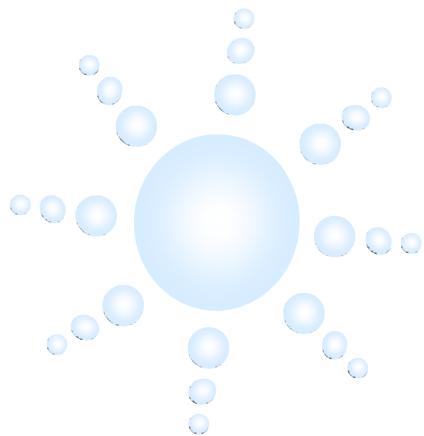


محمد الرحيم  
سيد المرسلين

Dr. Firas Chahadeh



# اصول و مبانی آموزش در آموزش های چهره به چهره و برخی روشهای فردی و گروهی Face to Face

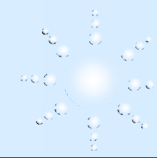
اداره پرستاری - معاونت درمان- دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

اصول آموزش فردی و گروهی - کارگاه آموزش بیمار (خرداد ۱۳۹۵)

(Dr. Parvaneh Khorasani )



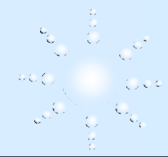
مرکز آموزشی درمانی الزهرا (س)



## روش های گروهی آموزش

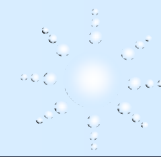


## ۱۲ اصل آموزش سلامت



- ❖ اصل ۱- چند رشته‌ای بودن آموزش سلامت : **multidisciplinary**
- ❖ اصل ۲- جلب مشارکت : **participation** بر پایه اصل روان شناختی «آموزش فعال» مثل بحث گروهی، پانل، کارگاه آموزشی و ...
- ❖ اصل ۳- ایجاد علاقه **Interest**
- ❖ اصل ۴- ادراک **Comprehension** با بکار بردن واژه‌های مأنوس و قابل درک بر اساس سطح اطلاعات، سواد و تجارب قبلی
- ❖ اصل ۵- نیاز به ایجاد انگیزه **Motivation** (محرک‌ها و تقویت کننده های مثبت و منفی)
- ❖ اصل ۶- تقویت آموختن با عمل **learning with Doing**
- ❖ “ چون می‌شنوم از یاد می‌برم، چون می‌بینم به یاد می‌آورم، ولی اگر عمل کنم یاد می‌گیرم”
- ❖ اصل ۷- لزوم تکرار و تمرین **Repeat and practice** که باعث تحکیم یادگیری می‌شود.
- ❖ اصل ۸- روابط انسانی خوب **Good Communication**
- ❖ اصل ۹- استفاده از رهبران جامعه : **Community leaders and key informants**
- ❖ اصل ۱۰- حرکت از دانسته‌ها به نادانسته‌ها : **Known To unknown**
- ❖ اصل ۱۱- « خاک، دانه، برزگر » : **Soil, Seed and Sower** زمینه و بستر مناسب-آموزش و آموزش دهنده

## ۱۲ اصل آموزش سلامت



❖ اصل ۱۲ - موضوعات ویژه چند نکته را خاطر نشان می کند:

الف - روش های آموزشی مختلف در موقعیت های مختلف قابل استفاده هستند و نمی توان از یک روش خاص به عنوان روش ثابت استفاده نمود.

ب - نباید از آموزش سلامت تأثیر مستقیم و آنی انتظار داشت زیرا ابتدا باید دگرگونی در دانستنی ها، گرایش ها، اعتقادات، ارزش ها و تصورات افراد ایجاد شود.

ج - نباید انتظار داشت که یک وسیله آموزشی بتواند به تنهایی تغییرات رفتاری لازم را ایجاد کند، اثر هر وسیله ای باید توسط سایر وسایل تقویت شود.

د - آموزش سلامت مدعی نیست به جز تغییرات رفتاری تغییرات دیگری به وجود آورد، مگر اینکه از نظر پزشکی یا اپیدمیولوژیک شواهد قاطعی مبنی بر رابطه مستقیم میان نتایج بهداشتی یا بیماری با تغییرات رفتاری در دست داشته باشیم.

# اصول آموزش چهره به چهره



۱. احترام به فراگیر
۲. نگاه کردن به فراگیر هنگام صحبت کردن با او
۳. واضح و شمرده صحبت کردن
۴. استفاده از افعال معلوم به جای افعال مجهول
۵. وقت کافی جهت مشکل مطرح شده از طرف فراگیر
۶. اجازه سوال به فراگیر در حین آموزش
۷. ارائه توصیه های مشخص و دقیق و مرتبط با شرایط فراگیر
۸. به کاربردن کلمات ملموس و متناسب با سطح سواد و درک فراگیر
۹. سوال از فراگیر به منظور کسب اطمینان از درک صحیح او از مطالب
۱۰. تعیین قرار ملاقات بعدی با فراگیر برای پیگیری مشکل او



## زبان بدن (Body language) ارتباط غیر کلامی

قلمرو بسیار جذاب و پیچیده ای است که مطالعات بیشتری را می طلبد

۱. جهت یابی: قرارگیری مربی و فراگیر در جهت مناسبی برای انتقال دانش
۲. سطح: تفاوت در میزان ارتفاع بین فراگیر و مربی در انتقال دانش موثر است. بنابراین بنظر می رسد که مثلاً با یک کودک، در حالت هم قامت با او بهتر می توان گفتگو کرد
۳. حالات بدن (ژست): وضعیت، چگونگی ایستادن و نشستن افراد را بیان می کند. حالت می تواند یک پیام اضطراب و یا حالت خوشحالی را منتقل کند .
۴. جلوه ی ظاهری: بدلیل پیامی که به فراگیران منتقل می کند دارای اهمیت است
۵. حالات چهره: به وضوح احساساتی همچون شادی، خشم، تعجب و سردرگمی را نشان دهد .
۶. حرکات دست و سر: می تواند بطور واضحی توافق یا عدم توافق را بیان کند .
۷. تماس چشمی: جهت نگاه، خیره شدن و ... eye to eye contact

## مهارتهای پایه در آموزش چهره به چهره ب- گوش کردن فعال



یک مهارت اساسی مورد نیاز مربیان، گوش کردن موثر به منظور آموزش بهتر به فراگیران و مراجعان است  
گوش کردن یک فرایند فعال است و صرفاً شنیدن کلمات نیست.

### کارهایی که باعث انحراف از گوش دادن شنونده می شوند:

- قطع سخنان گوینده،
- تفکر در مورد یک تجربه مشابه،
- برنامه ریزی در مورد آنچه بعداً می خواهد بگوید.
- دعوت به صحبت کردن،
- توجه نشان دادن،
- تشویق کردن،
- انعکاس احساسات و معنایی و جمع بندی





## ج - بررسی آمادگی و ذهنیت افراد از خود که در پذیرش پیام موثر است

### مهارتهای پایه در آموزش چهره به چهره

#### \*\*\* وضعیت اول «: من خوب هستم - تو خوب هستی»

اعتماد به نفس دارد این یک وضعیت سالم، خوش بینانه و مطمئن است. پذیرش این است که مردم علی رغم اختلافات جرئی و ناکامی هایشان، اساساً خوب هستند (این گروه قابلیت پذیرش آگاهی و آموزش را دارد)

#### وضعیت دوم «: من خوب هستم - تو خوب نیستی»

افرادی که این وضعیت را اتخاذ می کنند اغلب از دیگران انتقاد می کنند و در حال تحقیر دیگران و سرزنش آنها می باشند. با این همه افرادی که مایلند کارها را برای دیگران انجام دهند نیز چنین حالتی را دارند.

#### \*\*\* وضعیت سوم «من خوب نیستم - تو خوب هستی»

افراد دارای این دیدگاه اغلب خود را دست کم می گیرند و در برابر سایرین احساس حقارت می کنند و در نتیجه بشدت افسرده شوند و براحتی آموزش پذیر می باشند.

#### وضعیت چهار «من خوب نیستم - تو خوب نیستی»

افراد دارای این دیدگاه، بسیار آسیب پذیر بوده و ممکن است قبلاً به مشکلاتی در سطوح بهداشتی و سلامت و مواجهه با اعتیاد به الکل و مواد مخدر یا بیماریهای مزمن دچار شده باشند. کار با آنها مستلزم هوشیاری است و لازم است که شخص آموزش دهنده بداند چگونه با این گروه ارتباط برقرار کند تا ضمن ارائه آموزش مناسب از بازیچه قرار گرفتن در دست این گونه فرد اجتناب کند.

# مهارتهای پایه در آموزش چهره به چهره

## د- فنون تدریس



فنون تدریس = مهارتهایی که در اجرای روشهای مختلف تدریس استفاده می شود.  
مثال: فنونی مورد استفاده در روش سخنرانی فن بیان تحریر، پرسش و پاسخ

### فنون کلامی:

فن پرسش و پاسخ ،

فن بیان و استفاده از صدا،

فن تکلیف ،

فن تمرین ،

فن شروع آموزش ،

فن تشویق و تنبیه ،

فن مطالعه،

فن برقراری انضباط ،

فن رشد بهداشت روانی،

فن ارتباط ،

فن ارزشیابی ،

فن نتیجه گیری و جمع بندی

### فنون غیر کلامی:

برقراری انضباط کلاسی

نگاه

سکوت

حرکات مختلف مربی در کلاس

حالت چهره

کوبیدن روی میز



## فن بیان صدا باید

- الف- رسا باشد .
- ب- دارای زیر و بم مناسب باشد و یکنواخت نباشد .
- ج- کلمات باید به فارسی و سلیس باشد .
- د- با توجه به موقعیت و شرایط شمرده و در خور درك فراگیران باشد.



## **فن رشد بهداشت روانی**

محیطی به وجود آورد که فراگیران را جذب کند.  
فراگیران باید در انجام اموریادگیری افرادی منضبط و منظم بار آیند  
نوعی ترس منطبق بر توان و تحمل خود را در این زمینه  
بپذیرند.

**جهت رشد بهداشت روانی آموزش دهنده باید به نکات زیر توجه کند :**

- شاد بودن کلاس
- تاکید بر نقاط قوت فراگیران
- پرهیز از هر نوع تبعیض
- در مورد کودکان جلب همکاری والدین، در سالمندان جلب مشارکت سالمند و...
- ایجاد اعتماد به مربی و اعتماد به نفس در فراگیر
- درك نیازها واستعدادهاي فراگیر
- کاربرد یافته های علمی در تعدیل رفتار فراگیران



## **فن برقراری انضباط**

عوامل بی‌نظمی در کلاس ناشی از رفتار مربی به صورت سرزنش کردن، تهدید، ایجاد تبعیض، عدم توجه به تفاوت‌های فردی و بی‌نظمی است

عوامل ناشی از رفتار فراگیر به صورت رفتارهای تهاجمی، رفتارهای کلامی نابجا و بی‌اعتنایی به دستورات مربی

# مقایسه رویکردهای سنتی آموزش و رویکردهای نوین یادگیری آموزشی

## ❖ روش های سنتی

- ۱) معلم محوری (تاکید بر هدف های درسی)
- ۲) آموزش به روش سخنرانی
- ۳) انتقال دانش بدون ارتباط با مسائل روزمره زندگی
- ۴) توزیع و انتقال دانش یکسان و بدون توجه به تفاوت های فردی به کلیه دانش آموزان
- ۵) ثابت و تغییر ناپذیر بودن
- ۶) ارائه قطعات کوچک آموزش به صورت موضوعات منفی
- ۷) کتابهای درسی نقطه تمرکز آموزش
- ۸) تاکید بر کارهای فردی، ایجاد روحیه رقابت جوش، حس برتری جوش در دانش آموزان
- ۹) معلم به عنوان توزیع کننده دانش
- ۱۰) گروه بندی متجانس دانش آموزان بر اساس قابلیت ها

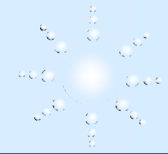
## ■ روش های نوین (فعال)

- ۱) دانش آموز محور (تاکید بر کشفیات دانش آموز)
- ۲) آموزش به روش اکتشافی
- ۳) تولید و ساخت دانش جدید بر اساس نیازهای علائق و در ارتباط با مسائل واقعی زندگی
- ۴) در نظر گرفتن قضاوتهای فردی در ارائه مطالب درسی
- ۵) انعطاف پذیر و پویا بودن
- ۶) ارائه قطعات گسترده و وسیع از آموزش مبتنی بر فعالیت های اصیل و فعالیت های بین رشته ای
- ۷) کتاب های درسی بعنوان چهارچوب و مرجع معلم
- ۸) ایجاد تعامل در آموزش، تاکید بر کارگروهی، تشویق روحیه همکاری و تعاون
- ۹) معلم بعنوان تسهیل کننده آموزش
- ۱۰) گروه بندی دانش آموزان در گروه های غیرمتجانس

**بحث گروهی :** یک روش تعاملی است که در ارتباط با موضوع عرضه شده توسط مدرس ، تعامل افکار را امکان پذیر می کند.

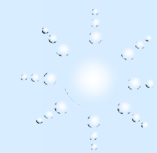
**هدف بحث گروهی :** کمک به اشاعه اطلاعات درباره یک موضوع خاص ، تحلیل و ارزیابی اطلاعات و دستیابی به توافق نسبت به نتیجه گیری های کلی است.

## گام های اصلی در بحث گروهی :



- ❖ آمادگی بحث : مدرس باید از قبل خود را آماده سازد.
- ❖ انتخاب موضوع : موضوعی مورد بحث قرار گیرد که شرکت کنندگان دانش قبلی لازم را داشته باشند. جلسات بحث معمولاً بعد از سخنرانی تشکیل می شود.
- ❖ هدایت بحث : در اکثر مواقع به عهده مدرس است.
- ❖ خلاصه نمودن بحث : جهت روشن شدن آرای مورد بحث و دستیابی به توافق جمعی.





## تنوع در بحث گروهی

طوفان مغزی

بررسی گروهی

گروههای  
حل مسئله

کارگاه آموزش همگانی و آموزش بیمار (خرداد ۱۳۹۵) اداره پرستاری - معاونت درمان- دانشگاه علوم پزشکی اصفهان  
(Dr. Parvaneh Khorasani )

## گروه های حل مسئله :

- ❖ هدف از بکارگیری روش تشکیل گروه های حل مسئله طرح مسائل زندگی روزمره با راهبرد مناسب است.
- ❖ در این روش فراگیران برای حل مسائل مختلف راه حل های گوناگونی را از طریق اکتشافی یافته ،
- ❖ برای انتخاب بهترین راه حل آن را آزموده
- ❖ و نتیجه گیری می نمایند.

## ۲. بررسی گروهی :

- ❖ مدرس شرکت کنندگان را به گروه های کوچک با علایق مشخص تقسیم می کند
- ❖ فراگیران به گرد آوری و تحلیل اطلاعات پرداخته
- ❖ و نتایج بدست آمده را به صورت گزارش به کلاس ارائه می دهند.

کارگاه آموزش همگانی و آموزش بیمار (خرداد ۱۳۹۵) اداره پرستاری - معاونت درمان- دانشگاه علوم پزشکی اصفهان  
(Dr. Parvaneh Khorasani)

## ۳. طوفان مغزی (Brain storming):

طوفان مغزی : فرصتی است برای تبادل نظر و جستجوی راه حل برای مسائل که در مدت زمان معین فراگیران نظرات خود را بیان می کنند.

طبق نظرات اسبورن بارش مغزی بر دو اصل و چهار قاعده استوار است :



کارگاه آموزش همگانی و آموزش بیمار (خرداد ۱۳۹۵) اداره پرستاری - معاونت درمان- دانشگاه علوم پزشکی اصفهان  
(Dr. Parvaneh Khorasani)

## دو اصل اساسی بارش فکری یا طوفان مغزی :

### ❖ اصل اول :

مبتهی بر تنوع نظرات است. تنوع نظرات آن بخش از مغز را که به خلاقیت مربوط است فعال کرده و موجب ارزیابی نسبت به مطالب مطرح شده است. بدین منظور بعد از جمع آوری پیشنهادات بررسی و ارزیابی صورت می گیرد.

### ❖ اصل دوم:

کمیت که خود افزایش یافته کیفیت است یعنی هرچه تعداد پیشنهادات بیشتر شود احتمال رسیدن به یک راه حل بهتر افزایش می یابد.

## ❖ چهار قاعده اساسی بارش فکری یا طوفان مغزی :

- ❖ **انتقاد ممنوع :** این مهمترین قاعده است. بررسی و ارزیابی پیشنهاد به آخر جلسه موکول می شود.
- ❖ **تاکید بر کمیت :** موفقیت اجرای این روش با تعداد پیشنهادات مطرح شده در جلسه رابطه مستقیم دارد.
- ❖ **اظهار نظر آزاد و بی واسطه :** در یک جلسه تمام اعضا بدون ترس از ارزیابی و انتقاد جسارت و شهامت اظهار نظر را داشته باشند.
- ❖ **تلفیق و بهبود پیشنهاد**

## معایب روش بارش مغزی :

- ❖ گروه معمولاً تحت فشار اکثریت قرار گرفته و با نظرات آنان موافقت می کند.
- ❖ اجرای موفقیت آمیز این روش مستلزم شناخت قبلی افراد از مسئله است.

## مزایای روش بارش مغزی :

❖ در مدت نسبتاً کوتاه شمار زیادی پیشنهاد و در نتیجه راه حل حاصل می شود.

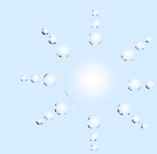
❖ با توجه به اصل هم افزایی موجب می شود خلاقیت گروهی موثر تر از خلاقیت فردی عمل کند.



## محاسن روش های مباحثه و اثر آن بر یاد دهی - یادگیری :

- ❖ گروه با راهنمایی مدرس به بیان افکار و ابراز نظرات گوناگون در مورد مقوله های مورد بحث می پردازد تا به درک جمعی برسد.
- ❖ بحث گروهی بر رشد شناختی ، عاطفی ، اجتماعی کمک نموده و موجب رسیدن به سطوح بالای شناختی می گردد.
- ❖ قرار گرفتن در معرض اندیشه های مختلف و افزایش توان فکری و پرورش تفکر انتقادی فراگیران.
- ❖ پذیرش عقاید مختلف و احترام به نظر دیگران
- ❖ افزایش تعامل میان معلم و یادگیرنده/ یادگیرنده با شاگردان دیگر و با محتوا.
- ❖ افزایش روحیه تعاون و روحیه همکاری گروهی و اشتراک مساعی و تصمیم گیری دست جمعی فراگیران.

کارگاه آموزش همگانی و آموزش بیمار (خرداد ۱۳۹۵) اداره پرستاری - معاونت درمان- دانشگاه علوم پزشکی اصفهان  
(Dr. Parvaneh Khorasani)



## ❖ روش پرسش گری ( پرسش و پاسخ )

❖ روش مدرس محور

❖ روش فراگیر محور

کارگاه آموزش همگانی و آموزش بیمار (خرداد ۱۳۹۵) اداره پرستاری - معاونت درمان- دانشگاه علوم پزشکی اصفهان  
(Dr. Parvaneh Khorasani )

## ❖ در پرسش گری پنج گام باید در نظر گرفته شود :

### گام اول) برنامه ریزی سوال ها :

- پرسش هایی مطرح شود که :
- از غنای لازم برخوردار باشد.
- معرفی ، خلاصه کردن یا مرور یک صلاحیت باشد.
- روشنگر نکات مطرح شده قبلی باشد.
- درک را ارتقا دهد
- یاد گیرنده را کمک کند تا نظر و اندیشه های بیان شده را بکار برده و بخاطر سپرده و به مدرس درباره یادگیری شرکت کننده بازخورد عرضه کند.

## گام دوم) عرضه سوال ها:

❖ مدرس باید با یک مجموعه پرسش های برنامه ریزی شده مرتبط با هدف مرد نظر جلسه را آغاز کند همچنین طرح سوال ها باید از یک نظم منطقی برخوردار باشد.

## گام سوم) واکنش نسبت به پاسخ های درست یا نیمه درست :

❖ در پاسخ نیمه درست : برای قسمت های درست اعتبار قائل شده و با راهنمایی او را به پاسخ درست رهنمون سازد.

❖ در صورت پاسخ درست : با تشویق باعث افزایش مشارکت فراگیر شویم.

## گام چهارم) واکنش نسبت به واکنش های نادرست :

❖ با طرح سوال های دیگر شرکت کننده را به پاسخ صحیح رهنمون سازیم.

## گام پنجم) واکنش نسبت به نبود پاسخ :

❖ سوال را به زبان دیگر مطرح کرده دوباره مطالب را به طور ساده مطرح نماییم.

## ❖ محاسن روش پرسش گری و کنش آن بر یاد دهی - یادگیری

- ❖ با طرح سوالات دانش آموز به تفکر استدلالی مجهز شده و به سطوح بالای شناختی دست می یابد.
- ❖ افزایش مشارکت فراگیران و تعامل آنان با موضوع مورد بحث.
- ❖ این روش بر بکار گیری افکار به جای به خاطر سپردن آن ها تاکید کرد.
- ❖ طرح سوالات مناسب می تواند انگیزه لازم جهت یادگیری را در فراگیر افزایش دهد.
- ❖ این روش برای معرفی ، خلاصه کردن ، مرور با روشن ساختن یک موضوع مناسب است.

## تمرین ۳ - کارگاه آموزش همگانی و آموزش بیمار - خرداد ۱۳۹۵



**به عنوان یک شرکت کننده لطفا:**

- ۱- مطالب کارگاه را مجدد مرور کنید
  - ۲- در آموزش های چهره به چهره مزایا و معایب را فهرست کنید
- نتیجه را به شکل جدول دو ستونی (مشابه آنچه در اسلاید بعد نشان داده می شود) به شکل عکس یا فایل از طریق ایمیل زیر یا نرم افزارهای مجازی تلگرام/واتساپ برای اینجانب بفرستید:

**[nurseeducator2012@GMAIL.COM](mailto:nurseeducator2012@GMAIL.COM)**

**09330373507**

**Nurseeducator.ir**



## برخی نتایج مورد انتظار در تمرین کارگاه ۴ :

### مزایا

- ❖ قابلیت بحث و گفتگو و تشویق
- ❖ طرح پرسشهای مورد علاقه
- ❖ محدودیت تعداد فراگیران
- ❖ انفرادی بودن
- ❖ دریافت بازخوراند
- ❖ پایش و ارزشیابی مناسب

### معایب

- ❖ وجود زمینه شکاف اجتماعی و فرهنگی بین فراگیران و مربیان
- ❖ گیرندگی محدود فراگیر ، پریشانی فکر، عدم اهمیت به مسایل
- ❖ نگرش منفی نسبت به مربی و آموزش دهنده
- ❖ پیامهای متناقض
- ❖ عدم تاکید کافی مربی بر آموزش:
- ❖ کمبود اعتماد به نفس نسبت به مهارتها و دانش در مربیان ، بی حوصلگی

***Thank you!***

