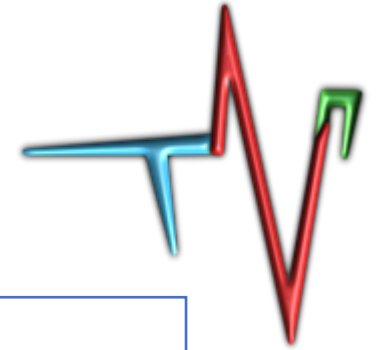




ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΠΑΤΡΩΝ
ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

Αγωγή της Υγείας



Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν



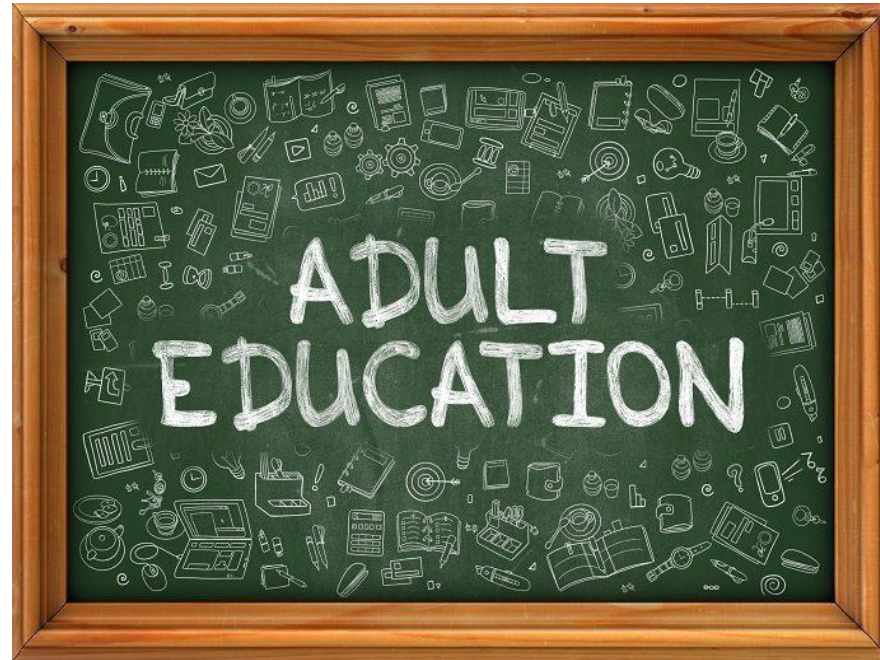
NUR 507

Γιώργος Μαντζουράνης Phd, Msc, MD

Γενικός Οικογενειακός Ιατρός

Αγωγή της Υγείας - Γεώργιος Μαντζουράνης
Πανεπιστήμιο Πατρών Τμήμα Νοσηλευτικής 2023/24

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν



Στόχος του μαθήματος

Να περιγράψουμε τις δεξιότητες και μεθόδους που βοηθούν τα άτομα να μάθουν,
όταν οι στόχοι είναι πρωταρχικά εκπαιδευτικοί
και αποσκοπούν στο να βοηθήσουν τους ανθρώπους να αποκτήσουν γνώσεις ή δεξιότητες.

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν



Παραδείγματα:

1. να κάνετε μια ομιλία για ένα θέμα υγείας σε μια μεγάλη ομάδα της κοινότητας,
2. να διδάξετε μια τάξη ενηλίκων για την υγιεινή και ασφάλεια των τροφίμων,
3. να οργανώσετε μαθήματα καρδιακής αποκατάστασης για ασθενείς που αναρρώνουν μετά από έμφραγμα,
4. να δίνετε πληροφορίες σε έναν ασθενή σε ατομική βάση για τη διάγνωση, τη θεραπεία και την αυτοφροντίδα του
διαβήτη
5. να διδάσκετε μια μικρή ομάδα συναδέλφων για τις τεχνικές και διαδικασίες που χρησιμοποιούνται σε ένα
πρόγραμμα διαλογής (screening).

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν



Οι επαγγελματίες προαγωγής υγείας και οι εκπαιδευτές υγείας γενικά διαθέτουν ένα τεράστιο πλεονέκτημα ως εκπαιδευτές



αξιοπιστία εξαιτίας της εκπαίδευσής τους και των ειδικών γνώσεων τους

Πιθανόν τα άτομα να το εκτιμήσουν και να το σεβαστούν, αλλά **η γνώση μόνο δεν κάνει έναν καλό εκπαιδευτή υγείας.**

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Πιθανόν τα άτομα να το εκτιμήσουν και να το σεβαστούν, αλλά η γνώση μόνο δεν κάνει έναν καλό εκπαιδευτή υγείας.

Οι αποτελεσματικοί εκπαιδευτές βλέπουν τα αποτελέσματα με τη μορφή **μετρήσιμων επιτευγμάτων**

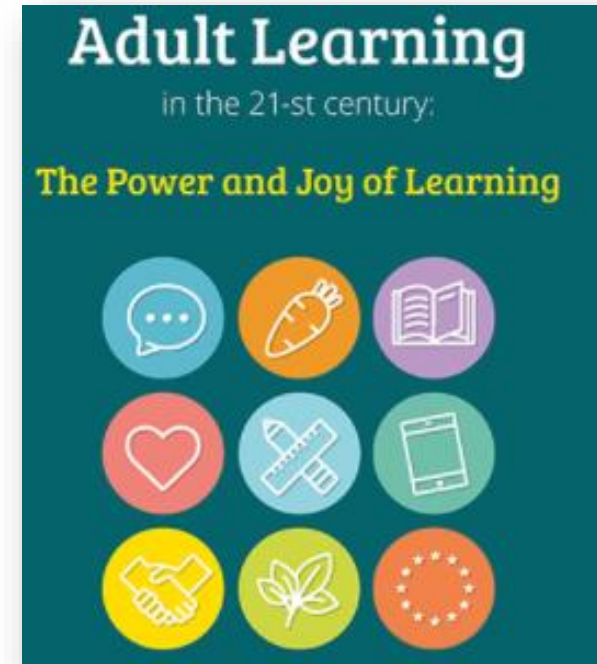
στη μάθηση από τα άτομα και τις ομάδες με τους οποίους δουλεύουν, όπως

- i. συγκράτηση πληροφοριών για περισσότερο χρόνο
- ii. και καλύτερη εφαρμογή της μάθησης στη ζωή των εκπαιδευομένων.

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

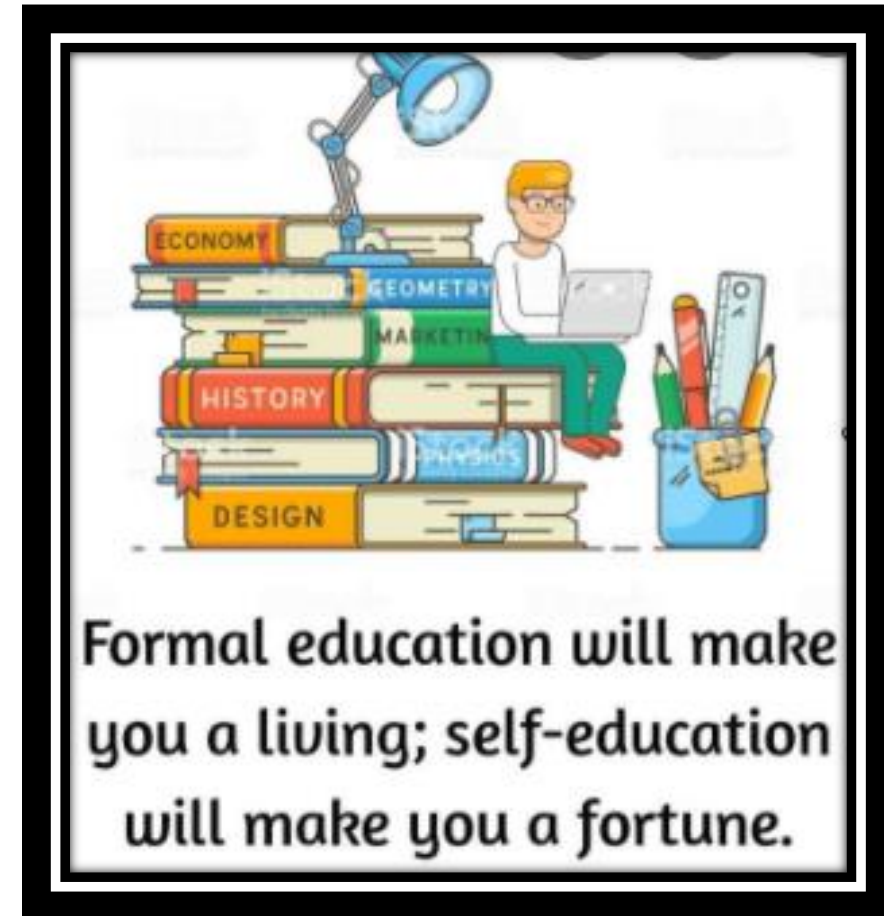
Σύμφωνα με τη βιβλιογραφία,

- ✓ **ενήλικες εκπαιδευόμενοι αποδίδουν καλύτερα όταν εμπλέκονται στη μάθηση και όταν τους φέρονται με σεβασμό και αξιοπρέπεια.**
- ✓ **δεν θέλουν απλώς να κάθονται και να ακούνε, να μη μιλάνε, να βαριούνται ή να βομβαρδίζονται με μια θεωρία χωρίς ευκαιρίες για πρακτική εφαρμογή**
- ✓ **οι αποτελεσματικοί εκπαιδευτές** πρέπει να εκτιμούν τις συμμετοχικές μεθόδους μάθησης και να τις χρησιμοποιούν



Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

- Ένα από τα πιο σημαντικά ευρήματα από την έρευνα για τη μάθηση ενηλίκων, είναι ότι όταν οι ενήλικες μαθαίνουν κάτι με φυσικό τρόπο (πέρα από την επίσημη διδασκαλία) γίνονται **αυτό-καθοδηγούμενοι**.
- αυτό που μαθαίνουν **με δική τους πρωτοβουλία**, το μαθαίνουν πιο ουσιαστικά και σταθερά από όταν το διδάσκονται μέσω παραδοσιακών εκπαιδευτικών μεθόδων.



Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν



Ο μόνος άνθρωπος που είναι
πραγματικά μορφωμένος
είναι εκείνος που έχει μάθει
πώς να μαθαίνει και πώς να αλλάζει.

Carl Rogers

E-Psychology.gr

Η πύλη της ψυχολογίας

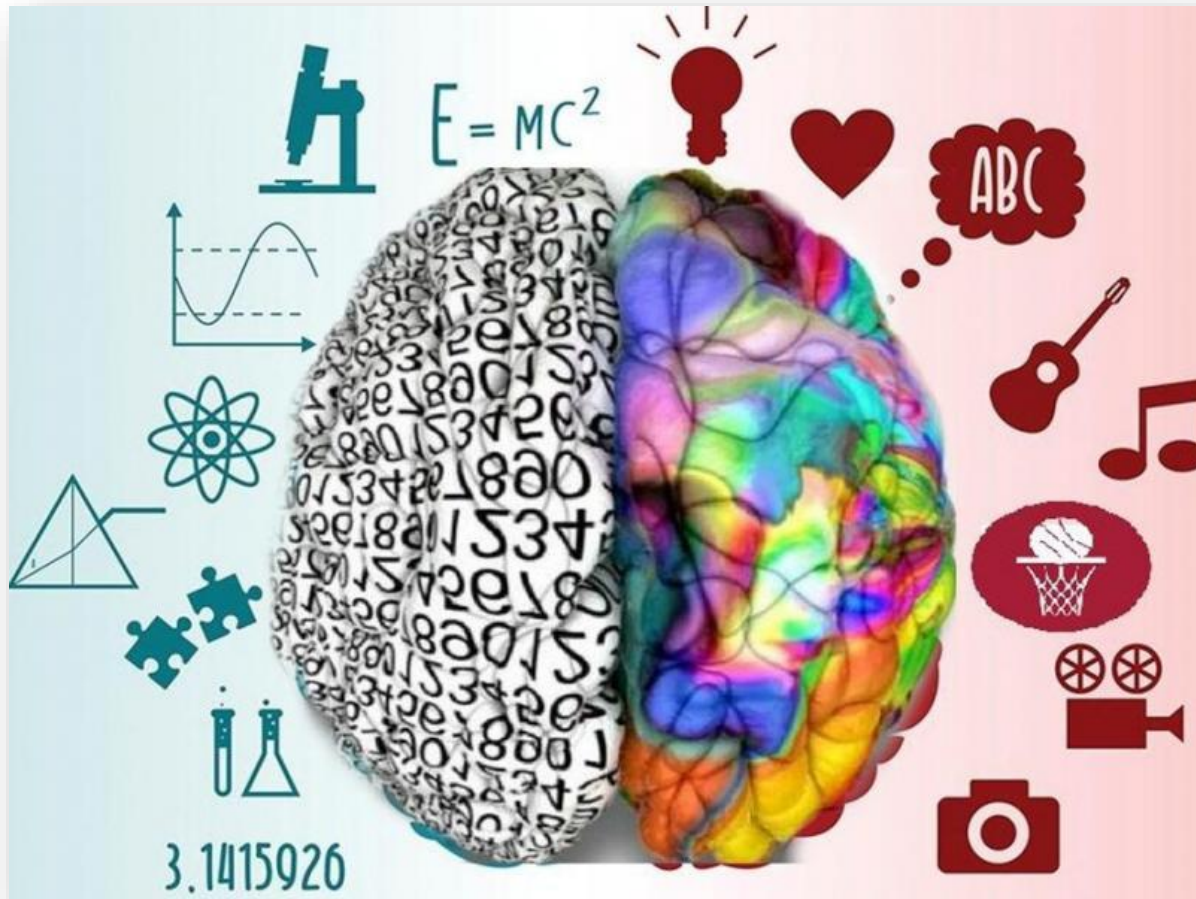
Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

αυτό-καθοδηγούμενοι

Σύμφωνα με τον Rogers:

- Είναι εξ ορισμού ενήλικοι, δηλαδή παρουσιάζουν αυξανόμενη αυτονομία και έχουν ανεπτυγμένες αντιλήψεις για τον εαυτό τους και το περιβάλλον τους.
- Βρίσκονται σε εξελισσόμενη πορεία ανάπτυξης και όχι στο ξεκίνημα αυτής.
- Εξελίσσονται και αναπτύσσονται.
- Φέρνουν ένα σύνολο από εμπειρίες, αξίες (ταυτότητα).
- Κουβαλούν δεδομένες προθέσεις ή ανάγκες, καθώς επίσης και προσδοκίες όσον αφορά την ίδια την εκπαίδευση.
- Χαρακτηρίζονται από ανταγωνιστικά συμφέροντα. Για αυτούς η εκπαίδευση είναι δευτερεύοντος ενδιαφέροντος καθώς έχουν αναπτύξει και άλλους ρόλους όπως π.χ του οικογενειάρχη, του επαγγελματία ..
- Έχουν διαμορφωμένα μοντέλα μάθησης.

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν



Οι καλοί εκπαιδευτές επίσης λαμβάνουν υπόψη τους τις έρευνες για τον εγκέφαλο, για το αριστερό και δεξιό ημισφαίριο, που αποκαλύπτει ότι:

- οι άνθρωποι δεν είναι μόνο ορθολογικοί (σκεπτόμενοι με το αριστερό ημισφαίριο)
- αλλά επίσης έχουν την ικανότητα να είναι αυθόρμητοι και δημιουργικοί (σκεπτόμενοι με το δεξιό ημισφαίριο).

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

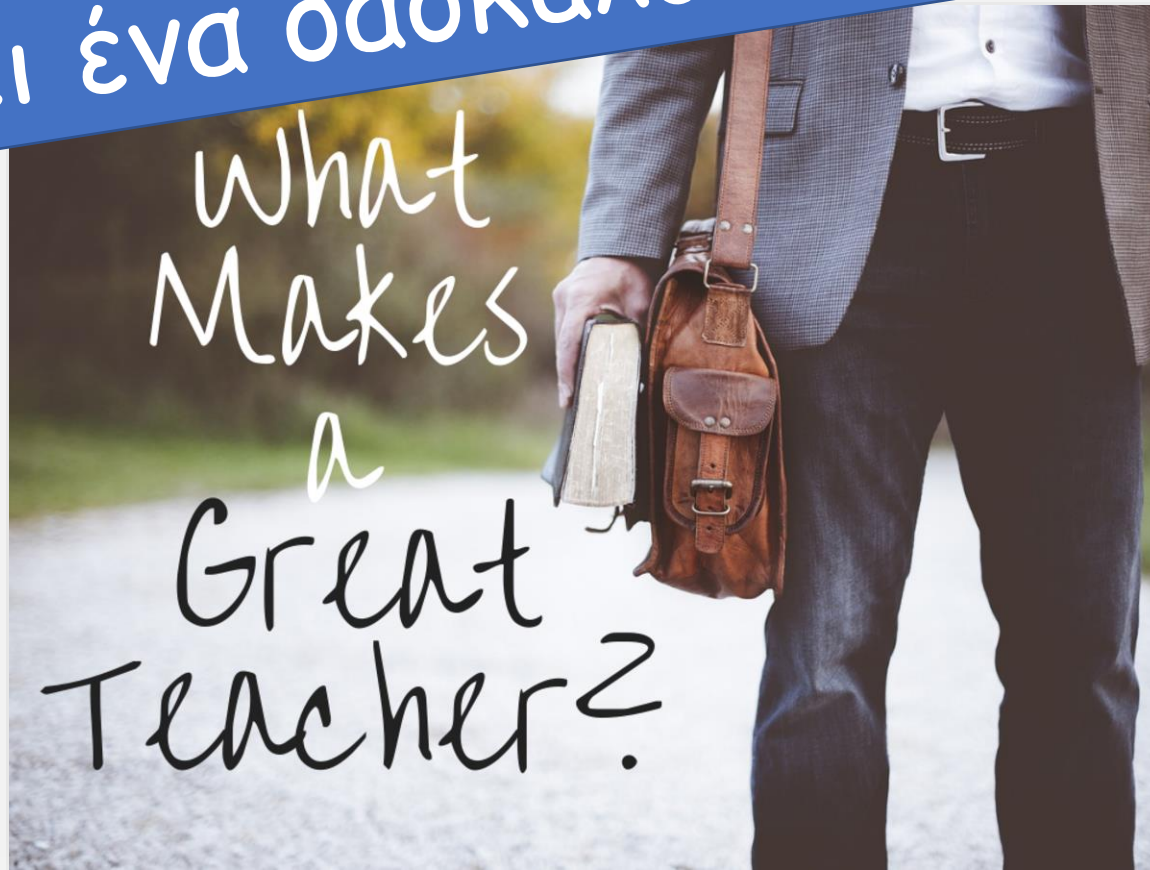
Αρχές Μάθησης Ενηλίκων

Πίνακας 12.1 Αρχές της Μάθησης Ενηλίκων.

- Είναι σημαντικό για τους ενήλικους να κατευθύνουν τον εαυτό τους –μαθαίνουν πιο αποτελεσματικά όταν αναγνωρίζουν οι ίδιοι τις μαθησιακές τους ανάγκες και θέτουν τους δικούς τους στόχους.
- Ο ρόλος του εκπαιδευτή είναι περισσότερο να ενθαρρύνει ή να διευκολύνει τη μάθηση παρά να την κατευθύνει. Οι εκπαιδευτές που υιοθετούν αυτή την προσέγγιση, συχνά αναφέρουν τον εαυτό τους ως “συντονιστές”.
- Οι ενήλικες εκπαιδευόμενοι είναι γενικά πιο έτοιμοι να μάθουν πράγματα που μπορούν να εφαρμόσουν αμέσως σε υπάρχοντα προβλήματα ή στη δική τους ζωή. Γενικώς δεν μαθαίνουν για “ενδεχόμενες” πιθανότητες.
- Οι ενήλικες εκπαιδευόμενοι φέρνουν μαζί τους έναν πλούτο εμπειριών ζωής, που θεωρείται ένας πολύτιμος πόρος με τον οποίο θα πρέπει να συσχετιστεί η νέα μάθηση.
- Οι ενήλικες εκπαιδευόμενοι μπορούν να βοηθήσουν ο ένας τον άλλο με τις εμπειρίες τους και θα πρέπει να ενθαρρύνονται να το κάνουν.
- Οι ενήλικες μαθαίνουν καλύτερα με το να είναι ενεργοί (μη παθητικοί) δρώντας και βιώνοντας, γι’ αυτό χρειάζονται ένα ασφαλές περιβάλλον, όπου νιώθουν αποδεκτοί.
- Οι ενήλικες εκπαιδευόμενοι θα πρέπει να ενθαρρύνονται να διεξάγουν συνεχή αξιολόγηση της μάθησής τους. Οι εκπαιδευτές θα πρέπει να χρησιμοποιούν αυτή την αξιολόγηση για να προσαρμόζουν τη μαθησιακή διαδικασία στις ανάγκες των εκπαιδευομένων.

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Τί κάνει ένα δάσκαλο ...σπουδαίο;



Αγωγή της Υγείας - Γεώργιος Μαντζουράνης
Πανεπιστήμιο Πατρών Τμήμα Νοσηλευτικής 2023/24

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Σχεδιασμός του μαθήματος

Είναι βασικό ο εκπαιδευτής υγείας να **αφιερώνει σκέψη και χρόνο στην προετοιμασία.**

Σύνηθες λάθος ότι δεν χρειάζεται να προετοιμάσουμε ένα μάθημα διδασκαλίας, επειδή ξέρουμε το θέμα του.



- Ακόμα και αν έχουμε πολλές δεξιότητες και γνώσεις, χρειάζεται να **εξετάζουμε τους στόχους** που θέλει να επιτύχουμε και να προετοιμαστούμε για την εισαγωγή και την ανάπτυξη του μαθήματός του, την συμμετοχή του ακροατηρίου του κ.λπ.
- Η προετοιμασία είναι ιδιαίτερα σημαντική, όταν η διδασκαλία είναι καινούργια δραστηριότητα γι' αυτόν, αλλά ακόμα και ο πιο έμπειρος και με αυτοπεποίθηση δάσκαλος, χρειάζεται να αφιερώσει κάποιο χρόνο στην προετοιμασία.

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Σχεδιασμός του μαθήματος

Είναι βασικό ο εκπαιδευτής υγείας να αφιερώνει σκέψη και χρόνο στην προετοιμασία.



Λάθος να νομίσει ο εκπαιδευτής ότι δεν χρειάζεται να δώσει

και τόσο μεγάλη προσοχή στο σχεδιασμό της ενεργούς συμμετοχής των εκπαιδευομένων.

Η ενεργός συμμετοχή είναι μια πολύ σύνθετη διαδικασία και απαιτεί ιδιαίτερη προσοχή στο σχεδιασμό της.

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Σχεδιασμός του μαθήματος
Από το Γνωστό στο άγνωστο

Το σημείο αφετηρίας είναι το τι γνωρίζουν ήδη τα άτομα

Ο στόχος του εκπαιδευτή είναι να χτίζει τις νέες πληροφορίες ή τις νέες δεξιότητες, πάνω σ' αυτές που είναι ήδη γνωστές.

What
Do
They
Know

- Αυτό συχνά παραβλέπεται.
- Το αποτέλεσμα είναι ότι ξοδεύεται χρόνος στη διδασκαλία σε κάτι που ήδη γνωρίζουν οι άνθρωποι ή που τους κουράζει.
- Ο εκπαιδευτής υγείας χρειάζεται να μάθει όσο το δυνατόν περισσότερα για αυτά που οι πελάτες του ήδη γνωρίζουν.

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Σχεδιασμός του μαθήματος
Από το Γνωστό στο άγνωστο

Το σημείο αφετηρίας είναι το τι γνωρίζουν ήδη τα άτομα

- Εάν δεν μπορεί να το κάνει αυτό εκ των προτέρων, πρέπει να αφιερώνει κάποιο χρόνο στην αρχή του μαθήματος, κάνοντάς τους ερωτήσεις.
- Εάν το ακροατήριο είναι μεικτό με διαφορετικό επίπεδο γνώσεων, είναι καλύτερα να αναγνωρίσει ότι κάποια άτομα ξέρουν περισσότερα από άλλους και να αποφασίσει για το επίπεδο στο οποίο θα μεταφέρει τις πληροφορίες του:



Παράδειγμα

“Μερικοί από εσάς πιθανόν θα το γνωρίζετε, αλλά θα μιλήσω γι' αυτό με συντομία, γιατί θα είναι καινούργιο για κάποιους άλλους...”.

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Στόχος η μεγαλύτερη συμμετοχή

παράδειγμα

εάν υλοποιεί μια σειρά από συναντήσεις για εγκύους γυναίκες πριν τον τοκετό ή για την υγιεινή διατροφή, θα μπορούσε να αρχίσει:

- εξηγώντας τους στόχους του,
- ζητώντας σχόλια και προτάσεις
- και μετά να συζητήσουν το περιεχόμενο.



Αυτό θα βοηθήσει:

- i. στην ενίσχυση των κινήτρων, συμπεριλαμβάνοντας τα ενδιαφέροντα των εκπαιδευόμενων
- ii. Θα συνεισφέρει νέα θέματα
- iii. τους εκπαιδευόμενους να αναγνωρίσουν ότι είναι υπεύθυνοι για τη δική τους μάθηση.

Οι στόχοι και το περιεχόμενο της ατομικής διδασκαλίας,
πρέπει να διαμορφωθούν μετά από **αμοιβαία συμφωνία στην αρχή κάθε συνάντησης.**

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Στόχος η μεγαλύτερη συμμετοχή

χρήσιμη η ερώτηση προς τον εαυτό του

“αυτό που θα διδάξω, είναι αυτό που θέλω εγώ να διδάξω ή αυτό που οι πελάτες μου θέλουν να μάθουν”;

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Στόχος η μεγαλύτερη συμμετοχή

Ο εκπαιδευτής καλό να εμπλέκει τους εκπαιδευόμενους του όσο το δυνατόν περισσότερο κατά τη διάρκεια της διδασκαλίας.

Αυτό δεν είναι εύκολο

Παράδειγμα Ι

εάν κάνει μια ομιλία ή μια διάλεξη σε ένα μεγάλο ακροατήριο, αλλά και τότε υπάρχουν δυνατότητες, όπως:

I. το να ζητάει από τα άτομα να απαντήσουν σε μια ερώτηση, π.χ. "Θα ήθελα να σηκώσει το χέρι του όποιος πήρε την απόφαση για το Νέο Έτος να κάνει περισσότερη γυμναστική αυτό το χρόνο".



Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Στόχος η μεγαλύτερη συμμετοχή

Ο εκπαιδευτής καλό να εμπλέκει τους πελάτες του όσο το δυνατόν περισσότερο κατά τη διάρκεια της διδασκαλίας.

Αυτό δεν είναι εύκολο

Παράδειγμα ΙΙ

εάν κάνει μια ομιλία ή μια διάλεξη σε ένα μεγάλο ακροατήριο, αλλά και τότε υπάρχουν δυνατότητες, όπως:
να τους ζητήσει να απαντήσουν σε μια σειρά από δηλώσεις, π.χ. σαν εισαγωγή μιας ομιλίας για τη διατροφή, μπορεί να ζητήσει από το κοινό να σηκωθεί από τη θέση του, μετά να του ζητήσει να καθίσει κάτω εάν:

- συνήθως τρώνε λευκό ψωμί...
- προσθέτουν ζάχαρη στον καφέ τους ή το τσάι τους...
- τρώνε τακτικά τηγανητά φαγητά...
- προσθέτουν αλάτι στο φαγητό...

Οι περισσότεροι απ' αυτούς θα κάθονται κάτω εκείνη τη στιγμή, αλλά θα νιώθουν σε επιφυλακή και ότι συμμετέχουν.

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Στόχος η μεγαλύτερη συμμετοχή

Ένας άλλος τρόπος για να διατηρεί ο εκπαιδευτής τη συμμετοχή του ακροατηρίου, είναι να του δώσεις χρόνο να μιλήσει.



Αυτό μπορεί να γίνει:

- i. έχοντας μαθήματα με ερωτήσεις-απαντήσεις
- ii. ή κάνοντας σύντομα διαλείμματα όπου μπορούν να συζητούν ένα θέμα για κάτι για λίγα λεπτά σε ομάδες των δύο ή τριών ατόμων.

Παράδειγμα

Σε μια ομιλία για το παθητικό κάπνισμα, για παράδειγμα, ο ομιλητής θα μπορούσε να δώσει στο ακροατήριο του δύο λεπτά για να μιλήσουν με το διπλανό τους για το πώς επηρεάζονται από τον καπνό άλλων ανθρώπων που καπνίζουν.

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Στόχος η μεγαλύτερη συμμετοχή

Ο εκπαιδευτής μπορεί να διατηρεί τη συμμετοχή των ατόμων με οπτική επαφή.

Πρέπει να κοιτάζει όλα τα μέλη του ακροατηρίου στα μάτια, όχι μόνο τα άτομα που βρίσκονται ακριβώς μπροστά του.



Αγωγή της Υγείας - Γεώργιος Μαντζουράνης
Πανεπιστήμιο Πατρών Τμήμα Νοσηλευτικής 2023/24

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Εξαιρετικά δύσκολο !!



Στόχος η μεγαλύτερη συμμετοχή

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Ποικιλία στις μεθόδους διδασκαλίας

Είναι φυσικό ο λειτουργός προαγωγής υγείας να βλέπει την διδασκαλία από την πλευρά του εκπαιδευτή, αλλά ίσως είναι **πιο χρήσιμο να τη βλέπει και από την πλευρά του εκπαιδευόμενου.**

παράδειγμα

- μισή ώρα ομιλίας απαιτεί συντονισμένη προσπάθεια και πλήρη εμπλοκή εκ μέρους του εκπαιδευτή,
- το ακροατήριο αυτό που κάνει είναι να ακούει, που σημαίνει ότι εμπλέκει μόνο μία από τις αισθήσεις και είναι πολύ απίθανο να διατηρήσει την πλήρη προσοχή του.



Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Προσωπικές δραστηριότητες μάθησης

Οι δραστηριότητες είναι το μέσον με το οποίο βοηθάμε τους εκπαιδευόμενους να σκεφτούν και να δράσουν πάνω σ' αυτό που συζητάμε με το δικό τους τρόπο.

Η ακρόαση είναι παθητική, οι δραστηριότητες είναι ενεργητικές!

- ✓ Δεν είναι αρκετό για τον εκπαιδευτή υγείας να ρωτήσει μια ομάδα εκπαιδευομένων "Τι νομίζετε;" στο τέλος μιας ομιλίας ή αφού έχουν παρακολουθήσει μια βιντεοκασέτα.
- ✓ Οι σχεδιασμένες δραστηριότητες είναι απαραίτητες για να μπορέσουν τα άτομα να εξερευνήσουν τις ιδέες τους, τα συναισθήματά τους, τις στάσεις τους και τη συμπεριφορά τους.



Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Προσωπικές δραστηριότητες μάθησης

Οι δραστηριότητες που είναι *σχεδιασμένες για μια ειδική ομάδα εκπαιδευομένων, είναι πιο αποτελεσματικές.*

είναι σημαντικό ο εκπαιδευτής υγείας να αναπτύξει τη δεξιότητα να επινοεί τις δικές του δραστηριότητες, παρά να αφήνεται στα μαθησιακά βοηθήματα που φτιάχνονται για τα γενικά ακροατήρια.

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Συνάφεια εκπαίδευσης και ανάγκης

Ο εκπαιδευτής υγείας όταν διδάσκει κάτι θα πρέπει να βεβαιώνεται, όσο είναι δυνατόν, ότι **αυτό που λέει είναι συναφές** με τις ανάγκες, τα ενδιαφέροντα και τις συνθήκες ζωής των εκπαιδευόμενων .



Παράδειγμα 1

συστάσεις για δραστηριότητες προαγωγής υγείας που κοστίζουν χρήματα, ίσως είναι χρήσιμες για ένα ακροατήριο με καλή οικονομική κατάσταση, αλλά καθόλου χρήσιμες για ένα ακροατήριο που δεν έχει χρήματα για "περιττά".

Παράδειγμα 2

συζήτηση για τον καρδιαγγειακό κίνδυνο, ίσως να μην ταιριάζει σε μια έγκυο γυναίκα, της οποίας η κυρίαρχη έννοια είναι ο τοκετός αυτός καθαυτός.

Ίσως δεν την αγγίζει ένα θέμα που δεν θα την απασχολήσει έως αλλά και μετά τον τοκετό.

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Συνάφεια εκπαίδευσης και ανάγκης

- Ο εκπαιδευτής υγείας θα βοηθήσει τους εκπαιδευόμενους του να συνειδητοποιήσουν κατά πόσο τους ταιριάζει ένα θέμα χρησιμοποιώντας συγκεκριμένα παραδείγματα, πρακτικά προβλήματα και μελέτες περιπτώσεων για να εξηγήσει και να αναπαραστήσει τα σημεία που θέλει.
- Αφηρημένες γενικεύσεις και εντυπωσιακά λόγια δεν τους βοηθούν να σχετιστούν με το θέμα.

Παράδειγμα

- μπορεί να πει “Ένας στους 10 από εσάς μπορεί να...” αντί για “Χ εκατομμύρια άνθρωποι σ' αυτή τη χώρα”,
- να διηγηθεί μια ιστορία για ένα ατύχημα στο σπίτι, αντί να περιγράψει μια λίστα παραγόντων κινδύνου
- και να αναφερθεί στον “μεγαλύτερο κίνδυνο” λέγοντας “Είναι όπως όταν οδηγούμε ένα αυτοκίνητο με χαλασμένα φρένα - δεν υπάρχει εγγύηση ότι θα έχουμε ατύχημα, αλλά οι πιθανότητες να έχουμε ατύχημα είναι μεγαλύτερες



Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Ρεαλιστικοί στόχοι και σκοποί

Ένα κοινό λάθος είναι να επιχειρούμε πάρα πολλά μαζί - οι άνθρωποι μπορούν να θυμούνται τρία ή τέσσερα βασικά σημεία από ένα μάθημα.

Το να διδάσκεις πιο πολλά από αυτά δεν σημαίνει ότι τα άτομα θα μάθουν περισσότερα



Παράδειγμα

εάν ζητηθεί από ένα επαγγελματία υγείας να κάνει μια διάλεξη για ένα τεράστιο θέμα, όπως η υγιεινή διατροφή, η πρόληψη ατυχημάτων, οι πρώτες βοήθειες ή η μόλυνση του περιβάλλοντος, θα χρειαστεί να επιλέξει λίγα σημεία που νομίζει ότι είναι πιο ενδιαφέροντα για το ακροατήριό του και να αποφύγει τον πειρασμό να κάνει μια ομιλία για τα πάντα.

Καλύτερα να πετύχεις κάτι μικρό παρά να προσπαθείς μάταια για κάτι ακατόρθωτο.

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Χρήση συμβολαίων μάθησης

- Στην παραδοσιακή εκπαίδευση, οι εκπαιδευόμενοι ενημερώνονται για τους στόχους που έχουν τεθεί.
- Αυτό έρχεται σε σύγκρουση με την ψυχολογική ανάγκη του ενήλικα να είναι αυτό-καθοδηγούμενος, γεγονός που μπορεί να προκαλέσει αντίσταση, απάθεια ή απόσυρση.

Τα συμβόλαια μάθησης είναι μια συμφωνία μεταξύ του εκπαιδευόμενου και του εκπαιδευτή πάνω σε όσα πρέπει να διδαχθούν.



- Ο εκπαιδευτής και ο εκπαιδευόμενος (ή η ομάδα εκπαιδευόμενων) **το αποφασίζουν μαζί.**
- Συμμετέχοντας στη διαδικασία διάγνωσης των αναγκών, διαμόρφωσης των σκοπών, επιλογής των μεθόδων μάθησης και στην αξιολόγηση της προόδου, οι εκπαιδευόμενοι αναπτύσσουν **μια αίσθηση ιδιοκτησίας του προγράμματος** και νιώθουν δεσμευμένοι σ' αυτό.

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Χρήση συμβολαίων μάθησης

Βήμα 1. Διάγνωση των αναγκών μάθησης των εκπαιδευομένων

ο επαγγελματίας προαγωγής υγείας πρέπει να αποφασίσει ποιες είναι οι απαιτούμενες ικανότητες για

- τη διεξαγωγή δράσεων
- ή της συμπεριφοράς
- ή του ρόλου που οι εκπαιδευόμενοι θέλουν να μάθουν

(π.χ. τις απαιτούμενες ικανότητες του γονιού ενός βρέφους, για μια συνάντηση με υποψήφιες μητέρες πριν τον τοκετό).

- Μπορούμε να θεωρήσουμε ως **ικανότητα** την επάρκεια να κάνουμε κάτι.
- Ικανότητα είναι ένας συνδυασμός γνώσεων, κατανόησης, δεξιοτήτων, στάσεων και αξιών.

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Χρήση συμβολαίων μάθησης

Βήμα 1. Διάγνωση των αναγκών μάθησης των εκπαιδευομένων

Παράδειγμα

“η ικανότητα να πας με ποδήλατο από το σπίτι στα μαγαζιά”

- περιλαμβάνει γνώσεις για το πώς δουλεύει το ποδήλατο και για τη διαδρομή από το σπίτι στα μαγαζιά,
- κατανόηση των κινδύνων που συνεπάγεται η χρήση ποδηλάτου,
- δεξιότητες στο οδήγημα, στο πεντάλ, στην ισορροπία, και στο φρενάρισμα.

Είναι χρήσιμο να αναλύουμε τις ικανότητες μ' αυτό τον τρόπο, ακόμα και εάν είναι άκομψο και υποκειμενικό, γιατί δίνει στους εκπαιδευόμενους μια σαφέστερη αίσθηση κατεύθυνσης.

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Χρήση συμβολαίων μάθησης

Βήμα 2. Συγκεκριμενοποίηση των στόχων μάθησης για κάθε εκπαιδευόμενο



- Ο εκπαιδευτής υγείας μετατρέπει τις ανάγκες μάθησης που βρέθηκαν στο πρώτο βήμα σε στόχους που περιγράφουν αυτά που θέλουν να μάθουν οι εκπαιδευόμενοι.
- Όλοι οι εκπαιδευόμενοι θα πρέπει να δηλώνουν τους στόχους μάθησης που είναι πιο ουσιαστικοί γι' αυτούς.

Παράδειγμα

για να πάνε με ποδήλατο από το σπίτι στα μαγαζιά, οι εκπαιδευόμενοι ίσως αποφασίσουν ότι χρειάζονται γνώσεις για το πώς δουλεύουν τα εξαρτήματα του ποδηλάτου και βελτιωμένες δεξιότητες στην ισορροπία και στο ασφαλές φρενάρισμα.

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Χρήση συμβολαίων μάθησης

Βήμα 3. Συγκεκριμενοποίηση των μεθόδων μάθησης

ο εκπαιδευτής υγείας ελέγχει τους στόχους μάθησης του εκπαιδευόμενου ή (αν δουλεύει με ομάδα) όλων των μελών της εκπαιδευτικής ομάδας.

- Αυτό θα μπορούσε να γίνει με μια λίστα την οποία θα γράψει στον πίνακα βρίσκοντας τους κοινούς αλλά και τους διαφορετικούς στόχους που έχουν καταγραφεί.
- Στη συνέχεια σκέφτεται τους τρόπους που θα μπορούσε να ικανοποιήσει αυτούς τους στόχους.
- Επίσης, συγκεκριμενοποιεί τις μεθόδους που θα χρησιμοποιήσει.



Στο παράδειγμα του ποδηλάτου

- Θα μπορούσε να συγκεκριμενοποιήσει ότι η πρακτική επίδειξη που ακολουθείται από πρακτική υπό επίβλεψη σε μια περιοχή χωρίς κίνηση, θα ήταν ένας καλός τρόπος να μάθουν.
- Μπορεί να ζητήσει από τους εκπαιδευόμενους να προτείνουν τις μεθόδους που προτιμούν.

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Χρήση συμβολαίων μάθησης

Βήμα 4. Αξιολόγηση της μάθησης

παράδειγμα

- i. οι γνώσεις μπορούν να ελεγχθούν με κουίζ,
- ii. η κατανόηση μπορεί να ελεγχθεί με την επίλυση προβλημάτων,
- iii. οι δεξιότητες μέσω επιδείξεων απόδοσης,
- iv. οι στάσεις μέσω παιχνιδιών-ρόλων και δομημένων δραστηριοτήτων,
- v. οι αξίες μέσω δομημένων δραστηριοτήτων και ασκήσεων για τη διερεύνηση αξιών.

EVALUATION



Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Αξιολόγηση - Ανατροφοδότηση - Εκτίμηση

Είναι σημαντικό να παίρνουμε **ανατροφοδότηση** για τη διδασκαλία μας για να μπορούμε να εκτιμήσουμε

1. πόσα μαθαίνουν τα άτομα και
2. να βελτιώσουμε την απόδοσή μας στο μέλλον.



Τα τρία σημεία στα οποία πρέπει να επικεντρωθεί ο επαγγελματίας υγείας είναι:

1. πώς θα εκτιμήσει την απόδοσή του ως εκπαιδευτής/συντονιστής (**αυτοαξιολόγηση**) και πώς θα καταγράψει τις εντυπώσεις του σχετικά με το πόσο καλά νομίζει ότι πήγε το μάθημα και το τι θα μπορούσε να βελτιωθεί
2. πώς θα πάρει ανατροφοδότηση από τους εκπαιδευόμενους για το **πόσο καλά νομίζουν ότι πήγε το μάθημα**
3. πώς θα εκτιμήσει την **έκταση στην οποία οι εκπαιδευόμενοι επιτυγχάνουν τα προκαθορισμένα αποτελέσματα μάθησης.**

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Αξιολόγηση - Ανατροφοδότηση - Εκτίμηση

1. Εκτίμηση της απόδοσης του εκπαιδευτή υγείας

Ο εκπαιδευτής υγείας μετά από κάθε εκπαιδευτική δραστηριότητα πρέπει να ρωτάει τον εαυτό του:

- τι πήγε καλά,
- τι δεν πήγε,
- γιατί και πως θα μπορούσαν να βελτιωθούν τα πράγματα την επόμενη φορά.



Self-Assessment

Ίσως βρει χρήσιμη τη χρήση ενός απλού εντύπου για να καταγράφει τις σκέψεις του.

Αυτό είναι ιδιαίτερα χρήσιμο εάν το μάθημά του είναι μέρος μιας σειράς μαθημάτων σε μια ομάδα όπου τα μέλη συμμετέχουν ενεργά

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Αξιολόγηση - Ανατροφοδότηση - Εκτίμηση

2. Ανατροφοδότηση από τους εκπαιδευόμενους

Ο εκπαιδευτής υγείας θα μπορούσε να συμπεριλάβει την προφορική ανατροφοδότηση ως μέρος του μαθήματός του.



Παράδειγμα

στο τέλος κάθε συνάντησης να ζητήσει από όλα τα άτομα να συμπληρώσουν τις προτάσεις:

- "Αυτό που μου άρεσε περισσότερο στο σημερινό μάθημα ήταν..."
- "Το πιο σημαντικό πράγμα που παίρνω μαζί μου απ' αυτό το μάθημα είναι..."
- "Αυτό που μου άρεσε λιγότερο από το σημερινό μάθημα ήταν..."

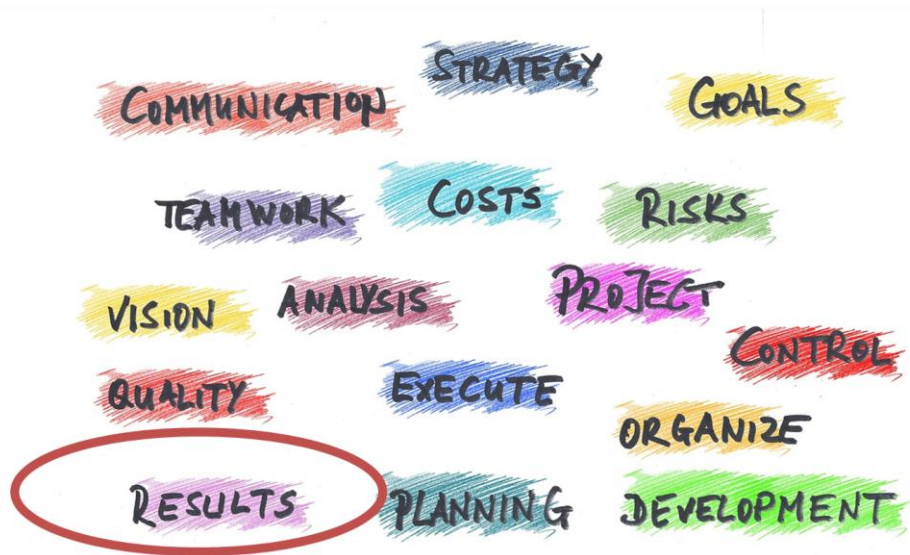
οι εκπαιδευόμενοι μπορεί να νιώθουν ότι καταπιέζονται και ίσως δεν νιώθουν άνετα να εκφράσουν πως νιώθουν απευθείας στον εκπαιδευτή. **Γι' αυτό καλό θα ήταν να χρησιμοποιήσει ένα έντυπο αξιολόγησης**

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Αξιολόγηση - Ανατροφοδότηση - Εκτίμηση

3. Εκτίμηση των αποτελεσμάτων μάθησης

Είναι η διαδικασία μέτρησης της έκτασης και της ποιότητας της μάθησης των ατόμων: κρίνει την πρόοδο που πέτυχαν ως προς τους στόχους που έθεσαν οι ίδιοι.



- μπορεί να διεξαχθεί πολύ ανεπίσημα μέσω της λήψης τυχαίας ανατροφοδότησης από τα άτομα για το πώς έχουν εφαρμόσει αυτά που έμαθαν σε καταστάσεις της πραγματικής ζωής
- ή μπορεί να περιλαμβάνει καθορισμένα τεστ, σε επίσημες περιπτώσεις

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

Αξιολόγηση - Ανατροφοδότηση - Εκτίμηση

3. Εκτίμηση των αποτελεσμάτων μάθησης



παραδείγμα :

- Η Μαρία διδάσκει μαγειρική και υγιεινή διατροφή σε ενήλικους με μαθησιακές δυσκολίες.
- Κρατάει αρχεία της προόδου τους, σε σχέση με το προηγούμενο επίπεδο επάρκειας ως προς την επιλογή υγιεινών τροφίμων και το μαγείρεμα υγιεινών γευμάτων.

Βοηθώντας τα Άτομα να Μάθουν

**Good Teachers Stick To The Lines,
Great Teachers Inspire New Lines**