να αποκτήσουν πρόσβαση σε υψηλής ποιότητας εκπαιδευτικό υλικό και πόρους μέσω του διαδικτύου.

Ευρύτερη ποικιλία μαθησιακών πόρων: Οι μαθητές έχουν πρόσβαση σε πολλούς διαφορετικούς τύπους εκπαιδευτικού υλικού, όπως βίντεο, ηλεκτρονικά βιβλία, παιχνίδια και ασκήσεις, που μπορούν να ενισχύσουν την κατανόηση και την απορρόφηση των γνώσεων.

Ατομική προσαρμογή: Οι μαθητές μπορούν να προχωρήσουν σε δικό τους ρυθμό και να επιλέξουν το υλικό και τις δραστηριότητες που ταιριάζουν στις ατομικές τους ανάγκες και ενδιαφέροντα. Αυτό επιτρέπει την προσαρμογή της μάθησης στον κάθε μαθητή ξεχωριστά.

Αλληλεπίδραση και συνεργασία: Μέσω των διαδικτυακών εργαλείων, οι μαθητές μπορούν να συνδεθούν και να αλληλεπιδράσουν με άλλους μαθητές ή/ και καθηγητές από διάφορα μέρη του κόσμου. Αυτό προάγει τη συνεργασία, τον πολιτισμικό διάλογο και την ανταλλαγή ιδεών.

Συνολικά, η τηλεεκπαίδευση προσφέρει ευκαιρίες για προσαρμοσμένη, προσβάσιμη και αλληλέγγυα εκπαίδευση. Με την συνεχή εξέλιξη της τεχνολογίας και την ανάπτυξη νέων εκπαιδευτικών εργαλείων, η τηλεεκπαίδευση αναμένεται να συνεχίσει να εξελίσσεται και να προσφέρει ακόμη περισσότερα πλεονεκτήματα στον τομέα της εκπαίδευσης (Moore & Kearsley, 2021).

2.5 ΜΕΙΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ ΤΗΣ ΤΗΛΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Παρά τα πολλά πλεονεκτήματα της τηλεεκπαίδευσης, υπάρχουν και ορισμένα μειονεκτήματα που πρέπει να ληφθούν υπόψη. Ας εξετάσουμε μερικά από αυτά:

Έλλειψη απευθείας αλληλεπίδρασης: Η απουσία φυσικής παρουσίας καθηγητή και συμμαθητών μπορεί να περιορίσει την αμοιβαία αλληλεπίδραση και την άμεση ανταπόκριση σε ερωτήσεις και απορίες. Οι μαθητές μπορεί να αισθάνονται απομονωμένοι και να λαμβάνουν λιγότερη άμεση υποστήριξη.

Ανάγκη αυτοδιάθεσης και αυτοπειθαρχίας: Η τηλεκπαίδευση απαιτεί από τους μαθητές να είναι αυτοκατευθυνόμενοι και αυτοπειθαρχημένοι. Ορισμένοι μαθητές μπορεί να αντιμετωπίζουν δυσκολίες στον χειρισμό του χρόνου, την οργάνωση και την παρακολούθηση των μαθημάτων χωρίς την παρουσία ενός καθηγητή ή συνομηλίκων (Siemens, 2019).

Έλλειψη φυσικού περιβάλλοντος μάθησης: Ορισμένοι μαθητές μπορεί να αισθάνονται πιο άνετα και περισσότερο ευνοούμενοι στο παραδοσιακό περιβάλλον της τάξης, όπου υπάρχει άμεση αλληλεπίδραση με τους καθηγητές και τους συμμαθητές τους. Η απουσία αυτού του φυσικού περιβάλλοντος μπορεί να επηρεάσει την εμπλοκή και την κοινωνική διάσταση της μάθησης.

Έλλειψη τεχνικών πόρων και πρόσβασης στο διαδίκτυο: Σε ορισμένες περιοχές ή κοινότητες, η πρόσβαση στο διαδίκτυο μπορεί να είναι περιορισμένη ή ανασφαλής². Οι μαθητές που δεν έχουν πρόσβαση σε κατάλληλους τεχνικούς πόρους, όπως υπολογιστές ή σταθερή σύνδεση στο διαδίκτυο, μπορεί να αντιμετωπίζουν δυσκολίες στην παρακολούθηση των μαθημάτων.

Αυτά είναι μερικά από τα μειονεκτήματα που σχετίζονται με την τηλεκπαίδευση. Ωστόσο, παρά τις προκλήσεις, η τηλεκπαίδευση συνεχίζει να εξελίσσεται και να παρέχει ευκαιρίες για την προσέγγιση της εκπαίδευσης με νέους και καινοτόμους τρόπους (Bates, 2022).

2.6 ΠΡΟΣΒΑΣΙΜΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΨΗΦΙΑΚΟ ΧΑΣΜΑ ΣΤΗΝ ΤΗΛΕΠΑΙΔΕΥΣΗ

Η τηλεκπαίδευση απαιτεί πρόσβαση σε υπολογιστές, συσκευές και σταθερή σύνδεση στο διαδίκτυο. Ωστόσο, σε ορισμένες περιοχές ή κοινότητες, η πρόσβαση σε αυτές τις τεχνολογίες είναι περιορισμένη ή ανύπαρκτη. Αυτό δημιουργεί ανισότητες και αποκλίσεις στην πρόσβαση στην τηλεκπαίδευση.

² κακόβουλο λογισμικό, phishing, επιθέσεις DDoS

Το ψηφιακό χάσμα αναφέρεται στον διαχωρισμό μεταξύ αυτών που έχουν πρόσβαση και ικανότητα να αξιοποιήσουν την τεχνολογία και το διαδίκτυο και αυτών που δεν έχουν. Ορισμένοι άνθρωποι, όπως οι ηλικιωμένοι, οι οικονομικά ασθενέστεροι, τα άτομα με ειδικές ανάγκες και οι κάτοικοι απομακρυσμένων περιοχών, μπορεί να αντιμετωπίζουν δυσκολίες στην πρόσβαση στην τεχνολογία και στη συμμετοχή στην τηλεκπαίδευση, δημιουργώντας ένα ψηφιακό χάσμα.

Η τηλεκπαίδευση μπορεί να αντιμετωπίζει προκλήσεις στην ανταπόκριση στις πολιτισμικές και γλωσσικές ανάγκες των μαθητών. Οι πολιτισμικές διαφορές και η γλωσσική πολυμορφία μπορεί να επηρεάσουν την κατανόηση και τη συμμετοχή στην τηλεκπαίδευση, εάν δεν λαμβάνονται υπόψη οι διαφορετικές ανάγκες και απαιτήσεις.

Για την αντιμετώπιση αυτών των προκλήσεων, απαιτούνται προσπάθειες και πολιτικές που στοχεύουν στη βελτίωση της προσβασιμότητας στην τεχνολογία και την εκπαίδευση, την παροχή εκπαιδευτικών πόρων σε όλους τους μαθητές, την ανάπτυξη προγραμμάτων που λαμβάνουν υπόψη τις πολιτισμικές και γλωσσικές ανάγκες και τη δημιουργία ευκαιριών για κοινωνική αλληλεπίδραση και συνεργασία σε απόσταση.

Συνολικά, η προσβασιμότητα και το ψηφιακό χάσμα είναι σημαντικές πτυχές που πρέπει να ληφθούν υπόψη για την αποτελεσματική υλοποίηση της τηλεκπαίδευσης και τη διασφάλιση ότι κανένας μαθητής δεν αποκλείεται από τις ευκαιρίες μάθησης λόγω περιορισμένης πρόσβασης ή ανισότητας (Simonson et al 2019).

2.7 ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΤΗΛΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΣΤΟ ΜΑΘΗΣΙΑΚΟ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ

Η ηλεκπαίδευση μπορεί να προσφέρει ευελιξία και προσαρμοστικότητα στη μάθηση. Οι μαθητές μπορούν να προσαρμόσουν το ρυθμό και τον τρόπο μάθησης στις ατομικές τους ανάγκες. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε αυξημένη ενασχόληση και

επιτυχία στην κατανόηση των μαθημάτων. Ταυτόχρονα, μπορεί να ενισχύσει τις δεξιότητες των μαθητών στην τεχνολογία και την πληροφορική. Καθώς οι μαθητές χρησιμοποιούν την τεχνολογία για την πρόσβαση στα μαθήματα, αποκτούν εμπειρία και αυτοπεποίθηση στη χρήση των ψηφιακών εργαλείων. Επιπλέον η τηλεκπαίδευση μπορεί να διευρύνει το φάσμα των μαθησιακών ευκαιριών. Οι μαθητές μπορούν να αποκτήσουν πρόσβαση σε πλούσιο περιεχόμενο, διεθνείς πηγές και αυτόνομα μαθήματα που μπορεί να μην ήταν προηγουμένως διαθέσιμα στο σχολείο τους. Αυτό μπορεί να ενθαρρύνει την ευρύτερη γνώση και την ανάπτυξη των ενδιαφερόντων τους.

Ωστόσο, υπάρχουν και ορισμένες προκλήσεις. Η έλλειψη απευθείας αλληλεπίδρασης με τους καθηγητές και τους συμμαθητές μπορεί να μειώσει την κοινωνική διάσταση της μάθησης και να επηρεάσει την αίσθηση συναίνεσης και αλληλεπίδρασης. Επιπλέον, η απουσία παραδοσιακών διαδραστικών στοιχείων, όπως διάλογος πρόσωπο με πρόσωπο και η άμεση ανταμοιβή από τους εκπαιδευτικούς, μπορεί να επηρεάσει την εκπαιδευτική πορεία των μαθητών.

Συνοψίζοντας, η τηλεκπαίδευση έχει δυνατότητες και προκλήσεις στο μαθησιακό αποτέλεσμα των μαθητών. Η ορθολογική χρήση της τεχνολογίας και η δημιουργία προσαρμοσμένων και ενδιαφεροσών περιβαλλόντων μάθησης μπορούν να συμβάλουν στη βελτίωση των μαθησιακών επιδόσεων των μαθητών και να αξιοποιήσουν τα οφέλη της τηλεκπαίδευσης (Sindiana et al 2020).

2.8 ΚΑΤΑΡΤΙΣΗ ΚΑΙ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΤΗΣ ΤΗΛΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Οι εκπαιδευτικοί πρέπει να λάβουν περαιτέρω εξειδίκευση και γνώση στη χρήση της τεχνολογίας και των εργαλείων τηλεκπαίδευσης. Αυτό περιλαμβάνει την εξοικείωση με τις πλατφόρμες διαδικτυακής μάθησης, τα εργαλεία συνεργατικής εργασίας, τη δημιουργία περιεχομένου και τη διαχείριση των διαδικτυακών τάξεων. Επίσης θα πρέπει να είναι σε θέση να σχεδιάζουν και να προσαρμόζουν μαθησιακές

δραστηριότητες για την τηλεκπαίδευση. Αυτό περιλαμβάνει τη δημιουργία διαδραστικών μαθησιακών υλικών, την οργάνωση συνεργατικών δραστηριοτήτων και την αξιοποίηση διαδικτυακών πόρων. Οι εκπαιδευτικοί πρέπει να αναπτύξουν δεξιότητες συνεργασίας και επικοινωνίας σε διαδικτυακό περιβάλλον. Αυτό περιλαμβάνει τη δυνατότητα διαχείρισης της επικοινωνίας με τους μαθητές, την παροχή ανατροφοδότησης και τη διεξαγωγή συνεργατικών δραστηριοτήτων. Τέλος θα πρέπει να είναι ευαισθητοποιημένοι στις ανάγκες των μαθητών με ειδικές ανάγκες και να αναπτύξουν στρατηγικές για την προσβασιμότητα στο ψηφιακό μάθημα. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει την προσαρμογή του υλικού και τη χρήση ειδικών εργαλείων και τεχνολογιών (Garrison & Kanuka, 2021).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ ΤΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΤΗΛΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

3.1 ΜΕΤΑΣΧΗΜΑΤΙΣΤΙΚΟΣ ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΟΧΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Η εξ αποστάσεως εκπαίδευση, γνωστή και ως διαδικτυακή ή εξ αποστάσεως εκπαίδευση, έχει κερδίσει σημαντική έλξη στην Ελλάδα ως μετασχηματιστικός τρόπος παροχής εκπαιδευτικού περιεχομένου και προώθησης της συνεχούς μάθησης. Η εξ αποστάσεως εκπαίδευση στην Ελλάδα έχει γνωρίσει σημαντική ανάπτυξη λόγω των εξελίξεων στην τεχνολογία, της ανάγκης για ευέλικτες επιλογές μάθησης και της παγκόσμιας τάσης προς την ψηφιακή εκπαίδευση. Τα ελληνικά πανεπιστήμια, εκπαιδευτικά ιδρύματα και οι ιδιωτικοί οργανισμοί έχουν αγκαλιάσει τις διαδικτυακές πλατφόρμες για να προσφέρουν ένα ευρύ φάσμα μαθημάτων, προγραμμάτων και πτυχών εκπαίδευσης. Αυτές οι προσφορές απευθύνονται σε ένα ευρύ κοινό, συμπεριλαμβανομένων παραδοσιακών φοιτητών, επαγγελματιών που εργάζονται και ατόμων που επιδιώκουν να βελτιώσουν τις δεξιότητες και τις γνώσεις τους (Paradopoulos et al 2020).

Η εξ αποστάσεως εκπαίδευση έχει εκδημοκρατίσει την εκπαίδευση καταργώντας τα γεωγραφικά εμπόδια. Οι εκπαιδευόμενοι από διάφορες περιοχές της Ελλάδας, καθώς και όσοι ζουν στο εξωτερικό, μπορούν να έχουν πρόσβαση σε εκπαιδευτικό περιεχόμενο και ευκαιρίες υψηλής ποιότητας χωρίς να χρειάζεται να μεταγκατασταθούν. Η διαδικτυακή εκπαίδευση παρέχει ευελιξία όσον αφορά τον προγραμματισμό και τον ρυθμό. Οι μαθητές μπορούν να μελετήσουν με δική τους ευκολία, εξισορροπώντας τη μάθησή τους με την εργασία, τις οικογενειακές υποχρεώσεις και άλλες ευθύνες. Οι πλατφόρμες εξ αποστάσεως εκπαίδευσης προσφέρουν μια ποικιλία μαθημάτων και προγραμμάτων, που κυμαίνονται από προπτυχιακούς τίτλους έως επαγγελματικές πιστοποιήσεις. Οι μαθητές μπορούν να επιλέξουν θέματα που ευθυγραμμίζονται με τα ενδιαφέροντά τους και τους

επαγγελματικούς στόχους τους. Πολλές πλατφόρμες εξ αποστάσεως εκπαίδευσης ενσωματώνουν προσαρμοστικές τεχνολογίες που προσαρμόζουν τη μαθησιακή εμπειρία στις ατομικές ανάγκες. Αυτή η εξατομίκευση ενισχύει τη δέσμευση και την κατανόηση.

Ενώ η τεχνολογία έχει επιτρέψει την εξ αποστάσεως εκπαίδευση, έχει επίσης τονίσει το ψηφιακό χάσμα, όπου δεν έχουν όλοι οι μαθητές ίση πρόσβαση σε συσκευές και αξιόπιστες συνδέσεις στο Διαδίκτυο. Αυτό μπορεί να εμποδίσει τη συμμετοχή περιθωριοποιημένων ή οικονομικά μειονεκτούντων ομάδων.

Η παραδοσιακή εκπαίδευση περιλαμβάνει αλληλεπιδράσεις πρόσωπο με πρόσωπο και εμπειρίες στην πανεπιστημιούπολη (ή το σχολείο) που συμβάλλουν στην ολιστική ανάπτυξη. Η εξ αποστάσεως εκπαίδευση μπορεί να μην διαθέτει τις ευκαιρίες κοινωνικής δικτύωσης που είναι διαθέσιμες σε μια φυσική τάξη. Η διαδικτυακή μάθηση απαιτεί αυτοπειθαρχία και δεξιότητες διαχείρισης χρόνου. Μερικοί μαθητές μπορεί να δυσκολεύονται να παραμείνουν παρακινήμενοι και οργανωμένοι σε ένα απομακρυσμένο περιβάλλον μάθησης. Η διασφάλιση της ποιότητας της διαδικτυακής εκπαίδευσης είναι μια πρόκληση. Τα εκπαιδευτικά ιδρύματα πρέπει να διατηρούν υψηλά πρότυπα, να προσλαμβάνουν καταρτισμένους εκπαιδευτές και να χρησιμοποιούν αποτελεσματικές μεθόδους αξιολόγησης για την επικύρωση των μαθησιακών αποτελεσμάτων.

Το μέλλον της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης στην Ελλάδα μπορεί να περιλαμβάνει μια προσέγγιση συνδυασμένης μάθησης, όπου στοιχεία online και offline συνδυάζονται για τη βελτιστοποίηση των μαθησιακών εμπειριών (Papadopoulos et al 2020). Αυτό θα μπορούσε να βοηθήσει στην αντιμετώπιση των προκλήσεων της απομόνωσης και της περιορισμένης κοινωνικής αλληλεπίδρασης. Καθώς η αγορά εργασίας εξελίσσεται, η εξ αποστάσεως εκπαίδευση μπορεί να διαδραματίσει καθοριστικό ρόλο στην αναβάθμιση των δεξιοτήτων και την επανεκπαίδευση του εργατικού δυναμικού. Οι ευκαιρίες δια βίου μάθησης μπορούν να δώσουν τη δυνατότητα στα άτομα να προσαρμοστούν στις μεταβαλλόμενες απαιτήσεις. Οι συνεχείς εξελίξεις στην τεχνολογία, όπως η εικονική πραγματικότητα και η τεχνητή νοημοσύνη, μπορούν να ενισχύσουν την αποτελεσματικότητα της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης δημιουργώντας καθηλωτικές και διαδραστικές εκπαιδευτικές εμπειρίες (Siemens, 2019).

Για να διασφαλιστεί η ποιότητα και η νομιμότητα των υπηρεσιών εξ αποστάσεως εκπαίδευσης, η Ελλάδα μπορεί να χρειαστεί να θεσπίσει ισχυρά ρυθμιστικά πλαίσια, διαδικασίες διαπίστευσης και μηχανισμούς διασφάλισης ποιότητας. συμπεράσμα Οι υπηρεσίες εξ αποστάσεως εκπαίδευσης στην Ελλάδα αναδιαμορφώνουν το εκπαιδευτικό τοπίο, προσφέροντας προσβασιμότητα, ευελιξία και ποικίλες ευκαιρίες μάθησης. Ενώ υπάρχουν προκλήσεις, οι εξελίξεις στην τεχνολογία, οι εξελισσόμενες παιδαγωγικές προσεγγίσεις και η αυξανόμενη έμφαση στη συνεχή μάθηση ωθούν την εξέλιξη της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης. Καθώς η Ελλάδα συνεχίζει να περιηγείται στις πολυπλοκότητες της ψηφιακής εκπαίδευσης, η επίτευξη ισορροπίας μεταξύ καινοτομίας και διασφάλισης ποιότητας θα είναι ζωτικής σημασίας για τη διαμόρφωση του μέλλοντος της μάθησης στη χώρα (Papadopoulos et al 2020).

3.2 ΑΠΟΣΥΜΦΟΡΗΣΗ ΤΩΝ ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΩΝ ΙΔΡΥΜΑΤΩΝ

Η εξ αποστάσεως εκπαίδευση, έχει αναδειχθεί ως μια επαναστατική λύση για την αντιμετώπιση του ζητήματος του συνωστισμού και της συμφόρησης στα ακαδημαϊκά ιδρύματα. Η αυξανόμενη ζήτηση για τριτοβάθμια εκπαίδευση, σε συνδυασμό με την περιορισμένη φυσική υποδομή, έχει οδηγήσει σε προκλήσεις όπως υπερπλήρεις αίθουσες διδασκαλίας, έλλειψη πόρων και διακυβευμένες μαθησιακές εμπειρίες. Αυτό το άρθρο διερευνά πώς η εξ αποστάσεως εκπαίδευση μπορεί να διαδραματίσει καθοριστικό ρόλο στην αποσυμφόρηση των ακαδημαϊκών ιδρυμάτων, παρέχοντας παράλληλα εκπαίδευση υψηλής ποιότητας και ενισχύοντας το συνολικό μαθησιακό περιβάλλον (Beauregard et al 2019).

3.2.1 Η πρόκληση της συμφόρησης στα ακαδημαϊκά ιδρύματα

Με την πάροδο των ετών, τα ακαδημαϊκά ιδρύματα σε όλο τον κόσμο έχουν αντιμετωπίσει ζητήματα που προκύπτουν από έναν συντριπτικό αριθμό φοιτητών. Τα μεγάλα μεγέθη τάξεων, οι ανεπαρκείς εγκαταστάσεις και η περιορισμένη αλληλεπίδραση μεταξύ μαθητών και εκπαιδευτών έχουν γίνει κοινές συνέπειες του υπερπληθυσμού. Αυτές οι προκλήσεις μπορούν να εμποδίσουν την αποτελεσματική μάθηση, να περιορίσουν την ατομική προσοχή και να μειώσουν τη συνολική ποιότητα της εκπαίδευσης (Ball & Wozniak, 2021).

Η εξ αποστάσεως εκπαίδευση προσφέρει την ευκαιρία να φιλοξενήσει μεγαλύτερο αριθμό μαθητών-φοιτητών χωρίς να δεσμεύεται από περιορισμούς φυσικού χώρου. Τα ακαδημαϊκά ιδρύματα μπορούν να εγγράψουν φοιτητές από διάφορες γεωγραφικές τοποθεσίες, επιτρέποντάς τους να έχουν πρόσβαση σε μαθήματα και προγράμματα χωρίς την ανάγκη φυσικής παρουσίας στην πανεπιστημιούπολη. Η διαδικτυακή μάθηση παρέχει στους μαθητές την ευελιξία να ολοκληρώσουν τα μαθήματα με τον δικό τους ρυθμό και ευκολία. Αυτή η ευελιξία επιτρέπει στα ακαδημαϊκά ιδρύματα να κλιμακώνουν τη συμμετοχή των φοιτητών και να μειώνουν την πίεση στους πόρους κατά τις ώρες αιχμής. Με την εξ αποστάσεως εκπαίδευση, τα ιδρύματα μπορούν να ανακατανεύμουν πόρους που θα είχαν χρησιμοποιηθεί για φυσικές εγκαταστάσεις και συντήρηση για τη βελτίωση της ποιότητας των διαδικτυακών μαθημάτων και των υπηρεσιών υποστήριξης. Αυτό μπορεί να βελτιώσει τη συνολική εκπαιδευτική εμπειρία για τους μαθητές. Οι πλατφόρμες εξ αποστάσεως εκπαίδευσης συχνά διευκολύνουν την ατομική αλληλεπίδραση μεταξύ μαθητών και εκπαιδευτών μέσω εικονικών συζητήσεων, βιντεοκλήσεων και μηνυμάτων ηλεκτρονικού ταχυδρομείου. Αυτή η εξατομικευμένη προσοχή μπορεί να διαχειρίζεται πιο εύκολα, ενισχύοντας τη σχέση μαθητή-δασκάλου και τα μαθησιακά αποτελέσματα. Η εξ αποστάσεως εκπαίδευση εξαλείφει την ανάγκη των μαθητών να μετακινούνται στην πανεπιστημιούπολη, μειώνοντας την κυκλοφοριακή συμφόρηση και την πίεση στα μέσα μαζικής μεταφοράς. Αυτό συμβάλλει σε ένα πιο βιώσιμο και φιλικό προς το περιβάλλον μάθησης (Carnevale & Hatak, 2020).

3.2.2 Προκλήσεις και στρατηγικές μετριασμού

Ενώ η εξ αποστάσεως εκπαίδευση προσφέρει μια πολλά υποσχόμενη λύση για την αποσυμφόρηση των ακαδημαϊκών ιδρυμάτων, παρουσιάζει επίσης τις δικές της προκλήσεις. Δεν έχουν όλοι οι μαθητές ίση πρόσβαση στην τεχνολογία και στο διαδίκτυο υψηλής ταχύτητας που απαιτούνται για την αποτελεσματική διαδικτυακή μάθηση. Πρέπει να καταβληθούν προσπάθειες για να γεφυρωθεί το ψηφιακό χάσμα και να διασφαλιστεί η ένταξη. Η διατήρηση υψηλών προτύπων εκπαίδευσης σε διαδικτυακά προγράμματα είναι απαραίτητη. Τα ιδρύματα πρέπει να επενδύσουν σε ποιοτικό σχεδιασμό μαθημάτων, εκπαίδευση εκπαιδευτών και μεθόδους αξιολόγησης για να διασφαλίσουν ότι επιτυγχάνονται τα μαθησιακά αποτελέσματα. Η δημιουργία ενός ελκυστικού και διαδραστικού διαδικτυακού περιβάλλοντος μάθησης απαιτεί προσεκτικό σχεδιασμό δραστηριοτήτων, συζητήσεων και συνεργατικών έργων για την αναπαραγωγή των πλεονεκτημάτων της πρόσωπο με πρόσωπο αλληλεπίδρασης. Ορισμένοι κλάδοι, όπως οι επιστήμες που βασίζονται στο εργαστήριο ή οι τέχνες του θεάματος, ενδέχεται να απαιτούν πρακτική εμπειρία που είναι δύσκολο να αναπαραχθεί σε ένα διαδικτυακό περιβάλλον. Μια μικτή προσέγγιση που συνδυάζει την ηλεκτρονική διδασκαλία με περιστασιακές προσωπικές συνεδρίες θα μπορούσε να αντιμετωπίσει αυτήν την πρόκληση.

Η εξ αποστάσεως εκπαίδευση έχει τη δυνατότητα να μετριάσει τη συμφόρηση στα ακαδημαϊκά ιδρύματα, παρέχοντας παράλληλα στους μαθητές μαθησιακές εμπειρίες υψηλής ποιότητας. Διευρύνοντας την εμβέλεια, προσφέροντας ευελιξία και βελτιστοποιώντας την κατανομή των πόρων, η εξ αποστάσεως εκπαίδευση μπορεί να συμβάλει στην αποσυμφόρηση των τάξεων και στη βελτίωση του συνολικού εκπαιδευτικού περιβάλλοντος. Ενώ υπάρχουν προκλήσεις, οι συνεχείς επενδύσεις στην τεχνολογία, την παιδαγωγική καινοτομία και τις υποδομές μπορούν να ενδυναμώσουν περαιτέρω τα ιδρύματα να αξιοποιήσουν τα οφέλη της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης και να εξασφαλίσουν μια βιώσιμη και αποτελεσματική προσέγγιση για την αποσυμφόρηση (Garrison & Kanuka, 2021).

3.3 Η ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Η εξ αποστάσεως εκπαίδευση ενώ προσφέρει ευελιξία και προσβασιμότητα εντούτοις έχουν προκύψει ανησυχίες σχετικά με τις δυνατότητές του να μειώσει την ποιότητα της εκπαίδευσης.

Η παραδοσιακή εκπαίδευση ευδοκμεί στην πρόσωπο με πρόσωπο αλληλεπίδραση μεταξύ μαθητών και εκπαιδευτών. Στην εξ αποστάσεως εκπαίδευση, αυτή η άμεση αλληλεπίδραση συχνά περιορίζεται σε εικονικές πλατφόρμες, παρεμποδίζοντας ενδεχομένως την ανάπτυξη δεξιοτήτων επικοινωνίας, άμεσης ανατροφοδότησης και προσωπικών συνδέσεων. Τα διαδικτυακά μαθήματα μπορεί μερικές φορές να μην έχουν το ελκυστικό περιβάλλον στην τάξη που ενθαρρύνει την ενεργό συμμετοχή και τα κίνητρα. Η απουσία αλληλεπίδρασης σε πραγματικό χρόνο με συνομηλίκους και εκπαιδευτές μπορεί να οδηγήσει σε μειωμένη δέσμευση και παθητική μαθησιακή εμπειρία. Δεν διαθέτουν όλοι οι μαθητές ισχυρές δεξιότητες ψηφιακής παιδείας, οι οποίες είναι ζωτικής σημασίας για την αποτελεσματική συμμετοχή σε διαδικτυακά μαθήματα. Οι μαθητές που αγωνίζονται με την τεχνολογία μπορεί να θεωρήσουν ότι είναι δύσκολο να πλοηγηθούν σε ψηφιακές πλατφόρμες, επηρεάζοντας τη συνολική τους μαθησιακή εμπειρία. Η συνεργατική μάθηση και οι αλληλεπιδράσεις μεταξύ ομοτίμων διαδραματίζουν ζωτικό ρόλο στην εκπαίδευση. Στην εξ αποστάσεως εκπαίδευση, οι μαθητές μπορεί να χάσουν αυθόρμητες συζητήσεις, ομαδικά έργα και κοινωνικές αλληλεπιδράσεις που ενθαρρύνουν την αίσθηση της κοινότητας και της κοινής μάθησης. Ορισμένοι τομείς σπουδών, όπως οι επιστήμες και οι τέχνες, απαιτούν πρακτική εμπειρία, πειραματισμό και πρακτική εκπαίδευση που είναι πιο δύσκολο να αναπαραχθούν σε διαδικτυακό περιβάλλον. Η εξ αποστάσεως εκπαίδευση μπορεί να θέσει σε κίνδυνο το βάθος της κατανόησης που αποκτάται από την πρακτική εφαρμογή (Moore & Kearsley, 2021).

3.3.1 Ευκαιρίες για βελτίωση της ποιότητας

Οι καλοσχεδιασμένες διαδικτυακές πλατφόρμες μπορούν να ενσωματώνουν διαδραστικά στοιχεία όπως φόρουμ συζητήσεων, ζωντανές συνομιλίες και εικονικές ομαδικές δραστηριότητες. Αυτά τα χαρακτηριστικά μπορούν να προσομοιώσουν τις αλληλεπιδράσεις στην τάξη και να δημιουργήσουν ελκυστικά περιβάλλοντα μάθησης. Η ενσωμάτωση προσαρμοστικών τεχνολογιών μάθησης μπορεί να εξατομικεύσει τη μαθησιακή εμπειρία με βάση την ατομική πρόοδο και τα στυλ μάθησης, ενισχύοντας ενδεχομένως την κατανόηση και τη διατήρηση του υλικού μαθήματος. Η διαδικτυακή μάθηση προσφέρει πρόσβαση σε πληθώρα ψηφιακών πόρων, συμπεριλαμβανομένων παρουσιάσεων πολυμέσων, προσομοιώσεων και παγκόσμιων προοπτικών, εμπλουτίζοντας την εκπαιδευτική εμπειρία πέρα από τα παραδοσιακά εγχειρίδια. Η εξ αποστάσεως εκπαίδευση δίνει τη δυνατότητα στα άτομα να συνεχίσουν την εκπαίδευση, ενώ παράλληλα εξισορροπούν την εργασία, την οικογένεια και άλλες υποχρεώσεις. Αυτή η ευελιξία μπορεί να δώσει στους μαθητές τη δυνατότητα να συμμετέχουν στη δια βίου μάθηση και αναβάθμιση δεξιοτήτων. Η διαδικτυακή εκπαίδευση διευκολύνει τις συνδέσεις με μαθητές και εκπαιδευτές από διαφορετικά υπόβαθρα, ενισχύοντας μια παγκόσμια προοπτική και πολιτιστική κατανόηση που μπορεί να εμπλουτίσει το μαθησιακό ταξίδι (Carillo et al 2021).

3.3.2 Στρατηγικές μετριασμού για τη διασφάλιση ποιότητας

Ο στοχαστικός σχεδιασμός μαθημάτων που ενσωματώνει πολυμέσα, διαδραστικά στοιχεία και σαφείς μαθησιακούς στόχους μπορεί να ενισχύσει τη δέσμευση και την κατανόηση στα διαδικτυακά μαθήματα. Οι εκπαιδευτικοί χρειάζονται περαιτέρω εκπαίδευση για την αποτελεσματική πλοήγηση σε διαδικτυακές μεθόδους και τεχνολογίες διδασκαλίας, διασφαλίζοντας ότι μπορούν να δημιουργήσουν δυναμικές και διαδραστικές εικονικές αίθουσες διδασκαλίας.

Η έγκαιρη ανατροφοδότηση και οι ποικίλες μέθοδοι αξιολόγησης, συμπεριλαμβανομένων των κουίζ, των εργασιών και των συζητήσεων, μπορούν να μετρήσουν την κατανόηση των μαθητών και να διατηρήσουν την υπευθυνότητα. Ο συνδυασμός της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης με περιοδικές προσωπικές συνεδρίες ή πρακτικά εργαστήρια μπορεί να αντιμετωπίσει περιορισμούς σε τομείς που απαιτούν πρακτική εμπειρία.

Η εξ αποστάσεως εκπαίδευση παρουσιάζει προκλήσεις και ευκαιρίες όσον αφορά την ποιότητα της εκπαίδευσης. Ενώ οι ανησυχίες σχετικά με τη μειωμένη αλληλεπίδραση, τη δέσμευση και την πρακτική εμπειρία είναι έγκυρες, οι καινοτόμες προσεγγίσεις, οι διαδραστικές τεχνολογίες και οι παιδαγωγικές στρατηγικές μπορούν να μετριάσουν αυτά τα ζητήματα. Το κλειδί είναι ο σκόπιμος σχεδιασμός διαδικτυακών μαθημάτων, η συνεχής επαγγελματική ανάπτυξη για τους εκπαιδευτικούς και η δέσμευση για την προώθηση ενεργών, ελκυστικών και ουσιαστικών εικονικών περιβαλλόντων μάθησης. Καθώς η τεχνολογία συνεχίζει να εξελίσσεται, η δυνατότητα βελτίωσης της ποιότητας της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης παραμένει ένα δυναμικό και εξελισσόμενο πεδίο με την ικανότητα να αναδιαμορφώνει το μέλλον της μάθησης (Bouziri et al 2020).

3.4 ΟΙ ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ ΤΩΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ

Η διαδικτυακή μάθηση, έχει αλλάξει γρήγορα το εκπαιδευτικό τοπίο, προσφέροντας νέες ευκαιρίες τόσο για μαθητές όσο και για εκπαιδευτικούς. Ενώ παρέχει ευελιξία και πρόσβαση σε ένα ευρύτερο κοινό, παρουσιάζει επίσης ένα μοναδικό σύνολο προκλήσεων για τους εκπαιδευτικούς. Η μετάβαση από την παραδοσιακή διδασκαλία πρόσωπο με πρόσωπο στη διαδικτυακή διδασκαλία απαιτεί σημαντική προσαρμογή στις μεθόδους διδασκαλίας. Οι δάσκαλοι πρέπει να επαναξιολογήσουν τις παιδαγωγικές τους προσεγγίσεις, μετατρέποντας τις δραστηριότητες της τάξης σε ελκυστικές διαδικτυακές εμπειρίες που προωθούν την ενεργό μάθηση και τη συμμετοχή των μαθητών (Golden & Raghuram, 2010).

Η επάρκεια με ψηφιακά εργαλεία και πλατφόρμες είναι απαραίτητη για την αποτελεσματική διαδικτυακή διδασκαλία. Πολλοί εκπαιδευτικοί αντιμετωπίζουν μια απότομη καμπή μάθησης καθώς πλοηγούνται σε τηλεδιάσκεψη, συστήματα διαχείρισης μάθησης και διάφορους διαδικτυακούς πόρους. Η υπέρβαση των τεχνικών προκλήσεων και η άνεση με αυτά τα εργαλεία είναι ζωτικής σημασίας για την απρόσκοπτη ηλεκτρονική διδασκαλία. Ο σχεδιασμός περιεχομένου που προσελκύει την προσοχή των μαθητών και διατηρεί τη δέσμευσή τους σε ένα διαδικτυακό περιβάλλον μπορεί να είναι πρόκληση. Οι δάσκαλοι πρέπει να αναπτύξουν υλικό πολυμέσων, διαδραστικές δραστηριότητες και αξιολογήσεις που προάγουν την κατανόηση και την ενεργό μάθηση, λαμβάνοντας παράλληλα υπόψη τα διαφορετικά στυλ μάθησης. Οι διαδικτυακές τάξεις δεν διαθέτουν την άμεση ανατροφοδότηση και τις δυναμικές αλληλεπιδράσεις των παραδοσιακών τάξεων. Οι δάσκαλοι πρέπει να χρησιμοποιούν καινοτόμες στρατηγικές για να κρατούν τους μαθητές αφοσιωμένους, όπως η προώθηση διαδικτυακών συζητήσεων, η χρήση παιχνιδιών και η ενσωμάτωση πραγματικών παραδειγμάτων που έχουν απήχηση στους μαθητές (Gajendran et al, 2015).

Ο σχεδιασμός αποτελεσματικών αξιολογήσεων που μετρούν την κατανόηση των μαθητών ενώ αποτρέπουν την εξαπάτηση μπορεί να είναι περίπλοκος στο εικονικό περιβάλλον. Η παροχή έγκαιρης και ουσιαστικής ανατροφοδότησης σε μια διαφορετική ομάδα μαθητών μπορεί επίσης να είναι πρόκληση, καθώς η απουσία αλληλεπιδράσεων πρόσωπο με πρόσωπο μπορεί να εμποδίσει τη σαφήνεια και το βάθος της ανατροφοδότησης. Η διαδικτυακή διδασκαλία απαιτεί συχνά επιπλέον χρόνο για τη δημιουργία περιεχομένου, την επικοινωνία και την αντιμετώπιση τεχνικών προβλημάτων. Η εξισορρόπηση αυτών των απαιτήσεων με τις υπάρχουσες ευθύνες μπορεί να οδηγήσει σε εξάντληση και στρες μεταξύ των εκπαιδευτικών. Ακόμα, η δημιουργία μιας υποστηρικτικής και συνεργατικής διαδικτυακής κοινότητας μάθησης απαιτεί σκόπιμη προσπάθεια. Οι δάσκαλοι πρέπει να βρουν τρόπους για να καλλιεργήσουν τις συνδέσεις μεταξύ των μαθητών και να δημιουργήσουν ένα περιεκτικό, φιλόξενο περιβάλλον εικονικής τάξης. Η διασφάλιση ότι όλοι οι μαθητές έχουν ίση πρόσβαση σε πόρους και ευκαιρίες μπορεί να είναι πρόκληση. Οι δάσκαλοι πρέπει να λαμβάνουν υπόψη τις διαφορετικές ζώνες ώρας, τους τεχνολογικούς περιορισμούς και τα διαφορετικά επίπεδα ψηφιακού γραμματισμού μεταξύ των μαθητών τους.

Σε μια φυσική τάξη, οι δάσκαλοι βασίζονται σε μη λεκτικές ενδείξεις για να μετρήσουν την κατανόηση των μαθητών και να προσαρμόσουν τις οδηγίες τους. Στο εικονικό περιβάλλον, αυτές οι ενδείξεις μπορεί να είναι λιγότερο εμφανείς, καθιστώντας δυσκολότερη την αξιολόγηση της κατανόησης και την προσαρμογή των στρατηγικών διδασκαλίας ανάλογα. Η παρακολούθηση του εξελισσόμενου τοπίου της διαδικτυακής εκπαίδευσης απαιτεί συνεχή επαγγελματική ανάπτυξη. Οι δάσκαλοι χρειάζονται πρόσβαση σε κατάρτιση και πόρους για να βελτιώσουν τις δεξιότητές τους στην ψηφιακή διδασκαλία και να παραμείνουν ενημερωμένοι για τις βέλτιστες πρακτικές στην εξ αποστάσεως εκπαίδευση (Garrison & Kanuka, 2021).

3.4.1 Αντιμετώπιση των Προκλήσεων

Η παροχή στους δασκάλους ολοκληρωμένης κατάρτισης σχετικά με τα διαδικτυακά εργαλεία διδασκαλίας, τον εκπαιδευτικό σχεδιασμό και τις στρατηγικές για τη συμμετοχή των μαθητών είναι απαραίτητη. Τα ιδρύματα θα πρέπει να δημιουργήσουν συστήματα υποστήριξης για να βοηθήσουν τους εκπαιδευτικούς στην αντιμετώπιση των τεχνικών προκλήσεων.

Η ενθάρρυνση της συνεργασίας μεταξύ των εκπαιδευτικών μέσω της καθοδήγησης από ομοτίμους, των εργαστηρίων και των διαδικτυακών κοινοτήτων μπορεί να διευκολύνει την ανταλλαγή βέλτιστων πρακτικών και καινοτόμων προσεγγίσεων.

Η χρήση διαφορετικών μεθόδων αξιολόγησης, όπως εξετάσεις ανοιχτών βιβλίων, αξιολογήσεις βάσει έργων και στοχαστικά περιοδικά, μπορεί να βοηθήσει στην αντιμετώπιση των περιορισμών των παραδοσιακών δοκιμών στο διαδικτυακό περιβάλλον.

Η δημιουργία σαφών γραμμών επικοινωνίας και διαθεσιμότητας για τους μαθητές μπορεί να βοηθήσει να γεφυρωθεί το χάσμα που δημιουργείται από τη φυσική απόσταση. Τα τακτικά check-in και οι εικονικές ώρες γραφείου μπορούν να προσφέρουν στους μαθητές μια αίσθηση σύνδεσης. Η δημιουργία περιεχομένου και

δραστηριοτήτων που είναι προσβάσιμες σε όλους τους μαθητές, ανεξάρτητα από τους τεχνολογικούς πόρους ή τις ικανότητές τους, είναι ζωτικής σημασίας για την προώθηση της ισότητας και τη διασφάλιση ότι κανένας μαθητής δεν θα μείνει πίσω(Siemens, 2019).

3.5 Δυσκολίες τηλεεκπαίδευσης για τα άτομα με ειδικές ανάγκες

Η διαδικτυακή εκπαίδευση για τα άτομα με ειδικές ανάγκες και η πλοήγηση στο τοπίο της εικονικής μάθησης παρουσιάζει μοναδικές προκλήσεις. Μία από τις πιο σημαντικές προκλήσεις για άτομα με ειδικές ανάγκες είναι η προσβασιμότητα του διαδικτυακού περιεχομένου. Πολλές πλατφόρμες και πόροι ηλεκτρονικής μάθησης ενδέχεται να μην έχουν σχεδιαστεί με την κατάλληλη προσοχή στα πρότυπα προσβασιμότητας, γεγονός που καθιστά δύσκολο για τους μαθητές με προβλήματα όρασης, ακοής, κινητικότητας ή γνωστικής βλάβης να ασχοληθούν πλήρως με το υλικό (Gajendran et al, 2015).

Στις παραδοσιακές τάξεις, οι μαθητές με ειδικές ανάγκες λαμβάνουν συχνά εξατομικευμένη υποστήριξη από εκπαιδευτικούς και βοηθητικό προσωπικό. Τα διαδικτυακά περιβάλλοντα μάθησης ενδέχεται να μην έχουν την άμεση βοήθεια και την προσαρμοσμένη καθοδήγηση που χρειάζονται αυτοί οι μαθητές για να κατανοήσουν και να περιηγηθούν αποτελεσματικά στο περιεχόμενο. Τα άτομα με ειδικές ανάγκες μπορεί να αντιμετωπίσουν δυσκολίες στη χρήση των ψηφιακών εργαλείων και τεχνολογιών που απαιτούνται για την τηλεμάθηση. Η πλοήγηση σε σύνθετες διεπαφές, η συμμετοχή σε εικονικές συζητήσεις ή η πρόσβαση σε διαδικτυακούς πόρους μπορεί να δημιουργήσει σημαντικές προκλήσεις για μαθητές με περιορισμένο ψηφιακό γραμματισμό ή κινητικές δεξιότητες.

Τα διαδικτυακά περιβάλλοντα μάθησης μπορεί να είναι οπτικά και ακουστικά συντριπτικά, ειδικά για άτομα με αισθητηριακές ευαισθησίες ή διαταραχές του φάσματος του αυτισμού. Τα υπερβολικά οπτικά στοιχεία, οι παρουσιάσεις με γρήγορο ρυθμό ή οι θορυβώδεις ήχοι φόντου μπορούν να δημιουργήσουν εμπόδια στην αφοσίωση και την κατανόηση. Για τους μαθητές που βασίζονται στη μη

λεκτική επικοινωνία, τις χειρονομίες ή τη νοηματική γλώσσα, η έλλειψη πρόσωπο με πρόσωπο αλληλεπίδρασης μπορεί να εμποδίσει την ικανότητά τους να εκφράζονται, να συνεργάζονται με συνομηλίκους και να συμμετέχουν σε ουσιαστικές συζητήσεις. Η προσαρμογή των αξιολογήσεων για την κάλυψη των διαφορετικών αναγκών των μαθητών με αναπηρίες μπορεί να είναι δύσκολη σε ένα διαδικτυακό πλαίσιο. Η παροχή εναλλακτικών μορφών, εκτεταμένου χρόνου ή υποστηρικτικών τεχνολογιών για αξιολογήσεις ενδέχεται να απαιτεί προσεκτικό σχεδιασμό και εφαρμογή. Οι μαθητές με ειδικές ανάγκες μπορεί να αντιμετωπίσουν αυξημένο άγχος κατά τη μετάβαση στην διαδικτυακή μάθηση, καθώς μπορεί να αισθάνονται απομονωμένοι ή να αγωνίζονται με την απουσία οικείων δικτύων υποστήριξης (Simonson et al 2019).

3.5.1 Στρατηγικές για την ενσωμάτωση και την ισότιμη πρόσβαση

Οι εκπαιδευτικοί και οι σχεδιαστές διδασκαλίας θα πρέπει να δώσουν προτεραιότητα στη δημιουργία διαδικτυακών μαθημάτων που συμμορφώνονται με τα πρότυπα προσβασιμότητας, όπως η παροχή εναλλακτικού κειμένου για εικόνες, υπότιτλων για βίντεο και εύκολη πλοήγηση για προγράμματα ανάγνωσης οθόνης. Τα ιδρύματα θα πρέπει να προσφέρουν υπηρεσίες εικονικής υποστήριξης, όπως βοήθεια συνομιλίας σε πραγματικό χρόνο ή τηλεδιάσκεψη με ειδικούς υποστήριξης μάθησης, για να παρέχουν εξατομικευμένη καθοδήγηση σε μαθητές με ειδικές ανάγκες. Θα πρέπει να ενσωματωθεί μια ποικιλία βοηθητικών τεχνολογιών, όπως λογισμικό μετατροπής κειμένου σε ομιλία, προγράμματα ανάγνωσης οθόνης και εργαλεία αναγνώρισης ομιλίας, για να προσαρμοστεί η διδασκαλία σε διαφορετικά στυλ και ικανότητες μάθησης. Ταυτόχρονα οι ευέλικτες επιλογές αξιολόγησης ειτρέπουν ευελιξία σε μορφές αξιολόγησης, χρονοδιαγράμματα και προσαρμογές για να διασφαλιστεί ότι οι μαθητές με ειδικές ανάγκες μπορούν να επιδείξουν αποτελεσματικά τις γνώσεις και τις δεξιότητές τους. Θα πρέπει να παρέχονται λεπτομερείς οδηγίες και χρονοδιαγράμματα για να μειωθεί το άγχος και να βοηθηθούν τους μαθητές με ειδικές ανάγκες να αισθάνονται πιο σίγουροι για την πλοήγηση στο διαδικτυακό περιβάλλον μάθησης. Τέλος θα πρέπει να

ενσωματωθούν στρατηγικές δέσμευσης με πολλαπλούς τρόπους, όπως πίνακες συζητήσεων, διαδραστικές προσομοιώσεις και περιεχόμενο πολυμέσων, για να καλύψουν διαφορετικές μαθησιακές προτιμήσεις και ικανότητες(Silowan, 2022).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑ

4.1 ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑΣ

Η τηλεργασία (ή απομακρυσμένη εργασία) αναφέρεται στην εκτέλεση επαγγελματικών καθηκόντων ή εργασιών μέσω της χρήσης τεχνολογίας επικοινωνίας, όπως η τηλεφωνία, η τηλεδιάσκεψη και το διαδίκτυο, χωρίς την ανάγκη φυσικής παρουσίας σε έναν συγκεκριμένο χώρο εργασίας(Allen et al, 2017).

Ο προσδιορισμός της τηλεργασίας μπορεί να διαφέρει ανάλογα με τον πολιτισμό, τον οργανισμό ή το νομικό πλαίσιο κάθε χώρας. Ωστόσο, συνήθως περιλαμβάνει τα εξής στοιχεία:

1. Απομακρυσμένη εκτέλεση εργασίας: Οι εργαζόμενοι μπορούν να εκτελούν τις εργασίες τους εκτός του κλασικού γραφείου ή εργασιακού χώρου. Αντί για την παρουσία σε έναν συγκεκριμένο φυσικό χώρο, μπορούν να εργάζονται από το σπίτι, βιβλιοθήκη ή άλλο χώρο της επιλογής τους.
2. Τεχνολογία επικοινωνίας: Η τηλεργασία βασίζεται στη χρήση τεχνολογίας επικοινωνίας για τη σύνδεση των εργαζομένων με τον εργοδότη ή τους συναδέλφους τους. Αυτή περιλαμβάνει τηλεφωνία, email, τηλεδιάσκεψη, συνεργατικά εργαλεία και άλλες μορφές ψηφιακής επικοινωνίας.
3. Αυτονομία και ευελιξία: Οι εργαζόμενοι στην τηλεργασία συνήθως έχουν μεγαλύτερη αυτονομία στη διαχείριση του χρόνου και της εργασίας τους. Αυτό σημαίνει ότι μπορούν να οργανώνουν το πρόγραμμά τους με βάση τις ανάγκες τους, με την προϋπόθεση ότι εκπληρώνουν τις ανατεθειμένες εργασίες εντός των προθεσμιών.

4. Αξιολόγηση των αποτελεσμάτων: Σε πολλές περιπτώσεις, η τηλεργασία δεν βασίζεται τόσο στον χρόνο που αφιερώνεται στην εργασία, αλλά στα αποτελέσματα που επιτυγχάνονται. Οι εργαζόμενοι αξιολογούνται με βάση την παραγωγικότητα, την ποιότητα της εργασίας και την εκπλήρωση των στόχων τους.

Συνολικά, η τηλεργασία προσφέρει τη δυνατότητα στους εργαζόμενους να εκτελούν τις εργασίες τους με μεγαλύτερη ευελιξία, να εξοικονομούν χρόνο και κόπο από τις μετακινήσεις και να διατηρούν μια καλή ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής(Moore & Kearsley, 2021).

4.2 ΡΥΘΜΙΣΗ ΤΗΣ ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑΣ ΣΕ ΕΘΝΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ

Η ρύθμιση της τηλεργασίας σε εθνικό επίπεδο διαφέρει ανάλογα με τη χώρα και το νομικό πλαίσιο που ισχύει. Ορισμένες χώρες έχουν θεσπίσει συγκεκριμένους νόμους ή κανονισμούς που αφορούν την τηλεργασία, ενώ άλλες εξαρτώνται από συμφωνίες ή συμβάσεις μεταξύ εργαζομένων και εργοδοτών.

Ο νόμος μπορεί να ορίζει τον ορισμό της τηλεργασίας και να καθορίζει ποιους εργαζόμενους και εργοδότες καλύπτονται από αυτήν. Μπορεί επίσης να περιλαμβάνει τον ορισμό των δικαιωμάτων και των υποχρεώσεων των εμπλεκόμενων πλευρών.

Εργατικός νόμος και προστασία: Ο νόμος μπορεί να περιλαμβάνει διατάξεις για την προστασία των εργαζομένων που ασκούν τηλεργασία. Αυτές μπορεί να περιλαμβάνουν τη ρύθμιση του χρόνου εργασίας, των διακοπών, της υγείας και ασφάλειας στην εργασία και της αποζημίωσης.

Δικαιώματα και υποχρεώσεις των εργαζομένων: Ο νόμος μπορεί να προσδιορίζει τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις των εργαζομένων που ασκούν τηλεργασία, όπως η πρόσβαση σε εργασιακά έγγραφα, η προστασία των προσωπικών δεδομένων και η δυνατότητα επαγγελματικής εξέλιξης(Simonson et al 2019)..

Συμφωνίες και συμβάσεις: Σε ορισμένες περιπτώσεις, η τηλεργασία μπορεί να ρυθμίζεται μέσω συμφωνιών ή συμβάσεων μεταξύ εργαζομένων και εργοδοτών. Αυτές οι συμφωνίες μπορούν να καθορίζουν τις συνθήκες εργασίας, την αμοιβή, την ευελιξία και άλλα σχετικά θέματα.

Στην Ελλάδα, η τηλεργασία ρυθμίζεται από τον Νόμο 4764/2020, με τίτλο "Ρύθμιση Απομακρυσμένης Εργασίας και Άλλες Διατάξεις". Ο νόμος αυτός εισήχθη για να παράσχει νομικό πλαίσιο για την τηλεργασία και να διασφαλίσει τα δικαιώματα και την προστασία των εργαζομένων που ασκούν απομακρυσμένη εργασία.

Ο νόμος ορίζει την απομακρυσμένη εργασία ως την εργασία που εκτελείται από τον εργαζόμενο με τη χρήση τεχνολογίας τηλεπικοινωνιών, χωρίς τη φυσική παρουσία του εργαζόμενου στον εργασιακό χώρο του εργοδότη.

Πριν αρχίσει η απομακρυσμένη εργασία, ο εργοδότης και ο εργαζόμενος πρέπει να συνάψουν γραπτή συμφωνία, η οποία περιλαμβάνει τα καθήκοντα, το ωράριο, την αμοιβή, τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις των εμπλεκόμενων πλευρών.

Οι εργαζόμενοι σε απομακρυσμένη εργασία έχουν τα ίδια δικαιώματα και υποχρεώσεις όπως και οι εργαζόμενοι στον εργασιακό χώρο του εργοδότη. Ο νόμος καθορίζει τα όρια του εργατικού χρόνου, τις διακοπές, τα δικαιώματα σε ανάπαυση και την εξίσου σημαντική ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής.

Οι εργαζόμενοι σε απομακρυσμένη εργασία έχουν δικαίωμα σε ασφαλείς και υγιείς συνθήκες εργασίας. Οι εργοδότες είναι υπεύθυνοι για την προστασία των εργαζομένων από κινδύνους και ατυχήματα, καθώς και για την προστασία των προσωπικών δεδομένων των εργαζομένων.

Είναι σημαντικό να σημειωθεί ότι ο νόμος αυτός δίνει τη βάση για τη ρύθμιση της τηλεργασίας, αλλά οι λεπτομέρειες όπως οι αμοιβές και οι όροι εργασίας μπορεί να διαφέρουν ανάλογα με τις συμφωνίες που συνάπτονται μεταξύ των εμπλεκόμενων πλευρών (Siemens, 2019).

4.3 ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑΣ ΣΤΙΣ ΣΥΜΒΑΣΕΙΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Η τηλεργασία μπορεί να έχει επίδραση στις συμβάσεις εργασίας ανάλογα με το πώς ρυθμίζεται και εφαρμόζεται. Οι επιπτώσεις αυτές μπορεί να περιλαμβάνουν:

Τροποποίηση του τύπου εργασίας: Με την τηλεργασία, οι εργαζόμενοι μπορεί να εκτελούν την εργασία τους από απόσταση, εκτός των εργασιακών χώρων της εταιρείας. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε τροποποίηση των συμβατικών όρων που αφορούν τον τύπο εργασίας, περιλαμβανομένης της αλλαγής της διεύθυνσης του εργαστηρίου ή του γραφείου.

Αλλαγή στο ωράριο εργασίας: Η τηλεργασία μπορεί να επιτρέψει μεγαλύτερη ευελιξία ως προς τον χρόνο εργασίας. Οι εργαζόμενοι μπορούν να έχουν περισσότερο έλεγχο στο πώς οργανώνουν τον χρόνο τους, ενώ οι εργοδότες μπορούν να επιτρέψουν ευέλικτα ωράρια εργασίας. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε αλλαγές στις συμβατικές διατάξεις που αφορούν το ωράριο εργασίας, όπως τις ώρες παρουσίας στον χώρο εργασίας ή τον χρόνο που θεωρείται ως χρόνος εργασίας.

Ασφάλεια και προστασία δεδομένων: Με την τηλεργασία, οι εργαζόμενοι συχνά χρησιμοποιούν τεχνολογία τηλεπικοινωνιών και αποθηκεύουν ευαίσθητα δεδομένα στις συσκευές τους. Αυτό μπορεί να έχει επιπτώσεις στην ασφάλεια και την προστασία των δεδομένων. Συνεπώς, οι συμβάσεις εργασίας μπορεί να προβλέπουν διατάξεις που αφορούν την ασφάλεια των δεδομένων και την υποχρέωση των εργαζομένων να τηρούν συγκεκριμένους κανόνες και διαδικασίες για την προστασία των πληροφοριών (Golden et al 2019).

4.4 ΟΦΕΛΗ ΚΑΙ ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑΣ

Η τηλεργασία, η οποία αναφέρεται στην εκτέλεση εργασίας εκτός των κλασικών εργασιακών χώρων, έχει επιφέρει πολλά οφέλη τόσο για τους εργαζόμενους όσο και για τους εργοδότες. Παρακάτω θα εξετάσουμε κάποια από τα βασικά οφέλη της τηλεργασίας:

Η τηλεργασία παρέχει στους εργαζόμενους την ευελιξία να οργανώνουν τον χρόνο και τον χώρο εργασίας τους σύμφωνα με τις ανάγκες τους. Αυτό δίνει τη δυνατότητα να επιτελούν τα καθήκοντά τους αποτελεσματικά και να επιτυγχάνουν μια ισορροπία μεταξύ εργασίας και προσωπικής ζωής. Πολλοί εργαζόμενοι αναφέρουν αύξηση της παραγωγικότητάς τους όταν εργάζονται από το σπίτι ή άλλο μέρος εκτός του γραφείου. Η απουσία διαταραχών από το περιβάλλον του γραφείου, όπως οι διαδρομές, οι συζητήσεις και οι διακοπές, μπορεί να βοηθήσει τους εργαζόμενους να επικεντρωθούν και να είναι πιο αποδοτικοί στην εργασία τους. Η τηλεργασία μπορεί να οδηγήσει σε μείωση δαπανών τόσο για τους εργαζόμενους όσο και για τους εργοδότες. Οι εργαζόμενοι μπορούν να εξοικονομήσουν χρόνο και χρήματα που σχετίζονται με τις μετακινήσεις προς και από τον χώρο εργασίας, όπως το κόστος των μέσων μεταφοράς, των καυσίμων κλπ. Από την άλλη πλευρά, οι εργοδότες μπορούν να μειώσουν τα έξοδα λειτουργίας για γραφειακούς χώρους, ενέργεια, νερό και άλλες υποδομές.

Η δυνατότητα τηλεργασίας μπορεί να αυξήσει την προσέλκυση και τη διατήρηση των ταλέντων για τις επιχειρήσεις. Πολλοί εργαζόμενοι επιθυμούν να έχουν την ευελιξία να εργάζονται από απόσταση και να έχουν έναν ευέλικτο ωράριο εργασίας, και η παροχή αυτής της επιλογής μπορεί να βοηθήσει τις επιχειρήσεις να προσελκύσουν και να διατηρήσουν καταρτισμένους εργαζόμενους.

Παρόλα αυτά, υπάρχουν και ορισμένοι κίνδυνοι που σχετίζονται με την τηλεργασία, οι οποίοι πρέπει να ληφθούν υπόψη:

Απομόνωση και έλλειψη κοινωνικής αλληλεπίδρασης: Οι εργαζόμενοι που εργάζονται από το σπίτι μπορεί να αισθανθούν απομονωμένοι και να έχουν έλλειψη κοινωνικής αλληλεπίδρασης με τους συναδέλφους τους. Αυτό μπορεί να επηρεάσει την ψυχολογική ευεξία και τη συνεργασία σε ομαδικά εγχειρήματα.

Αύξηση του στρες και της εξουθένωσης: Η διαρκής παρουσία της εργασίας στο σπίτι μπορεί να οδηγήσει σε αύξηση του στρες και της εξουθένωσης, καθώς οι γραμμές μεταξύ εργασίας και προσωπικής ζωής μπορεί να διαταραχθούν. Οι εργαζόμενοι πρέπει να μάθουν να θέτουν όρια και να διατηρούν μια υγιή ισορροπία.

Η τηλεργασία ενέχει κινδύνους σχετικά με την ασφάλεια των δεδομένων. Οι εργαζόμενοι πρέπει να εφαρμόζουν αυστηρά μέτρα ασφαλείας για την προστασία των ευαίσθητων πληροφοριών και την αποτροπή παραβιάσεων της ασφαλείας. Η απουσία φυσικής παρουσίας στο γραφείο μπορεί να οδηγήσει σε έλλειψη διάχυτης εποπτείας. Οι εργοδότες πρέπει να αναπτύξουν μηχανισμούς για την παρακολούθηση της παραγωγικότητας και τη διασφάλιση ότι οι εργαζόμενοι εκτελούν τα καθήκοντά τους με αποδοτικότητα.

Συνοψίζοντας, η τηλεργασία παρέχει πολλά οφέλη, όπως ευελιξία, αύξηση παραγωγικότητας, μείωση εξόδων και προσέλκυση ταλέντων. Ωστόσο, πρέπει να αντιμετωπιστούν ορισμένοι κίνδυνοι, όπως η απομόνωση, η αύξηση του στρες, η ασφάλεια δεδομένων και η έλλειψη διάχυτης εποπτείας, προκειμένου να διασφαλιστεί μια υγιής και αποδοτική εμπειρία τηλεργασίας.

4.5 ΣΤΑΣΕΙΣ ΑΠΕΝΑΝΤΙ ΣΤΗΝ ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑ

Υπάρχουν πολλοί υποστηρικτές της τηλεργασίας που τη θεωρούν θετική και καινοτόμο τάση στον τρόπο που εργαζόμαστε. Πιστεύουν ότι προσφέρει πολλά οφέλη, όπως ευελιξία, αύξηση παραγωγικότητας και βελτίωση της ισορροπίας μεταξύ εργασίας και προσωπικής ζωής. Επίσης, θεωρούν ότι η το περιβαλλοντικό άγχος (Allen et al, 2017).

Κάποιοι είναι πιο επιφυλακτικοί ή αρνητικοί όσον αφορά την τηλεργασία. Ανησυχούν για τον κίνδυνο απομόνωσης και έλλειψης κοινωνικής αλληλεπίδρασης για τους εργαζομένους, καθώς και για την πιθανή μείωση της συνεργασίας και της δημιουργικότητας σε ομαδικά εγχειρήματα. Επιπλέον, υπάρχουν ανησυχίες για την ασφάλεια των δεδομένων και την έλλειψη διάχυτης εποπτείας, καθώς οι εργαζόμενοι μπορεί να έχουν περισσότερη αυτονομία και ελευθερία στην εκτέλεση των καθηκόντων τους.

Κάποιοι άλλοι έχουν μια ισορροπημένη προσέγγιση και αναγνωρίζουν τόσο τα οφέλη όσο και τους κινδύνους της τηλεργασίας. Πιστεύουν ότι η τηλεργασία μπορεί να είναι επωφελής, αλλά απαιτεί προσεκτική διαχείριση και ανάπτυξη κατάλληλων πολιτικών και μέτρων για να αντιμετωπιστούν οι πιθανοί κίνδυνοι.

Συνολικά, οι στάσεις απέναντι στην τηλεργασία διαφέρουν ανάλογα με τις προσωπικές πεποιθήσεις, τις εμπειρίες και τις ανάγκες των ανθρώπων. Η σωστή υλοποίηση και διαχείριση της τηλεργασίας μπορεί να επιτρέψει την αξιοποίηση των οφελών της, ενώ ταυτόχρονα πρέπει να ληφθούν υπόψη οι πιθανοί κίνδυνοι και να αναπτυχθούν κατάλληλα μέτρα προστασίας (Simonson et al 2019).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

ΜΟΡΦΕΣ ΚΑΙ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑΣ

5.1 ΕΥΕΛΙΚΤΗ ΔΙΕΥΘΕΤΗΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Η τηλεργασία υποδηλώνει εργασιακές ρυθμίσεις σύμφωνα με τις οποίες οι εργαζόμενοι διεξάγουν εργασιακές δραστηριότητες σε μέρη εκτός από τον κύριο χώρο εργασίας τους. Παρόλο που η τηλεργασία συνδέεται συνήθως με οφέλη όπως η αυξημένη ευελιξία και η βελτιωμένη ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής, το ίδιο μπορεί να μην ισχύει για την τηλεργασία που προκαλείται από επιδημίες λόγω της υποχρεωτικής και απρογραμμάτιστης φύσης, που επηρεάζει τους εργαζομένους σε μαζική κλίμακα και διαρκεί για παρατεταμένη περίοδο. Η τηλεργασία που προκαλείται από επιδημίες διαφέρει από τη συμβατική στο ότι ο υποχρεωτικός περιορισμός στο σπίτι καθιστά την τηλεργασία μια «*υποχρεωτική πρακτική πλήρους απασχόλησης*» (Simonson et al 2019). Κατά τη διάρκεια επιδημιών, η τηλεργασία δεν μπορεί πλέον να θεωρηθεί ως μια μορφή ευέλικτης διευθέτησης εργασίας. Άμεσα και απροσδόκητα, οι εργαζόμενοι αναγκάζονται να εργάζονται από το σπίτι και βασίζονται όλο και περισσότερο στις ψηφιακές τεχνολογίες για εργασιακούς σκοπούς, κάτι που με τη σειρά του μπορεί να οδηγήσει σε πρωτόγνωρες προκλήσεις για άτομα και οργανισμούς.

Σύμφωνα με το Fox (2020), το 69% των εργαζομένων στις ΗΠΑ παρουσίασε εξάντληση³ λόγω εξ αποστάσεως εργασίας κατά τη διάρκεια της πανδημίας COVID-19 και το ποσοστό εξουθένωσης φαίνεται να αυξάνεται. Πράγματι, όπως ισχυρίζεται ο Lipman (2021), οι εργαζόμενοι που εργάζονται εξ αποστάσεως κατά τη διάρκεια του lockdown συχνά δεν επιδεικνύουν υψηλότερη παραγωγικότητα από το συνηθισμένο, γεγονός που με τη σειρά του απαιτεί μελλοντικές έρευνες σχετικά με τις επιπτώσεις τέτοιων ρυθμίσεων στην απόδοση και την ευημερία των εργαζομένων (Golden et al 2019).

³ Burn out syndrome

5.2 ΜΟΡΦΕΣ ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑΣ

Η τηλεργασία έχει γνωρίσει αξιοσημείωτη ανάπτυξη και διάδοση, ειδικά μετά την ανάπτυξη των τηλεπικοινωνιακών τεχνολογιών και του διαδικτύου. Ας εξετάσουμε μερικές από τις διάφορες μορφές της τηλεργασίας:

Εξ αποστάσεως εργασία από το σπίτι: Συνιστά την πιο κοινή μορφή τηλεργασίας. Οι εργαζόμενοι εκτελούν τις καθημερινές τους εργασίες από το σπίτι, συνδεδεμένοι με τους συναδέλφους και τους πελάτες μέσω ηλεκτρονικών εργαλείων.

Τηλεδιάσκεψη: Η συνεδρίαση μεταξύ συναδέλφων ή πελατών πραγματοποιείται μέσω τηλεδιασκέψεων, χρησιμοποιώντας διαδικτυακές πλατφόρμες ή ειδικό λογισμικό.

Τηλεφωνική Υποστήριξη: Οι εργαζόμενοι παρέχουν υποστήριξη σε πελάτες μέσω τηλεφώνου, email ή chat, χωρίς να χρειάζεται να βρίσκονται φυσικά στο ίδιο γραφείο με τον πελάτη.

Τηλεργασία σε κινητές μονάδες: Εργαζόμενοι που είναι σε κινητές θέσεις, όπως πωλητές ή τεχνικοί, μπορούν να εκτελούν τις εργασίες τους από τον τόπο εργασίας τους, χάρη στις φορητές συσκευές και τις τηλεπικοινωνίες (Siemens, 2019).

5.3 ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑΣ ΣΤΗΝ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ

Όσον αφορά την κατανομή του χρόνου δραστηριότητας, ορισμένα ευρήματα ερευνών πρότειναν ότι η μείωση του χρόνου μετακίνησης από την τηλεργασία σχετίζεται με αυξημένο χρόνο που αφιερώνεται σε μη εργασιακές δραστηριότητες όπως ο ελεύθερος χρόνος, ο αθλητισμός και τα ψώνια. Επιπλέον, οι Asgari και Jin (2017) διερεύνησαν την αιτιώδη σχέση μεταξύ της τηλεργασίας και των μη

υποχρεωτικών καθημερινών δραστηριοτήτων και έδειξαν ότι οι άνθρωποι τηλεργάζονται τις ημέρες που αποφασίζουν να συμμετάσχουν σε μη υποχρεωτικές δραστηριότητες. Ωστόσο, μια προηγούμενη μελέτη κατέληξε στο συμπέρασμα ότι ο χρόνος μετακίνησης που εξοικονομείται από την τηλεργασία χρησιμοποιείται κυρίως για επιπλέον εργασία και όχι για αναψυχή. Ο Harrison (2021) πρότεινε ότι η συχνή τηλεργασία είναι πιθανό να αυξήσει τη συχνότητα του περπατήματος, του ταξιδιού με τα μέσα μαζικής μεταφοράς και της σωματικής δραστηριότητας .

5.4 ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑΣ ΣΤΗΝ ΤΟΠΟΘΕΣΙΑ ΚΑΤΟΙΚΙΑΣ

Εκτός από τα ταξίδια και τη δραστηριότητα, οι επιπτώσεις της τηλεργασίας στην αλλαγή τοποθεσίας κατοικιών έχουν συζητηθεί συνεχώς, καθώς διαδραματίζουν ζωτικό ρόλο στο σχεδιασμό του συστήματος μεταφορών και στην ανάπτυξη αστικών δικτύων. Μερικοί ερευνητές έχουν υποθέσει ότι η τηλεργασία θα μπορούσε να αυξήσει τις επιλογές τοποθεσίας και την ευελιξία κατοικιών, μεταφέροντας τους τηλεργαζόμενους προς την περιφέρεια των πόλεων ή πιο μακριά από τον χώρο εργασίας τους. Με βάση αυτή την υπόθεση, μερικές προηγούμενες μελέτες έχουν πραγματοποιήσει θεωρητικά μοντέλα για να διερευνήσουν τις μακροπρόθεσμες επιπτώσεις της τηλεργασίας στην τοποθεσία κατοικίας. Τα ευρήματα υποδεικνύουν ότι η τηλεργασία μπορεί να προκαλέσει αλλαγές σε τοποθεσίες κατοικίας πιο μακριά από την τοποθεσία εργασίας και να προωθήσει την αστική αποκέντρωση. Αργότερα, τα αποτελέσματα εκτίμησης μιας εμπειρικής μελέτης αποκάλυψαν ότι η τηλεργασία επηρέασε σημαντικά την επιλογή της προαστιακής τοποθεσίας κατοικίας, προκαλώντας έτσι μια διασπορά των προτύπων ανάπτυξης της γης (Harrison, 2021).

Αρκετές μελέτες έχουν υποστηρίξει ότι η επιλογή τοποθεσίας κατοικίας καθοδηγείται από άλλους παράγοντες εκτός από την τηλεργασία. Οι Ellen και Hempstead (2002) αμφισβήτησαν τη συμβατική υπόθεση ότι η ευρεία τηλεργασία θα μπορούσε να αλλάξει τις κατοικημένες τοποθεσίες και να επιταχύνει την οικιακή

αποκέντρωση. Ανέφεραν ότι η τηλεργασία έχει ελάχιστη σχέση με τις αλλαγές στα πρότυπα κατοικίας των νοικοκυριών και ορισμένες ομάδες τηλεργαζομένων τείνουν να κατοικούν σε μεγαλύτερες κεντρικές μητροπολιτικές περιοχές και όχι σε απομακρυσμένες περιοχές. Μια μελέτη που επικεντρώθηκε στη μητροπολιτική περιοχή της Σεούλ συμπεριέλαβε επίσης τις τοποθεσίες εργασίας των εργαζομένων στο πεδίο της έρευνάς τους και διαπίστωσε ότι παρόλο που οι κατοικίες των τηλεργαζομένων ήταν πιο πιθανό να είναι προσανατολισμένες στα προάστια, δεν αποδεικνύει απαραίτητα ότι η τηλεργασία ενθάρρυνε τη διαμονή σε περιφερειακές περιοχές.

Επιπλέον, ορισμένες μελέτες έχουν επισημάνει ότι αντί της τηλεργασίας που οδηγεί σε οικιστική προαστίωση, οι απομακρυσμένες τοποθεσίες κατοικιών μπορεί να ενθαρρύνουν την τηλεργασία. Μια εμπειρική εκτίμηση έδειξε ότι τα άτομα που είχαν κίνητρα να μετεγκατασταθούν λόγω τηλεργασίας μετακινήθηκαν πιο κοντά στον χώρο εργασίας, ενώ όσοι κατοικούσαν πιο μακριά από τον χώρο εργασίας ή σε απομακρυσμένες περιοχές τείνουν να επιλέγουν την τηλεργασία για να αποφύγουν μεγάλα ταξίδια μετακίνησης (Veiga, 2022).

5.5 ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑ

Η εργασιακή ικανοποίηση αναφέρεται στον συνολικό βαθμό ικανοποίησης, ευχαρίστησης και ευημερίας που αισθάνεται ένα άτομο σχετικά με την εργασία του. Περιλαμβάνει τις συναισθηματικές, ψυχολογικές και σωματικές αντιδράσεις που προκύπτουν από την εκτέλεση των εργασιακών καθηκόντων και την αλληλεπίδραση με τον εργασιακό περίγυρο. Η εργασιακή ικανοποίηση μπορεί να επηρεάζεται από πολλούς παράγοντες, όπως ο βαθμός αυτονομίας που έχει ο εργαζόμενος, η αναγνώριση της προσπάθειάς του, η σχέση με τους συναδέλφους και την ηγεσία, ο βαθμός που συμβαδίζει η εργασία με τις προσωπικές του φιλοδοξίες και αξίες, καθώς και οι ευκαιρίες προαγωγής και επαγγελματικής ανάπτυξης.

Καθώς η τηλεργασία γίνεται πιο διαδεδομένη, ο αντίκτυπός της στην εργασιακή ικανοποίηση έχει γίνει αντικείμενο έντονης έρευνας και συζήτησης. Σχετικά με τα οφέλη η τηλεργασία προσφέρει στους υπαλλήλους την ευελιξία να εξισορροπούν αποτελεσματικότερα την επαγγελματική και την προσωπική ζωή. Η ικανότητα να ορίζουν τα δικά τους προγράμματα και να δημιουργούν ένα ευνοϊκό περιβάλλον εργασίας μπορεί να οδηγήσει σε αυξημένη εργασιακή ικανοποίηση. Μια μελέτη από τους Golden et al (2019) διαπίστωσε ότι οι εργαζόμενοι που δεν μετακινούνται βιώνουν μεγαλύτερη εργασιακή ικανοποίηση λόγω της βελτιωμένης ισορροπίας μεταξύ εργασίας και προσωπικής ζωής. Η εξάλειψη της καθημερινής μετακίνησης μπορεί να συμβάλει στη μείωση του άγχους και στη βελτίωση της συνολικής ευημερίας. Ο χρόνος που εξοικονομείται από τις μετακινήσεις μπορεί να ανακατευθυνθεί σε προσωπικές δραστηριότητες, οι οποίες μπορούν να επηρεάσουν θετικά την εργασιακή ικανοποίηση. Η τηλεργασία ενδυναμώνει τους εργαζόμενους με μεγαλύτερη αίσθηση αυτονομίας και ελέγχου επί της εργασίας τους. Αυτή η αυτονομία μπορεί να οδηγήσει σε υψηλότερη εργασιακή ικανοποίηση, καθώς τα άτομα αισθάνονται εμπιστοσύνη και σεβασμό από τους εργοδότες τους. Η τηλεργασία μπορεί να οδηγήσει σε αυξημένη παραγωγικότητα για ορισμένα άτομα. Η ολοκλήρωση εργασιών σε ένα εξατομικευμένο εργασιακό περιβάλλον χωρίς περισπασμούς στο γραφείο μπορεί να ενισχύσει την εργασιακή ικανοποίηση, καθώς τα άτομα αισθάνονται μια αίσθηση ολοκλήρωσης (Kogan et al, 2020).

Σχετικά με τις προκλήσεις και τους προβληματισμούς ενώ η τηλεργασία προσφέρει ανεξαρτησία, μπορεί επίσης να οδηγήσει σε συναισθήματα απομόνωσης και μοναξιάς λόγω μειωμένων κοινωνικών αλληλεπιδράσεων. Η έλλειψη πρόσωπο με πρόσωπο επικοινωνίας και συντροφικότητας με τους συναδέλφους μπορεί να επηρεάσει αρνητικά την εργασιακή ικανοποίηση. Η αποτελεσματική επικοινωνία είναι ζωτικής σημασίας για την ικανοποίηση από την εργασία. Η τηλεργασία μπορεί να οδηγήσει σε παρεξηγήσεις, παρερμηνείες και μειωμένη πρόσβαση σε πληροφορίες, επηρεάζοντας δυνητικά την ικανοποίηση του εργαζομένου με τον ρόλο του. Η τηλεργασία μπορεί να θολώσει τα όρια μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής, καθιστώντας δύσκολη την αποσύνδεση των εργαζομένων από την εργασία. Αυτή η έλλειψη ορίων μπορεί να οδηγήσει σε εξάντληση και μειωμένη εργασιακή ικανοποίηση. Οι ρυθμίσεις τηλεργασίας ενδέχεται να εμποδίσουν τις ευκαιρίες επαγγελματικής ανέλιξης, καθώς οι απομακρυσμένοι υπάλληλοι μπορεί

να έχουν περιορισμένη ορατότητα και ευκαιρίες δικτύωσης σε σύγκριση με τους ομολόγους τους εντός γραφείου. Αυτός ο περιορισμός θα μπορούσε να επηρεάσει την ικανοποίηση από την εργασία, ιδιαίτερα για τα άτομα που αναζητούν ανάπτυξη σταδιοδρομίας (Veiga, 2022).

Προκλήσεις όμως υπάρχουν και για τους για τους εργοδότες. Για να μεγιστοποιήσουν την ικανοποίηση από την εργασία, πολλοί οργανισμοί υιοθετούν υβριδικά μοντέλα εργασίας που συνδυάζουν την εξ αποστάσεως και την εργασία στο γραφείο. Αυτή η προσέγγιση επιτρέπει στους εργαζόμενους να επωφεληθούν τόσο από την ευελιξία όσο και από την κοινωνική αλληλεπίδραση, ενισχύοντας ενδεχομένως τη συνολική εργασιακή ικανοποίηση. Οι εργοδότες πρέπει να δώσουν προτεραιότητα σε αποτελεσματικές στρατηγικές επικοινωνίας, αξιοποιώντας την τεχνολογία για να γεφυρώσουν το χάσμα μεταξύ των απομακρυσμένων και των εργαζομένων εντός γραφείου. Οι τακτικές εικονικές συναντήσεις, τα εργαλεία συνεργασίας και τα ανοιχτά κανάλια επικοινωνίας μπορούν να μετριάσουν τις προκλήσεις της τηλεργασίας. Οι εταιρείες θα πρέπει να εφαρμόζουν προγράμματα ευημερίας για να αντιμετωπίσουν τα πιθανά ζητήματα της απομόνωσης και των θολών ορίων που σχετίζονται με την τηλεργασία. Η προσφορά υποστήριξης ψυχικής υγείας, εικονικών δραστηριοτήτων δημιουργίας ομάδας και ευέλικτων ωρών εργασίας μπορούν να συμβάλουν σε υψηλότερη ικανοποίηση από την εργασία (Simonson et al 2019).

Η σχέση μεταξύ της τηλεργασίας και της ικανοποίησης από την εργασία είναι πολύπλοκη και επηρεάζεται από διάφορους παράγοντες όπως η ευελιξία, η επικοινωνία και οι ατομικές προτιμήσεις. Ενώ η τηλεργασία προσφέρει πολλά οφέλη, θέτει επίσης προκλήσεις που μπορούν να επηρεάσουν την ικανοποίηση από την εργασία. Η επίτευξη της σωστής ισορροπίας μέσω υβριδικών μοντέλων εργασίας, αποτελεσματικής επικοινωνίας και πρωτοβουλιών ευημερίας είναι απαραίτητη για τους οργανισμούς που επιδιώκουν να βελτιστοποιήσουν την εργασιακή ικανοποίηση μεταξύ του απομακρυσμένου εργατικού δυναμικού τους. Καθώς η φύση της εργασίας συνεχίζει να εξελίσσεται, η κατανόηση και η αντιμετώπιση αυτών των δυναμικών θα είναι ζωτικής σημασίας για τη δημιουργία ενός παρακινημένου και ικανοποιημένου εργατικού δυναμικού (Silowan, 2022).

5.6 Η ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ

Πέρα από τα καθιερωμένα οφέλη της, όπως η βελτιωμένη ευελιξία και η βελτιωμένη ισορροπία επαγγελματικής και προσωπικής ζωής, η τηλεργασία έχει επίσης διαπιστωθεί ότι επηρεάζει σημαντικά τη δημιουργικότητα. Η τηλεργασία μπορεί να λειτουργήσει ως γόνιμο έδαφος για ανεξάρτητη σκέψη και δημιουργικότητα. Απελευθερωμένοι από τα όρια ενός παραδοσιακού περιβάλλοντος γραφείου, οι απομακρυσμένοι εργαζόμενοι έχουν συχνά την ελευθερία να σχεδιάζουν τους χώρους εργασίας τους ώστε να ευθυγραμμίζονται με τις προτιμήσεις τους. Αυτή η αυτονομία μπορεί να τονώσει την αντισυμβατική σκέψη και να ενθαρρύνει τους υπαλλήλους να εξερευνήσουν διαφορετικές προσεγγίσεις για την επίλυση προβλημάτων. Χωρίς τους περιορισμούς ενός φυσικού γραφείου, οι τηλεεργαζόμενοι μπορούν να δημιουργήσουν περιβάλλοντα που εμπνέουν τη δημιουργική τους διαδικασία, από άνετα γραφεία στο σπίτι ή σε υπαίθρια περιβάλλοντα. Η καθημερινή μετακίνηση σε ένα γραφείο μπορεί μερικές φορές να καταπνίξει τη δημιουργικότητα, καθώς περιορίζει την έκθεση σε νέα ερεθίσματα και εμπειρίες. Η τηλεργασία εξαλείφει αυτήν την καθημερινή μονοτονία, επιτρέποντας στους εργαζόμενους να διαφοροποιούν τις τοποθεσίες και το περιβάλλον εργασίας τους. Αυτό το διάλειμμα από τη ρουτίνα μπορεί να προσφέρει νέες προοπτικές και ιδέες, τονώνοντας τις διαδικασίες δημιουργικής σκέψης. Η ενασχόληση με διαφορετικά περιβάλλοντα, είτε πρόκειται για ένα τοπικό καφέ είτε για ένα ήσυχο πάρκο, μπορεί να πυροδοτήσει νέες ιδέες και να ενθαρρύνει την καινοτόμο σκέψη. Η τηλεργασία ενθαρρύνει τη χρήση εργαλείων εικονικής συνεργασίας, επιτρέποντας στις ομάδες να συνδεθούν και να συλλογιστούν ιδέες ανεξάρτητα από γεωγραφικά εμπόδια. Η ποικιλία των προοπτικών που προκύπτει από την εικονική συνεργασία μπορεί να τροφοδοτήσει τη δημιουργικότητα εκθέτοντας τα άτομα σε ένα ευρύ φάσμα ιδεών και απόψεων. Οι εικονικές συνεδρίες καταιγισμού ιδεών, οι βιντεοδιασκέψεις και οι διαδικτυακές πλατφόρμες συνεργασίας παρέχουν ευκαιρίες για δυναμική ανταλλαγή ιδεών, ενθαρρύνοντας τα μέλη της ομάδας να βασιστούν το ένα στις έννοιες του άλλου και να δημιουργήσουν συλλογικά δημιουργικές λύσεις. Η τηλεργασία συχνά επιτρέπει ευέλικτα ωράρια εργασίας, επιτρέποντας στους εργαζόμενους να ευθυγραμμίσουν τα καθήκοντά τους με τις πιο παραγωγικές

περιόδους τους. Για πολλούς, η δημιουργικότητα κορυφώνεται σε ασυνήθιστους χρόνους και η τηλεργασία παρέχει την ευελιξία να αξιοποιήσει αυτές τις βέλτιστες νοοτροπίες. Οι απομακρυσμένοι εργαζόμενοι μπορούν να επιλέξουν να εργαστούν κατά τη διάρκεια των περιόδων αιχμής της δημιουργικής τους ενέργειας, οδηγώντας σε πιο ευφάνταστη επίλυση προβλημάτων και καινοτόμο σκέψη. Η τηλεργασία μπορεί να μειώσει ορισμένους από τους περιορισμούς που επιβάλλουν οι παραδοσιακές ρυθμίσεις γραφείου στη δημιουργική σκέψη (Veiga, 2022). Οι διακοπές, ο θόρυβος και οι χρονικοί περιορισμοί που συχνά επικρατούν σε περιβάλλοντα γραφείου μπορούν να εμποδίσουν τη ροή δημιουργικών ιδεών. Δουλεύοντας εξ αποστάσεως, τα άτομα έχουν την ευκαιρία να δημιουργήσουν μια ατμόσφαιρα που να ευνοεί τη μοναδική δημιουργική τους διαδικασία. Μπορούν να συμμετέχουν σε αδιάκοπες περιόδους βαθιάς εστίασης, επιτρέποντας την εξερεύνηση μη συμβατικών ιδεών και εννοιών. Προκλήσεις και Στρατηγικές Ενώ η τηλεργασία μπορεί να ενισχύσει τη δημιουργικότητα, δεν είναι χωρίς προκλήσεις. Η απομόνωση και η περιορισμένη πρόσωπο με πρόσωπο αλληλεπίδραση μπορεί να εμποδίσουν την αυθόρμητη ανταλλαγή ιδεών και τη συλλογική δημιουργικότητα. Για να αντιμετωπίσουν αυτές τις προκλήσεις, οι οργανισμοί μπορούν να εφαρμόσουν στρατηγικές όπως τακτικές εικονικές συνεδρίες καταιγισμού ιδεών, δημιουργικά εργαστήρια και εικονικές δραστηριότητες δημιουργίας ομάδων. Οι εργοδότες μπορούν επίσης να καλλιεργήσουν μια κουλτούρα που ενθαρρύνει την ανοιχτή επικοινωνία και γιορτάζει τις καινοτόμες συνεισφορές, ανεξάρτητα από τη φυσική τοποθεσία του εργαζομένου. συμπέρασμα Η τηλεργασία έχει αναδειχθεί ως μια δυναμική προοπτική που εκτείνεται πέρα από τη σφαίρα της εργασιακής ευελιξίας, επηρεάζοντας βαθιά τη δημιουργικότητα. Παρέχοντας έναν καμβά για ανεξάρτητη σκέψη, σπάζοντας τις ρουτίνες, διευκολύνοντας την εικονική συνεργασία και επιτρέποντας ευέλικτες ώρες εργασίας, η τηλεργασία καλλιεργεί ένα γόνιμο έδαφος για δημιουργική εξερεύνηση. Ενώ οι προκλήσεις εξακολουθούν να υφίστανται, οι οργανισμοί που αγκαλιάζουν την τηλεργασία και εφαρμόζουν στρατηγικές για την ενίσχυση της εικονικής συνεργασίας και της δημιουργικής ανταλλαγής μπορούν να ξεκλειδώσουν έναν κόσμο καινοτόμων δυνατοτήτων. Σε έναν όλο και πιο ψηφιακό και διασυνδεδεμένο κόσμο, η τηλεργασία έχει τη δυνατότητα να αναδιαμορφώσει τον τρόπο με τον οποίο προσεγγίζουμε τη

δημιουργικότητα και να επαναπροσδιορίσει τα όρια της καινοτομίας(Golden et al 2019).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6

ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΤΗΛΕΡΓΑΣΙΑΣ ΣΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΤΩΝ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ

6.1 ΘΕΩΡΙΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗΣ ΑΝΤΙΔΡΑΣΗΣ

Η θεωρία της ψυχολογικής αντίδρασης που προτάθηκε αρχικά από τον Brehm το 1966, έχει εφαρμοστεί ευρέως για να εξηγήσει τις συμπεριφορές των ανθρώπων στους τομείς των πληροφοριακών συστημάτων, του μάρκετινγκ και της ψυχολογίας. Η θεωρία προτείνει ότι τα άτομα τείνουν να βιώνουν μια κατάσταση παρακίνησης για να αποκαταστήσουν την ελευθερία τους όταν απειλείται ή περιορίζεται. Μια τέτοια κατάσταση παρακίνησης αναφέρεται ως ψυχολογική αντίδραση, που σημαίνει την επιθυμία να αποκατασταθεί η απειλούμενη ή περιορισμένη ελευθερία στη σκέψη και τη συμπεριφορά (Tessema et al 2022).

Ένα σημαντικό προηγούμενο της ψυχολογικής αντίδρασης είναι μια απειλή για την ελευθερία, η οποία μπορεί να οριστεί ως η δύναμη που θα μπορούσε ενδεχομένως να δυσκολέψει τα άτομα να ασκήσουν την ελευθερία τους (Thatcher & Zhu, 2006). Έτσι, μια αντιληπτή απειλή για την ελευθερία ή απώλεια ελευθερίας χρησιμοποιείται συχνά ως γνωστικό μέτρο της ψυχολογικής αντίδρασης. Κάποιος μπορεί να αντιληφθεί μια απειλή για την ελευθερία και να βιώσει απώλεια ελευθερίας όταν η αυτονομία και η ελεύθερη βούλησή τους περιορίζονται από ορισμένους παράγοντες. Μια τέτοια απειλή πυροδοτεί στη συνέχεια αντίδραση, ενώ διαφορετικοί τύποι και ισχυρές απειλές για την ελευθερία μπορεί να οδηγήσουν σε διαφορετικούς βαθμούς αντίδρασης. Η θεωρία της ψυχολογικής αντίδρασης υποστηρίζει ότι, όταν βιώνουν την αντίδραση, τα άτομα επιδιώκουν φυσικά να αποκαταστήσουν την αυτονομία και την αίσθηση ελευθερίας τους (Silowan, 2022).

Για να αντιμετωπίσουν την πανδημία του COVID-19, πολλοί εργαζόμενοι αναγκάστηκαν να προσαρμοστούν σε μια παρατεταμένη περίοδο υποχρεωτικής τηλεργασίας. Οι προκλήσεις που προκαλούνται από την υποχρεωτική τηλεργασία που προκαλείται από επιδημίες δημιουργούν αλλαγές και περιορισμούς στο εργασιακό περιβάλλον και τη ρουτίνα των εργαζομένων. Προηγούμενη έρευνα υποδηλώνει ότι οι περιβαλλοντικές και οργανωτικές αλλαγές μπορεί να οδηγήσουν σε ατομικές αλλαγές στην εργασία. Η μελέτη Pei et al (2019) αναφέρει ότι η θεωρία της ψυχολογικής αντίδρασης είναι μια κατάλληλη θεωρία για να εξηγήσει πώς αντιδρούν μεμονωμένοι εργαζόμενοι στις αλλαγές στο εργασιακό τους περιβάλλον.

6.2 Η ΕΡΓΑΣΙΑΚΗ ΕΞΑΝΤΛΗΣΗ ΚΑΙ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΞΟΥΘΕΝΩΣΗ

Η εργασιακή εξάντληση αντανακλά την επαγγελματική εξουθένωση και εμφανίζεται *«όταν οι εργαζόμενοι αισθάνονται εξαντλημένοι από την εργασία τους»*. Προηγούμενες έρευνες δείχνουν ότι οι οργανωτικές αλλαγές και η έλλειψη αυτονομίας συμβάλλουν στην εργασιακή εξάντληση. Η τηλεργασία που προκαλείται από επιδημίες τείνει να προκαλεί οργανωτικές αλλαγές, ενώ περιορίζει επίσης την ελευθερία των εργαζομένων. Όταν αντιλαμβάνονται απώλεια ελευθερίας, οι εργαζόμενοι είναι πιθανό να βιώσουν μια κατάσταση αντίδρασης και μπορεί να προσπαθήσουν να αποκαταστήσουν την ελευθερία τους μέσω μιας απροθυμίας να ακολουθήσουν τις απαιτούμενες αλλαγές και μπορεί ακόμη και να συμπεριφέρονται προς την αντίθετη κατεύθυνση. Ωστόσο, λόγω των μέτρων περιορισμού σε μια πανδημία, πολλές αλλαγές στην τηλεργασία είναι απαραίτητες και αναπόφευκτες, ενώ η αντίδραση στις απαιτούμενες αλλαγές μπορεί να οδηγήσει σε αναποτελεσματικότητα στην εργασία, γεγονός που μπορεί να κάνει τους εργαζόμενους να εργάζονται πέρα από το όριο του χρόνου και των δυνατοτήτων τους (Thompson, 2021). Επιπλέον, ο περιορισμός της ελευθερίας των εργαζομένων μπορεί επίσης να τους κάνει να είναι συναισθηματικά ευάλωτοι, γεγονός που με τη σειρά του μειώνει την ικανότητα ανοχής τους και αυξάνει την πιθανότητα να αισθάνονται εξαντλημένοι. Επιπλέον, προηγούμενη έρευνα υποδηλώνει ότι η

αντίδραση δημιουργεί επίσης ψυχολογική ένταση, η οποία θα μπορούσε να οδηγήσει σε εξάντληση. Κατά συνέπεια, οι εργαζόμενοι που αντιλαμβάνονται μεγάλη απώλεια ελευθερίας και υψηλό επίπεδο αντίδρασης είναι πιθανό να βιώσουν εργασιακή εξάντληση. Επιπλέον, η παρατεταμένη περίοδος υποχρεωτικής τηλεργασίας μπορεί επίσης να αυξήσει ορισμένες απαιτήσεις εργασίας και να περιορίσει το τι μπορούν να προσφέρουν οι εργαζόμενοι. Υπό αυτή την έννοια, η τηλεργασία που προκαλείται από επιδημίες δυσκολεύει τους εργαζόμενους να ανταποκριθούν στις εργασιακές τους απαιτήσεις. Η μείωση της ικανότητας των εργαζομένων τείνει να προκαλέσει ή να διευρύνει το χάσμα μεταξύ της ζήτησης της εργασίας και της πραγματικής ικανότητας των εργαζομένων στην τηλεργασία (Veiga, 2022).

6.3 ΘΕΩΡΙΑ ΤΗΣ ΠΡΟΣΦΟΡΑΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ

Οι τεχνολογίες θεωρούνται ως βασικό στοιχείο στις ρυθμίσεις της τηλεργασίας. Για να εκτελέσουν εργασία σε τηλεργασία που προκαλείται από επιδημίες, οι εργαζόμενοι πρέπει να χρησιμοποιούν τεχνολογίες και να συνεργάζονται με άλλα άτομα από απόσταση. Η θεωρία των προσφορών έχει χρησιμοποιηθεί ευρέως για την κατανόηση των ρόλων του σχεδιασμού και της χρήσης της τεχνολογίας πληροφοριών (IT), ενώ πολλές μελέτες υιοθετούν την προοπτική της οικονομικής απόδοσης για να εξετάσουν τους ρόλους της πληροφορικής σε περιβάλλοντα εργασιακού χώρου, όπως η τηλεργασία (Golden et al 2019).

Στο πλαίσιο της τηλεργασίας, οι ερευνητές έχουν επισημάνει τις τεχνολογικές δυνατότητες συνδεσιμότητας, ταυτοποίησης και κινητικότητας, οι οποίες συχνά συνδέονται με τη χρήση smartphone. Η συνδεσιμότητα αφορά τις δυνατότητες μιας τεχνολογίας για χρήση στην εγκατάσταση επικοινωνιών. Η αναγνωρισιμότητα αναφέρεται στη δυνατότητα μιας τεχνολογίας να επιτρέπει σε έναν χρήστη να αντιπροσωπεύει μια μοναδική ταυτότητα. Ωστόσο, λαμβάνοντας υπόψη ότι η τηλεργασία που προκαλείται από επιδημίες είναι απρογραμμάτιστη, υποχρεωτική

και σε μεγάλη κλίμακα για παρατεταμένη περίοδο, προηγούμενη έρευνα έχει προτείνει ότι οι εργαζόμενοι είναι πιθανό να «ανακαλύψουν νέες δυνατότητες τεχνολογίας ή να επαναχρησιμοποιήσουν τις υπάρχουσες τεχνολογίες με νέους και δημιουργικούς τρόπους». Συγκεκριμένα, κατά τη διάρκεια του lockdown, οι άνθρωποι συνήθως βρίσκονται υπό περιορισμό στο σπίτι και σε πλήρη τηλεργασία. Αυτό καθιστά την κινητικότητα πολύ λιγότερο σημαντική κατά τη διάρκεια του lockdown. Επιπλέον, επειδή η εξ αποστάσεως εργασία τείνει να είναι σε μαζική κλίμακα και διαρκεί για παρατεταμένο χρονικό διάστημα, οι εργαζόμενοι πρέπει να χρησιμοποιούν συνεργατικές τεχνολογίες όχι μόνο για τη δημιουργία συνδέσεων αλλά και για τη διατήρηση της επικοινωνίας και των κοινωνικών σχέσεων (Kogan et al, 2021).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΙΕΘΝΩΝ ΕΡΕΥΝΩΝ

7.1 Τηλεκπαίδευση

Στον παρακάτω πίνακα, παρατηρούμε τις αναμενόμενες προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι εκπαιδευτικοί στην Ευρωπαϊκή Ένωση. Οι δυσκολίες εκπαιδευτικών περιλαμβάνουν προσαρμογή στην τεχνολογία, έλλειψη πρόσβασης σε διαδίκτυο και συσκευές, αυξημένο φόρτο εργασίας, προβλήματα στην αλληλεπίδραση και αξιολόγηση των μαθητών, καθώς και έλλειψη υποστήριξης και κατάρτισης για τη χρήση των νέων τεχνολογιών. Ο πίνακας υπογραμμίζει την ποικιλία των προκλήσεων που αντιμετωπίζονται στην τηλεκπαίδευση σε διάφορες χώρες της Ευρώπης(Rei et al 2019)..

Ποσοστό Τηλεκπαίδευσης (%)	Κύριες Δυσκολίες Εκπαιδευτικών
30%	Οι εκπαιδευτικοί αντιμετωπίζουν προκλήσεις στην προσαρμογή στην τεχνολογία και ψηφιακά εργαλεία.
45%	Έλλειψη πρόσβασης σε σταθερή σύνδεση διαδικτύου και έλλειψη κατάλληλων συσκευών για τηλεκπαίδευση.
20%	Οι εκπαιδευτικοί αντιμετωπίζουν υπερβολικό φόρτο εργασίας λόγω σύγχυσης στην διαχείριση ψηφιακού υλικού.
55%	Δυσκολίες στην διατήρηση της αλληλεπίδρασης με τους μαθητές, καθώς και δυσκολίες στην αξιολόγηση της προόδου τους.
38%	Περιορισμένη υποστήριξη και εκπαίδευση για τη χρήση νέων τεχνολογιών, καθώς και ανησυχίες για την ποιότητα της τηλεκπαίδευσης.

Ο παρακάτω πίνακας περιέχει παραδείγματα στατιστικών στοιχείων σχετικά με την τηλεκπαίδευση και την ικανοποίηση εκπαιδευτικών σε διάφορες χώρες της Ευρώπης.

Ποσοστό Εκπαιδευτικών που Εφαρμόζουν Τηλεκπαίδευση: Το ποσοστό αυτό αναφέρει τον αριθμό των εκπαιδευτικών σε κάθε χώρα που χρησιμοποιούν τηλεκπαίδευση ως μέθοδο διδασκαλίας. Οι υψηλοί δείκτες, όπως η Σουηδία και η Φινλανδία, υποδεικνύουν ότι η τηλεκπαίδευση έχει ενσωματωθεί ευρέως στην εκπαιδευτική διαδικασία.

Ικανοποίηση Εκπαιδευτικών (Κλίμακα 1-10): Αυτή η κατηγορία αποτυπώνει την ικανοποίηση των εκπαιδευτικών από την τηλεκπαίδευση σε κάθε χώρα. Οι υψηλές βαθμολογίες, όπως στη Νορβηγία και τη Φινλανδία, υποδεικνύουν ότι οι εκπαιδευτικοί είναι ικανοποιημένοι με την ποιότητα της τηλεκπαίδευσης που παρέχεται (Pei et al 2019)..

Χώρα	Ποσοστό Εκπαιδευτικών που Εφαρμόζουν Τηλεκπαίδευση	Ικανοποίηση Εκπαιδευτικών (Κλίμακα 1-10)
Γερμανία	75%	8.5
Γαλλία	60%	7.8
Ηνωμένο Βασίλειο	80%	8.2
Ισπανία	70%	7.6
Ιταλία	55%	7.9
Σουηδία	90%	9.0
Ολλανδία	85%	8.7
Δανία	78%	8.9
Νορβηγία	82%	8.8
Φινλανδία	88%	9.2

Ο παρακάτω πίνακας πληροφορεί σχετικά με την τηλεκπαίδευση και την πανδημία σε διάφορες χώρες της Ευρώπης. Βάσει των υποθέσεων, παρατηρούμε τις εξής τάσεις:

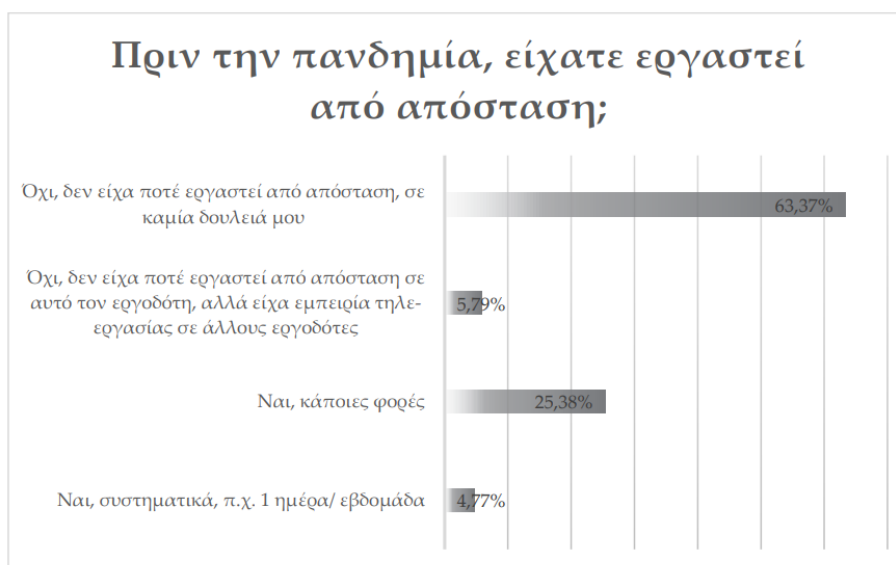
Ποσοστό Μαθητών που Ακολούθησαν Τηλεκπαίδευση (2020-2021): Οι χώρες κατέγραψαν υψηλότερα ποσοστά μαθητών που ακολούθησαν τηλεκπαίδευση. Αυτό ενδεχομένως να υποδεικνύει μια αυξημένη προσαρμογή στην τηλεκπαίδευση σε αυτές τις χώρες κατά τη διάρκεια της πανδημίας.

Επίπτωση της Πανδημίας στην Τηλεκπαίδευση: Σύμφωνα με τις υποθέσεις, όλες οι χώρες παρουσίασαν αύξηση της τηλεκπαίδευσης κατά τη διάρκεια της πανδημίας. Αυτό μπορεί να σημαίνει ότι οι προσπάθειες για εξομάλυνση της τηλεκπαίδευσης διαφέρουν ανά χώρα, ίσως λόγω διαφορετικών υποδομών και πολιτικών (Kogan et al, 2021).

Ποσοστό Μαθητών που Ακολούθησαν Τηλεκπαίδευση (2020-2021)	Ποσοστό Εκπαιδευτικών με Δυσκολίες (2020-2021)	Επίπτωση της Πανδημίας στην Τηλεκπαίδευση
70%	15%	Αύξηση της Τηλεκπαίδευσης κατά 50%
85%	12%	Αύξηση της Τηλεκπαίδευσης κατά 40%
60%	20%	Αύξηση της Τηλεκπαίδευσης κατά 55%
45%	25%	Αύξηση της Τηλεκπαίδευσης κατά 30%

7.2 Τηλεργασία

Η έρευνα «Πανδημία και ψηφιακή προσαρμογή στη ΔΑΔ: τηλεργασία & τηλεεκπαίδευση» διεξήχθη στα πλαίσια του Εργαστηρίου Διοίκησης Ανθρωπίνου Δυναμικού (ΔΑΔ), στο Οικονομικό Πανεπιστήμιο Αθηνών, με θέμα την ψηφιακή προσαρμογή στον χώρο της ΔΑΔ, ως αποτέλεσμα της πανδημίας.



Παραγωγικότητα	3,09
• Αντιμετωπίζω λιγότερο εργασιακό άγχος όταν εργάζομαι από το σπίτι.	3,05
• Νομίζω ότι η εργασία από το σπίτι μειώνει τις πιθανότητες επαγγελματικής εξουθένωσης (burnout) στο εγγύς μέλλον.	2,85
• Είμαι πιο παραγωγικός/ή όταν εργάζομαι από το σπίτι.	3,05
• Όταν εργάζομαι στο σπίτι, μπορώ να ισορροπήσω την επαγγελματική και οικογενειακή ζωή μου, καλύτερα από όταν εργάζομαι στον οργανισμό.	3,15
• Όταν εργάζομαι από το σπίτι, είμαι σε θέση να εργάζομαι τις ώρες που είμαι πιο παραγωγικός/ή.	3,42
• Συνολικά, είμαι ικανοποιημένος/μένη με την ευκαιρία να εργαστώ από το σπίτι.	3,54
• Ο χώρος στο σπίτι μου είναι κατάλληλος για εργασία.	3,47
• Μου αρέσει που αφιερώνω λιγότερο χρόνο για επικοινωνία με τους συναδέλφους μου, όταν εργάζομαι από το σπίτι.	2,22

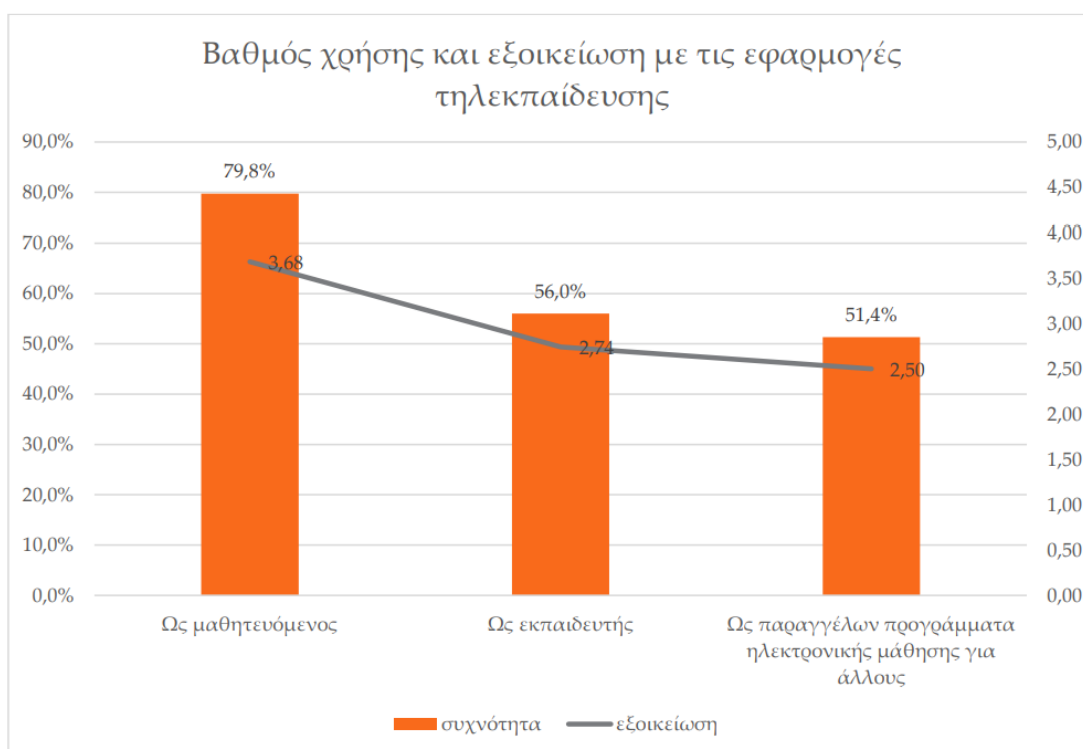
Σχέση εμπιστοσύνης με εργοδότη	3,48
• Όταν εργάζομαι από το σπίτι, έχω πρόσβαση στα έγγραφα του οργανισμού .	3,53
• Όταν εργάζομαι από το σπίτι, δε στερούμαι την τεχνική υποστήριξη του προϊσταμένου μου/εργοδότη μου.	3,34
• Θεωρώ ότι ο εργοδότης μου με εμπιστεύεται αρκετά, όταν εργάζομαι από το σπίτι.	4,02
• Όταν εργάζομαι από το σπίτι, δε νιώθω ότι οι ευκαιρίες επαγγελματικής εξέλιξης μειώνονται.	3,23
• Όταν εργάζομαι από το σπίτι, δε στερούμαι τη συναισθηματική υποστήριξη του προϊσταμένου μου/εργοδότη μου.	3,26

Από τις περαιτέρω αναλύσεις, φάνηκε ότι όλοι οι παράγοντες μπορούν σε δεύτερο επίπεδο να συνενωθούν σε ένα μέγεθος που το ονομάσαμε «θετική στάση απέναντι στην τηλεργασία». Η θετική στάση απέναντι στην τηλεργασία φαίνεται να συνδέεται:

- Αρνητικά με τον αριθμό των παιδιών του ερωτώμενου (ενδεχομένως εξαιτίας των προκλήσεων που θέτει ο συνδυασμός της τηλεργασίας με τη φροντίδα παιδιών που επίσης βρίσκονται στο σπίτι κατά την πανδημία)
- Θετικά με το εκπαιδευτικό υπόβαθρο του ερωτώμενου
- Θετικά με το μέγεθος του οργανισμού
- Θετικά με τη θετική στάση προς την τηλεκπαίδευση

Βαθμός χρήσης τηλεκπαίδευσης

Το 79.8% του δείγματος έχουν εμπειρία ως εκπαιδευόμενοι, το 56% έχουν εμπειρία ως εκπαιδευτές και το 51,4% έχουν εμπειρία στην παραγγελία προγραμμάτων τηλεκπαίδευσης. Όπως φαίνεται στο Διάγραμμα, μεγαλύτερο αυτό-αναφερόμενο βαθμό εξοικείωσης με την τηλεκπαίδευση παρουσιάζουν οι εκπαιδευόμενοι, πιθανώς γιατί η εμπλοκή των εκπαιδευόμενων με τεχνικά θέματα της διαδικασίας είναι ελάχιστη. Γενικά, πάντως, όλοι οι χρήστες έχουν σχετικά περιορισμένη εξοικείωση με τα εργαλεία, αφού στην κλίμακα εξοικείωσης 1-5 οι εκπαιδευόμενοι σκοράρουν στο 3,7, και οι εκπαιδευτές και παραγγέλλοντες νιώθουν ότι χρειάζονται μεγαλύτερη εξοικείωση.



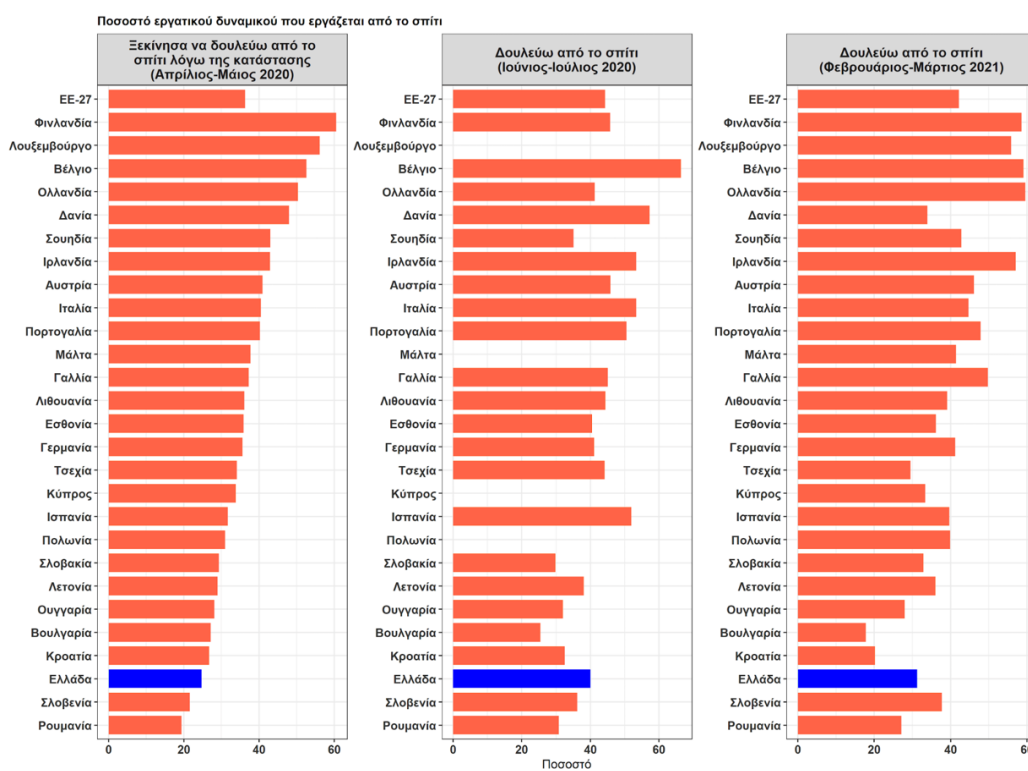
Με βάση τη μελέτη Favale et al, (2020) οι χώρες έχουν υψηλότερα ποσοστά εργαζομένων που ασκούν τηλεργασία. Αυτό ενδεχομένως να υποδεικνύει διαφορετικά επίπεδα προσαρμογής της τηλεργασίας σε κάθε χώρα.

Ποσοστό Εργαζομένων που Προτίμησαν Τηλεργασία (2020-2021): Οι χώρες έχουν τα υψηλότερα ποσοστά εργαζομένων που προτιμούν τηλεργασία. Αυτό μπορεί να υποδεικνύει διαφορετικές προτιμήσεις και ανάγκες των εργαζομένων σε κάθε χώρα.

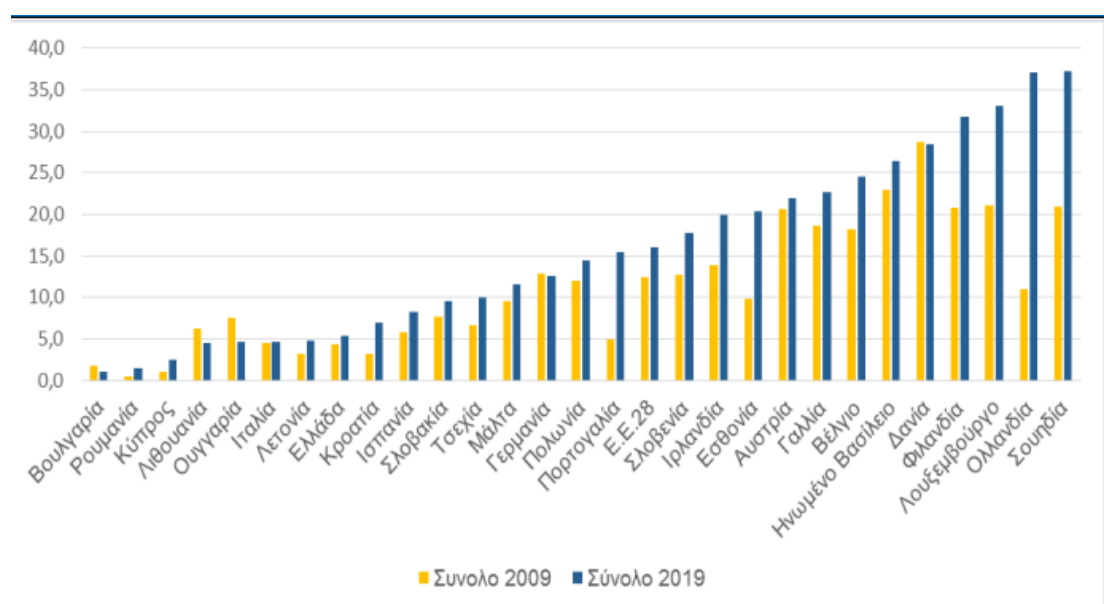
Επίπτωση της Πανδημίας στην Τηλεργασία: Οι χώρες έχουν αυξημένη τηλεργασία κατά τη διάρκεια της πανδημίας(Favale et al, 2020).

Ποσοστό Εργαζομένων σε Τηλεργασία (2020-2021)	Ποσοστό Εργαζομένων που Προτίμησαν Τηλεργασία (2020-2021)	Επίπτωση της Πανδημίας στην Τηλεργασία (Αύξηση/Μείωση)
25%	60%	Αύξηση 35%
40%	70%	Αύξηση 30%
20%	45%	Αύξηση 25%
15%	50%	Αύξηση 35%

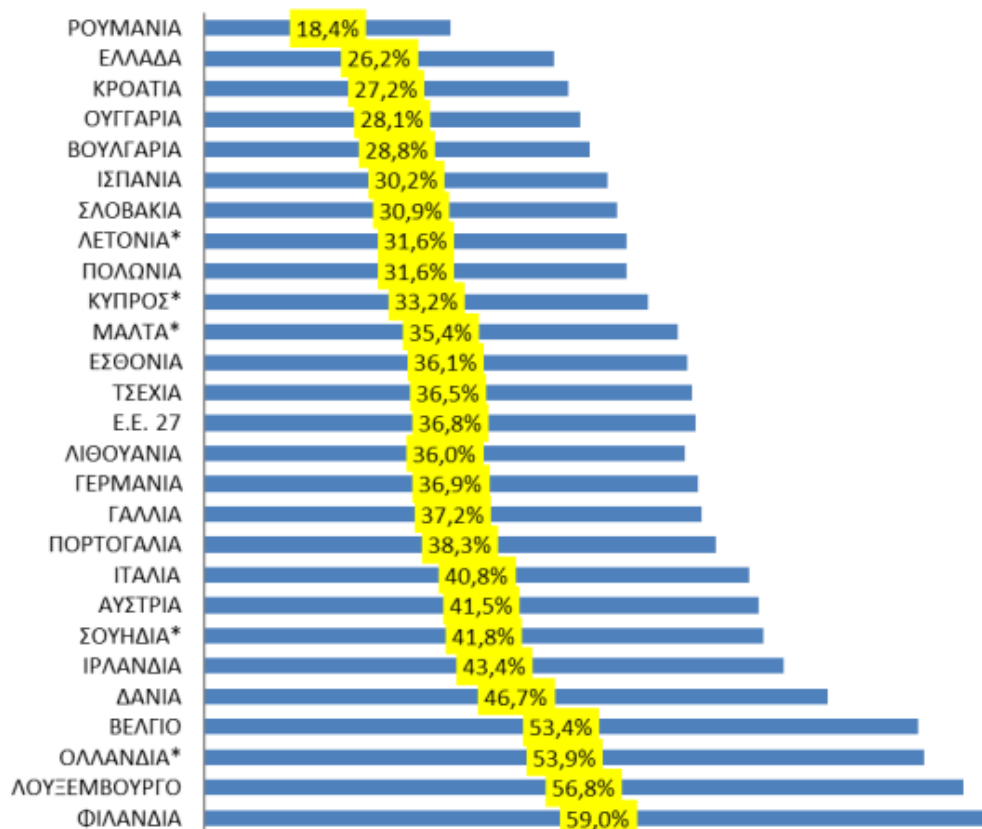
Το Ευρωπαϊκό Ίδρυμα για τη Βελτίωση των Συνθηκών Διαβίωσης και Εργασίας (Eurofound) συνέλεξε δεδομένα για την εξάπλωση της τηλεργασίας στην Ευρώπη σε τρεις χρονικές φάσεις: με το ξέσπασμα της πανδημίας (Απρίλιο-Μάιο 2020), στην πρώτη φάση της (Ιούνιο-Ιούλιο 2020), και κατά τη διάρκεια των lockdown του Φεβρουαρίου-Μαρτίου 2021. Σε κάποιες χώρες (Φινλανδία, Βέλγιο, Ολλανδία), η αντίδραση ήταν άμεση, με άνω του 40% των εργαζομένων να εργάζονται από το σπίτι. Άλλες χώρες (Ρουμανία, Σλοβενία, Ελλάδα) προσαρμόστηκαν αργά, με λιγότερο από 25% του εργατικού δυναμικού να ξεκινάει την τηλεργασία, τον Απρίλιο- Μάιο του 2020. Με την εξέλιξη της πανδημίας τα δεδομένα αλλάζουν.



Η Ελλάδα, έχει από τα χαμηλότερα ποσοστά τηλεργασίας στην Ε.Ε. Ειδικότερα στη χώρα μας, η τηλεργασία συνολικά εκτιμώταν στο 4,3% το 2009 και στο 5,3% το 2019. Ειδικότερα, η τηλεργασία σε περιστασιακή βάση ανερχόταν στο 2,4% το 2009 για να αυξηθεί μόλις κατά μία ποσοστιαία μονάδα το 2019, στο 3,4%. Η δε σταθερή τηλεργασία τόσο το 2009, όσο και το 2019 δεν υπερβαίνει το 2% της συνολικής απασχόλησης (για την ακρίβεια 1,9%)(Suda et al, 2022) .



Η πρώτη καταγραφή κατά το αρχικό κύμα της πανδημίας πραγματοποιήθηκε με μια πανευρωπαϊκή έρευνα που πραγματοποίησε το Eurofound (2020), κύριο πόρισμα της οποίας είναι ότι πάνω από το 1/3 (37%) των εργαζομένων στην Ε.Ε. – 27, που προηγουμένως απασχολούνταν δια ζώσης στο χώρο εργασίας τους, εντάχθηκε σε καθεστώς τηλεργασίας λόγω της κρίσης COVID 19.



ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Η εξ αποστάσεως εκπαίδευση και η τηλεργασία έχουν αλλάξει τον τρόπο με τον οποίο προσεγγίζουμε την εκπαίδευση και την εργασία, φέρνοντας ευκαιρίες και προκλήσεις που διαμορφώνουν τη σύγχρονη κοινωνία. Καθώς αναλογιζόμαστε τις επιπτώσεις αυτών των τάσεων, είναι σαφές ότι είχαν βαθύ αντίκτυπο στα άτομα, τους θεσμούς και το ευρύτερο κοινωνικο-οικονομικό τοπίο. Σε αυτήν την τελική ενότητα, θα συνοψίσουμε τα βασικά σημεία από τις συζητήσεις για την εξ αποστάσεως εκπαίδευση και την τηλεργασία, επισημαίνοντας τα οφέλη, τις προκλήσεις και την πορεία προς τα εμπρός.

Η εξ αποστάσεως εκπαίδευση έχει αναδειχθεί ως ένα ισχυρό εργαλείο για τον εκδημοκρατισμό της εκπαίδευσης και την αύξηση της πρόσβασης σε ευκαιρίες μάθησης. Η ευελιξία που προσφέρει έχει επιτρέψει σε μαθητές από διαφορετικά υπόβαθρα να συνεχίσουν την εκπαίδευση με τους δικούς τους όρους, καταρρίπτοντας τα εμπόδια χρόνου, χώρου και γεωγραφικής θέσης. Ωστόσο, όπως έχουμε εξερευνήσει, η εξ αποστάσεως εκπαίδευση δεν είναι χωρίς προκλήσεις. Η διασφάλιση της ποιότητας της εκπαίδευσης, η διατήρηση της συμμετοχής των μαθητών και η αντιμετώπιση προβλημάτων σχετικά με την προσβασιμότητα είναι κρίσιμοι παράγοντες που απαιτούν συνεχή προσοχή. Τα οφέλη της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης περιλαμβάνουν την ικανότητα προσαρμογής διαφορετικών στυλ μάθησης, την προώθηση της αυτοκατευθυνόμενης μάθησης και την παροχή πρόσβασης σε πληθώρα ψηφιακών πόρων. Έχει επίσης αποδειχθεί ανεκτίμητη σε περιόδους κρίσης, όπως η παγκόσμια πανδημία, επιτρέποντας την αδιάλειπτη μάθηση. Ωστόσο, η αντιμετώπιση του ψηφιακού χάσματος, ο σχεδιασμός περιεχομένου χωρίς αποκλεισμούς και η προσφορά εξατομικευμένης υποστήριξης είναι απαραίτητα για να διασφαλιστεί ότι η εξ αποστάσεως εκπαίδευση εξυπηρετεί πραγματικά τις ανάγκες όλων των μαθητών. Η ενσωμάτωση της τεχνολογίας στις παραδοσιακές τάξεις και η διατήρηση της ανθρώπινης επαφής σε εικονικά περιβάλλοντα μπορεί να οδηγήσει σε μια ολιστική και αποτελεσματική εμπειρία μάθησης.

Η τηλεργασία έχει επαναπροσδιορίσει τον τρόπο εργασίας μας, παρέχοντας στα άτομα την ευελιξία να εξισορροπούν τις επαγγελματικές με την προσωπική ζωή. Το

εικονικό γραφείο έχει επιτρέψει στους οργανισμούς να αξιοποιήσουν μια παγκόσμια δεξαμενή ταλέντων, να προωθήσουν την ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής και να μειώσουν τις περιβαλλοντικές επιπτώσεις. Η τηλεργασία παρέχει επίσης ευκαιρίες για άτομα που μπορεί να αντιμετωπίζουν εμπόδια στην παραδοσιακή απασχόληση, όπως άτομα με αναπηρίες ή άτομα που ζουν σε απομακρυσμένες περιοχές. Ωστόσο, η τηλεργασία φέρνει στο προσκήνιο ένα σύνολο προκλήσεων που απαιτούν προσεκτική εξέταση. Η διατήρηση των ορίων επαγγελματικής και προσωπικής ζωής, η καταπολέμηση των συναισθημάτων απομόνωσης και η διατήρηση της συνοχής της ομάδας είναι ζητήματα που πρέπει να αντιμετωπιστούν για να διασφαλιστεί ένα υγιές εργασιακό περιβάλλον. Επιπλέον, οι οργανισμοί πρέπει να αντιμετωπίσουν ανησυχίες που σχετίζονται με την ασφάλεια στον κυβερνοχώρο, το απόρρητο των δεδομένων και την αποτελεσματική επικοινωνία σε εικονικές ομάδες. Το μέλλον της εργασίας πιθανότατα περιλαμβάνει ένα υβριδικό μοντέλο που συνδυάζει επιτόπια και εξ αποστάσεως εργασία. Οι οργανισμοί θα πρέπει να επενδύσουν σε ισχυρή τεχνολογική υποδομή, να υποστηρίξουν την ευημερία των εργαζομένων και να καλλιεργήσουν μια κουλτούρα εμπιστοσύνης και λογοδοσίας για να μεγιστοποιήσουν τα οφέλη της τηλεργασίας.

Συμπερασματικά, η εξέλιξη της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης και της τηλεργασίας μάς έδειξε ότι η καινοτομία και η ένταξη πρέπει να συμβαδίζουν. Είτε στην εκπαίδευση είτε στον χώρο εργασίας, η αξιοποίηση του δυναμικού της τεχνολογίας απαιτεί δέσμευση να διασφαλιστεί ότι κανείς δεν θα μείνει πίσω. Οι προκλήσεις που παρουσιάζονται από τα ψηφιακά χάσματα, τα εμπόδια προσβασιμότητας και την ατομική ευημερία δεν μπορούν να αγνοηθούν. Τα εκπαιδευτικά ιδρύματα πρέπει να δώσουν προτεραιότητα στη δημιουργία προσβάσιμων, ελκυστικών και δίκαιων διαδικτυακών εμπειριών μάθησης. Οι δάσκαλοι χρειάζονται κατάρτιση και πόρους για την αποτελεσματική πλοήγηση στις εικονικές τάξεις, ενώ παράλληλα καλύπτουν διαφορετικές ανάγκες μάθησης. Ομοίως, οι εργοδότες πρέπει να καλλιεργήσουν ένα υποστηρικτικό περιβάλλον τηλεργασίας που δίνει προτεραιότητα στην ψυχική υγεία, προσφέρει σαφή κανάλια επικοινωνίας και διατηρεί την αίσθηση της κοινότητας μεταξύ των απομακρυσμένων ομάδων. Ακόμα, είναι επιτακτική ανάγκη να επιτευχθεί μια ισορροπία μεταξύ της τεχνολογικής προόδου και της ανθρώπινης σύνδεσης. Τόσο η εξ αποστάσεως εκπαίδευση όσο και η τηλεργασία προσφέρουν

μετασχηματιστικές δυνατότητες, αλλά η επιτυχία τους εξαρτάται από την ικανότητά μας να δημιουργήσουμε οικοσυστήματα χωρίς αποκλεισμούς όπου όλοι μπορούν να ευδοκιμήσουν. Προασπίζοντας την καινοτομία, παραμένοντας στηριγμένοι στην ενσυναίσθηση, μπορούμε να ξεκλειδώσουμε πλήρως τις δυνατότητες αυτών των τάσεων και να διαμορφώσουμε ένα ευνοϊκότερο μέλλον για την εκπαίδευση και την εργασία.

Προτάσεις σχετικά με την τηλεκαίδευση

Αναβάθμιση Υποδομών Τεχνολογίας: Προσπαθεί να διασφαλίσει ότι υπάρχει σταθερή σύνδεση στο διαδίκτυο και σύγχρονος εξοπλισμός για απρόσκοπτη και αποτελεσματική διδασκαλία.

Εξατομικευμένο Περιεχόμενο Μάθησης: Η προσαρμογή του περιεχομένου μάθησης στις ατομικές ανάγκες και τον ρυθμό του μαθητή βελτιώνει την κατανόηση και τη συμμετοχή.

Διαδραστικά Εκπαιδευτικά Εργαλεία: Η χρήση διαδραστικών εργαλείων και λογισμικού διευκολύνει την ενασχόληση και την κατανόηση των μαθητών.

Ζωντανές Διαδικτυακές Συναντήσεις: Οργάνωση και διεξαγωγή συναντήσεων μέσω διαδικτύου για ζωντανή αλληλεπίδραση και ανταλλαγή απόψεων.

Ατομική Υποστήριξη: Η δυνατότητα για ατομικές συνεδρίες με καθηγητές βοηθά στην απευθείας επίλυση αποριών.

Συνεργατική Μάθηση Μέσω Διαδικτύου: Η διοργάνωση συνεργατικών εργασιών και δραστηριοτήτων μεταξύ των μαθητών προωθεί την αλληλεπίδραση.

Ποικιλία Αξιολόγησης: Η χρήση διάφορων μεθόδων αξιολόγησης, όπως τεστ, εργασίες και projects, επιτρέπει πιο ολοκληρωμένη και δίκαιη αξιολόγηση.

Συνεχής Κατάρτιση Εκπαιδευτών: Παροχή συνεχούς κατάρτισης σε εκπαιδευτές για την αξιοποίηση των τεχνολογικών εργαλείων.

Ενίσχυση Συνεργασίας με Γονείς: Η διατήρηση ανοικτής γραμμής επικοινωνίας με τους γονείς βοηθά στην υποστήριξη της μάθησης στο σπίτι.

Συνεχής Αναθεώρηση και Προσαρμογή: Η συνεχής αξιολόγηση και προσαρμογή των μεθόδων διδασκαλίας βελτιώνει την εκπαιδευτική διαδικασία.

Ψηφιακή Ασφάλεια: Ενσωμάτωση της εκπαίδευσης για την ασφαλή χρήση του διαδικτύου και την προστασία των προσωπικών δεδομένων.

Αξιοποίηση Κοινωνικών Δικτύων: Χρήση των κοινωνικών δικτύων για προώθηση της συνεργασίας και της διακίνησης γνώσης.

Διαφάνεια και Ανοικτότητα: Η δημοσιοποίηση των στόχων, του περιεχομένου και των αξιολογήσεων προάγει τη διαφάνεια.

Εκπαιδευτική Έρευνα: Η προώθηση της εκπαιδευτικής έρευνας σχετικά με τις βέλτιστες πρακτικές εξ αποστάσεως εκπαίδευσης βοηθά στην συνεχή βελτίωση.

Προτάσεις σχετικά με την τηλεργασία

Συμβουλευτικές Υπηρεσίες: θα πρέπει να προσφερθούν εξειδικευμένες συμβουλευτικές υπηρεσίες που βοηθούν τις επιχειρήσεις να μεταβούν απρόσκοπτα στην απομακρυσμένη εργασία. θα πρέπει να παρέχεται καθοδήγηση σχετικά με τη δημιουργία εικονικών γραφείων, την επιλογή εργαλείων συνεργασίας και τη δημιουργία πολιτικών απομακρυσμένης εργασίας προσαρμοσμένες στις ανάγκες κάθε οργανισμού.

Έλεγχοι απομακρυσμένων εργασιών: θα πρέπει να πραγματοποιούνται ολοκληρωμένοι έλεγχοι εξ αποστάσεως εργασίας για εταιρείες για να αξιολογήσουν την τρέχουσα υποδομή, τις ροές εργασίας και τα κανάλια επικοινωνίας τους. Θα πρέπει να παρέχονται συστάσεις για να βελτιωθεί η αποτελεσματικότητα της εξ αποστάσεως εργασίας και η ευημερία των εργαζομένων.

Virtual Team Building: θα πρέπει να οργανωθούν εικονικές εκδηλώσεις δημιουργίας ομάδας και εργαστήρια για απομακρυσμένες ομάδες από διάφορες εταιρείες. Αυτές οι εκδηλώσεις μπορούν να ενισχύσουν τη συνεργασία, να ενισχύσουν την αίσθηση της κοινότητας και να τονώσουν το ηθικό μεταξύ των απομακρυσμένων υπαλλήλων.

Λύσεις για την ασφάλεια στον κυβερνοχώρο: θα πρέπει να παρέχονται λύσεις κυβερνοασφάλειας για την προστασία ευαίσθητων δεδομένων και τη διασφάλιση ασφαλούς επικοινωνίας για απομακρυσμένους εργαζόμενους. Θα πρέπει να παρέχονται υπηρεσίες όπως ρύθμιση VPN, εκπαίδευση εργαζομένων σχετικά με τις βέλτιστες πρακτικές ασφάλειας στον κυβερνοχώρο και τακτικούς ελέγχους ασφαλείας.

Αναλύσεις απόδοσης: θα πρέπει να αναπτυχθούν εργαλεία παρακολούθησης απόδοσης που βοηθούν τις εταιρείες να μετρούν και να αναλύουν την παραγωγικότητα, τα πρότυπα επικοινωνίας και τα αποτελέσματα εργασίας των απομακρυσμένων εργαζομένων. θα πρέπει να παρέχονται πληροφορίες βάσει δεδομένων για τη βελτίωση των στρατηγικών απομακρυσμένης εργασίας.

Λύσεις ευέλικτων χώρων εργασίας: θα πρέπει να αναπτυχθεί συνεργασία για να δημιουργηθούν ευέλικτες λύσεις απομακρυσμένης εργασίας.

Υπηρεσίες Ψυχικής Υγείας: θα πρέπει κάθε επιχείρηση να συνεργάζονται με επαγγελματίες ψυχικής υγείας για να προσφέρει εικονικά προγράμματα συμβουλευτικής και ευεξίας για απομακρυσμένους εργαζόμενους.

Πιστοποίηση εξ αποστάσεως εργασίας: θα πρέπει να αναπτυχθεί ένα πρόγραμμα πιστοποίησης που επικυρώνει την επάρκεια μιας εταιρείας στις πρακτικές εξ αποστάσεως εργασίας.

Συμπερασματικά, μια προσέγγιση τρίτων για την υποστήριξη της απομακρυσμένης εργασίας περιλαμβάνει την παροχή εξειδικευμένων υπηρεσιών και λύσεων που καλύπτουν τις μοναδικές ανάγκες των επιχειρήσεων και των απομακρυσμένων υπαλλήλων. Προσφέροντας τεχνογνωσία, πόρους και καινοτόμες στρατηγικές, οι τρίτες οντότητες μπορούν να διαδραματίσουν κρίσιμο ρόλο στη βελτιστοποίηση των απομακρυσμένων εργασιακών εμπειριών και να συμβάλουν στην ανάπτυξη αυτού του εξελισσόμενου μοντέλου εργασίας.

BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Allen, T. D., Johnson, R. C., & Kiburz, K. M. (2017). Work–family conflict and flexible work arrangements: Deconstructing flexibility. *Personnel Psychology*, 70(2), 423-462.

Anderson, T., & Dron, J. (2011). Three generations of distance education pedagogy. *The International Review of Research in Open and Distributed Learning*, 12(3), 80-97.

Ball, T.R. Wozniak O. (2021) *Why do some Americans resist COVID-19 prevention behavior? An analysis of issue importance, message fatigue, and reactance regarding COVID-19 messaging*, Health Communication pp. 1-8

Bates, A. W. (2022). *Teaching in a digital age: Guidelines for designing teaching and learning*. Tony Bates Associates Ltd.

Beauregard, K.A. Basile, E. Canónico O. (2019), Telework: Outcomes and facilitators for employees, R.N. Landers (Ed.), *The Cambridge handbook of technology and employee behaviours*, Cambridge University Press pp. 511-543

Bouziri, D.R. Smith, A. Descatha, W. Dab, K. Jean I. (2020), Working from home in the time of COVID-19: How to best preserve occupational health? *Occupational and Environmental Medicine*, 77 (7) pp. 509-510

Buabeng-Andoh, C. Yaokumah, W. Tarhini A.(2019) Investigating students' intentions to use ICT: a comparison of theoretical models, *Educ. Inf. Technol.*, 24 (1)643-660

Buabeng-Andoh, C. Yaokumah, W. Tarhini A.(2019) Investigating students' intentions to use ICT: a comparison of theoretical models, *Educ. Inf. Technol.*, 24 (1)643-660

Carillo, G. Cachat-Rosset, J. Marsan, T. Saba, A. Klarsfeld K. (2021), Adjusting to epidemic-induced telework: Empirical insights from teleworkers in France, *European Journal of Information Systems*, 30 (1) pp. 69-88

Carnevale, I. Hatak N. (2020), Employee adjustment and well-being in the era of COVID-19: Implications for human resource management, *Journal of Business Research*, 116 pp. 183-187

Delanoetje, M. Verbruggen, L. Germeys M. (2019), Boundary role transitions: A day-to-day approach to explain the effects of home-based telework on work-to-home conflict and home-to-work conflict, *Human Relations*, 72 (12) pp. 1843-1868

Favale T. Soro F., Trevisan M., (2020) Campus Traffic and E-Learning during COVID-19 Pandemic, *Computer Networks* 12(8)10729

Favale T. Soro F., Trevisan M., (2020) Campus Traffic and E-Learning during COVID-19 Pandemic, *Computer Networks* 12(8)10729

Gajendran, R. S., & Harrison, D. A. (2015). Taking a break to engage: The nature and function of breaks in a distributed work environment. *Journal of Applied Psychology*, 100(2), 520-534.

Garrison, D. R., & Kanuka, H. (2021). Blended learning: Uncovering its transformative potential in higher education. *The Internet and Higher Education*, 7(2), 95-105.

Golden, T. D., & Raghuram, S. (2010). Teleworkers' differentiations between work and nonwork. *Journal of Vocational Behavior*, 76(3), 395-406.

Golden, T. D., & Shockley, K. M. (2019). *The Cambridge Handbook of the Changing Nature of Work*. Cambridge University Press.

Hamilton L. Suda K. Heidel R. (2020) The role of online learning in pharmacy education: a nationwide survey of student pharmacists, *Curr Pharm Teach Learn*, 12 (6), 614-625

Harrison, D. A. (2021). The good, the bad, and the unknown about telecommuting: Meta-analysis of psychological mediators and individual consequences. *Journal of Applied Psychology*, 92(6), 1524-1541.

Kogan M., Klein S., Hannon C., Nolte M. (2020) Orthopaedic education during the COVID-19 pandemic, *J. Am. Acad. Orthop. Surg.*, 28 (11) e456-e464

Kogan M., Klein S., Hannon C., Nolte M. (2021) Orthopaedic education during the COVID-19 pandemic, *J. Am. Acad. Orthop. Surg.*, 28 (11) e456-e464

Moore, M. G., & Kearsley, G. (2021). *Distance education: A systems view of online learning*. Cengage Learning.

Papadopoulos N. Alshdaifatb L. Alwanid M. Rawashdeha H. (2020) Distance education during the COVID-19 outbreak: A cross-sectional study among medical students, *Annals of Medicine and Surgery*, 59, (12) 86-194

Pei L. Wu H. (2019) Does online learning work better than offline learning in undergraduate medical education? A systematic review and meta-analysis, *Med. Educ. Online*, 24 (1) 668

Pei L. Wu H. (2019) Does online learning work better than offline learning in undergraduate medical education? A systematic review and meta-analysis, *Med. Educ. Online*, 24 (1) 668

Siemens, G. (2019). Connectivism: A learning theory for the digital age. *International Journal of Instructional Technology and Distance Learning*, 2(1), 3-10.

Silowan, K. (2022). Virtual interaction: Design factors affecting student satisfaction and perceived learning in asynchronous online courses. *Distance Education*, 22(2), 306-331.

Simonson, M., Smaldino, S., Albright, M., & Zvacek, S. (2019). *Teaching and learning at a distance: Foundations of distance education*. Information Age Publishing.

Sin Hui Huang Chong, Yi Chang, Chu-Hsiang (Daisy) Chong H. (2020), Supporting interdependent telework employees: A moderated-mediation model linking daily COVID-19 task setbacks to next-day work withdrawal, *Journal of Applied Psychology*, 105 (12) pp. 1408-1422

Sindiana N. Alshdaifatb L. Alwanid M. Rawashdeha H. (2020) Distance education during the COVID-19 outbreak: A cross-sectional study among medical students in North of Jordan, *Annals of Medicine and Surgery*, 59, (12) 86-194

Suda K. Heidel R. Hamilton L. (2022) The role of online learning in pharmacy education: a nationwide survey of student pharmacists, *Curr Pharm Teach Learn*, 12 (6), 614-625

Tessema, M. T., Tesfom, G., Faircloth, M. A., Tesfagiorgis, M., & Teckle, P. (2022). The “Great Resignation”: Causes, Consequences, and Creative HR Management Strategies. *Journal of Human Resource and Sustainability Studies*, 10(1), 161–178.

Thatcher, S., & Zhu, X. (2006). Changing Identities in a Changing Workplace: Identification, Identity Enactment, Self-Verification, and Telecommuting. *Academy of Management Review*, 31, 1076–1088.
<https://doi.org/10.5465/AMR.2006.22528174>

Thompson, L. (2021). Virtual Collaboration Won't Be the Death of Creativity. *MIT Sloan Management Review*, 62(2), 42–46.

Veiga, J. F. (2022). The impact of extent of telecommuting on job satisfaction: Resolving inconsistent findings. *Journal of Management*, 31(2), 301-318.