

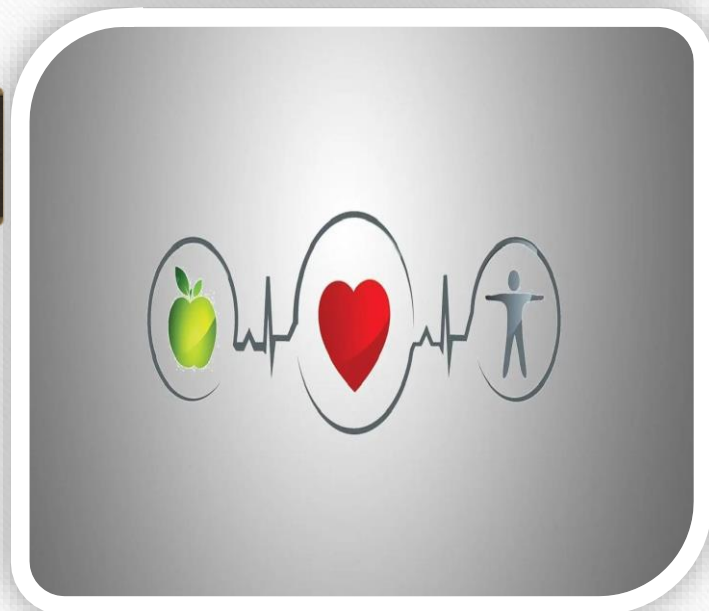




موضوع: فرآیند آموزش به مددجو

ارائه دهنده: علیرضا سیفی اردلی
سوپروایزر آموزشی بیمارستان پارسیان

مقدمه



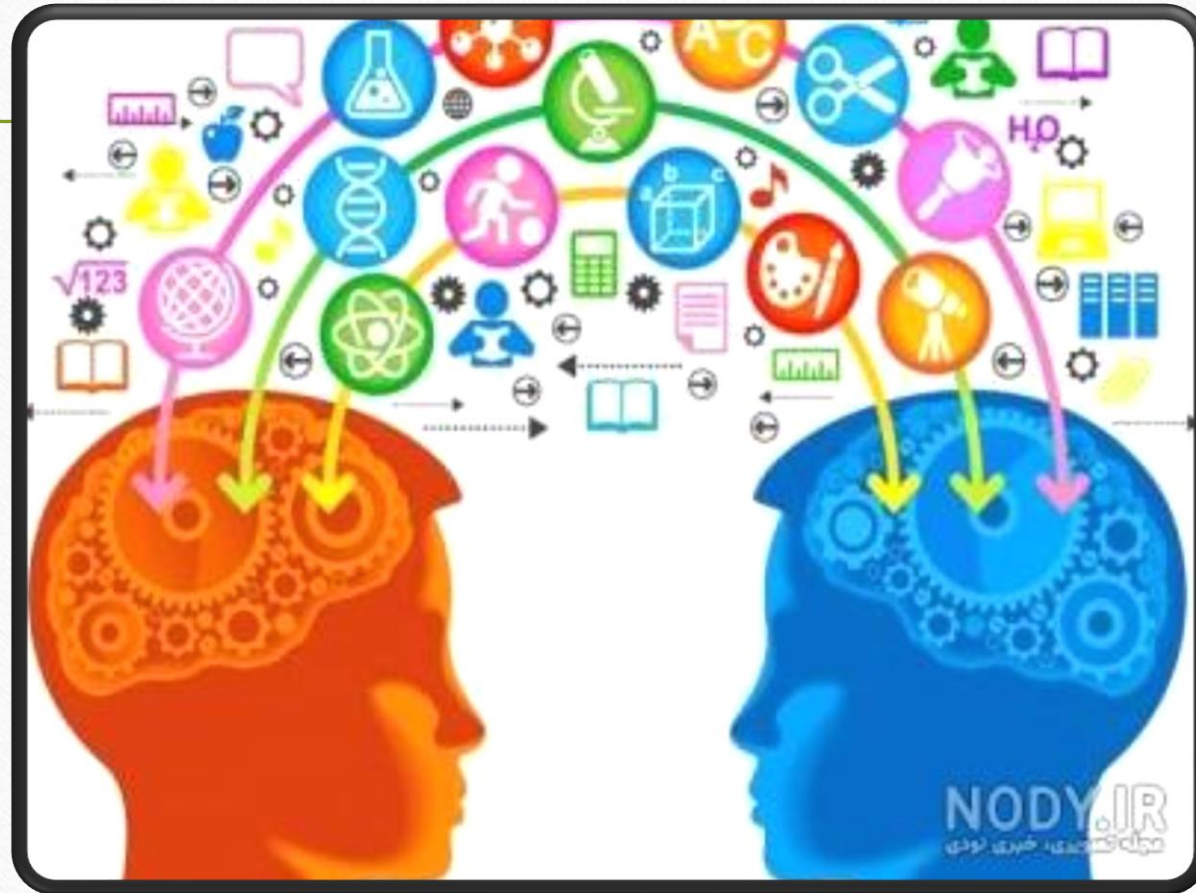
- انسان در طول حیات خود به طور دائم در حال تغییر و حرکت بین سلامت و بیماری است.
- در هر موقعیتی فرد تلاش می کند تا با فراگیری دانش توانایی خود را برای سازش با موقعیت جدید سازگار کند.
- در این میان آموزش نقش مهمی را ایفا می کند، لذا آگاهی همواره از نیازهای اساسی بشر در طول زندگی خود بوده است.

در قرن حاضر عوامل متعددی ضرورت آموزش بهداشت را برجسته تر نمود:



- حفظ سلامتی با اهمیت تر از درمان است.
- توقف کوتاه تر در بیمارستان و خروج زودتر از تخت و آمادگی برای گذراندن دوره نقاهت در منزل
- افزایش بیماری های بلندمدت مثل دیابت و افزایش موارد ناتوانی و معلولیت
- عامه مردم پرستار را به عنوان شخصی مطلع در امور بهداشتی می نگرند و با او درباره این مسائل مشورت می کنند.

آموزش و یادگیری



یادگیری (Learning)

- در فرهنگ لغت: کسب دانش از روی شوق
-

- **یادگیری شامل** تمام مهارت ها، گرایش ها، دانش و معلوماتی است که انسان در طول زندگی خود کسب می کند.

- **گشتالت:** کسب بینش جدید یا تغییر در بینش های گذشته.

- **هلیگارد و مارکوئیز:** فرآیند ایجاد تغییرات نسبتاً پایدار در رفتار بالقوه یادگیرنده مشروط بر این که در اثر تجربه و بینش باشد و ناشی از عوامل فیزیولوژیک نباشد.

• ویژگی های یادگیری



- ۱- فرایندی است
- ۲- تغییرات نسبتا پایدار ایجاد می کند
- ۳- تغییر در رفتار بالقوه ایجاد می کند
- ۴- در اثر تجربه و بینش حاصل می شود

• ۱- فرآیند

- فرآیند بر وقایع و روابط پویا، مستمر و پیوسته و در حال تغییر گفته می شود. یادگیری نیز یک فرآیند است چون بر اثر تعامل دائم فرد با محیط، همیشه و در همه جا بطور پیوسته و مستمر صورت می گیرد.

• ۲- تغییر نسبتاً پایدار:

- تغییر باید نسبتاً پایدار باشد. تغییراتی که در اثر:

➤ عوامل انگیزشی و هیجانی (خشم – عصبانیت)

➤ مصرف داروها

➤ رشد و بلوغ

➤ خستگی

به سرعت از بین می روند و یادگیری نیستند.

۳- تغییر نسبتاً پایدار در رفتار بالقوه (توان رفتاری):

- یعنی یک نوع توانایی در فرد ایجاد کند. تغییر در توانایی، نه صرفاً تغییر در رفتار ظاهری فرد.
-
- گاهی اوقات بدون اینکه در رفتار بالفعل فرد تغییری حاصل شود، یادگیری به وقوع می پیوندد و گاهی این توانایی ها تا مدتی پنهان می ماند (رفتار بالقوه).
 - یادگیری زمانی قابل اندازه گیری است که به **رفتار بالفعل یا عملکرد** تبدیل شده است.
 - **نتیجه:** یادگیری قابل مشاهده نیست اما عملکرد آن قابل اندازه گیری است.

۴- تغییر نسبتاً پایدار در رفتار بالقوه بر اثر تجربه

تغییر باید در اثر تجربه باشد نه عوامل دیگر

عوامل دیگر؟

عوامل انگیزشی، مصرف داروها، بالغ شدن، پیر شدن، ورزیده شدن، نیرومند شدن در اثر ورزش و...

• منظور از تجربه:

محرک های بیرونی: مطالعه، گوش دادن به سخنرانی، زمین خوردن کودک
محرک های درونی: فکر کردن درباره یک مطلب و...



امیرالمؤمنین (ع) میفرمایند:

عقل، حفظ تجربه هاست

غز الحکم ص ۴۲ محمد علی
@mohammadfnd.org
بنیاد محمدی @Mohammad_Foundation



آموزش (Education)

فرهنگ لغت: پرورش دادن، تربیت کردن، رشد دادن ذهن، شخصیت و جسم به وسیله ضوابط طراحی شده.

براون و اتکینز: فراهم آوردن فرصت هایی برای یادگیری فراگیران.

فرآیند یادگیری: مجموعه تصمیمات و اقدامات اتخاذ شده یا انجام شده با هدف دستیابی به اهداف آموزشی

جنبه های آموزش به بیمار

۱-پیشگیری

۲-تشخیص بیماری و بستری در بیمارستان

۳-درمان

۴- توانبخشی

- آموزش یک فرآیند ارتباطی که منجر به ارتقاء یادگیری می شود شامل مجموعه ای از اعمال که به فرد کمک می کند تا معلومات جدیدی کسب کند.

آموزش به بیمار از زمان پذیرش بیمار در بیمارستان می باشد.به عبارت دیگر زمانی این آموزش شروع می شود که بیمار **نیاز به یادگیری** را حس کند.

ارتباط درمانی مناسب بین بیمار و پرستار برای آموزش امری ضروری است و اولین گام در شروع یک آموزش ساختارمند و موفق است.

ماهیت یادگیری

یادگیری زمانی اتفاق می افتد که اطلاعات دریافتی که جهت بیمار آماده شده این مراحل را طی کنند:

مثال: آموزش خودمراقبتی فشارخون

❑ ۱- فراگرفتن: کسب اطلاعات (ارائه اطلاعات لازم درخصوص عدد نرمال فشارخون و نحوه اندازه گیری، رژیم غذایی و ...)

❑ ۲- نگهداری: به یادسپاری و نگهداری اطلاعات در مغز (با تکرار مکرر موارد ذکرشده)

❑ ۳- یادآوری: به یاد آوردن مطالب

- بازشناسی: تشخیص دهد که مطلب را می شناسد یا نه (آیا از قبل می دانست که سبزیجات که جزئی از رژیم DASH یا بیماران فشارخونی است شامل مصرف چه مواد غذایی هست و چه مواد غذایی نیست؟ مثلاً می داند که سبزیجات برای فشارخون مفید و غذاهای کنسرو شده مضر هستند؟)
- بازخوانی: به طور کامل مطلب را از حافظه فرا خواند (درخواست از بیمار جهت توضیح و بازگو کردن مطالبی که به او آموخته اید)

قوانین یادگیری

۱- قانون آمادگی (readiness)

آمادگی جسمی - عاطفی - ذهنی و عقلی (بیمار درد شدید و ناتوان کننده نداشته باشد، بی قرار نباشد و به طور کلی آموزش پذیر باشد).

۲- قانون اثر (effect)

در صورتی که بیمار در آنچه یاد می گیرد فایده و ارزش احساس کند به آن علاقه نشان می دهد. (بر اساس احتیاجات فردی و اجتماعی)

۳- **قانون شدت:** تدریس موضوع جذاب نسبت به موضوع کسل کننده (مطالب را به زبان ساده و در حد آگاهی بیمار ذکر کنیم نه مطالب خیلی پیچیده علمی)

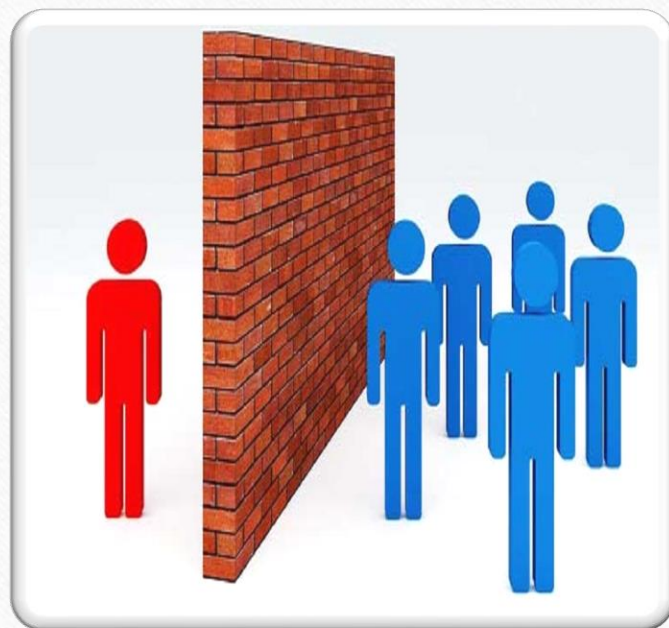
۴- **قانون تقدم** (الویت بندی مطالب یعنی ابتدا توضیحات اندکی راجع به بیماری داشته باشیم سپس مراقبتهای مربوطه)

۵- **قانون عدم کاربرد** (پرهیز از اضافه گویی و عدم ذکر مطالبی که برای بیمار کاربردی ندارد)

موانع یادگیری

❖ فشار جسمی و روحی: که منجر به کاهش دامنه توجه و کاهش ظرفیت یادگیری می شود

گاهی خود پرستار مانع است مثال: بررسی نامناسب بیمار از نظر آمادگی



❖ برنامه ریزی نامناسب

❖ ارائه محتوا با شتاب و عجله

❖ عدم تفهیم مطالب

❖ ارتباط ندادن مطالب به هم

❖ بیان متناقض

❖ عدم بازخورد مناسب (بیمار ارتباط چشمی و کلامی برقرار نمی کند)

❖ عدم ارزشیابی (آیا آموزش ما دستاوردی داشته است؟)

فرآیند آموزش به بیمار

آموزش به بیمار از بررسی نیاز بیمار و آمادگی وی جهت یادگیری و با طراحی فعالیت هایی که تغییر رفتاری و شناختی را در یادگیرنده ایجاد کند آغاز و به ارزشیابی ختم می شود.

۱- بررسی نیازهای یادگیری

۲ بررسی انگیزشی

۳- بیان تشخیص و اهداف

۴- روش تدریس- یادگیری

۵- ارزشیابی

و در صورت لزوم طراحی دوباره

شناسایی نیازهای یادگیری:

سوالات مستقیم

برای مثال: «در هنگام عکس برداری چه اتفاقی می افتد؟» و یا «چگونه کودک خود را شستشو می دهید؟»

مشاهده مستقیم وضعیت جسمی، رفتاری

برای مثال وقتی پرستار متوجه خشکی و ترک پوست پای بیمار می شود، او نیاز به آموزش مراقبت از پاها دارد.

در طی ارتباط با بیمار یا انجام مداخلات پرستاری

(البته ممکن است خود بیمار از نیاز خود آگاهی نداشته باشد).



بررسی انگیزش جهت یادگیری :

✓ بدون توجه به انگیزه و جلب علاقه یادگیرنده، تدریس و آموزش موفق نخواهد بود.

✓ پرستار باید جهت متقاعد کردن بیمارانی که نیاز به یادگیری دارند بکوشد.

نکته: علل فقدان انگیزش شامل:

✓ اشکال در سازگاری با بیماری

✓ اختلاف عقیده و سیستم ارزشی فرد

✓ تفاوت در درک مفاهیم سلامتی و بیماری بین بیمار و کارکنان بهداشتی

نکته: آمادگی افراد جهت آموزش بهداشت به زمینه آموزش قبلی، توانایی ذهنی و نگرشی آنها جهت قبول مسئولیت بستگی دارد.

تدوین اهداف یادگیری:

✓ آنچه بیمار باید یاد بگیرد به صورت هدف بیان می شود.

✓ اهداف باید به صورت واقع بینانه و قابل دستیابی تدوین شوند.

برای مثال هدف کلی بیمار بتواند "به خودش تزریق کند" که تحت این هدف می توان اهداف جزئی چون :

✓ "تکنیک استریل را در تزریق بکار ببرد"،

✓ "میزان دارو را به دقت در سرنگ یک میلی لیتری بکشد"

✓ و "محل تزریق را بشناسد" را تدوین نمود.



اهداف یادگیری در سه حیطه تقسیم بندی می شود:

❖ شناختی (درک ذهنی)

❖ عاطفی (نگرشی)

❖ روانی حرکتی (مهارت های حرکتی)

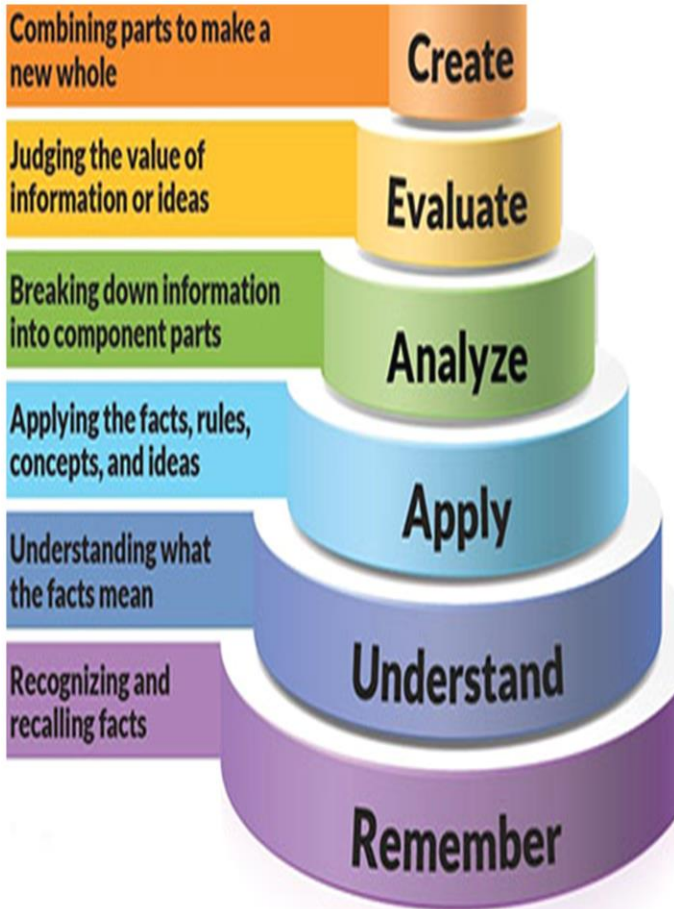
پرستار در هر سه حیطه مطالب آموزشی را فراهم می نماید.

مثال:

چگونگی تاثیر دیابت بر بدن (**حیطه شناختی**)

قبول بیماری و مسئولیت پذیری جهت مراقبت از خود (**حیطه عاطفی**)

مهارت های عملی چون تزریق انسولین (**حیطه روانی - حرکتی**)





انواع روش های تدریس:

- رسانه های نوشتاری و سمعی بصری
- سخنرانی و بحث
- نمایش روش انجام کار
- تشکیل گروه های یادگیری مانند گروه های دیابتی، مبتلایان به سرطان

ارزشیابی:

- تعیین اینکه آیا تغییر رفتاری مورد نظر ایجاد شده یا خیر
- توسط مشاهده رفتار بیمار و یا توسط سوالات شفاهی و کتبی صورت می گیرد.



رَحْمَةُ اللهِ شِفَا كُلِّ مَرِيضٍ
خدایا همه بیماران را شفا عنایت فرما





سپاسی از توجه شما