

اصول آموزش بهداشت

مرجع:

درسنامه طب پیشگیری و پزشکی اجتماعی

پارک - جلد دوم

اصول آموزش بهداشت

۱- قابل قبول بودن

۲- علاقه

۳- مشارکت

۴- انگیزش

۵- جامعیت

۶- تقویت

۷- یادگیری از طریق عمل کردن

۸- از دانسته ها به ندانسته ها

۹- الگو بودن

۱۰- ارتباط خوب انسانی

۱- بازخورد

۱۲- رهبران

1- قابل قبول بودن

- آموزش بهداشت خوب بر پایه حقایق استوار است ، یعنی باید منطبق بر دانش علمی و نیز فرهنگ عمومی ، نظام آموزشی و اهداف اجتماعی باشد
- اگر مردم پیام را باور نکنند و به آن اعتماد نکنند هیچ عملکرد مطلوبی هم بعد از دریافت پیام رخ نخواهد داد

2-علاقه

- آموزش بهداشت باید با علائق مردم مرتبط و بر مبنای نیازهای احساس شده آنان باشد
- اگر برنامه بهداشتی بر اساس نیازهای احساس شده مردم باشد ، مردم با خوشحالی در آن برنامه شرکت می کنند و آن برنامه ، برنامه مردم خواهد بود

3- مشارکت

- مشارکت کلمه کلیدی در آموزش بهداشت است و بر پایه اصول روانشناختی یادگیری فعال بنا نهاده شده است
- بیانیه آلماتا بیان می کند :
” مردم حق دارند و وظیفه دارند که شخصا و جمعا در برنامه ریزی و مراقبت های بهداشتی خود مشارکت کنند

4- انگیزش

- در هر فردی میل عمیقی برای یادگیری وجود دارد ، برانگیخته کردن این میل را ” انگیزش ” می گویند

- انواع انگیزش :

۱- انگیزه اولیه : مانند گرسنگی ، میل به زنده بودن و...
این انگیزه ها نیروی محرکه ای هستند که انسان را به فعالیت و می دارند (انگیزه های مادرزادی)

۲- انگیزه ثانویه : امیالی هستند که با نیروها و یا تشویق های خارجی بوجود می آیند

مانند: تحسین ، عشق ، چشم و هم چشمی

4- انگیزش

- در یادگیری نیاز به محرک ، اولین قدم بسوی تغییر می باشد
مثال : چاقی

5- جامعیت

- در آموزش بهداشت ما باید سطح درک ، درجه تحصیلی و سواد مردمی را که تحت آموزش هستند بدانیم
- در آموزش بهداشت همواره باید با زبانی ارتباط برقرار شود که مردم آنرا می فهمند ، هرگز نباید از کلماتی استفاده کرد که برای مردم بیگانه یا جدید است
- آموزش باید هم سطح توان ذهنی فراگیران باشد

6- تقویت (تکرار آموزش)

- تقویت (تکرار) باعث می شود از رجعت فرد به مراحل قبل از افزایش آگاهی جلوگیری کند.

7- یادگیری از طریق عمل کردن

- یادگیری یک فرآیند بخاطر سپردن مفاهیم کوچک نیست بلکه فرآیندی فعال است .

- ضرب المثل چینی:

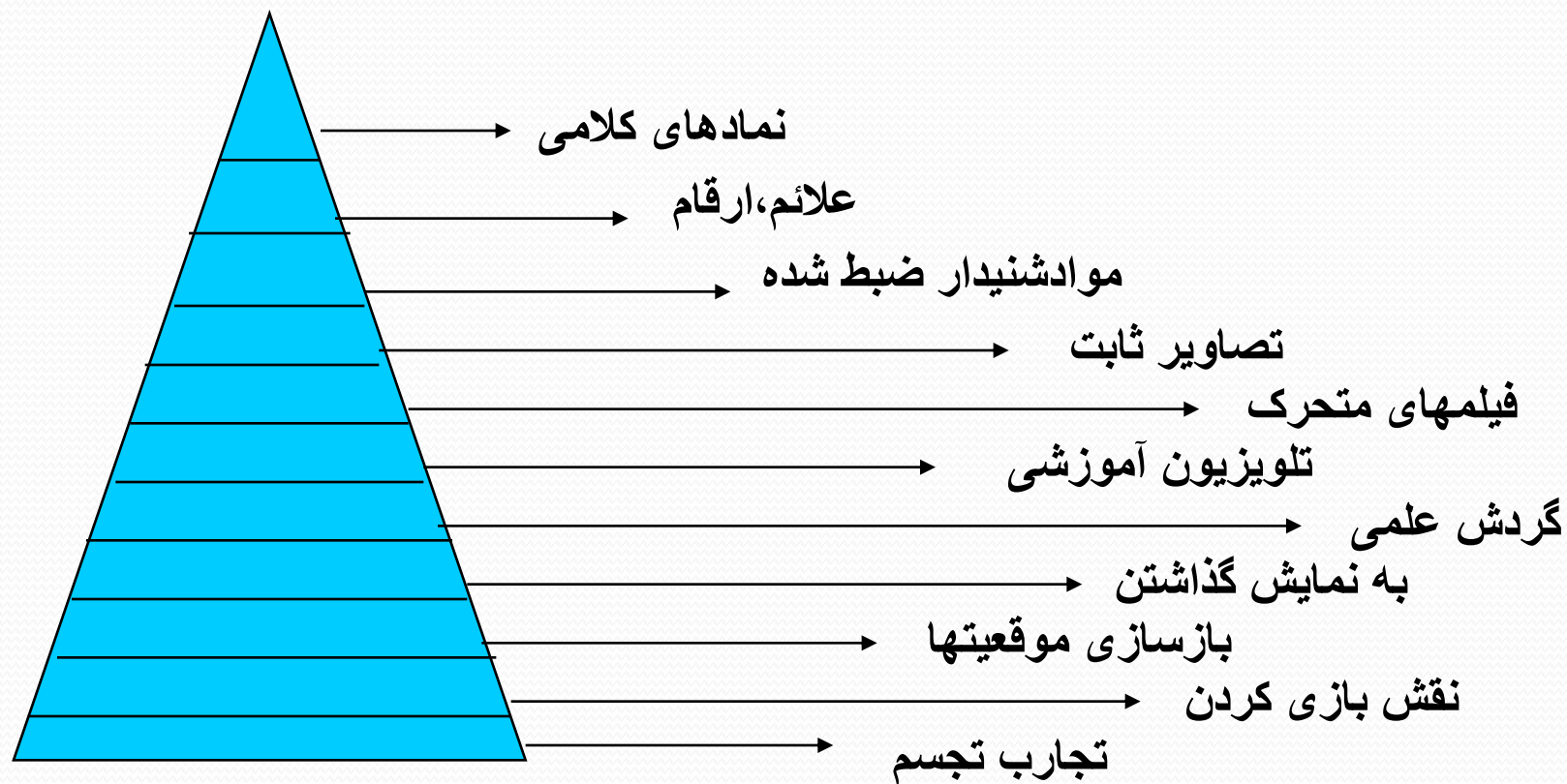
اگر بشنوم فراموش می کنم

اگر ببینم به یاد می آورم

اگر انجام دهم خواهم دانست

مخروط تجارب دیل

یادگیرندگان کم سن از قاعده مخروط و با نزدیک شدن به راس آن سن آنها افزایش می یابد.



8- از دانسته ها به ندانسته ها

• در آموزش بهداشت باید

از مفاهیم خام ← مفاهیم انتزاعی

از جزء ← کل

از ساده ← مشکل

از دانسته ها ← ندانسته ها

پیش رفت.

9- الگو بودن

- آموزشگر باید خود الگوی خوبی در مورد آنچه می آموزد، باشد

10- ارتباطات خوب انسانی

- تبادل اطلاعات ، عقاید و احساسات در میان مردمی بهتر رخ می دهد که ارتباطات خوبی داشته باشند

70%

ارتباطات ما

اشتباه فهمیده می شوند و یا اشتباه تفسیر می شوند.

(در یک فرهنگ و با یک زبان)

11- بازخورد

- آموزشگر بهداشت می تواند اجزاء سیستم (مانند پیام یا راه ارتباطی) را با کمک بازخوردی که از فراگیرانش می گیرد ، تغییر دهد

12- رهبران

- روانشناسان نشان داده اند ما از کسانی بیشتر می آموزیم که به آنان ارادت داشته ایم و نزد ما محترم هستند.
- در آموزش بهداشت سعی می کنیم تا از طریق رهبران با نفوذ محلی در میان مردم نفوذ کنیم.

موفق باشید.