

## SAĞLIK EĞİTİMİ

### Sağlık eğitimi

- Birey/toplumlara sağlık sorunlarını fark ettirir,
- sorunların çözümü için alternatifler gösterir.
- davranışları istendik yönde değiştirir.

- potansiyel sağlık riski oluşturabilecek konularda çözüm arayışı içinde olma yönünde yönlendirir.

- Kişilerde kendi yaşantıları yoluyla sağlıkla ilgili düşünce, kavram, inanç, tutum, davranış ve yaşam biçimi oluşturmak amacıyla yapılan herhangi bir öğrenme yaşantısı **sağlık eğitimi** olarak tanımlanmaktadır

### **Dünya sağlık örgütü'ne göre sağlık eğitimi;**

- bireylere sağlıklı yaşam için alınması gerekli önlemleri **benimsetmeye** ve **uygulatmaya inandırmak.**

- kendilerine sunulan sağlık hizmetlerini doğru olarak kullanmaya **alıştırmak,**
- sağlık durumlarını ve çevrelerini iyileştirmek amacıyla birey olarak veya topluca **karar aldırma**ttır.

- halka sunulan sağlık hizmetleri sağlık eğitimi
- Sağlık eğitimi, hizmeti sunanlar tarafından verilirse daha etkili olur

- birey/aile/grup yada toplumun sağlık eğitimi gereksinimlerinin saptanması zorunludur.

## SAĞLIK EĞİTİMİNDE GENEL KAVRAMLAR

- **EĞİTİM**; bireyin davranışlarında kendi yaşantıları yoluyla ve kasıtlı olarak istendik yönde değişim meydana getirme sürecidir.

- Eğitim, davranışı kazandırma yada var olan davranışı değiştirmedir.
- Belirli bir amaca yönelik, planlı ve programlı bir biçimde bilinçli olarak kazanılmış olması durumudur.

- Eğitim pahalı ancak verimli bir yatırımdır.
- Eğitimin ana unsuru davranış değişikliğidir.

**Eğitim başlıca iki biçimde ele alınmaktadır:**

- **1. Örgün eğitim:** okullarda yada benzeri yerlerde yapılan eğitimidir. Anaokulundan üniversiteye kadar örgütlenmiş tüm okul eğitimlerini içine alır.

## 2. Yaygın eğitim:

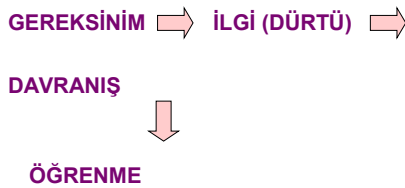
- okul dışında yapılan
- kurum veya işyerinde çalışan kişiler için yapılan
- geniş kitleleri içeren; halk eğitimleri, hizmet içi eğitimler yetişkin eğitimleridir.

- **Öğretme:** öğrenmeyi gerçekleştirmek için yapılan etkinliklerin tümüdür.
- öğrenmeyi sağlama ve rehberlik etme etkinliğidir.

## ÖĞRENME:

- öğrenme bir davranış değişikliği sürecidir.

### Öğrenmenin Gerçekleşmesinde Aşamalar



- Öğrenmenin hareket noktası kişinin **GEREKİNİMİDİR.**
- Gereksinim, kendini giderilmesi gereken bir güç halinde ortaya koyar.
- Bu güç, bireyin konu üzerine **İLGİSİNİ** toplar.
- İlgisi "**DAVRANIŞ**" ortaya çıkar.
- Davranışın ortaya çıkması "**ÖĞRENME**" olduğunu gösterir.

## Öğrenmenin aşamaları;

- 1. Öğrenmeye hazır olma
- 2. Yeni bilgi, tutum ve becerilerin kazanılması
- 3. Davranışın gelişmesi

- Öğrenmeye hazır olmak için eksikliğini fark etmek, ihtiyaç duymak gerekir.
- Bireyin öğrenmeye ihtiyaç duyması yeni **bilgi, tutum ve beceriler** kazanmasını ve sonuç olarak kendisinde değişim yaratmasını sağlar.

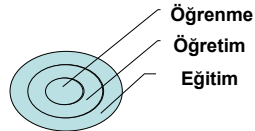
- Bu aynı zamanda öğrenen ve öğretene için daha iyi etkileşmeyi, birlikte düşünmeyi ve öğrenenin aktif katılımını sağlar.

## Öğretim;

- Bilgi aktarımıdır, bilinmeyen bir konunun söz yada yazı ile bir bilen tarafından bilinmeyene verilmesidir.
- Planlı, programlı öğrenme etkinliklerini tanımlamaktadır.

## Öğrenme, Öğretim, Eğitim Arasındaki İlişki

- Öğrenme kavramı; eğitim ve öğretim içinde vardır.
- Öğretim ise eğitim içerisinde yer alır.
- Eğitim kavramı içinde hem öğrenme hem de öğretim mevcuttur.



- Eğitim "birçok öğrenme ve öğretim faaliyetlerinden sonra gerçekleşen ve davranış değişikliği ile ulaşılan bir süreçtir".

## Sağlık eğitiminin aşamaları

- **İlk aşama;** iyice anlatmak ve öğretmektir,
- **İkinci aşama;** benimsetmek ve inandırmak;
- **Üçüncü aşama;** yapmak ve yaptırtmak;
- **Dördüncü aşama;** tekrarlatırılarak alışkanlık kazanılmasını sağlamaktır.

## SAĞLIK EĞİTİMİNDE SORULACAK SORULAR

- Bireyin ne öğrenmesini istiyorsunuz?
- Birey neyi ne kadar öğrenebilir?
- En iyi nasıl öğrenebilir?
- Ne öğrendi?

## SAĞLIK EĞİTİMİ UYGULAMA AŞAMALARI

- **Primer koruma (Birincil Koruma);** yapılan sağlık eğitiminin odak noktası sağlıklı koruma ve geliştirmedir.

- **Sekonder koruma (İkincil koruma);**

sağlık eğitimi, hastalık belirtileri ve tedavi kaynakları hakkında bilgi vererek, oluşmuş bir hastalığın erken tanısı ve tıbbi önerilere uygun davranma üzerine odaklanır.

- **Tersiyer koruma (Üçüncül koruma);**

sağlık eğitimi, hastalığa uyum ve yaşam kalitesini arttırmayı hedefler.

## DSO'ne göre Sağlık eğitiminin temel amaçları

### ■ Birey ve topluma:

- 1. Sağlığın değerini anlatmak, inandırmak.
- 2. Sağlık sorunlarını çözmeye alıştırmak.

- 3. sağlık kuruluşlarından azami ölçüde faydalandırmaya alıştırmak

- 4. sağlıklı yaşam biçimleri geliştirmek ve sağlıklı yaşamaya alıştırmak

- 5. sağlığı korumaya ve geliştirmeye alıştırmak

## SAĞLIK EĞİTİMİ İLKELERİ

### ■ 1. Açık amaç ilkesi:

- Eğitim sonucunda "ne elde etmek isteniyor?" sorusu, hedefi belirlemenin ilk şartıdır.
- Eğitim sonunda eğitilenlerin mutlaka bilmelerini, benimsemelerini, becerebilmelerini, alışkanlık haline getirebilmelerini istediğimiz konular açıkça belirlenmelidir.

### ■ 2. Bireysel farklılık ilkesi:

- eğitimde bireysel farklılıklar dikkate alınmalıdır.
- Öğrenme hızı,
- Öğrenme süresi,
- Öğrenme yöntemi açısından

### ■ 3. Sıra ilkesi:

- somuttan soyuta,
- basitten karmaşığa,
- kolaydan zora,
- bütünden parçaya ya da parçadan bütüne,
- olaylardan kavrama ve genellemelere,
- yakın çevreden uzağa doğru yapılan bir sıralama

### ■ 4. İlgilendirme: Eğitilecek birey yada

- grubu konu ile ilgilendirme eğitimcinin bilgi, beceri ve deneyimine bağlıdır.
- önderlik niteliğindeki etkin kişilerin desteği sağlanabilir.

#### ■ 5. Uygulanabilme:

- verilecek eğitimin uygulanabilir ve gerçekçi önerilerle desteklenmiş olması gereklidir.

#### ■ 6. Eğitim sürekli olmalıdır:

- Amaçsız, plansız ve zaman aralıkları ile yapılan eğitim ile davranış değişikliği beklemek güçtür.
- Özellikle kültürden kaynaklanan yanlış davranışların değiştirilmesi zaman alır.

#### ■ 7. Toplumda herkesi kapsama gereği:

- bireye yönelik eğitimlerde bile, tüm aile bireylerinin eğitilmeleri olumsuz etkileri ortadan kaldırabilir ve eğitimin benimsenmesini de sağlar.

#### ■ 8. Kurumlar arası işbirliği:

- toplumdaki çeşitli kurum ve kuruluşların katılımını sağlamak,
- yöneticilerin desteğini almak,

#### ■ 9. Sağlık hizmetlerini birlikte sunma:

#### ■ AP HİZMETLERİ

#### ■ 10. Eğiticinin niteliği:

- Eğitici bilgili olmalı, ciddiyet ve özveriyle çalışmalıdır.
- Ele aldığı konuyu yeterince bilmeli ve davranışı, yaptığı eğitime uymalıdır.

sağlık eğitimcisi,

- Sabırlı olma,
- İyi bir dinleyici olma ve
- Kişilerin sorunlarını içtenlikle anlamaya çalışma gibi niteliklere sahip olmalıdır.

## SAĞLIK EĞİTİMİNİ ETKİLEYEN FAKTÖRLER

### A- Bedensel (İçsel) Faktörler;

- bireye ait fizyolojik ve psikolojik etmenlerdir.
- yaşlandıkça görme, işitme yeteneklerinin azalması, tepki gösterme süresinin azalması

### ■ **Anksiyete**

- **Depresyon**, - bireyin motivasyonunu,

- öğrenmeye ayıracağı enerjisini

- dolaylı olarak öğrenmeyi engeller

- **Hastalığı, kaybı yada krizi algılaması**

- Eğitim düzeyi ve entellektüel beceriler,
- Değerler, güdülenme, alışkanlıklar,
- Zeka, motivasyon, sağlık sistemi ile ilgili önyargılar ve önceki deneyimler,
- Toplumsal özellikler (yaş, cins, meslek, evlilik)

### ■ B-Çevresel (Dışsal) Faktörler;

- Eğitimin yapıldığı çevre,
- Eğitimin zamanı,
- Eğitimin metodu,
- Eğitim amaçlı kullanılan materyaller,



- Eğiticinin nitelikleri,
- Kültürel, sosyal, toplumsal, ekonomik etmenler,
- Gelenek ve görenekler,
- Tutum ve davranışlar

### ■ Fiziki çevre, öğrenmeyi etkileyen önemli bir faktördür.

- Işık,
- sıcaklık,
- soğukluk,
- temizlik,
- sandalye/sıra/masaların dizilişi,
- öğrenci sayısı,
- donanımı

- eğitim süresinin uzun olması, dikkatin dağılmasına neden olur
- Kullanılan öğrenim araçları bireyin özelliklerine uygun olmalıdır.
- Aynı zamanda bireyin öğretene nasıl algıladığı, öğretene öğrenen iletişimi, bireyin öğrenmesi üzerine etkilidir.

## SAĞLIK EĞİTİMİ YÖNTEMLERİ

- Eğitim yöntemlerinin seçimiyle ilgili ilkeler
- eğitim hedeflerini gerçekleştirecek şekilde seçilmeli
- öğrenme etkinliklerini monotonluktan kurtarıcı

- ortak çalışma ve grup psikolojisini teşvik edici olmalıdır.
- eğitilenlerin faaliyetlere etkin biçimde katılmasını sağlayıcı olmalıdır.
- eğitiminin kişisel buluşları ile zenginleşebilmelidir

## EĞİTİM YÖNTEMLERİ

### 1. Bireysel ve Küçük Grup Eğitimleri

- Anlatım-Sunum**
- Göstererek yaptırma- demonstrasyon**  
(yap-göster-yaptır-tekrarlat-alıştır)
- Soru-cevap.**

## 2. Grup eğitim yöntemleri

- Beyin Fırtınası
- Rol yapma
- Vaka İncelemesi
- Tartışma .

### ■ 1. BİREYSEL EĞİTİM YÖNTEMİ;

- en etkili fakat en pahalı olandır.
- eğitilecek kişiyle sürekli ilişki durumunda bulunulduğundan yöntem çok etkilidir.
- güç ve zaman alıcı

## 2. Grup eğitim yöntemleri;

- kişileri tek tek eğitmenin çoğu kez olanaksız ve toplumu eğitmenin az etkili oluşu nedeniyle **grup eğitimi yöntemi** sık uygulanır.

- grup eğitimi çalışmalarında iyi bir şekilde yetiştirilenlerden toplumun eğitiminde yararlanır.
- Eğitilecek grup büyük olmamalıdır.

### ■ 1. ANLATIM YÖNTEMİ;

- Dinleyiciler tümüyle pasif bir durumdadır.
- Dinleyicilerin dikkatinin dağılmasını engellemek için eğitimci soru sormalı,
- Anlatma süresi uzun olmamalıdır.

### ■ 2. TARTIŞMA YÖNTEMİ;

- Herhangi bir konunun grup üyeleri tarafından karşılıklı konuşularak dinleyerek ve konuya katılarak işlenmesidir.
- Bu yöntemde eğitilen bireylerin etkinliğine daha fazla yer verilmektedir.

### 3. ROL YAPMA (ROLE PLAY)

### 4. Beyin fırtınası yöntemi:

### 6. SORU CEVAP YÖNTEMİ:

#### Toplum eğitimi yöntemleri

- Toplum eğitiminde kitle iletişim araçlarından yararlanılır,
- Radyo, tv, cd,
- Gazete, dergi, broşür, kitap vb. Yayınlar
- Kampanyalar
- Tiyatro, sinemalar
- Gönüllü kuruluşların faaliyetleri

#### SAĞLIK EĞİTİMİNDE KULLANILAN EĞİTİM ARAÇ VE GEREÇLERİ

- 1.görsel araç gereçler;
- 2.işitsel araç gereçler;
- 3.görsel ve işitsel araç gereçler;

#### SAĞLIK EĞİTİMİ PLANI

- Sağlık Eğitim Konusu:
- İhtiyaç Saptama:
- Eğitim Verilecek Kişi/ Grup Özellikleri:
- Eğitim Yeri/ Zamanı / Süresi:
- Eğitimin Hedefleri:
- Eğitimde Kullanılacak Materyaller:
- Eğitim İçeriği: Konu başlıkları
- Eğitimin Değerlendirilmesi:
- Eğitimde Kullanılan Kaynaklar:

- **Eğitimin kimlere yapılacağı/ hedef grup:**
- çocuklarını aşılamaya götürmeyen anneler
- **Ne öğretileneği/ konu:** aşılar
- **Niçin öğretileneği/amacı:** annelerin aşılama konusunda bilgi eksikliğini gidermek ve davranış kazandırmak

- **Nasıl öğretileneği/yöntem, araç gereç:**  
anlatma, demonstrasyon, film, slayt, tepegöz kullanma, tekrarlatma
- **Eğitimin nerede yapılacağı:** sağlık ocağı, okul, fabrika vb.
- **Eğitimin ne zaman yapılacağı-tarih:** ay, gün, saat

- **Eğitimin ne kadar süreceği:** günde bir saat/haftada üç gün vb.
- Yapılacak uygulamaların planlandığı
- Eğitimin etkinliğinin nasıl değerlendirileceğinin saptandığı
- Eğitim sırasında karşılaşılabilecek olası sorunlar ve çözümlerinin saptandığı bir eğitim programı düzenlenmelidir.

### **Değerlendirme Yapılmasındaki Amaç:**

- amaçlara ne ölçüde ulaşıldığını görmek
- planlamada aksayan yönler varsa bunların neler olduğunu belirlemek
- eksik yönler varsa tamamlayabilmek

- zaman, insan gücü vb. kaynakların doğru kullanıldığından emin olmak
- hemşirenin sonraki eğitim çalışmalarına rehber oluşturmaktır

## ÖZET;

- Hedef, “neden eğitiyoruz”
- İçerik, “ne öğretelim”
- Öğrenme – öğretme süreci, “nasıl öğretelim”
- Ölçme- değerlendirme

## Sağlık eğitimi planı (özet)

- Hedef kitle ?
- Konu ?
- Amaç ?
- Yöntem ?
- Kullanılacak araç-gereçler ?
- Yer ?
- Zaman ?
- Eğitimi kim verecek ?
- Karşılaşılabilecek olası sorunlar ve çözümler ?