

به نام خدا

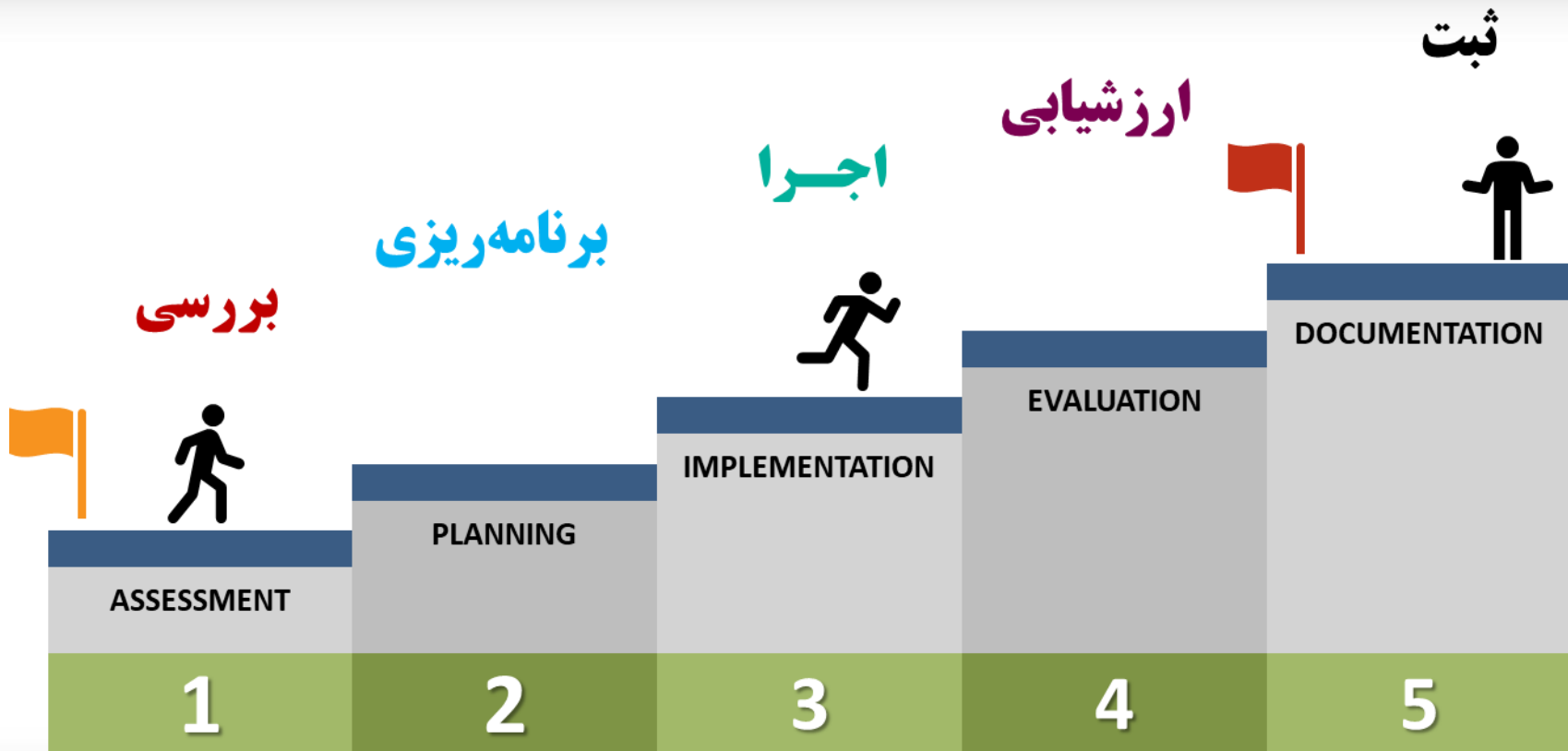
# فرآیند و مراحل آموزش به بیمار

دکتر حمیدرضا کوهستانی

دانشیار و عضو هیات علمی دانشکده علوم پزشکی ساوه



# مراحل آموزش به بیمار





# مرحله اول: بررسی Assessment

- شناسایی مشکلات، نیازها و دغدغه‌های بیمار و خانواده آنها.
- شناسایی اولویت‌های و خواسته‌های بیماران

# مرحله اول: بررسی Assessment



میزان آمادگی بیمار برای یادگیری را مشخص کنید؟

• انگیزه

• نگرش

# ارزشیابی از مرحله اول (جمع بندی ارزیابی) اطلاعات کسب شده را جمع بندی کنید؟



- مهارت های بیمار

- رفتارهای بیمار

- رفتارهای صحیح

- رفتارهای غیر صحیح

- **نیازها** و دغدغه های بیمار

- نگرش ها و باورها

# اصطلاحات و مفاهیم نیازسنجی



- **نیاز (Need):** فاصله موقعیت موجود با موقعیت مطلوب یا فاصله موقعیت واقعی با موقعیت مورد نظر
- **نیاز آموزشی (Educational Need):** تفاوت سطح دانش، مهارت، نگرش ها و تمایلات فرد، گروه یا اجتماع با سطح مورد نظر

# نیاز چیست؟



فاصله



وضع مطلوب

وضع موجود



آنچه باید باشد

آنچه هست

فاصله

# مرحله دوم: برنامه ریزی Planning



- در این مرحله **اهداف آموزشی** خود را با کمک بیمار و یا خانواده وی مشخص کنید.
- اهداف باید بر موارد ضروری که بیمار باید یاد بگیرد متمرکز باشد.

# الویت بندی اهداف آموزشی



(**Must** to Know)

**باید بداند**

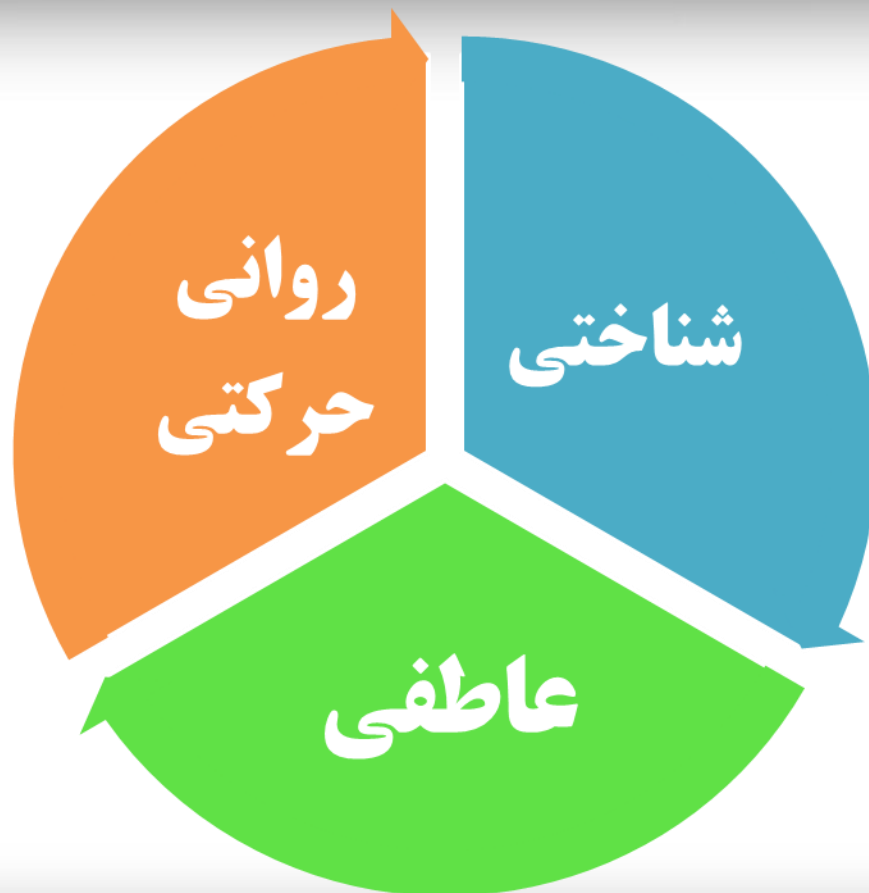
(**Better** to Know)

**بهتر است بداند**

(**Nice** to Know)

**خوب است بداند**

# تعیین اهداف



# حیطه های یادگیری از نظر بنیامین بلوم



**حیطه شناختی (دانش):** شامل اهدافی می شود که محتوای مربوط به آنها جنبه نظری داشته و یادگیری آنها مستلزم فعالیت های ذهنی و عقلانی است. بر تفکر تاکید دارد.

**حیطه عاطفی (انگیزش):** مربوط به اهدافی می شود که محتوای مربوط به آنها جنبه ایجاد و یا تغییر نگرش احساسات، طرز فکر و ارزش ها را دارد.

**حیطه روانی حرکتی (مهارت های عملی):** محتوای مربوط به اهداف این حیطه، اختصاص به انجام مهارت ها دارد.

باید در هر سه حیطه مطالب آموزشی را فراهم شود.

# اهداف کاربردی آموزش به مددجو



• دانستن (تغییر در آگاهی)

• Knowledge

۱

• خواستن (تغییر در نگرش)

• Attitude

۲

• توانستن (تغییر در رفتار/ عملکرد)

• Practice

۳

## تغییر رفتار مطلوب در بیمار به صورت عملکردی:



• مستلزم کسب توانایی در **هر سه حیطه** شناختی، عاطفی و روانی - حرکتی است (مثلث KAP)

- Knowledge
- Attitude
- Performance

# مثال:

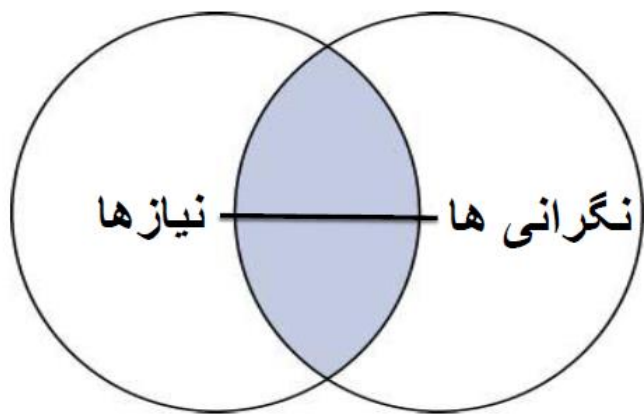


- چگونگی تاثیر دیابت بر بدن (حیطه شناختی)
- قبول بیماری و مسئولیت پذیری جهت مراقبت از خود (حیطه عاطفی)
- مهارت های عملی چون تزریق انسولین (حیطه روانی- حرکتی)

# مرحله دوم: برنامه ریزی Planning



- سعی کنید بین نیازهای بیماران و نگرانی های آنها یک پل برقرار کنید.



مثال:

- نیاز به حرکت کردن بعد از عمل ارتوپدی
- نگرانی: باز شدن بخیه و افتادن و .....

# ایجاد پل بین نیازها و نگرانی ها



نیازها	نگرانی ها	ایجاد پل
نیاز به ورزش و فعالیت فیزیکی	ورزش باعث آسیب می شود.	ورزش باعث تقویت عضلات شما می شود و باعث می شود تا زودتر حرکت کنید. ورزشی را آموزش خواهیم داد که آسیب نزنند.
نیاز به شیمی درمانی	شیمی درمانی باعث ریزش مو می شود.	شیمی درمانی باعث از بین رفتن سلول هایی می شود که رشد سریع دارند از قبیل مو و خود سرطان سرطان. از یک کلاه گیس و یا روسری برای پوشاندن سر خود استفاده کنید.

# مرحله دوم: برنامه ریزی Planning



**منابعی** که در رفع نیازهای بیمار می تواند کمک کننده باشد را شناسایی کنید:

- کتابچه ها، سی دی و یا سایر محتوای آموزشی
- سازمان های حمایتی
- سایر متخصصین بهداشتی
- سایت های علمی و معتبر
- افراد با تجربه و صاحب نظر

# مرحله دوم: برنامه ریزی Planning



- محتوای آموزشی براساس اهداف تعیین شده تدوین
- روش آموزش مشخص شود

# مرحله سوم: اجرا Implementation



## انتخاب شیوه آموزش:

- سخنرانی

- نمایش عملی

## استفاده از مواد و رسانه آموزشی:

- پمفلت، کلیپ ، و...

# توصیه های مهم در مرحله اجرا



1. آموزشها در **موقعیت و زمان** مناسب
2. رفع **موانع ارتباطی** محیطی یا شخصی بیمار
3. استفاده **شیوه آموزشی** متناسب با هر مخاطب
4. از مواد و **رسانه آموزشی** استفاده کنید (فیلم، پمفلت،  
شکل، نمودار، ...) و

# توصیه های مهم در مرحله اجرا



5. جملات گویا، شفاف، قابل فهم و متناسب هر مخاطب

پرهیز از **واژه های تخصصی** در آموزش بیمار

6. **شیوایی بیان** و شیرینی کلام و گاهی با چاشنی طنز

محترمانه

7. **پرهیز** از جملات **کلیشه ای** / تکراری

# توصیه های مهم در مرحله اجرا



- در صورت امکان، آموزش ها را در حضور همراه بیمار یا یکی از **اعضای خانواده** بیمار ارائه دهید.
- استفاده از **مهارت های ارتباط موثر** مانند ایجاد همدلی، مثبت گرایی، مثبت اندیشی، امید بخشی، صبر

# مرحله چهارم : ارزشیابی



- با در نظر داشتن اهداف تعیین شده **دانش**، **نگرش** و **عملکرد** بیمار مورد ارزیابی قرار می گیرد.

## مرحله چهارم : ارزشیابی



- از بیمار خود بخواهید تا آنچه را یاد گرفته است را به شما توضیح و یا نمایش دهد (**Teachback**) تا مطمئن شوید که بیمار مطالب آموزشی را یاد گرفته است.

# مرحله Teach back



گام ۵

۵

**تکرار** گام ۳ و ۴ را تا اطمینان از درک مطالب توسط بیمار

گام ۴

۴

**سوال مجدداً** از بیمار برای اطمینان از تصحیح درک اشتباه

گام ۳

۳

**شناسایی و تصحیح درک اشتباه** یا عملکرد نادرست بیمار

گام ۲

۲

**تکرار** مطالب توسط بیمار با **زبان خودش** تکرار

گام ۱

۱

استفاده از **زبانی ساده**. اجتناب از اصطلاحات پزشکی

# مرحله پنجم: ثبت کردن Documentation



ثبت کردن یکی از استانداردهای اصلی در آموزش بیمار است.

# مزایای ثبت:



تا سایر اعضای تیم درمان هم بدانند:

- چه چیزی آموزش داده شده است.
- و چه چیزی هنوز آموزش داده نشده است.

• از نظر **قانونی** نیز، ثبت کردن باعث می شود که در مراجع قضایی بتوانید از حق خود دفاع کنید.

پایان