



Co-funded by
the European Union



wExchange

Προαγωγή της ψυχικής υγείας και ευεξίας μέσω διαδικτυακής (εξ αποστάσεως)
ανταλλαγής σε σχολεία δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης

Οδηγός Μεθοδολογίας



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΟΔΗΓΟΥ

Σκοπός και βασικοί στόχοι	3
Έννοια και ορισμός	3
Μοντέλο εικονικών (εξ αποστάσεως) ανταλλαγών	4
Ανάπτυξη δεξιοτήτων	5
Βασικά στοιχεία	6
Πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα	7
Συμμετέχοντες/Συμμετέχουσες	8
Στρατηγικές και υλοποίηση	9
Ψηφιακά εργαλεία	10
Πόροι	11
Αξιολόγηση	12
Η εμπειρία μας από το έργο wExchange	13
Βιβλιογραφία	14

ΣΚΟΠΟΣ ΚΑΙ ΒΑΣΙΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ

Αυτός ο οδηγός μεθοδολογίας εικονικών (εξ αποστάσεως) ανταλλαγών στοχεύει στην παροχή ενός πλαισίου σχεδιασμού και υλοποίησης προγραμμάτων διαδικτυακών ανταλλαγών που συνδέουν συμμετέχοντες/συμμετέχουσες διαφορετικού υπόβαθρου μέσω ψηφιακών πλατφορμών. Βοηθά τους/τις εκπαιδευτικούς και τους/τις συντονιστές/συντονίστριες να δημιουργούν ουσιαστικές, συμπεριληπτικές και υψηλής επίδρασης εξ αποστάσεως μαθησιακές εμπειρίες.



Ο Οδηγός Μεθοδολογίας του wExchange © 2025 από την κοινοπραξία του έργου wExchange διατίθεται με άδεια [CC BY-NC-ND 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/). Ο οδηγός αναπτύχθηκε από το έργο wExchange, το οποίο συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (Erasmus+ 2022-1-FI01-KA220-SCH-000087764).

Βασικοί Στόχοι

- Προαγωγή του εγγραμματισμού ψυχικής υγείας: Δημιουργία ασφαλών χώρων για διάλογο, ανταλλαγή διαφορετικών πολιτισμικών αντιλήψεων και μείωση του στίγματος, ενδυναμώνοντας έτσι τους/τις συμμετέχοντες/συμμετέχουσες να αναγνωρίζουν, να κατανοούν και να αντιμετωπίζουν συνεργατικά τις προκλήσεις της ψυχικής υγείας σε ένα πολυπολιτισμικό πλαίσιο.
- Ανάπτυξη βασικών δεξιοτήτων: Ενίσχυση της επικοινωνίας, της κριτικής σκέψης και άλλων συναφών δεξιοτήτων οι οποίες είναι απαραίτητες σε ένα παγκοσμιοποιημένο περιβάλλον.
- Προώθηση της βιωσιμότητας: Ενσωμάτωση των ανταλλαγών σε μακροπρόθεσμες εκπαιδευτικές πρακτικές.
- Ενθάρρυνση της συνεργατικής μάθησης: Υποστήριξη της ομαδικής εργασίας και της από κοινού επίλυσης προβλημάτων.

ΕΝΝΟΙΑ ΚΑΙ ΟΡΙΣΜΟΣ

Οι εικονικές (εξ αποστάσεως) ανταλλαγές είναι εκπαιδευτικά προγράμματα που διευκολύνουν τη διαπολιτισμική επικοινωνία, τη συνεργασία και τη μάθηση μεταξύ συμμετεχόντων από διαφορετικές χώρες ή πολιτισμικό υπόβαθρο μέσω διαδικτυακών πλατφορμών και ψηφιακής τεχνολογίας. Αυτές οι ανταλλαγές αποσκοπούν στην προώθηση της διαπολιτισμικής κατανόησης, της ανάπτυξης δεξιοτήτων ώστε τα άτομα να λειτουργούν αποτελεσματικά μέσα σε ένα παγκοσμιοποιημένο περιβάλλον και της ουσιαστικής αλληλεπίδρασης πέρα από τα γεωγραφικά σύνορα.

ΜΟΝΤΕΛΟ ΕΙΚΟΝΙΚΩΝ ΑΝΤΑΛΛΑΓΩΝ

Οι εικονικές ανταλλαγές μπορούν να διοργανωθούν με διάφορους τρόπους ώστε να ανταποκρίνονται στις διαφορετικές ανάγκες των ομάδων. Ορισμένες μέθοδοι περιλαμβάνουν σύγχρονες ανταλλαγές, αλληλεπιδράσεις μεταξύ ομοτίμων και ομαδικές συνεργασίες.

1. Σύγχρονες ανταλλαγές: Αλληλεπιδράσεις σε πραγματικό χρόνο, όπου οι συμμετέχοντες/συμμετέχουσες από διαφορετικές χώρες έρχονται σε άμεση διάδραση με ομότιμα μέλη μέσω πλατφορμών τηλεδιάσκεψης για τη διευκόλυνση του άμεσου διαλόγου και της ανατροφοδότησης μέσω της συνεργασίας και της συζήτησης.

2. Ανταλλαγές μεταξύ ομοτίμων: Συμμετέχοντες/Συμμετέχουσες από διαφορετικές χώρες ή υπόβαθρα παίρνουν μέρος σε δραστηριότητες συνεργασίας σε μικρές ομάδες ή δυάδες.

3. Ομαδικές συνεργασίες: Συμμετέχοντες/Συμμετέχουσες από διαφορετικές χώρες συνεργάζονται εξ αποστάσεως σε ομάδες για την ολοκλήρωση έργων, την επίλυση προβλημάτων ή την επίτευξη κοινών στόχων και την πραγματοποίηση δραστηριοτήτων.



ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

Οι εικονικές (εξ αποστάσεως) ανταλλαγές βοηθούν στην ανάπτυξη δεξιοτήτων για αποτελεσματική διαπολιτισμική επικοινωνία, συνεργασία και μάθηση. Οι βασικές πτυχές περιλαμβάνουν:

- **Διαπολιτισμικές δεξιότητες:** Οι συμμετέχοντες/συμμετέχουσες κατανοούν και αλληλεπιδρούν αποτελεσματικά με άτομα που έχουν διαφορετική κουλτούρα.
- **Δεξιότητες επικοινωνίας:** Βελτίωση των λεκτικών, μη λεκτικών δεξιοτήτων και των δεξιοτήτων ακρόασης για την ενίσχυση της σαφήνειας στην επικοινωνία (για πιο ξεκάθαρη επικοινωνία).
- **Δεξιότητες συνεργασίας:** Οι συμμετέχοντες/συμμετέχουσες μαθαίνουν να εργάζονται αποτελεσματικά σε διαδικτυακές ομάδες, καθώς και να συντονίζουν τις προσπάθειές τους και να επιλύουν συγκρούσεις.
- **Κριτική ικανότητα:** Αξιολογούν πληροφορίες και δεδομένα προκειμένου να λαμβάνουν τεκμηριωμένες αποφάσεις.
- **Δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων:** Οι συμμετέχοντες/συμμετέχουσες έρχονται αντιμέτωποι με ρεαλιστικές προκλήσεις αναζητώντας δημιουργικές λύσεις.
- **Προσαρμοστικότητα και ευελιξία:** Προσαρμόζονται σε διαφορετικά πολιτισμικά πλαίσια και καταστάσεις.
- **Ψηφιακή επάρκεια:** Οι συμμετέχοντες/συμμετέχουσες χρησιμοποιούν αποτελεσματικά διαδικτυακά εργαλεία και πόρους.
- **Ενσυναίσθηση και αποδοχή:** Κατανοούν και αλληλοεπιδρούν με άτομα διαφορετικού υπόβαθρου.
- **Παγκόσμια ευαισθητοποίηση:** Οι συμμετέχοντες/συμμετέχουσες ενημερώνονται σχετικά με τις παγκόσμιες τάσεις και προκλήσεις
- **Αναστοχαστική πρακτική:** Αναστοχάζονται για να βελτιωθούν και να θέσουν μαθησιακούς στόχους.

Οι παραπάνω δεξιότητες προετοιμάζουν τους συμμετέχοντες/συμμετέχουσες προκειμένου να καταστούν ενεργοί παγκόσμιοι πολίτες, οι οποίοι θα ανταποκρίνονται αποτελεσματικά και θα συνεισφέρουν σε ένα παγκόσμιο περιβάλλον .

ΒΑΣΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

Στα βασικά στοιχεία ενός επιτυχημένου προγράμματος εικονικών (εξ αποστάσεως) ανταλλαγών περιλαμβάνονται τα εξής:

- **Συμμετέχοντες/Συμμετέχουσες:** Στο πρόγραμμα συμμετέχουν άτομα ή ομάδες διαφορετικού πολιτισμικού υποβάθρου, όπως μαθητές/μαθήτριες, εκπαιδευτικοί και επαγγελματίες.
- **Στόχοι:** Το πρόγραμμα αποσκοπεί στη βελτίωση της διαπολιτισμικής κατανόησης, των γλωσσικών δεξιοτήτων και της κατανόησης της έννοιας του παγκόσμιου πολίτη.
- **Αναλυτικό πρόγραμμα και περιεχόμενο:** Το πρόγραμμα περιλαμβάνει δραστηριότητες και υλικό, όπως παρουσιάσεις σχετικές με τον πολιτισμό, συνεργατικές δραστηριότητες, έργα και πολυμέσα.
- **Τεχνολογία και πλατφόρμες:** Αξιοποίηση εργαλείων όπως πλατφόρμες τηλεδιάσκεψης, πλατφόρμες άμεσης συνομιλίας και συστήματα μαθησιακής διαχείρισης για αποτελεσματική επικοινωνία και συνεργασία.
- **Διοργάνωση και υποστήριξη:** Οι εκπαιδευτικοί ή οι συντονιστές καθοδηγούν την αλληλεπίδραση συμμετεχόντων/συμμετεχουσών και διασφαλίζουν την ύπαρξη ενός υποστηρικτικού και συμπεριληπτικού περιβάλλοντος.
- **Πολιτισμική επάρκεια:** Οι δραστηριότητες έχουν σχεδιαστεί για να προωθούν την πολιτισμική ευαισθητοποίηση, την ενσυναίσθηση και τον σεβασμό της διαφορετικότητας.
- **Εκμάθηση γλωσσών:** Παρέχονται ευκαιρίες εξάσκησης και βελτίωσης των γλωσσικών δεξιοτήτων σε πραγματικές συνθήκες.
- **Αξιολόγηση:** Εκτιμάται η πρόοδος και η αποτελεσματικότητα μέσω ερευνών, ανατροφοδότησης και αξιολόγησης του έργου.
- **Ανάπτυξη κοινότητας:** Ενθαρρύνει τη δικτύωση και την υποστήριξη μεταξύ των συμμετεχόντων/συμμετεχουσών μέσω των διαδικτυακών κοινοτήτων και των κοινωνικών δικτύων.
- **Ανάπτυξη και βιωσιμότητα:** Επικεντρώνεται στη μακροπρόθεσμη βιωσιμότητα μέσω συμπράξεων, αξιοποίησης πόρων χρηματοδότησης και ανάπτυξης δεξιοτήτων.

Τα προγράμματα εικονικών (εξ αποστάσεως) ανταλλαγών, με την ενσωμάτωση αυτών των στοιχείων, παρέχουν δυνατές και ουσιαστικές εμπειρίες, που προάγουν τη διαπολιτισμική κατανόηση και την παγκόσμια συνεργασία.

ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΜΕΙΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ

ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ

- **Προσαρμοστικότητα και ευελιξία:** Ενθαρρύνει την ποικιλόμορφη αλληλεπίδραση σε ώρες που εξυπηρετούν τους/τις συμμετέχοντες/συμμετέχουσες
- **Μειωμένο κόστος:** Μειωμένο κόστος συγκριτικά με τις διά ζώσης ανταλλαγές, ωφελώντας σχολεία και μαθητές/μαθήτριες με περιορισμένους διαθέσιμους πόρους.
- **Πολιτισμική ευαισθητοποίηση:** Ενισχύει την κατανόηση και την εκτίμηση της διαφορετικότητας μέσω αλληλεπιδράσεων με ομότιμα μέλη διαφορετικού πολιτισμικού υπόβαθρου.
- **Γλωσσικές δεξιότητες:** Προσφέρει πραγματικές ευκαιρίες εξάσκησης και βελτίωσης των γλωσσικών ικανοτήτων σε ένα διεθνές περιβάλλον.
- **Ευρωπαϊκή ταυτότητα:** Υποστηρίζει την εκπαίδευση για την προώθηση της έννοιας του Ευρωπαίου πολίτη μέσα από τον διαπολιτισμικό διάλογο και την ανάπτυξη δεξιοτήτων κριτικής σκέψης.

ΜΕΙΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ

- **Τεχνολογικά ζητήματα:** Προβλήματα στο δίκτυο ή δυσλειτουργίες της πλατφόρμας μπορούν να διαταράξουν την επικοινωνία και τη συνεργασία.
- **Τεχνολογικό χάσμα:** Οι ανισότητες σχετικά με την πρόσβαση στην τεχνολογία και το διαδίκτυο καθώς και οι πιθανές ελλείψεις ψηφιακές δεξιότητες μπορούν να αποκλείσουν ορισμένους/ες συμμετέχοντες/συμμετέχουσες.
- **Περιορισμένη κοινωνική διάδραση:** Η έλλειψη διά ζώσης αλληλεπιδράσης μπορεί να μειώσει την ποιότητα των κοινωνικών δεσμών και να περιορίσει τη μη λεκτική επικοινωνία.
- **Έλλειψη πολιτισμικής κατανόησης:** Τα διαφορετικά μοτίβα επικοινωνίας και τα πολιτισμικά πρότυπα μπορεί να οδηγήσουν σε παρεξηγήσεις, απαιτώντας από τους/τις συμμετέχοντες/συμμετέχουσες να αναπτύξουν διαπολιτισμική κατανόηση.
- **Διαφορά ώρας:** Οι δυσκολίες που αφορούν τον προγραμματισμό λόγω της διαφοράς ώρας μπορούν να επηρεάσουν τη συχνότητα και την ποιότητα των αλληλεπιδράσεων.
- **Περιορισμένη πολιτισμική αντίληψη:** Οι εικονικές (εξ αποστάσεως) ανταλλαγές μπορεί να μην παρέχουν την ίδια βιωματική εκμάθηση των τοπικών εθίμων και της καθημερινής ζωής όπως οι διά ζώσης ανταλλαγές.

ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΕΣ/ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ

Οι εικονικές (εξ αποστάσεως) ανταλλαγές έχουν σχεδιαστεί για διαφορετικές ομάδες, όπως μαθητές/μαθήτριες, εκπαιδευτικούς, άλλους επαγγελματίες, μέλη της κοινότητας και οργανώσεις νέων.

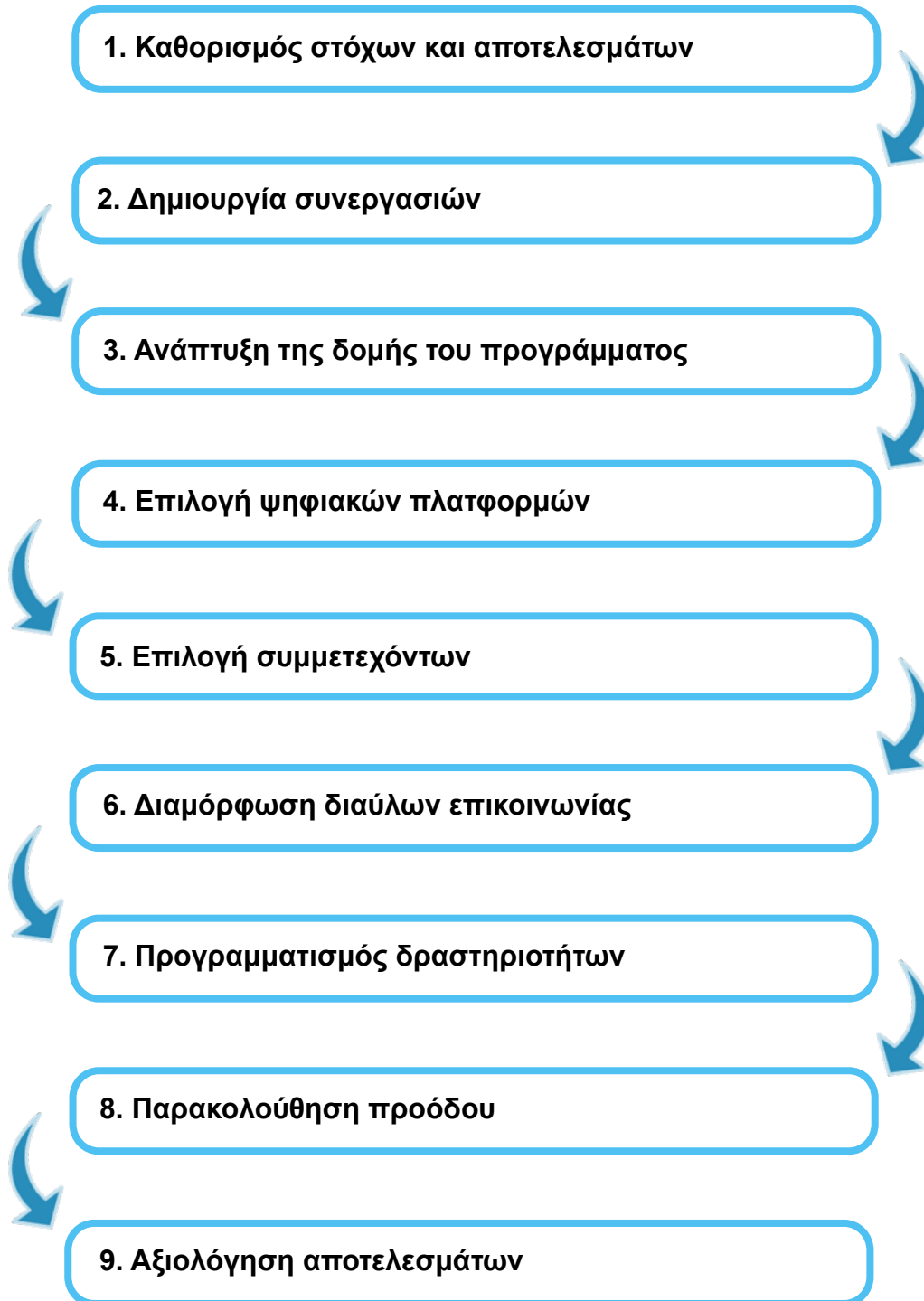
- Για τους/τις μαθητές/μαθήτριες, αυτές οι ανταλλαγές επικεντρώνονται στην εκμάθηση γλωσσών, στις πολιτισμικές ανταλλαγές, στα συνεργατικά έργα και στη συνεργατική ευρωπαϊκή/διεθνή εκπαίδευση.
- Οι εκπαιδευτικοί χρησιμοποιούν τις εικονικές ανταλλαγές για να βελτιώσουν τις διδακτικές τους δεξιότητες και να συνεργαστούν με συναδέλφους τους.
- Οι επαγγελματίες επωφελούνται από τις ανταλλαγές εστιάζοντας στην επαγγελματική ανάπτυξη, την ανταλλαγή γνώσεων, τη δικτύωση και τη διεπιστημονική συνεργασία.
- Τα μέλη της κοινότητας συμμετέχουν σε εικονικές (εξ αποστάσεως) ανταλλαγές για την αντιμετώπιση κοινωνικών, πολιτισμικών και περιβαλλοντικών ζητημάτων μέσω της συμμετοχής, του διαλόγου και της ομαδικής εργασίας.
- Τέλος, οι νέοι/νέες και οι οργανώσεις νέων συμμετέχουν σε εικονικές (εξ αποστάσεως) ανταλλαγές για την ανάπτυξη της ηγεσίας, τη διαπολιτισμική μάθηση και την ενεργό συμμετοχή των πολιτών, δίνοντάς τους τη δυνατότητα να ηγηθούν σε πρωτοβουλίες και να συμμετάσχουν στον διαπολιτισμικό διάλογο.

Οι εικονικές (εξ αποστάσεως) ανταλλαγές απευθύνονται επίσης σε οργανισμούς, ευάλωτες κοινότητες, παγκόσμιους πολίτες και ομάδες με συγκεκριμένα ενδιαφέροντα.

Αυτές οι ανταλλαγές διευκολύνουν τις διεθνείς συμπράξεις, τη συνεργασία, προωθούν την ένταξη και την ενδυνάμωση των ευάλωτων κοινοτήτων, ενισχύουν την εκπαίδευση σχετικά με την έννοια του παγκόσμιου πολίτη και ενισχύουν την ενεργό συμμετοχή των πολιτών στα κοινά, ενώ καλύπτουν θέματα όπως η ευημερία, οι τέχνες και ο πολιτισμός, η περιβαλλοντική βιωσιμότητα, η επιχειρηματικότητα και η κοινωνική καινοτομία.

ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΚΑΙ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗ

Οι εικονικές (εξ αποστάσεως) ανταλλαγές προϋποθέτουν προσεκτικό σχεδιασμό, συντονισμό και υλοποίηση



ΨΗΦΙΑΚΑ ΕΡΓΑΛΕΙΑ

Υπάρχουν διάφορα ψηφιακά εργαλεία και πλατφόρμες για τη διοργάνωση εικονικών (εξ αποστάσεως) ανταλλαγών. Ακολουθούν μερικά από αυτά που χρησιμοποιούνται συνήθως:

Πλατφόρμες τηλεδιάσκεψης	Zoom Microsoft Teams Google Meet Discord
Πλατφόρμες συνομιλίας και ανταλλαγής μηνυμάτων	Microsoft Teams WhatsApp Signal Discord
Πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης	Instagram TikTok Youtube
Εργαλεία συνεργασίας και παραγωγικότητας	Google Drive Microsoft Office 365 Microsoft Teams Padlet Miro Menti.com
Εργαλεία έρευνας και ανατροφοδότησης	Φόρμες Google SurveySparrow SurveyMonkey Microsoft Forms Kahoot! Mentimeter
Εργαλεία ψηφιακών παρουσιάσεων	Prezi Microsoft PowerPoint Google Slides Visme Beautiful.ai Canva

ΠΟΡΟΙ

Πόροι που απαιτούνται στον σχολικό σχεδιασμό για τις εικονικές (εξ αποστάσεως) συνεδρίες

Χρόνος προγραμματισμού/επαρκής χρόνος εργασίας
για εκπαιδευτικούς και μαθητές/μαθήτριες

Υποστήριξη από ανώτερα στελέχη (π.χ. Δ/ντες -
Δ/ντριες σχολείων)

Ψηφιακά εργαλεία και καθοδήγηση στη χρήση τους

Συνεργάτες για εικονικές (εξ αποστάσεως)
συνεδρίες/ εύκολος τρόπος εύρεσής τους

Κίνητρα για τη συμμετοχή των μαθητών/μαθητριών

Υπολογιστής και σταθερή σύνδεση στο διαδίκτυο



ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

Εργαλεία αξιολόγησης και συμβουλές για τα σχολεία:

Συναντήσεις ανατροφοδότησης μετά από κάθε ημέρα της εξ αποστάσεως συνεδρίας με τους/τις εκπαιδευτικούς - διοργανωτές/διοργανώτριες.

Συλλογή ανατροφοδότησης από τους μαθητές/μαθήτριες του σχολείου

Καθορισμός στόχων πριν από την εξ αποστάσεως συνεδρία και αξιολόγηση του τρόπου επίτευξης των στόχων στη συνέχεια

Εύρεση διαφορετικών τρόπων συλλογής ανατροφοδότησης από τους/τις μαθητές/μαθήτριες του σχολείου

Αναστοχασμός και δημιουργία ενός σχεδίου ανάπτυξης της επόμενης εξ αποστάσεως συνεδρίας



Η ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΜΑΣ ΑΠΟ ΤΟ ΕΡΓΟ wExchange

Σε αυτή τη σελίδα μπορείτε να βρείτε μια περιγραφή της πρόσφατης εμπειρίας μας με τις εικονικές (εξ αποστάσεως) ανταλλαγές. Μοιραζόμαστε τις ιδέες μας σχετικά με τα θετικά αποτελέσματα, τις προκλήσεις που αντιμετωπίσαμε και συστάσεις για μελλοντικές υλοποιήσεις.

Θετικά αποτελέσματα

Υπήρχε υψηλό επίπεδο αλληλεπίδρασης μεταξύ των μαθητών/μαθητριών. Συμμετείχαν ενεργά σε όλες τις δραστηριότητες και έδειξαν έντονο ενδιαφέρον για το αντικείμενο.

Η ενσωμάτωση της τεχνολογίας στην τάξη αποδείχθηκε ιδιαίτερα αποτελεσματική. Οι μαθητές/μαθήτριες ανταποκρίθηκαν θετικά στη χρήση ψηφιακών εργαλείων, τα οποία βελτίωσαν τη μαθησιακή τους εμπειρία και παρείχαν διαδραστικούς τρόπους κατανόησης σύνθετων εννοιών.

Οι συνεργατικές δραστηριότητες ενθάρρυναν την ομαδική εργασία και βελτίωσαν τις κοινωνικές δεξιότητες των μαθητών/μαθητριών. Έμαθαν να επικοινωνούν καλύτερα και να συνεργάζονται για την επίτευξη κοινών στόχων.

Προκλήσεις που προέκυψαν

Ορισμένοι/ες μαθητές/μαθήτριες αντιμετώπισαν δυσκολίες με τον ρυθμό του προγράμματος. Το πρόγραμμα ήταν εντατικό και μερικοί/ές δυσκολεύτηκαν να συμβαδίσουν με την γρήγορη εξέλιξη των θεματικών ενοτήτων.

Υπήρχαν τεχνικά προβλήματα με ορισμένα από τα ψηφιακά εργαλεία που χρησιμοποιήθηκαν. Περιστασιακά, οι δυσλειτουργίες του λογισμικού διέκοπταν τη ροή των μαθημάτων, πράγμα που απογοήτευε τόσο τους/τις μαθητές/μαθήτριες όσο και τους/τις εκπαιδευτικούς.

Το πρόγραμμα δεν είχε επαρκή υποστήριξη για μαθητές/μαθήτριες με μαθησιακές δυσκολίες. Αυτοί/ές οι μαθητές/μαθήτριες χρειάζονταν επιπρόσθετους πόρους και εξατομικευμένη προσοχή, στοιχεία τα οποία δεν παρέχονταν επαρκώς.

Συστάσεις για μελλοντικές υλοποιήσεις

Η τακτική συντήρηση και ενημέρωση των ψηφιακών εργαλείων είναι ζωτικής σημασίας.

Η επένδυση σε αξιόπιστη τεχνολογία και η παροχή κατάρτισης στους/στις εκπαιδευτικούς για την αντιμετώπιση κοινών προβλημάτων θα ελαχιστοποιούσε τις διακοπές.

Η ενίσχυση της υποστήριξης των μαθητών/μαθητριών με μαθησιακές δυσκολίες θα πρέπει να αποτελέσει προτεραιότητα.

Η επιπρόσθετη κατάρτιση των εκπαιδευτικών σε πρακτικές συμπεριληπτικής εκπαίδευσης και η παροχή εξειδικευμένων πόρων θα βοηθήσει αυτούς τους μαθητές/μαθήτριες να ευδοκιμήσουν.

Σύνδεσμος στην ιστοσελίδα μας για περισσότερες πληροφορίες: <https://wexchange.turkuamk.fi/>

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Commander, N. E., Schloer, W. F., & Cushing, S. T. (2022). Virtual exchange: a promising high-impact practice for developing intercultural effectiveness across disciplines. *Journal of Virtual Exchange*, 5, 1-19.

Helm, Francesca & Beaven, Ana (edit). (2020). Designing and implementing virtual exchange – a collection of case studies. <https://research-publishing.net/publication/978-2-490057-72-6.pdf>

Network for Intercultural Competence to facilitate Entrepreneurship (NICE) Project: Your Roadmap to Starting Virtual Exchange. <https://edglobal.egnyte.com/dl/kKzQCHKLIH>

O'Dowd, Robert. (2017). Virtual Exchange and internationalising the classroom. *Training Language and Culture*. 1. 8-24.

Seran, Justine & Reinhard, Randall. (2021). Top tips for developing an effective virtual exchange programme. <https://www.timeshighereducation.com/campus/top-tips-developing-effective-virtual-exchange-programme>