

UNIT 1

Pedagoji

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Project number: **2018-1-UK01-KA204-048095**
This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

İçindekiler

Giriş.....3

1.1 Pedagojik Prensipler.....4

1.1.1 Başarılı Bir Sağlık Danışmanının Karakteristik Özellikleri.....5

1.1.2 Sağlık Okuryazarlığı Konusunda İhtiyaç Analizi Nasıl Yapılır?.....6

1.1.3 Öğrenme Tarzları.....9

1.1.4 Eğitim teknikleri.....9

1.2 İletişim Teknikleri.....14

1.2.1 İletişim Teorisinin İlkeleri.....14

1.2.2 Kültürlerarası iletişim.....15

1.2.3 Sağlık Konularının Sunulması için İletişim Teknikleri - En İyi Uygulamalar.....16

1.3 Sosyal Duyarlılık.....19

1.3.1 Sosyal Beceriler.....19

1.3.2 Sosyal uygulamalar.....20

1.3.3 Çatışmaların Önlenmesi ve Çözümü.....22

Öz değerlendirme.....21

Referanslar.....23

Giriş

ON-CALL Projesi, yerel halkın ikamet ettikleri topluluklarda Profesyonel Aile Sağlığı Danışmaları olarak çalışmak için yeterlilikler geliştirmelerini destekleyerek bir eğitici eğitimi müfredatı geliştirmeyi amaçlamaktadır. Eğitmen olarak hareket eden bu bireyler, düşük vasıflı yetişkinlere sağlık okuryazarlığı ile ilgili konular öğreteceklerdir.

Bu Ünite'de - *Pedagoji İlkeleri* –, ON-CALL eğitimi sırasında öğrenilen içerikleri ve bu eğitimi sağlayacak kaynaklarla daha fazla bilgi iletilmesi için öğrencilere yeterli bilgi ve becerileri sağlayacağız.

Bu Ünite, üç alt birimden oluşmaktadır. İlk alt birim - *Pedagojik İlkeler* – eğitmenler tarafından kullanılacak kaynaklar dahil olmak üzere eğitim tekniklerini ve öğrenme stillerini kapsarİkinci alt birim - *İletişim Teknikleri* - iletişim teorisinin temelleri, iletişim teknikleri ve kültürlerarası iletişim üzerine odaklanır. Son olarak, üçüncü alt birim -*Sosyal Duyarlılık* - sosyal beceri ilkeleri, sosyal uygulamaları ve çatışmaları nasıl önleyebileceğini ve çözebileceğini amaçlar.

Bu konulardan geçerek, Profesyonel Aile Sağlığı Danışmanları başarılı aracılar olmak için gerekli yetkinlikleri kazanacaklardır. Topluluklarının sağlık okuryazarlığı ihtiyaçlarını nasıl anlayacaklarını, tuhaflıklarına ilişkin onlarla doğru iletişim kurmayı ve bireyler arasındaki etkileşimi ve işbirliğini nasıl teşvik edeceklerini bileceklerdir.

Bu şekilde; eğitimli aracılar, sağlıklarını daha iyi hale getirmelerine olanak sağlayan dezavantajlı ailelerin sağlık okuryazarlık becerileri edinmeleri için onların ilgisini çekecek ve onları destekleyeceklerdir.

1.1 Pedagojik İlkeler

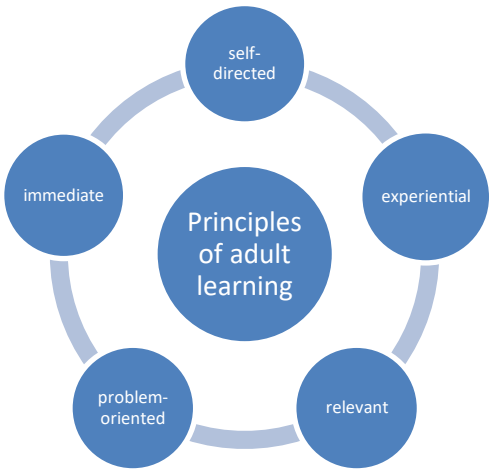
Britannica Ansiklopedisine göre, **pedagoji, "eğitimin amaçları ve bu hedeflere nasıl ulaşılacağı gibi öğretim yöntemlerinin incelenmesini de içeren öğretim yöntemleri çalışmasıdır"[1].** Bu tanım, bu alt birimin ana amacına uygundur: temel eğitim tekniklerini ve öğrenme stillerini tanımlayabilceklerdir, böylece ON-CALL kursiyerleri eğitimlerinin sonunda çalışacakları grupların özelliklerine uygun stratejileri seçebiliyor ve uygulayabiliyor olacaklardır.

Eğitim ve öğretimin çeşitli amaçları vardır. Toplumun bilgi ve becerilerini kuşaklar boyunca aktardığı süreçlerdir ve daha geniş anlamda, bir insan üzerinde biçimlendirici etkisi olan herhangi bir deneyime atıfta bulunabilirler. Bu amaçlar,bireylerin ve toplulukların yeteneklerini geliştirmek için çok önemlidir, böylece bireyler gelişme sağlayabilirler , sosyal ve ekonomik başarı elde edebilirler. Dahası; bu amaçlar ,benlik saygısına, özgüvenine ve kişinin potansiyelinin gerçekleşmesine katkıda bulunurlar.[2]

Bu amaçları başarmak için, dikkate alınması gereken pedagojik ilkeler vardır. ON-CALL müfredatı yetişkinlere sunulacaktır ve Andragoji olarak bilinen onlara bu müfredatı öğretme süreci, yetişkinler, çocuklara kıyasla çok çeşitli hayat tecrübelerine ve geçmiş deneyimlere sahip oldukları için belirli pedagojik ilkelere sahiptir. Yetişkin öğrencilerin daha fazla başarı elde etmelerine olanak tanıyan ***yetişkin eğitimi pedagojik ilkeleri*** şunlardır:

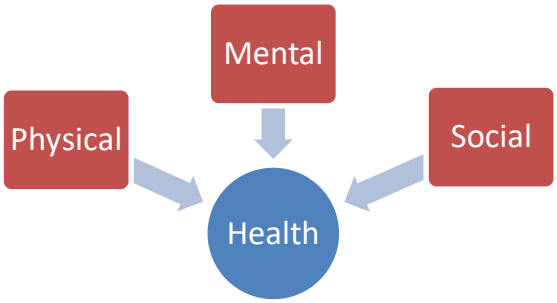
- **öğrenme kendi kendini yönetilmelidir** – konuların öğretilme nedenlerinin açıklanmasına ve her öğrenciye hitap etmesine ihtiyaç vardır, ancak aynı anda yetişkinlere kendi öğrenme yollarını bulmaları ve bu konuda kararlar vermeleri için yeterli zaman verilmelidir;
- **öğrenme deneyimseldir ve geçmiş zaman bilgisini kullanır** – eğitim yetişkinlerin farklı deneyimlerini bir kaynak ve öğrenmenin temeli olarak görmelidir;
- **öğrenme aslında mevcut roller ile ilgilidir** – yetişkinler en çok işleriyle veya kişisel yaşamlarıyla hemen ilgisi olan konuları öğrenmeye ilgi duyarlar;
- **eğitim problem odaklıdır** – yetişkinler bilgilerinin hayatlarına hemen uygulanmasını istediği için eğitim pratik olmalı ve kendileri için yararlı olan yönlere uygulanmalıdır;
- **öğrenenler öğrenmek için motive olurlar** – kişi olgunlaştıkça,kişisel gelişim, gelişmiş benlik saygısı ve daha iyi yaşam kalitesi gibi konuları düşünerek öğrenme motivasyonunu içselleştirir.[3]

[1]Alıntılanmıştır https://www.britannica.com/science/pedagogy
[2]Alıntılanmıştır https://www.coe.int/en/web/compass/education
[3]Alıntılanmıştır https://elearningindustry.com/the-adult-learning-theory-andragogy-of-malcolm-knowles



ON-CALL projesi bağlamında, sunulacak içerik sağlıkla ilgilidir ve bir kez daha bu konudaki içerikleri verirken belirli **sağlık pedagojisi ilkeleri** geçerlidir. Genellijle, bunlar:

- sağlığı ,sadece hastalıkların olmayışı olarak değil de fiziksel, ruhsal ve sosyal gibi birden fazla şekliyle düşünün ;
- öğrenenleri kendileri için gerekli olduğu için sağlıklı bir yaşam sürdürmeye ve sağlıklarını korumaya teşvik eder;
- genel olarak yaşam boyu öğrenmenin önemini vurgular ve özellikle resmi ve gayri resmi okuma becerilerinin veya bilgisayar okuryazarlığının sağlığı geliştirdiğini farkederek , sağlık okuryazarlığı becerilerinin iyileştirilmesini kolaylaştırır;
- bireyler, toplum ve yerel sağlık hizmetleri arasındaki etkileşimi teşvik eder.[4]



1.1.1 Başarılı Sağlık Danışmanı Özellikleri

Meslekten olmayan ailelerin sağlık okuryazarlığını geliştirmek, ON-CALL projesi eğitmen olarak görev yapan Sağlık Danışmanları ağlarını kurdu. Eğitim eylemi onları ve kursiyerleri içerir. Öğrencilerin bilgi ve becerilerini geliştirmek için tasarlanmış bir şekilde işbirliği yaparlar. Bunu göz önünde bulundurarak, her bir öğrencinin ve ele alınacak konunun özellikleri bu süreç için olduğu gibi grubun ve toplumun sosyal özellikleri için de çok

[4] Alıntılanmıştır http://www.unesco.org/education/educprog/ste/projects/health/principles.htm

önemlidir. Sadece bu yönleri dikkate alarak; eğitim eylemi ile ilgili diğer faktörleri, yani öğrenme teorilerini, etkinlik organizasyonunu ve öğretim araçlarını dikkate almak mümkündür.

Daha sonra, sağlık programlarının sunumunda başarılı olmak için ortaya koyması ve uygulaması gereken **Sağlık Danışmanlarının pedagojik özelliklerinin** bir listesi sunulmaktadır.:

- bireylerin ve toplumun sağlık okuryazarlığı ihtiyaçlarının farkında olmak için başlangıçta "ihtiyaç analizi" yapmak;
- destekleyici ve işbirlikçi bir öğrenme ortamı yaratın;
- öğrenciler, işçiler, babalar, anneler vb. gibi daha geniş bir kitleye ulaşmak için farklı sosyal rolleri olan ögeleri dahil edin;
- bireylerin önceki bilgilerini dikkate alın;
- önemli sağlık konularını gerektiğinde bunlara dönerek güçlendirin;
- materyalleri bireyler tarafından veya diğer insanları desteklemek için kullanılacak kaynaklar olarak sunun;
- yapmak, görmek, okumak, dinlemek vb. gibi öğrenci merkezli ve görev tabanlı teknikleri kullanarak öğrenmeyi kolaylaştırın;
- fiziksel ve zihinsel yanı sıra sağlığın sosyal yönlerini de programa dahil edin.[5]



Image 1 - Topluluğun unsurlarını farklı sosyal rollerle dahil edin

1.1.2 Sağlık Okuryazarlığı Konusunda İhtiyaç Analizi Nasıl Yapılır?

Sağlık okuryazarlığı, bireylerin uygun sağlık kararları almak için gerekli olan temel sağlık bilgilerini ve hizmetlerini elde etme, uygulama ve anlama kapasitesini ifade eder. Sağlık okuryazarlığını ölçmek için basit veya daha kapsamlı araçlar vardır.

Sağlık okuryazarlığı kategorileri genellikle dörde ayrılır:

[5]Alıntılanmıştır http://www.unesco.org/education/educprog/ste/projects/health/pedagogy.htm

- **kalitesiz / yetersiz**: bireye ve topluma sorun yaratır;
- **sınırlı/az miktarda**: birey için önlenebilir sorunlara neden olur;
- **nitelikli/yeterli**: bireylerin ana ihtiyaçlarını karşılar;
- **kusursuz:** kritik sağlık okuryazarlığı yeterliliği.

Kategoriler arasındaki sınırlar katı değildir ve bir kişinin sağlık okuryazarlığını belirleyebilmek karmaşık ve zor bir süreçtir. Bazı insanlar bir alanda iyi sağlık okuryazarlığına (ör. Diyabet yönetimi), ancak başka bir alanda zayıf sağlık okuryazarlığa sahip olabilir (örneğin, antibiyotikleri doğru şekilde almak). ON-CALL projesi, sağlık okuryazarlığı zayıf veya sınırlı olan kişilere odaklanmaktadır.

Zayıf Sağlık okuryazarlığı riski daha yüksek olan kişileri tanımlamaya izin veren bazı sosyal özellikler vardır:

- Meslek, gelir veya sosyal dışlanma ile belirlenen düşük sosyo-ekonomik statü;
- Düşük eğitim;
- Kötü dil becerileri veya okuma yazma bilmeme (cahillik);
- Dezavantajlı etnik azınlık durumu;
- Düşük veya yetersiz sağlık okuryazarlığı yaygınlığı yaklaşık 50 yaşından itibaren düzenli olarak artmaktadır ve 75 yaş üstü kişilerin çoğunun sağlık okuryazarlığı düşük bulunmuştur;
- Göçmen işçiler veya yasa dışı uyuşturucu kullanıcıları gibi koruyucu sağlık hizmetleri tarafından muhtemelen yetersiz hizmet verilen herhangi bir grup.

Yetersiz sağlık okuryazarlığının, herhangi bir özel, sosyal ya da belirli bir özellik ile sınırlı olmadığını belirtmek önemlidir, dolayısıyla daha önce bahsedilen bilgiler tüm bireyler / topluluklar için geçerli olmayabilir.

Sağlık okuryazarlığı düşük olan bireyler sağlık tavsiyelerine uyma istekliliğini göstermeyebilirler. Sosyal veya kültürel bir grubun parçası olmak, ör. bir azınlık etnik grubu, sağlık bilgileriyle ilgilenirken sıklıkla bireyler için engel oluşturur. Bu yüzden ON-CALL Sağlık Danışmanlarının rollerinde başarılı olma şansı var, çünkü sağlık içeriği aynı sosyal / kültürel gruptan, belirli kültürel değerlere ve davranışlara duyarlı akran eğitimciler tarafından verilmektedir.[6]

Daha önce de bahsedildiği gibi,Sağlık Danışmanlarının bireylerle / topluluklarla işbirliği yaparken atması gereken ilk adım bireylerin sağlık okuryazarlığı ihtiyaçlarını anlamaktırSağlık okuryazarlığını değerlendirmek ve birisinin buna ilişkin ihtiyaçlarını belirlemek için kolay yöntemlerden biri de, bireylere bazı sorular sormaktır. Aşağıda, bireyin içinde olabileceği sağlık okuryazarlığı kategorisini belirlemek için yaygın olarak kullanılan soruların kısa bir listesi sunulmaktadır. Soruların seçimi kişiye ve amaçlarına göre değişmektedir.

[6]Alıntılanmıştır http://healthliteracycentre.eu/recognizing-low-health-literacy/

Birinin **sağlık okuryazarlığını değerlendirmek** için basit sorular:

- *Tıbbi formları doldururken kendinie ne kadar güveniyorsunuz?*
- *Başkalarır hastane materyallerini okumanıza ne sıklıkla yardım ediyor??*
- *Yazılı bilgileri anlamada zorluk nedeniyle tıbbi durumunuzu öğrenmek için ne sıklıkta sorun yaşıyorsunuz?*[7]



Anket testleri, bireyin sağlık konularındaki ihtiyaçlarını belirlemeye yardımcı olabilecek daha karmaşık araçlardır. Hedeflerinizi göz önünde bulundurarak uygun bir sağlık okuryazarlığı ölçüm aracı bulabileceğiniz bir web sitesi vardır. Şuradan komtrol edebilirsiniz http://healthliteracy.bu.edu/

Sağlık Araştırma ve Kalite Ajansı (ABD), tıbbi bir parçada okuduğunu anlama konusunda bireylerin sağlık okuryazarlığını ölçmek için araçlar geliştiren kuruluşlardan biridir. Bu araçlar, sağlık okuryazarlığının bireyler arasında karşılaştırılmasına olanak tanır ve program eğitimi planlama amaçları için kullanılabilir.

Sağlık Okuryazarlığının Kısa Değerlendirmesi - İngilizce (SAHL – E) bu araçlardan biridir. Değerlendirmeye katılan kişilere 18 sağlık testi terimi sunulmaktadır. Her terim 2 kelimeyle birlikte sunulur: biri test terimlerinin anlamlarıyla ilişkilidir, diğeri test terimiyle ilgili değildir. Bu, sağlıkla ilgili terimlerin telaffuzunun yanı sıra, kişinin okuduğunu anlamasını da değerlendirir. Test beş dakikadan daha kısa sürede yapılabilir. Etkinlikler bölümünde kullanıma hazır bir test ve yerel gruplarınızla nasıl kullanacağınıza dair talimatlar bulabilirsiniz.[8]

The 18 items of *SAHL-E*, ordered according to item difficulty (keys and distracters are listed in the same random order as in the field interview)

Stem	Key or Distracter		
1. kidney	__urine	__fever	__don't know
2. occupation	__work	__education	__don't know
3. medication	__instrument	__treatment	__don't know

Image 2 - Sağlık Okuryazarlığı Kısa Değerlendirmesinin İlk Bölümü - İngilizce (SAHL – E)

Bireyin sağlık okuryazarlığını veya Sağlık Okuryazarlığının Kısa Değerlendirmesini değerlendirmek için soruları uygulayarak - İngilizce (SAHL – E) , öğrencilerin sağlık bilgileri ile ilgili bazı ihtiyaçlarını belirleyebilecek ve onlarla kullanmak için yeterli ON-CALL kaynaklarını seçebileceksiniz.

[7] Alıntılanmıştır http://healthliteracycentre.eu/measuring-health-literacy/

[8] Alıntılanmıştırhttps://www.ahrq.gov/professionals/quality-patient-safety/quality-resources/tools/literacy/index.html

1.1.3 Öğrenme Stilleri

Her birey farklı şekilde öğrenir. Her bireyin öğrenmeye nasıl daha fazla dahil olduğunu anlamak önemlidir çünkü verdiğiniz bilgileri günlük yaşamlarında kullanabilmeleri için unutmamalarını istiyorsunuz. Birçok öğrenme stili teorisi vardır. En basit üçünü listeliyoruz.

Öğrenme Stilleri [9]

Görsel	Öğrenciler öğrenmek için resim, grafik, şema, grafik, harita, PowerPoints vb. izlemeye güvenirler.
İşitsel	Öğrenciler öğrenmek için dinlemelidir . Dersler, grup tartışmaları, yüksek sesle okuma vb. Durumlarda olabilir.
Kinestetik	Öğrenciler "yaparak öğrenir" ve hareketin öğrenimlerine dahil edilmesine ihtiyaçları vardır . Bu, uygulamalı öğrenme, oyunculuk veya rol oynama kullanılarak yapılabilir .

İnsan zekası, farklı ve daha karmaşık öğrenme stillerinin birleşiminden meydana gelmektedir. Aklınızda bulundurmanız gereken önemli şey, öğrencilerinizi gözlemlemeniz ve ne tür etkinliklerin öğrenme stillerine karşılık geldiğini belirlemenizdir, mesela, öğrenciler daha fazla etkileşime girer, böylece öğrenme süreçlerini geliştirmek için en iyi uygulamaları uygulayabilirsiniz.

1.1.4 Eğitim teknikleri

ON-CALL müfredatı, **3 ana konuya** bölünmüş **36 sağlık okuryazarlığı multimedya kaynağının dijital araç setini** içerir:

- Pozitif Akıl Sağlığının Geliştirilmesi;
- Diyet, Beslenme ve Sağlıklı Beslenme;
- Sağlıklı Yaşam İçin Önlemler.

Her multimedya kaynağı şunlardan oluşur:

- **Eğitmen el kitabı** – eğitmen için ayrıcalıklıdır ve size konu hakkında bilgi ve aktivite önerisi sunar;
- **Bilgi notu** – konuyla ilgili temel bilgileri içeren görsel olarak çekici bir sayfa;
- **PowerPoint** – konunun gelişmiş sunumu;
- **Video** – konu hakkında önemli bilgiler sunan grafikli kısa video.

[9]Alıntılamıştır https://www.udutu.com/blog/what-are-adult-learning-styles-and-how-do-they-affect-elearning/

Eğitiminizi vermenize ve bu kaynakları kullanmanıza yardımcı olacak birçok eğitim tekniği vardır. O kadar çoktur ki hangisini kullanacağınızı belirlemek zor olabilir. Her eğitim oturumunda farklı teknikler kullanmak genellikle bireylerin bilgiyi öğrenmesi ve aklında tutması için en etkili yoldur.

Yetişkin eğitimi pedagojik ilkelerinin öngördüğü gibi, öğrenci merkezli tekniklerin seçilmesi önemlidir. Sonuç olarak, üç pedagojik yaklaşıma odaklanmanızı öneririz – etkileşimci, tümevarımsal ve araştırmacı. Aşağıda, ON-CALL müfredatını kursiyerlerinizin öğrenme deneyimlerini geliştirmek için kullanabileceğiniz teknikler ve kaynaklar size sunulacaktır.

Bununla birlikte, belirli eğitim tekniklerini düşünmeden önce kendinize şu soruları sormalısınız:



- *Eğitim hedefleri nelerdir?*
- *Kim eğitiliyor?*
- *Eğitim ne kadar sürecek?*
- *Eğitim nerede yapılacak?*
- *Hangi eğitim kaynaklarına ihtiyacım var?*

Bu sorulara verdiğiniz yanıtlar, aşağıdaki listeden en uygun eğitim tekniklerini ve kaynaklarını seçmenize yardımcı olacaktır..

Etkileşimci[10]

- **Sınavlar**– anlatılan bölüme kadar verilen bilgiler hakkında sorular sormak için periyodik olarak durunuz. Ayrıca bir ön sınavla oturumlara başlayabilir ve katılımcılara bir takip sınavı olacağını bildirebilirsiniz. Stajyerler final sınavındaki sınav öncesi puanlarını yükseltmek için oldukça ilgili olacaklardır. Bu Ünitenin sonundaki sorular gibi çoktan seçmeli veya doğru / yanlış sorular kullanabilirsiniz.

- **Küçük grup tartışmaları** – katılımcıları küçük gruplara ayırın ve tartışmaları veya çözmeleri için onlara gerçek yaşam sorunları verin. Örneğin: *Obeziteden kaçınmak için hangi önlemleri alabiliriz? Stresle nasıl başa çıkabiliriz?* Bu, daha fazla bilgiye sahip öğrencilerin başkalarına bilgilerini aktarmaları için iyi bir yoldur. Sonunda, her grubun sonuçlarını göstermesine izin verin. Son olarak, bu konularla ilgili ON-CALL kaynaklarını gösterin.

- **Örnek olaylar** – yetişkinler, daha önce de belirtildiği gibi, sorun odaklı bir düşünme tarzına sahip olma eğilimindedir, bu nedenle vaka çalışmaları onların ilgilsini çekmek için harika bir yoldur. Gerçek hayatla ilgili durumları analiz ederek, benzer durumların nasıl ele alınacağını öğrenebilirler. Topluluğunuzdan, haberlerden veya medyada

[10]Alıntılanmıştır https://simplifytraining.com/article/most-effective-training-techniques/

trend olan sağlık konularından örnekleri ilham alarak kullanabilirsiniz, bu yüzden öğrencilerin kendilerini tanıma olasılığı daha yüksektir.

- **Aktif özet yazma** – küçük gruplar oluşturun ve bir lider seçmelerini sağlayın. Onlardan dersin ana noktalarını özetlemelerini isteyin ve her takım liderinin özetleri tüm gruba sunmasını sağlayın. Önemli bilgileri düzelterek veya ekleyerek özetler hakkında geri bildirimde bulunun.

- **Soru kartları** – ders sırasında katılımcılardan konuyla ilgili sorular yazmalarını isteyin. Onları toplayın ve ders sonunda bir test / inceleme oturumu gerçekleştirin.

- **Rol yapma** – insanlar rolleri üstlenerek ve gerçek hayatta meydana gelebilecek durumları harekete geçirerek, çeşitli durumlarla yüzleşmeden önce nasıl başa çıkacaklarını öğrenirler. Rol yapma; örneğin bir doktorla randevu alırken nasıl kendilerini ifade etmeleri gerektiğini öğrenen insanlar için veya akıl sağlığı sorunlarından geçen bir arkadaşına nasıl yardımcı olabileceklerini taklidini edenler için harika bir eğitim tekniği olabilir [11]. Bu konularda öğrencilere bazı ON-CALL kaynakları gösterebilir ve sonrasında rol yapma tekniğini kullanabilirsiniz, böylece bilgilerin kalıcı olduğundan emin olabilirsiniz.

- **Katılımcı kontrolü** – işlenecek / işlenebilecek konuların bir listesini oluşturun. 36 ON-CALL medya kaynağının başlıklarını kullanabilirsiniz. Katılımcılardan gözden geçirmelerini isteyin hakkında daha fazla bilgi edinmek istedikleri öğeleri seçin. Bir katılımcıyı kendi seçimini belirlemesi için arayın. Bu konuyu ele alın ve bir sonraki katılımcıya geçin.

- **Deneyler** – mümkünse, eğitim konusunun bir parçası olan araç ve gereçleri getirin ve öğretilen adımları veya benimsenen süreçleri gösterin. Örneğin, insanların her gün fiziksel aktiviteden faydalanmak için yapabileceği bazı fiziksel egzersizleri göstermek için bir topu kullanabilirsiniz.

- **Kişisel bir eylem planı oluşturun** – her bireyin sağlıkla ilgili kendi ihtiyaçları vardır.. Böylece, zihinsel sağlık stratejileri, diyet ve fiziksel aktivite ile ilgili bireysel eylem planları tasarlamada öğrencilere yardımcı olabilirsiniz.

- **Açık hava eğitimleri** – toplumda öğrencilerin aldıkları eğitim ile ilgili yerleri ziyaret etmek öğrenciler için çok yararlı olabilir. Sağlık hizmetlerinin veya destekleyici kuruluşların konumunun farkında olmayabilirler ve bu kuruluşların konumlarını

[11]Daha fazla bilgi için: https://www.ahrq.gov/patients-consumers/patient-involvement/ask-your-doctor/index.html

göstererek, orada çalışan insanları tanıtarak ve kuruluşların ne tür hizmetler sunduğunu açıklayarak; öğrenciler sağlıklarının iyileştirilmesi için ileriye doğru bir adım atmış olabilirler.

Etkileşimli oturumların avantajlarından biri de; kursiyerlerin eğitime katılmasını sağlayarak yeni bilgilere daha açık olmalarını sağlar. Ayrıca eğitimi daha eğlenceli ve eğlenceli hale getirir ve öğrenciler eğitmenlere ne kadar iyi öğrendikleri konusunda oturum içi geri bildirim sağlayabilirler. Bununla birlikte, sınavlara girmek veya küçük gruplara ayrılmak gibi aktiviteler zaman alıcı olduğundan etkileşimli oturumlar daha uzun sürebilir.

Tümevarımsal[12]

Tümevarımsal öğrenme, öğrencinin örnekleri gözlemleyerek ve analiz ederek bilgiyi geliştirdiği bir tekniktir. Bu, öğrencilere bilmeleri ve daha sonra uygulamaları gereken bilgiler sunulan tümdengelimsel öğrenmenin tersidir.

Örnekleri gözlemleyerek, olayların düzenli olarak aynı şekilde olup olmadığını görmeye çalışabilir ve bir kalıp belirleyebiliriz. Tümevarımsal öğrenme ile, görevler öğrenciye rehberlik etmek ve bilgi oluşturmada onlara yardımcı olmak için tasarlanmıştır. Bu tekniğin avantajı, tümdengelimsel öğrenmede meydana gelen birçok yeni bilgiyi özümsemenin zorluğunun aksine, öğrenme çalışmalarının zihinsel çabasının bu öğrenmeyi hatırlamamıza yardımcı olmasıdır.

Tümevarımsal öğrenmede, öğrenci yanlış bir çıkarımda bulunursa, eğitmenler doğru bir şekilde anlamalarını sağlamak için onlara rehberlik etme ve onlara yardımcı olma rolüne sahiptir.

Yani, ne zaman yapabiliyorsanız, bu tekniği de tercih etmelisiniz. Daha önce sunulan etkileşimli tekniklerin bazıları küçük grup tartışmaları ve vaka çalışmaları olarak tümevarımsal öğrenmeye dayanmaktadır.





Araştırmacı[13]

Keşifsel öğrenme; öğreniciyi, didaktik eğitime (ders vererek öğretim) daha az odaklanarak ilişkileri anlatmak için keşfetmeye ve denemeye teşvik eden bir yaklaşımdır . Öğrenciler beklenmedik kazanımlar elde edebilir ve çeşitli yolları izleyerek sonuçlara ulaşabilirler.

Öğrencilere bir hedef verilmelidir; probleme dayalı bir soru ve buna ulaşmak için gerekli kaynaklar olabilir. Öğrenciler başarısız olabilir veya başarılı olabilir. Başarma hazzı kendi

[12] Alıntılanmıştır https://www.netlanguages.com/blog/index.php/2017/06/28/what-is-inductive-learning/
[13] Alıntılanmıştır http://www.usabilityfirst.com/glossary/exploratory-learning/

başlarına çözdüklerinde gelir. Tümevarım eğitiminde olduğu gibi, eğitmenler de hedeflerine ulaşmalarını sağlamak için kaynaklarının keşfinde rehberlik etme rolüne sahiptir.

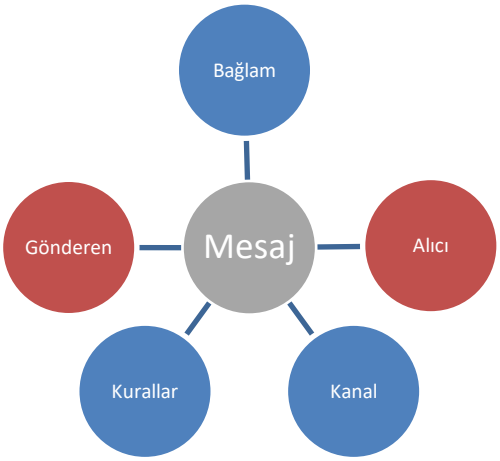
Bilgisayarlar, keşifsel öğrenmeyi desteklemek için araçlar olarak kullanılabilirÖrneğin, öğrencilere ON-CALL bilgi formları veya videolar sağlayabilir ve sağlıklarını iyileştirmek için davranışlarında neleri değiştirebileceklerine dair bazı sonuçlara varmaları için onları yaşam tarzlarıyla ilişkilendirmelerine izin verebilirsiniz.

Ancak, öğrencilerinizin ihtiyaçlarını göz önünde bulundurarak arayabileceğiniz ve kullanabileceğiniz çok daha fazla çevrimiçi kaynak vardır. Örneğin, farklı nedenlerden dolayı kan inceltici kullanan birçok insan olduğunu biliyor musunuz? Ancak bazen onları alan insanlar, kullanımlarıyla ilgili tüm önlemlerin tam olarak farkında değildir***. Öğrencilere Kan Seyrelticiler ile Aktif ve Sağlıklı Kalma*** videosunu gösterebilirsiniz ve bu hapların alınmasıyla ilgili günlük yaşamlarında geliştirebilecekleri bir şey olup olmadığını kontrol etmeleri için tavsiye edilen önlemleri alışkanlıklarıyla ilişkilendirmelerini sağlayın.

1.2 İletişim Teknikleri

1.2.1 İletişim Teorisinin İlkeleri

Kişilerarası iletişimin en yaygın modeli, herhangi bir sözlü iletişimde altı faktörü ifade eder: alıcısına bir mesaj gönderen gönderici, bunun gerçekleştiği ortam, mesajı göndermek için göndericiye ve alıcıya ortak bir kural ve son olarak; gönderici ile alıcı arasında her ikisinin de iletişimde kalmasını sağlayan bir kanal.[14]



ON-CALL eğitimi bağlamında, **sözlü iletişimin bu altı faktörü** şu şekilde anlaşılabilir:

- **Gönderici** - eğitmenler veya stajyerler, burada eğitmenlerin rolü büyükyüt;
- **Alıcı** – stajyerler veya eğitmenler, stajyerler ana rol oynamaktadır;
- **Mesaj** – eğitmenler tarafından verilecek içerikler ve kursiyerlerden gelen geri bildirimler;
- **Bağlam** – genel olarak, ON-CALL projesinde üretilen içeriklerin Profesyonel Aile Sağlığı Danışmanları tarafından aktarılmasını ifade eder; özellikle, her bir sağlık danışmanının içeriği teslim ettiği spesifik bağlama atıfta bulunabilir.;
- **Kurallar**- iletişim kurmak için kullanılan sözlü dil ve sözel olmayan kaynaklar (resimler, videolar vb.)
- **Kanal** - iletişim için kullanılan yöntemdir, bu durumda sözlü / sunumsal iletişim kurulacaktır.

Tüm bu faktörler eğitimin başarısı için çok önemlidir ve bu nedenle içerikleri planlarken ve verirken göz önünde bulundurulmalıdır.

[14] Alıntılanmıştır https://www.oxfordreference.com/view/10.1093/oi/authority.20110803100016553

1.2.2 Kültürlerarası iletişim

Göç olgusu nedeniyle günümüzde farklı kültürlere sahip insanlarla iletişim kurmak birçok Avrupa topluluğunu karakterize etmektedir. Bu yüzden diğer kültürlerle nasıl iletişim kuracağınızı bilmek Profesyonel Toplum Sağlığı Danışmanlarının becerisi olmalıdır.

Genel olarak kültürel farklılıklar iletişimde anahtar faktördür. Irk, etnik köken, dil, milliyet, din, yaş, cinsiyet, cinsel tercih, gelir düzeyi ve meslek gibi faktörleri içerir. Sağlık okuryazarlığı, insanların sağlık bilgilerini anlama ve bunlara nasıl tepki vereceğini etkileyen farklı kültürel değerlerden de etkilenir.

Kültürle ilişkili ve sağlık okuryazarlığını etkileyebilecek bazı **değer, tutum ve gelenek örnekleri** şunlardır:

- Kadın ve erkeklerin kabul edilmiş rolleri;
- Batı tıbbına karşı geleneksel tıbbın değeri;
- Favori ve yasak yiyecekler;
- Elbise tarzı;
- Beden dili, özellikle belirli durumlarda dokunma veya yakınlığa izin verilip verilmediği.

Kültürlerarası gruplarda etkili iletişimin önündeki engeller, yani, farklı kültürlere mensup insanlar tarafından oluşturulan engeller; stereotipleme - belirli bir kişi / grubun aşırı basitleştirilmiş bir fikri - ve ırkçılık - diğer kültürlerin kendi kültürünün standartlarına göre değerlendirilmesini içerir.

Bu engellerden kaçınmak için kültürlerarası yetkinliğinizi geliştirmelisiniz; bu yetkinlik,"farklı toplumların kültürel inançlarını, değerlerini, tutumlarını, geleneklerini, dil tercihlerini ve sağlık uygulamalarını tanıma" yeteneğidir. Sağlık Danışmanları öğrenenlerinden farklı bir kültüre sahip olsalar da, kendilerini başkalarının yerine koymalı ve öğrenenlerin iletişim tarzlarını kendilerine uyarlamalıdırlar. Bu, etkili bir iletişim sağlamak için öğrencilerin kültürünü göz önünde bulundurarak kültürel ve dilsel olarak uygun bir şekilde ilgili bilgileri iletmek anlamına gelir.

Etkili bir şekilde iletişim kurmak için bazı öneriler:

- diğerlerini dikkatle izleyerek ve dinleyerek, ilgilendiğiniz ve uyum sağlamanız gereken kültürlerin belirli özelliklerine duyarlı olun;
- vücut dilini kullanın ancak farklı kültürlerde farklı anlamları olabileceğinden ortak jestlerden ve yüz ifadelerinden kaçının;
- etkileşimin etkili olması için daha fazla kültürel veya dil engeline sahip olabilecek kişilerle bireysel olarak konuşun;

- başkalarının sizi yanlış anladığını düşünüyorsanız, multimedya kaynaklarının, yani ON-CALL videolarının ve görüntülerinin kullanımını destekleyin;
- Eğer bir göçmen ev sahibi ülkenin dilinde konuşmuyor ya da sınırlı bir yeterliliğe sahipse, toplumdan göçmenle aynı ana dili konuşan bir kişiyle iletişim kurun, böylece bilgileri daha iyi ifade edebilir ve ilgili bilgileri göçmene iletebilirsiniz.

Concluding, be open-minded and respect others' culture. Doing so, you will be able to manage communication within a culturally diverse group so diversity can be used as a source of intercultural knowledge and enrichment between culturally diverse individuals.[15]



Resim 3 - Açık fikirli olun ve başkalarının kültürüne saygı gösterin

1.2.3 Sağlık Konularının Aktarılması için İletişim Teknikleri - En İyi Uygulamalar

Bireylerin / toplulukların sağlık okuryazarlığına ve onların sağlık bilgisi ihtiyaçlarına eriştikten ve kültürel geçmişlerine aşina olduktan sonra, Sağlık Danışmanları öğrenenlerin bilmesi ve iletişimleri için hazırlaması gereken bilgileri seçmeye hazırdır.

Sağlık okuryazarlığı konularında etkili iletişim sağlamak için Sağlık Danışmanları aşağıdaki ***iletişim tekniklerini*** dikkate almalıdır.:

- **Kaynaştırma aktivitesi:** bir eğitimin başında yapabileceğiniz çeşitli aktiviteler vardır, böylece insanlar bu eğitime dahil olurlar ve birbirleriyle daha rahat olurlar. Faaliyetler bölümündeki "İsmimin hikayesi" etkinliğini öneriyoruz. Aynı zamanda, insanlar kendilerini tanıtacaklar ve zaten kültürel geçmişlerinin bazı özelliklerini paylaşacaklar;

- **Bireysel merkezli iletişim uygulama:**
  - Öğrencilere, bireysel olarak bilgi vermeden önce teknik ışığa hassas elektronik soruların anlamı açıklama yapmak, böylece öğrenciler onaylanmış hissedeceklerdir;
  - Bireylerin kültürel ve sosyal özelliklerini göz önünde bulundurarak, daha önce bahsedilen yaş, dil, din vb. konuları açıklama;[16]

[15]Daha fazla bilgi için https://www.the-centre.co.uk/blog/post/7_principles_of_intercultural_communication_by_the_equality_academy

- **Düz (basit) ve anlaşılır bir dil kullanın**, böylece kişiler duyduklarını veya okuduklarını bir seferde anlayabilirler [17];
- **Uzun cümlelerden kaçının**;
- **Önce bilgileri düzenleyin ve en önemli konuları / kilit noktaları ortaya koyun**;
- **Teknik sağlık terimlerinin anlamını açıklayın** – Tıbbi terimleri daha iyi anlamak ve bunları diğer insanlara açıklamakBasit Tıbbi Dil Sözlüğü kullanabilirsiniz; koşullar hakkında daha fazla bilgiye ihtiyacınız varsa, bakınız https://www.nhs.uk/conditions/;
- **Teknik terimleri açıklamak için günlük örnekleri kullanın**;
- **Multimedya kaynaklarını kullanın** çünkü motivasyonu arttırır ve bilginin daha iyi anlaşılmasını sağlar – ON-CALL kendine ait SağlıK Okuryazarlığı Kaynaklarının Dijital Araç Setine sahiptir, ancak yararlı bulabileceğiniz diğer kaynakları da kullanabilirsiniz;
- **Açık uçlu sorular sorun**, "evet" veya "hayır" ile cevaplanabilecekler yerine "ne", "nasıl" ve "neden" kelimeleri ile başlayarak sorular sorun;
- **Bireylerin sağlık endişelerini ayrıntılı ve tam olarak paylaşmalarını sağlayarak motive edin**;
- **Aktif ses kullanın**;
- **Öğrencilerin yapmasını istediğiniz belirli eylemleri ve önerileri belirtin**;
- **"Biriktir ve kontrol et" yöntemini kullanın:** öğrencilerin anlayıp anlamadığını kontrol etmek için bilgileri molalarla küçük parçalara ayırın. Bu, kişinin üst üste bilgi ile aşırı yüklenmesini önler ve anlamadığı veya hakkında daha fazla bilgi sahibi olmak istedikleri herhangi bir şeyin tanımlanmasına olanak sağlar [18];
- **"Geri öğretme" yöntemini kullanın** birbirlerini anlayıp anlamadıklarını kontrol etmek ve birbirleriyle iletişimi geliştirmek için bu yöntemi kullanabilirsiniz – Sağlık Danışmanları, bilgiyi alan kişiden bilgiyi kendi sözcükleriyle yeniden düzenlemesini ister, bu şekilde bilginin anlaşılmasını ve hatırlanmasını sağlar. Sorulacak örnekler: "*Bu bilgiyi bana tekrarlayabilir misin? Böylece bilginin anlaşılır olduğunu anlayabilirim.*" veya "*Ailenizin bir üyesi size bu konuyu sorarsa, ona ne söyleyeceksiniz?*".



Resim 4 - Sağlıkla ilgili endişelerini paylaşan bireyleri motive etmek

[16] Bireysel merkezli iletişim saati hakkında daha fazla bilgi için https://www.youtube.com/watch?v=xGQ0hCdNDjU
[17] Basit bilgi hakkında daha ayrıntılı yönergeler için https://www.plainlanguage.gov/guidelines
[18] Alıntılanmıştır https://rcpsg.ac.uk/college/this-is-what-we-stand-for/policy/consent/health-literacy-and-communication-techniques

Eğer konunun anlaşılması başarılı olmazsa, danışman süreci tekrarlar ve eksik bilgiyi öğrenene kadar formüle eder.[19]

İletişim becerileri Sağlık Danışmanları için çok önemlidir. Becerileri, öğrencilerin sağlık bilgilerini nasıl anladığı üzerinde büyük bir etki yapabilir. Bu nedenle, eğitim sırasında iletişiminizin uygunluğu ve etkinliği ile ilgili geri bildirim isteyin ve gerekirse geliştirin. Eleştiriler, öğrenciler düşüncelerini söylemek için gönüllü olmadıkça, yazılı ve anonim olduğunda en iyi sonucu verir. Öğrencilerin düşünceleri, takip eden süreci etkili hale getirmek için hayati öneme sahiptir.

[19]Daha fazla bilgi için şu adresi ziyaret edin: https://www.merckconnect.com/static/pdf/TeachBack.pdf

1.3 Sosyal Duyarlılık

Sosyal duyarlılık, çevredeki insanlar ve durumlarla ilgili duygusal ve bilişsel bir yetenektir. Toplumsal duyarlılığın merkezinde iki temel süreç vardır: kültürleşme ve sosyalleşme. Kültürleşme, bir kültürün veya grubun özelliklerinin ve normlarının bir kişi veya başka bir grup / kültür tarafından aşamalı olarak elde edilmesidir. Sosyalleşme, toplum tarafından kabul edilebilir bir şekilde davranmayı öğrenme sürecidir. Bunu göz önünde bulundurarak, toplumsal duyarlılığın amacı **başkalarının zihinsel durumlarını algılama yeteneğidir**. Yani her gün yaptığımız bir durumdur[20].

1.3.1 Sosyal Beceriler

Profesyonel Aile Sağlığı Danışmanı Olarak, iletişimin sizin görevlerinizde önemli bir rol oynadığını fark etmiş olmalısınız. Ancak siz ve öğrencileriniz arasındaki etkileşimi kolaylaştıracak başka beceriler de vardır. Bunlar, çalışmanızı bir sağlık aracısı olarak başarılı bir şekilde yönetmenize yardımcı olacak sosyal ve kişiler arası becerilerdir. Aşağıdaki **sosyal ve kişilerarası becerilere** sahip olmak sizin için önemlidir [21]:

- **Aktif Dinleme-** konuştuğun kişiye bakın ve göz temasını kurun. İlişkilerinizi oluşturmak için onların söylediklerini özetleyin ve yorumlayın. Bu, söylenenleri hatırlamanıza, profesyonellik göstermenize ve dikkat ettiğinizi kanıtlamanıza yardımcı olacaktır. Herkes dinlenildiğini bilmek ister;
- **İletişim -** bunun öneminden daha önce bahsetmiştik. Başka bir püf nokta ise, kiminle konuştuğunuza bağlı olarak doğru ses tonunu ve beden dilini kullanmaktır. Konuşmanız boyunca ara sıra başınızı sallamak ve gülümsemek gibi etkileşimli beden dilini sürdürün. Bu güven ve güvenilirlik oluşturmaya yardımcı olacaktır. Ne Söylediğiniz nasıl söylediğiniz kadar önemlidir;
- **Stres Yönetimi -** stres günümüzde yaygındır. Öğrencileriniz streslerini size yansıtabilirler. Bu nedenle, ruh halinizin öğrencilerle olan ilişkilerinize müdahale etmesini önlemek ve onların streslerini hafifletmeye yardımcı olmak için kendi başınıza yönetebilmeniz önemlidir;
- **Şefkat -** başkalarının acılarının kaygılanmaktır. Ayrıca, şefkat kursiyerlerinizle sempati kurmanın önemli bir bileşenidir ve başkalarının işiniz için tutkunuzu danışman olarak görmesine yardımcı olur;
- **Empati -** empati, başkalarının ne hissettiğini hissetmek anlamına gelir. Bireyler kendine güvenmiyorsa, sana güvenmek için sana yaklaşmakta rahat hissetmeyebilirler. Öğrenciler için güvenli ve cazip bir alan sağlamak ve onlara karşı iyimser bir bakış açısı beslemek sizin görevinizdir.;

[20] *In* SCHULKIN, Jay, *Toplumsal Duyarlılık ve Sinirsel Fonksiyonun Kökleri*, MIT Basın, 2000.
[21] Esas alınmıştır https://cliniciantoday.com/the-top-7-interpersonal-skills-for-nps/ ve https://www.cdl.org/articles/social-skills-and-school/

- **Takım Çalışması -** aileler ve sağlık hizmetleri arasında irtibat kişisi olarak hareket edebiliceğiniz, ekip çalışmasına katılıp ve işbirliği içerisinde olabilmeniz önemlidir;
- **Problem Çözme -** etkili bir şekilde çözmek için bir problem üzerinden hızlı bir şekilde düşünebilmeniz gerekir. Birisi sana katılmayabilir, söylediğin bir şeye kızabilir, sana hakaret edebilir ya da sana karşı saldırgan olabilir. Bu müzakere ve uzlaşma ve karşılıklı fikir alış veriş gerektirir;
- **Önizleme -** konuşmalar, söylemeden veya yapmadan önce kelimelerinizin veya eylemlerinizin dinleyiciniz üzerindeki etkisini düşünmenizi gerektirir. Yapacağınız etkinin olumsuz olacağını düşünüyorsanız, ne söyleyebileceğini veya yapabileceğini değiştirebilirsin.

Bu becerilerde eksiklikleri olan katılımcılar daha stresli ve yalnız olma eğilimindedir. Ama şimdi bilgiye sahip olduğunuza göre, eşcinsel ailelere bakma, onlarla ilişkinizi derinleştirme ve harika bir Sağlık Danışmanı olma fırsatınız varken bu sosyal becerileri uygulayın.

1.3.2 Sosyal uygulamalar

Farklı sosyal beceriler de **sosyal uygulamaları** etkileyebilir. Bu ifadenin farklı anlamları olabilir ve, geniş anlamda, zaman ve mekan ile ilgili olarak belirli bir sosyal grup bağlamında tüm insan faaliyetlerini ifade eder. İşe veya okula gitme, yemek pişirme, hijyen alışkanlıkları, şenlikler vb. gibi eylemleri ifade edebilir. Bu faaliyetler rutin olarak gerçekleştirilir ve bir grup içindeki bireylerin kültür olarak adlandırdığımız ortak davranışlarını belirleyen kuralları takip eder. Bu davranışların bu grup içinde somut bir anlamı vardır, ancak başka bir grupta değeri olmayabilir. Bu, bir grup / kültür için geçerli olan bir sosyal uygulamanın başka bir grup için geçerli olmayabileceği anlamına gelir.

Sosyal uygulamalar geleneğin gücünü gösterir. Bununla birlikte, bunların, günümüzde farklı bir perspektiften yorumlandıkları için sona eren gelenekler olduğunu düşünürsek, sosyal bir uygulamanın ebedi olduğu anlamına gelmemektedir . Topluluğumuzdaki diğer kültürler, gelenekler ve görenekler hakkında bilgi edinmek ; zihnimizi açmanın, bir şey yapmanın tek bir yolu olmadığının ve farklı bakış açılarını bulmanın olumlu bir yoludur. Sosyal uygulamalar üzerinde kişisel bir ölçütün olması da iyidir çünkü çoğu insan bu uygulamaları yaptığı için bunlar geçerli kıstaslara sahip olmak zorunda değildir.[22]

Profesyonel Aile Sağlığı Danışmanları, sağlık okuryazarlıklarını geliştirmek amacıyla dezavantajlı topluluklarda çalışır. Sonra şu şekilde sorabiliriz: “Bireyin sağlık etkinliklerini/ davranışlarını daha iyi hale getirmek için nasıl değiştiririz?” Bu, uygulamaları oluşturan bileşenleri anlayarak ve bireyler arasındaki ilişkileri geliştirerek yapılabilir. Örneğin, bir **yemek pişirmek** ve paylaşmak, farklı kültürlerden bireylerin birbirleriyle etkileşime girmesine yardımcı olabilecek bir uygulamadır ve aynı zamanda, onlar beslenme konusu hakkında konuşabilirler - yemeğin besin değerini tartışabilir ve yemeği geliştirebilirler.

[22]Alıntılanmıştır https://queconceito.com.br/pratica-social

Bu, kişisel ve sosyal kimliği keşfetme ve farklı deneyimlerden öğrenme fırsatı yaratır.



Resim 5 - Yemek pişirme, insanları meşgul edebilecek sosyal bir uygulamadır

Eğitimle ilgili olarak, eğer bireylerle ilgili değilse öğrenme için motivasyon eksikliği olabileceğinden bahsedilmişti. Yani, geliştirebileceğiniz başka bir etkinlik, öğrencilerden sağlıkla ilgili **hikayeleri paylaşmalarını** istemektir. Bunlar dikkatlice seçilmelidir, böylelikle eğitim hedefleri için yeterli olabilirler. Bu hikayeler, bireylerin hayatı, aile veya iş hayatların farklı sosyal rolleri ve görevleri hakkında ve ona katılan diğer aktörler hakkında bir fikir verecektir; böylece bu hikayeler uygulamalarını tanımlamanıza ve bunları nasıl geliştireceğinize, öğrenmeyi öğrenenler için ilgi uyandıran şekle getirmenize yardımcı olacaktır. Günlük yaşamlarında, ailelerinde ve onları çevreleyen diğer insanlarda öğrenme fırsatları oluşturacaksınız.

Çağdaş yetişkinlerin çoğu sanatla büyük bir bağlantısı olmadan büyümüştür. Bununla birlikte, sanat yoluyla öğrenme deneyimleri yaşam boyu öğrenmeye katılan insanlara da fayda sağlar. Danışmanlar, yetişkinleri kendilerini ve yaşadıkları toplumla ilişkilerini keşfetmeye teşvik ederek hayal gücüne hitap edebilirler. Aşağıda, öğrencilerinizle birlikte kullanabileceğiniz **sanat yoluyla sosyal kimliği keşfetmenin yolları** sunulmaktadır [23]:

- **Çizim –**Örneğin gıda tüketimi ile ilgili doğru davranışlara hitap eden kelime öbekleri ve resimlerle posterler oluşturun ve bunları eğitim odasına asmalarını veya eve götürmelerini ve orada sergilemelerini söyleyin;
- **Resim Yapma** – Kendi portreleri, aile portreleri veya öğrencilerin sağlıkla ilgili konuları araştırabilecekleri günlük durumların diğer temsillerini yapın - örneğin, bir aile üyesini veya sağlık sorunu olan başka bir kişiyi tasvir edebilirler;
- **Fotoğrafçılık** – İşyerinde de dahil olmak üzere ; otururken ekranların kullanımı ve otururken doğru duruşlar gibi davranışları temsil edin günlük davranışların resimlerini çekin;
- **Yazı Yazma**– Yazma yoluyla, öğrenciler sağlık sorunları hakkındaki endişelerini daha iyi ifade edebilir veya uygun sağlık prosedürlerinin iyi örnekleri olarak kısa hikayeler oluşturabilirler - örneğin, sigara içen ve ilgili sağlık sorunları olan birinin hikayesini ve bıraktıktan sonra kazanılan faydaları tanımlamak gibi;

[23]Alıntılanmıştır https://www.ericdigests.org/2003-2/adult.html

- **Dans Etmek**– ON-CALL projesindeki bazı kaynaklar egzersizin faydalarını ele alır, böylece bir şarkının koreografisini öğrenebilir ve daha iyi bir sağlık için vücudunuzu hareket ettirebilirsiniz;
- **Müzik** – Öğrencilerin bazı şarkı sözleri yazmasına, müzik oluşturmasına ve üzüntülerini söylemelerine yardımcı olabilirsiniz;
- **Rol Yapma** - Bu konuda daha önce söylenenlerin yanı sıra, başka bir olası etkinlik de; öğrencilerin sağlık hakkında daha fazla bilgiye sahip olduklarını daha doğru bir yaklaşıma sahip olabileceğini fark ettikleri sağlık durumlarını yeniden yorumlamalarına yardımcı olmak için öğrencilerin deneyimlerine güvenmektir.

Yetişkin eğitimi müzelerde, galerilerde, tiyatrolarda ve benzeri mekanlarda da yapılabilir. Sağlık okuryazarlığı ile ilgili sergiler, oyunlar vb. aramak ve oradaki kursiyerlerinizi yönlendirmek sizin görevinizdir.

Bu sanat etkinlikler bütünü, birey / toplum kültürünün ifadesi olarak sanatın üretilmesine odaklanmaktadır. Kendisi ve başkaları hakkında iletişim ve düşünme becerilerinin gelişimini teşvik eder, sosyal değişime katkıda bulunur. Öğrenciler tarafından üretilen sonuçlar hakkında konuşmak ve düşünmek önemlidir, böylece onlar daha iyi öğrenme yapabilirler. Bu şekilde ON-CALL eğitimine daha fazla dahil olmaları ve güvenlerini artırmaları beklenir.

1.3.3 Çatışmaların Önlenmesi ve Çözümü

Eğitim tatmin edici bir deneyim olabilir, ancak bazen çok heyecan verici olmayabilir. Eğitmenler grubun dinamiklerini ve öğrenmeye nasıl müdahale ettiklerini anlamalıdırlar. Bu ilk ünitede size sunduğumuz tüm önerileri takip ederek ,bir grup eğitiminde çatışma olma olasılığı azalır. Etkileşimli ve işbirlikçi eğitim tekniklerini, iletişim tekniklerini, sosyal beceri bilgisini ele aldık ve size öğrenmeyi çekici ve ilgi çekici hale getiren çok çeşitli multimedya kaynakları sağlanmıştır.

Bununla birlikte, kursiyerler arasındaki ittifaklar ve gerilimler olumsuz bir öğrenme ortamı yaratabilir. Bu, öğrenme güçlükleri, kişisel veya ailevi problemler, sosyal dışlanma ve işsizlik gibi birçok faktörden etkilenebilir. Daha sonra, bir egzersiz seansı sırasında **çatışmalardan nasıl kaçınacağınızı** bilmeniz için grubunuzu nasıl yöneteceğiniz konusunda size rehberlik edeceğiz:

- **Eğitiminizi planlayınız**– Bir oturumdaki sorunların biri de, oturum boyunca “boş zaman” geçiren öğrencilerdir. Bir kişiye veya bir gruba, ana görevlerini diğer bireylere / gruplara göre önceden bitirmeleri halinde verebileceğiniz küçük görevleri planlayın;
- **Kurallar oluşturun**– Herkesi kuralları tartışmaya ve oluşturmaya teşvik edin. Bu, öğrencilerin başkalarına saygısızlıklarını önleyecektir - herhangi bir şeye ve herhangi birisine saygı duymak esastır. Ayrıca, grupların dinamiklerinin geç gelenler

tarafından kırılmamasını sağlamak için dakikliğin önemini vurgulayın; telefonların ne zaman kullanılabileceğini tanımlayın ve birlikte çalışmayı öğretin;

- **Isındırma / ekip oluşturma egzersizlerini düşünün** – Öğrencilerinizi ne kadar çok tanırsanız ve birbirlerini ne kadar tanırlarsa, farklı kişilik türleriyle daha mantıklı olarak ilgilenecek ve aralarındaki çatışmaları çözebileceksiniz.; 10 adet ısınma aktivitesinin nasıl uygulanacağını öğrenmek için bu siteyi ziyaret edin;
- **Dinleyin** – Dikkat göstermek ve doğru geri bildirim sağlamak için onlarla konuşurken dikkatlice dinleyin ve öğrencilerinize bakın; birçok anlaşmazlık yanlış anlama nedeniyle başlar ve kursiyerlere konuşmacının kesintisiz konuşmasına izin vermek gibi iyi dinleme alışkanlıkları öğretilmelidir;
- **Akran eğitimi kullanın** – Bir şey öğrettiğimizde, akranlarımızdan onay alıyoruz, bu yüzden, tüm öğrencilere başkalarına ne öğretebileceklerini gösterme fırsatı verin - size daha önce bu konuda bazı önerilerde bulunduk;
- **Olumlu destek cümleleri kullanın** – İnsanları cesaretlendirmek ve ilgili olmalarını sağlamak yararlıdır;
- **Birbirinize ifade edin** – Eğitim hakkında, özellikle size sunduğu fırsatlar hakkında düşünün ve kursiyerlerden aynı egzersizi yapmasını isteyin;
- **Küçük olaylardan önce hareket edin** – Durdurulmazsa hafif aksama kolayca yükselebilir.



Resim 6 – Öğrencilerin ilgisini canlı tutmak için olumlu takviye kullanın

Nadir durumlarda, öğrenciler yıkıcı davranışlarını devam ettirebilirler. Topluma değer veren bir eğitim kültürü oluşturmak istiyorsak, öğrenciler arasındaki çatışmalara amaç olarak uzlaşma sağlanmalıdır. Bu gibi durumlarda, bir eğitim oturumu sırasında çatışmaları nasıl çözebileceğimize dair adımları ayrıntılı olarak açıklıyoruz:

1. Kursiyerlere sakinleşme ve duygularını yansıtma şansı verin. Eğitimin ortasında anlaşmazlıklar meydana gelirse, durumu onlarla tartışamayacağınız zaman,tartışanları ayırabilir ve sakinleşmeleri ve daha sonraki bir tartışmaya hazırlanmaları için bazı kendini ifade sorularına odaklanmaları için onlara sessiz alanlar sağlayabilirsiniz. – örnek kendini ifade klavuzu için çalışma kağıdı nı ziyaret edebilirsiniz. Onlar kendilerini yazarak da ifade edebilirler;

2. Uygun zamanı düşündüğünüzde, duygularını ve tutumlarını tartışmaları için “Ben” ifadelerini (“hissediyorum…” gibi) kullanarak, **kursiyerleri bir araya getirin ve durumla ilgili görüşlerini paylaşmalarını isteyin**. Suçluyu aramayacağız. Ayrıca, onlar eylemlerinin odadaki diğerlerini nasıl etkilediğini ve gelecekte farklı şekilde nasıl davranabileceklerini düşünmeli ve paylaşmalıdırlar;

3. Kursiyerler bakış açılarını paylaştıktan sonra, bir **çözüm üzerinde pazarlık yapma** zamanı gelmiştir. Onlara seçenekler sunabilir veya çatışmalarını nasıl çözeceklerini sorabilir ve kendi önerdikleri kararlar arasından seçim yapabilirsiniz. Çözüm, her iki stajyerin de hedeflerine ulaşmasını sağlamalıdır. Karar konusunda hemfikir olduklarını belirtmelidirler ve çatışmanın bittiğini kabul etmek için el sıkışmalıdırlar. Konu üzerinde detaylıca çalıştıkları için birbirlerine teşekkür ederler ve birbirlerinden özür dilerler;

4. Aralarındaki gerginliğin kaybolduğundan emin olmak için birkaç gün içinde kursiyerleri **tekrar kontrol edin.** Açık bir uyuşmazlık çözümü süreci yaratmanın amacı, sadece anlaşmazlıkları sona erdirmek değil, aynı zamanda kursiyerlere hatalarından ders alma, kendi sorunlarını çözme ve eğitim grubuna olumlu katkıda bulunmalarını sağlamaktır. Zaman ve özveriyle, herkesin bu hedeflere ulaşmasına yardımcı olabiliriz.

Bir gruptaki çatışma kaynağını devre dışı bırakmak için kullanabileceğiniz son öneri - stres - meditasyondur. Eğitimleriniz sırasında bunu yapmak için en uygun zamanı- seansın başında veya öğle yemeğinden sonra iyi seçenekler arasındadır - seçebilirsiniz. Bunun nasıl yapılacağını öğrenin http://www.meditationinschools.org/wp-content/uploads/2013/06/Five-minute-to-a-calmer-classroom.pdf

Artık eğitim sırasında daha iyi ilişkileri ve olumlu bir iklimi teşvik etme becerilerine sahipsiniz.

Öz Değerlendirme

1. Aşağıdaki seçeneklerden hangisi yetişkin eğitimi pedagojik ilkesi değildir?

a. Öğrenme bağımsız olmalıdır.
b. Öğrenme teoriktir.
c. Öğrenme probleme yöneliktir.

2. Aşağıdaki cümlenin doğru mu yanlış mı olduğunu belirtin.

"Sağlık pedagojik ilkeleri sağlığın sosyal boyutuna odaklanır."

a. Doğru
b. Yanlış

3. Cümleyi tamamlayın: *Sağlık Danışmanları…*

a. eğitim sırasında sağlık konularını tekrarlamamalıdır.
b. sadece aynı toplumsal rollere sahip toplumun eğitim unsurlarını içermelidir.
c. stajyerlerin önceki bilgilerini göz önünde bulundurmalıdır.

4. Birinin sağlık okuryazarlığını değerlendirmek için aşağıdaki sorulardan hangilerini kullanmıyorsunuz?

a. Tıbbi formları kendiniz doldurmaktan ne kadar eminsiniz?
b. Sağlık okuryazarlığınızın seviyesi nedir?
c. Hastane materyallerini okumanıza ne sıklıkla yardım ediyorsunuz?

5. Aşağıdaki eğitim tekniklerinden hangisi kursiyerlerle birlikte kullanılmamalıdır?

a. Yazılı sınavlar
b. Vaka çalışmalarının analizi
c. Rol yapma oyunu

6. Gönderen, alıcı ve mesaj; sözlü iletişimin önemli faktörleridir.

a. Doğru
b. Yanlış

7. Kültürle ilişkili ve sağlık okuryazarlığını etkileyebilecek bazı değer, tutum ve gelenek örnekleri şunlardır:

a. Kadın ve erkeklerin kabul edilmiş rolleri
b. Favori ve yasak yiyecekler
c. Saç ve göz renkleri

8. Aşağıdaki iletişim tekniklerinden hangisi kursiyerlerle birlikte kullanılmamalıdır?

a. "evet" "hayır" soruları
b. Bireysel merkezli sorular
c. Geri Öğretme Methodu

9. Aktif dinleme ve empati önemli kişilerarası becerilerdir.

a. Doğru
b. Yanlış

10. Kursiyerler arasındaki çatışmayı çözmenin en iyi yolu:

a. Bir çözüm sağlayarak tüm gruptan önce durumu anında çözmek.
b. İlgili tarafları ayırmak ve bir süre sonra durumu çözmek için bir araya getirmek.
c. Kursiyerlere çatışmalarını eğitim odasının dışında ve kendi başlarına çözmelerini söylemek

Çözümler: 1 – b; 2 – b; 3 – c; 4 – b; 5 – a; 6 – a; 7 – c; 8 – a; 9 – a; 10 – b.

Referanslar

Kitaplar ve Makaleler

Schulkin, Jay, *Toplumsal Duyarlılık ve Sinirsel Fonksiyonun Kökleri*, MIT Press, 2000.
Şurada mevcuttur
https://books.google.pt/books?id=wWXpiBOV0zkC&pg=PP4&lpg=PP4&dq=Roots+of+Social+Sensibility+and+Neural+Function&source=bl&ots=EI9rHl8i_q&sig=ACfU3U3yGmV1iQbHvdLQCc6fR_u1FT9X3w&hl=pt-PT&sa=X&ved=2ahUKEwjE8_ap0avmAhWOA2MBHahDAZ4Q6AEwCnoECBIQAQ#v=onepage&q=Roots%20of%20Social%20Sensibility%20and%20Neural%20Function&f=false

Mahvar T, Ashghali Farahani M, Aryankhesal A., *Öğrencilerin sınıftaki yıkıcı davranışlarıyla başa çıkmada çatışma yönetimi stratejileri: Sistematik inceleme*., J Adv Med Educ Prof. 2018; 6(3):102-114.
Şurada mevcuttur https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6039817/

Sağlık Okuryazarlığı için Hızlı Kılavuz, ABD Sağlık ve İnsan Hizmetleri Departmanı - Hastalık Önleme ve Sağlığı Geliştirme Dairesi, tarih yok
Şurada mevcuttur https://health.gov/communication/literacy/quickguide/quickguide.pdf

İnternet Siteleri

https://elearningindustry.com/the-adult-learning-theory-andragogy-of-malcolm-knowles

http://healthliteracy.bu.edu/

http://healthliteracycentre.eu

https://queconceito.com.br/pratica-social

https://rcpsg.ac.uk/college/this-is-what-we-stand-for/policy/consent/health-literacy-and-communication-techniques

https://risepeople.com/blog/team-building-icebreakers/

https://simplifytraining.com/article/most-effective-training-techniques/

https://www.ahrq.gov

https://www.britannica.com/science/pedagogy

https://www.cdl.org/articles/social-skills-and-school/

https://www.coe.int/en/web/compass/education

https://www.ericdigests.org/2003-2/adult.html

https://www.learnersedge.com/blog/resolving-conflict-in-the-classroom

http://www.meditationinschools.org/wp-content/uploads/2013/06/Five-minute-to-a-calmer-classroom.pdf

https://www.netlanguages.com/blog/index.php/2017/06/28/what-is-inductive-learning/

https://www.nhs.uk/conditions/

https://www.oxfordreference.com/view/10.1093/oi/authority.20110803100016553

https://www.plainlanguage.gov/guidelines/

https://www.the-centre.co.uk/blog/post/7_principles_of_intercultural_communication_by_the_equality_academy

https://www.udutu.com/blog/what-are-adult-learning-styles-and-how-do-they-affect-elearning/

whttp://www.unesco.org/education/educprog/ste/projects/health/index.htm

http://www.usabilityfirst.com/glossary/exploratory-learning/

Videolar

Geri Öğretme Nedir?
Şurada mevcuttur: https://www.youtube.com/watch?v=bzpJJYF_tKY

Hasta Merkezli İletişim Ne Kadar Sürer?
Şurada mevcuttur : https://www.youtube.com/watch?v=xGQ0hCdNDjU

Kan sulandırıcılar: Aktif ve Sağlıklı Olmak
Şurada mevcuttur: https://www.youtube.com/watch?v=bvDIDz9UlPY&feature=emb_title

Daha fazla okuma

Sağlık Okuryazarlığı - Güvenilir gerçekler, Dünya Sağlık Örgütü, 2013.
Şurada mevcuttur: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/128703/e96854.pdf

Gitmo, Priscila, Kültürlerarası Etkileşim: *çeşitli yazarlar tarafından kariyer alanlarına ve perspektife bu etkileşimin önemi, Southern Illinois Üniversitesi Carbondale*, n.d.
Şurada mevcuttur:
https://opensiuc.lib.siu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1013&context=ojwed

Geri Öğretme Tekniği – Hastalarla etkili iletişim kurma, Merk, 2014.
Şurada mevcuttur https://www.merckconnect.com/static/pdf/TeachBack.pdf