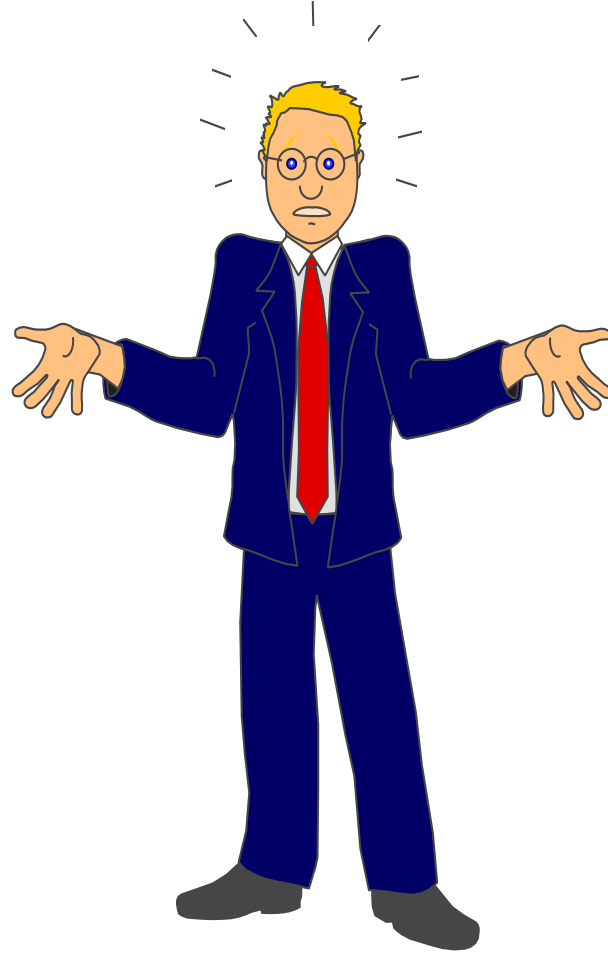


SAĞLIK EĞİTİMİ



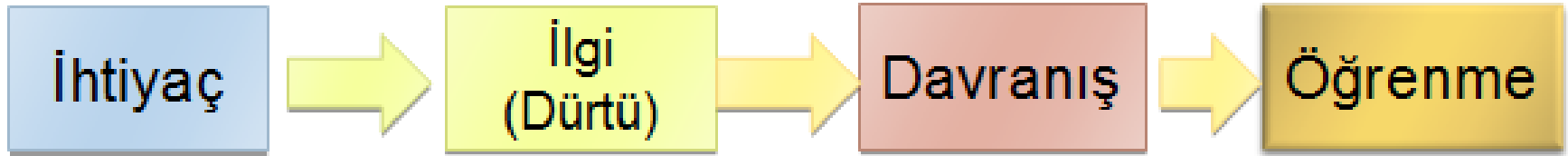
Prof. Dr. Ayfer TEZEL

ÖĞRENME NEDİR, NEYİ, NASIL ÖĞRENİRİZ ?



ÖĞRENME

- ▶ Öğrenme, bireyin çevresiyle etkileşim kurması sonucu oluşan kalıcı izli davranış değişikliğidir.



1) Davranışta gözlenebilir bir değişme olması

2) Davranıştaki değişimin nispeten sürekli olması

Davranış, Organizmanın **gözlenebilen**
(konuşma, yazma)
ya da **gözlenemeyen** (düşünme, kalbin
çalışması vb.) etkinliklerinin tümüdür.

ÖĞRENME ALANLARI

1. Bilişsel Öğrenme Alanı
2. Duyuşsal Öğrenme Alanı
3. Psikomotor Öğrenme Alanı

ÖĞRENME ALANLARI

1. **Bilişsel Öğrenme Alanı:**

Bir konuda bilgi kazanabilme, analiz, sentez, değerlendirme yapabilme davranışlarını içerir.

Örn; Doğum yapmış bir anne için anne sütünün yararlarını öğrenmesi.

ÖĞRENME ALANLARI

2. Duyuşsal Öğrenme Alanı:

Duygularla ilgili öğrenmeler, duyguların belirtilmesi ile ilgilidir.

Örn; Doğum yapan annenin, annelik duygusuna alışması gibi.

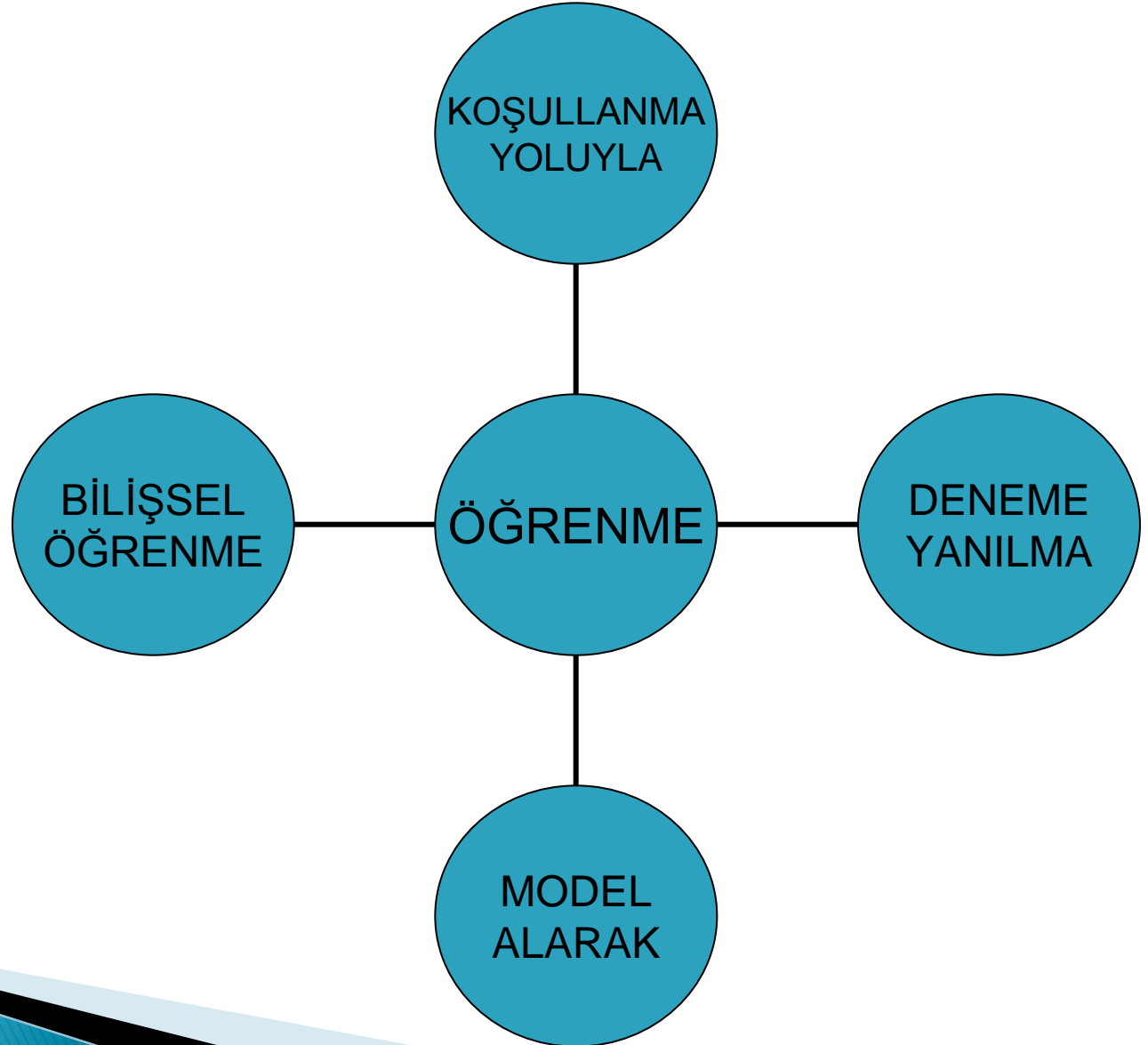
ÖĞRENME ALANLARI

3. Psikomotor Öğrenme Alanı:

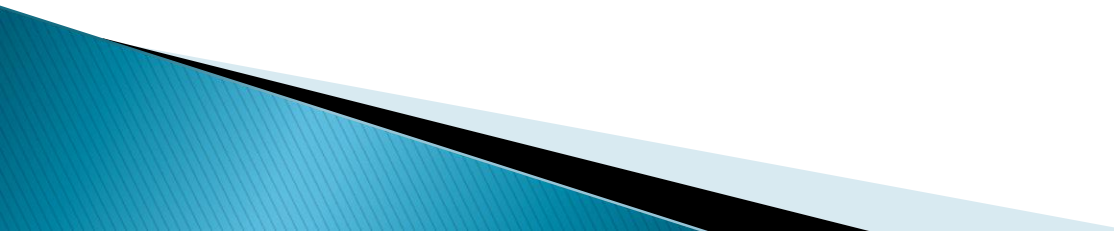
Duyu organları, zihin ve kasların birlikte çalışması sonucu ortaya çıkan beceri öğrenmelerini içerir.

Örn; Doğum yapan anneye, doğru emzirme tekniğinin öğretilmesi.

Öğrenme türleri



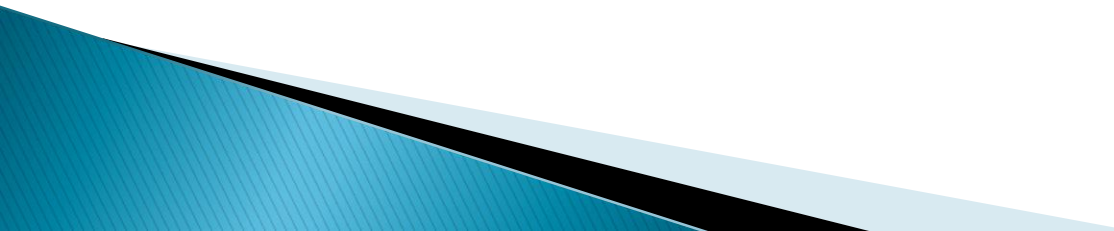
1 – Koşullanma Yoluyla Öğrenme

- ▶ Organizmanın önceden tepki göstermediği bir uyarıcıya belli koşullar altında tepki göstermeye başlaması koşullanma yoluyla öğrenmenin esasını oluşturur.
 - ▶ Duygusal tepkiler, korkular bu yolla öğrenilir.
- 

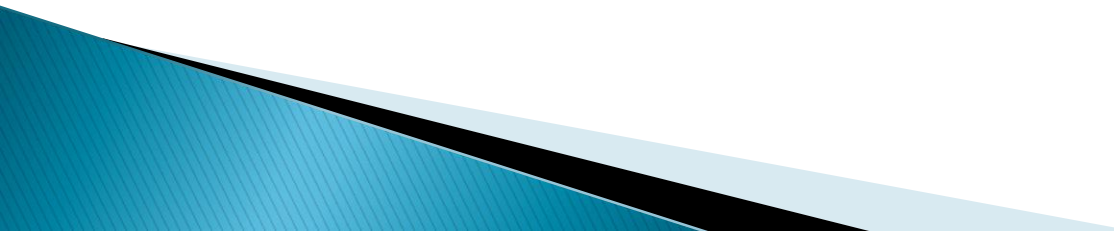
2-Bilişsel Öğrenme

- ▶ En karmaşık ve en üst düzey öğrenmedir. İnsan öğrenmelerinin çoğu bu tür öğrenmedir. Dıştan alınan uyarıcılar algılanır, önceki bilgilerle karşılaştırılır, yeni bilgiler oluşturulur.
- ▶ Bilişsel öğrenme türleri şunlardır:
- ▶ **Sezgisel (kavrayış yoluyla) öğrenme:** Olaylar ve durumlar arası ilişkinin aniden çözülmesi sonucu öğrenmedir (Örneğin, Arşimet'in suyun kaldırma kuvvetini bulması).
- ▶ **Psikomotor öğrenme:** Bir işin, davranışın nasıl daha kolay, daha iyi, daha hızlı, doğru ve hatasız yapılacağını öğrenmedir (Örneğin, bilgisayar ve bisiklet kullanmayı öğrenme).
- ▶ **Sözel öğrenme:** Sözcüklerle yapılan öğrenmedir (Örneğin, tarih konularının anlatılarak öğrenilmesi).
- ▶ **Farkında olmadan öğrenme:** Gizil öğrenme de denir. Öğrenmeye yönelik bir çaba sarf etmeden, istek duymadan gerçekleşir (Örneğin, okula gidip gelirken gördüğümüz dükkânların yerlerini bu yolla öğreniriz).

3-Deneme-Yanılma Yoluyla Öğrenme

- ▶ Tekrar ve denemeler sonucunda yeni davranışların kazanılması esasına dayanır.
 - ▶ Bu denemeler sırasında olumlu davranışlar kazanılır, olumsuz davranışlar terk edilir.
 - ▶ Tekrar sayısı arttıkça hata miktarı azalır, hata miktarı azaldıkça öğrenme düzeyi artar.
- 

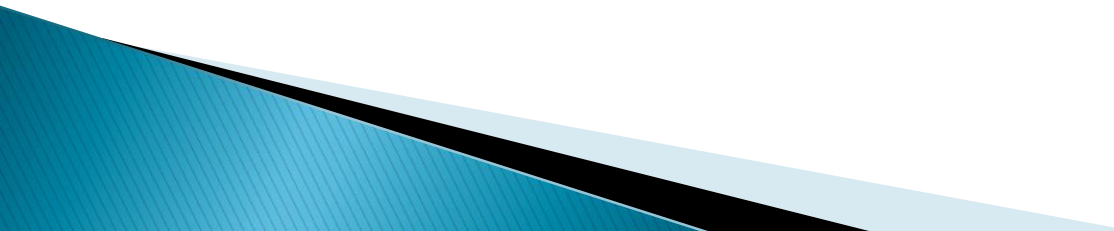
4-Model Alarak Öğrenme (Taklit-Gözleyerek Öğrenme)

- ▶ Başkalarının hangi durumlarda nasıl davrandıklarını gözleyerek onlar gibi davranma sonucu öğrenmedir.
 - ▶ Bu tür öğrenmede model alınan kişinin davranışları önem taşır.
 - ▶ Model alınan kişinin davranışları olumsuz ise öğrenme de olumsuz olur.
- 

Öğrenmeyi Etkileyen Faktörler

- ▶ Öğrenen Bireyden Kaynaklanan Faktörler
- ▶ Öğrenme Yönteminden KF
- ▶ Öğrenilen Malzemedeki KF
- ▶ Öğrenme Ortamından KF

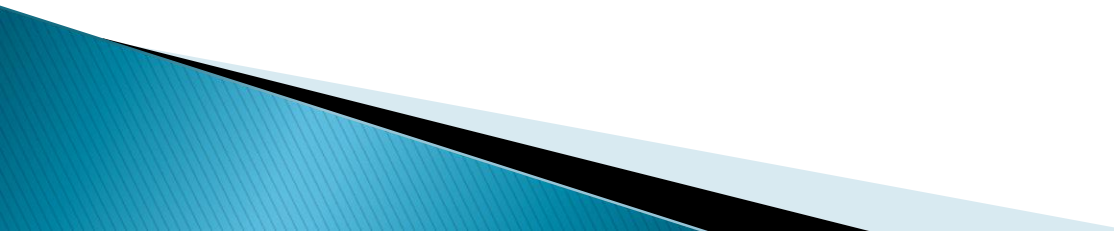
ÖĞRETİM

- ▶ Öğrenmeyi sağlamak amacıyla düzenlenen tüm faaliyetlere öğretim denir.
 - ▶ Öğretim ise saptanan amaçlar doğrultusunda istendik davranışların kazandırılması için yapılan planlı, kontrollü ve programlanmış öğrenme faaliyetleridir.
 - ▶ Öğretim işinin gerçekleştiği süreçtir.
- 

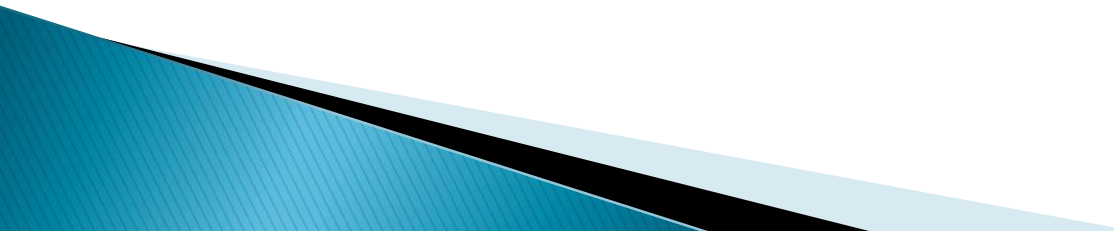
İLETİŞİM

- ▶ Kişi veya gruplar arasındaki mesaj aktarımıdır. İletişim, bilgi üretme, aktarma ve anlamlandırma sürecidir.
- ▶ İletişimde mesajı veren **kaynak**,
- ▶ iletilen düşünce veya bilgi **mesaj**,
- ▶ mesajın iletiildiği **iletişim kanalı**,
- ▶ mesajı alan **alıcı** olmak üzere dört ana öge bulunmaktadır.

Eğitimde etkili iletişimi sŸrdŸrmek için dikkat edilecekler:

- ▶ Gözlem yapma
 - ▶ İlgili sorular sorma
 - ▶ Geri bildirim
 - ▶ Yansıtma
 - ▶ Bilgi verme
 - ▶ zetleme
 - ▶ Sessizliği kullanma
 - ▶ Dinlemeyi bilme
 - ▶ Rehberlik etme
- 

Sözsüz İletişimde Başarı Kuralları “SOFTEN”

- ▶ **S** (Smile) Gülümsemek
 - ▶ **O** (Open Posture) Ulaşılabilir biçimde oturmak
 - ▶ **F** (Forward Lean) Öne eğilerek dinlediğini göstermek
 - ▶ **T** (Touch) Dokunmak
 - ▶ **E** (Eye Contact)
 - ▶ **N** (Nod) Baş hareketiyle onu dinlediğini göstermek (onaylama değil)
- 

Eğitimde İletişimi Engelleyen Faktörler

Bireysel faktörler

- ▶ Kaynak veya alıcının psikolojik durumu
- ▶ Algılama farklılıkları
- ▶ Alıcının aktif dinleme yetersizliği
- ▶ Kaynak veya alıcının duyu organlarının bozukluğu

Çevresel faktörler

- ▶ Ortamda uyaranların fazla olması (ısı, ışık, ses)
- ▶ Mesafeli ortam (resmî-samimi)

İletişim Kanalına Göre Eğitim Türleri

Eğitimde kullanılan iletişim kanallarına göre eğitim;

- ▶ Görsel eğitim,
- ▶ İşitsel eğitim,
- ▶ Hem görsel hem işitsel eğitim olarak sınıflandırılabilir.

- ▶ **Görsel eğitim:** Eğitimde ilgi ve dikkat çekmenin en iyi yollarından biri görselliğin kullanılmasıdır.
- ▶ Eğitimde görselliğin kullanılması öğrenme zamanını kısaltır ve hatırlamaya yardımcı olur.
- ▶ Bu amaçla görsel iletişim araçları (kitap, dergi, gazete, afiş, broşür, resim, karikatür, grafik, harita, maket, slayt, sessiz film vb.) kullanılır.

İletişim Kanalına Göre Eğitim Türleri

- ▶ **İşitsel eğitim:** Eğitim için kullanılan araçların rahat taşınabilir olması nedeniyle diğer eğitim türleri ile birlikte özellikle dil eğitiminde sıkça kullanılan bir yöntemdir. Bunun için işitsel iletişim araçları (radyo, teyp, plak, telefon, telsiz vb.) kullanılır.

İletişim Kanalına Göre Eğitim Türleri

- ▶ **Görsel- işitsel eğitim:** En verimli etkinlik sağlayan yöntemdir. Katılımcılar üzerinde görsel etki bırakması yanında işitsel etki ile desteklenmesi sayesinde eğitimin etkinliği ve verimliliği artar. Kolay unutulmayan, hatırlamanın kolay olduğu ve öğrenim süresinin en kısa olduğu yöntemdir. Hem görsel hem işitsel iletişim araçları (TV, sinema filmi, çizgi film, tiyatro, CD vb.) görsel-işitsel eğitim için kullanılır.

Konfüçyüs diyor ki;

“Duyarsam unuturum, görürsem hatırlarım; ama yaparsam öğrenirim.”



Eğitimlerin Kalıcılık Durumu

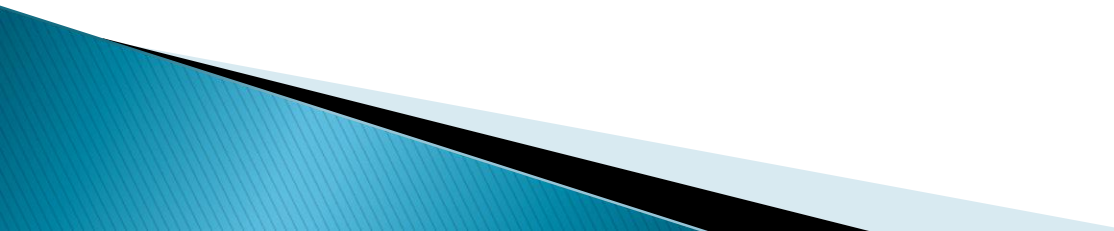
Yöntem	%
Okunanların	10
İşitilenlerin	20
Görülenlerin	30
Görülen+İşitilenlerin	50
Görülen+İşitilen+ Söylenenlerin	80
Görülen+İşitilen+ Söylenen+ Yapılanların	90

EĞİTİM

- ▶ Bireyin davranışlarında kendi yaşantısı yoluyla kasıtlı olarak istendik yönde değişiklik meydana getirme sürecidir.
- ▶ Eğitim sürecinde kazanılan bilgi, beceri ve tutumlar yoluyla davranış değişikliği oluşur.



Eğitim Sürecinin Özellikleri

- ▶ Bilimseldir.
 - ▶ Süreklidir, yaşam boyu devam eder, kapsamlıdır.
 - ▶ Dinamik ve çok boyutlu bir süreçtir.
 - ▶ En az bir amaca yöneliktir.
 - ▶ Kültürle birbirine bağlıdır.
 - ▶ Mekân yönünden sınırsızdır.
- 

EĞİTİM

```
graph TD; EĞİTİM --> FORMAL; EĞİTİM --> İNFORMAL; FORMAL --> ÖRGÜN; FORMAL --> YAYGIN;
```

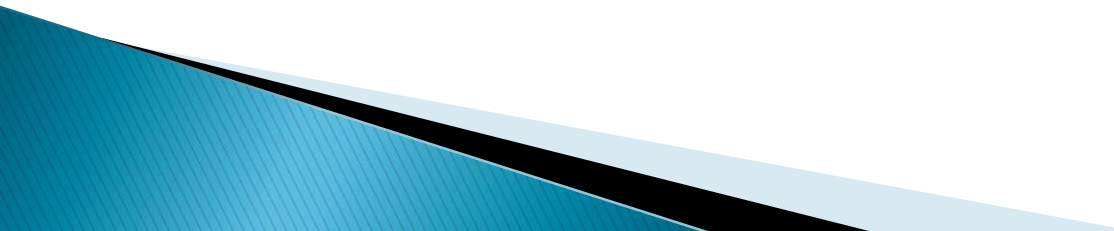
FORMAL

İNFORMAL

ÖRGÜN

YAYGIN

Formal Eğitim

- ▶ Yazılı bir plan ve program doğrultusunda gerçekleştirilen, hedefleri önceden belirlenmiş olan eğitimidir.
 1. Örgün Eğitim
 2. Yaygın Eğitim
- 

FORMAL EĞİTİM / 1. ÖRGÜN EĞİTİM

- ▶ Basamaklar hâlinde belli yaş gruplarına milli eğitimin temel amaçları doğrultusunda önceden hazırlanmış programlar dâhilinde **okullarda yapılan eğitimidir.**
- ▶ Eğitim basamakları birbirinin ön koşuludur. Bir basamak atlanıp diğerine geçilemez.

FORMAL EĞİTİM / 2. YAYGIN EĞİTİM

- ▶ Örgün eğitim sistemine hiç girmemiş, bu sistemin bir basamağından ayrılmış veya örgün eğitime devam edip sonrasında bir meslek kazanmak isteyen bireylere ilgi ve gereksinimleri doğrultusunda verilen eğitimidir.
- ▶ Süreklilik gerektirmez ve belli yaş gruplarıyla sınırlanmaz.

FORMAL EĞİTİM / YAYGIN EĞİTİM

- ▶ **Halk eğitimi:** Yetişkinlerin hayat standartlarını yükseltmek, sorun çözmelerine yardımcı olmak amacıyla verilen eğitimidir (dikiş-nakış, hazır giyim vb.).
- ▶ **Hizmet içi eğitim:** Bireyin hizmetteki verim ve etkinliğinin artırılmasını, gelişmeye yol açan bilgi, beceri, tutumların zenginleştirilmesini amaçlayan ve kurumsal düzeni etkileyen eğitimidir.
- ▶ **Kurslar:** Bazı durumlara hazırlık amacıyla düzenlenen eğitim programlarıdır (KPSS, yabancı dil kursları, diksiyon kursu vb.).
- ▶ **Çıraklık okulları:** Bazı meslek gruplarına eleman yetiştirmek amacıyla düzenlenen eğitim programlarıdır.

İNFORMAL EĞİTİM

- ▶ Aile / çevrede yani **yaşamın içinde kendiliğinden oluşan eğitim sürecidir.**
- ▶ İnfomal eğitim sürecinin iki önemli öğrenme yolu gözlem ve taklittir (model alma)
- ▶ İnfomal eğitim sürecinde bireyler istenmeyen davranışlar veya zararlı alışkanlıklar edinebilir (sigara içmek, kopya çekmek vb.)

SAĞLIK EĞİTİMİ



SAĞLIK EĞİTİMİ

Ülkemizde Cumhuriyet Dönemi'nde **sağlık eğitimi ile ilgili gelişmeler** 24.04.1930 tarihinde 1593 sayılı Umumi Hıfzıssıhha Kanunu ile başlamıştır.

Toplumun sağlığını geliştirmek ve korumak ülkelerin vazgeçilmez politikaları arasındadır.

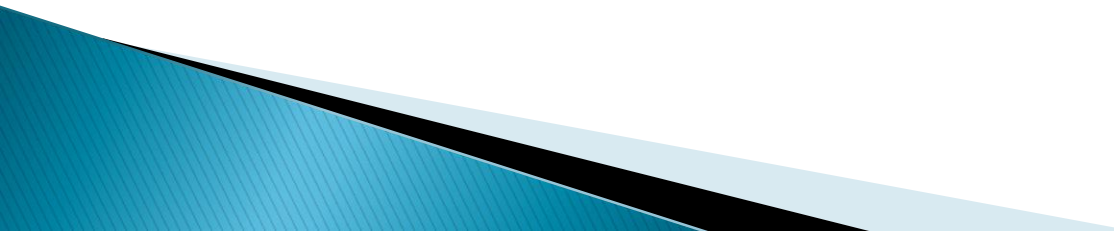
1978 yılında yayımlanan uluslararası sağlık sözleşmesi olan Alma Ata Bildirgesi'nde "Temel Sağlık Hizmetleri" kavramının kapsamı içerisinde "**bir toplumda yaygın olarak görülen sağlık sorunları, bunların önlenmesi ve denetimi ile ilgili konularda halkın eğitilmesi**" hususu vazgeçilemez hizmetler arasında yer almıştır.

Alma-Ata Bildirgesi (1978)

* **Halkın sağlık eğitimi**

- * Beslenme durumunun geliştirilmesi
- * Temiz su sağlanması ve sanitasyon
- * Atıkların sağlıklı bir şekilde yok edilmesi
- * Ana-çocuk sağlığı ve aile planlaması
- * Önemli bulaşıcı hastalıklara karşı bağışıklama
- * Endemik hastalıkların kontrolü
- * Sık görölen hastalıkların uygun tedavisi ve temel ilaçların sağlanması

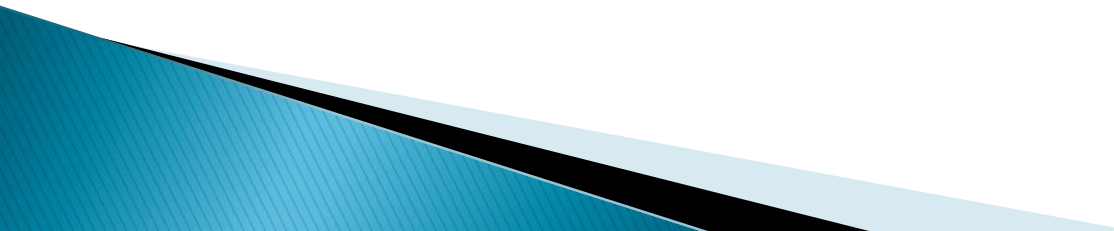
SAĞLIK EĞİTİMİ (DSÖ)

- ▶ “Kişilere sağlıklı yaşam için alınması gereken önlemleri benimsetmeye ve uygulamaya inandırmak,
 - ▶ Kendilerine sunulan sağlık hizmetlerini doğru kullanmaya alıştırmak,
 - ▶ Sağlık durumlarını ve çevrelerini iyileştirmek amacıyla birey olarak veya topluca karar almaktır.”
- 

Sağlık eğitimi;

- ▶ Esas olarak bir halk eğitimi konusu olmakla birlikte örgün eğitim aşamalarında başlamalıdır.
- ▶ Ancak burada asıl hedef yetişkinlerdir.
- ▶ Çünkü davranışları, değer yargıları, inanışları değiştirilmesi gereken kitle yetişkinlerdir.
- ▶ Sağlık kültüründe değişimin sağlanması için sağlık eğitimi hem örgün hem de halk eğitimi ile verilmelidir.

Sağlık eğitiminde kullanılan öğretim yöntem ve teknikleri

- ▶ Düz anlatım
 - ▶ Örnek olay
 - ▶ Gösterip yaptırma
 - ▶ Beyin fırtınası
 - ▶ Soru-cevap
 - ▶ Drama-rol yapma
 - ▶ Gözlem
 - ▶ Tartışma
- 

Sağlık eğitiminde kullanılan öğretim yöntem ve teknikleri

Düz anlatım: Eğitimcinin herhangi bir konuyu belirli bir sıra ve düzene göre katılımcılara baştan sona kadar anlatmasıdır. Eğitimcinin sadece düz anlatıma ağırlık vermesi öğrenmede etkinliği azaltabilir.

Örn; bebek yıkamasını bilmeyen bir anne, düz anlatımla bebek yıkamasını öğrenemez.

Bu uygulama anne ile birlikte yapılırsa, bebeğin nasıl yıkanacağını öğrenebilir.

Sağlık eğitiminde kullanılan öğretim yöntem ve teknikleri

Örnek olay: Belirli bir öğretim konusu ile ilgili gerçek hayatta karşılaşılan problemlerin sınıf ortamında neden, nasıl ve sonuç ilişkisine göre incelenerek çözümlenmesi yoluyla öğrencilerin o konu ile ilgili bilgi, beceri ve tutum kazanmasını sağlamak ve benzer olaylar karşısında daha hızlı ve etkin çözüm yolları bulmalarına yardımcı olmak için kullanılır.

Sağlık eğitiminde kullanılan öğretim yöntem ve teknikleri

Gösterip yaptırma: Anlatılacak konunun uygulamaya yönelik olması durumunda konunun gösterilerek anlatılması ve sonrasında katılımcılara da aynı uygulamanın yaptırılmasıdır.

Sağlık eğitiminde kullanılan öğretim yöntem ve teknikleri

Beyin fırtınası: Belli bir konu ile ilgili değişik görüşler elde etmek için kullanılır. Grup üyelerinin konu ile ilgili akıllarına gelen her şeyi söylemeleri esasına dayanır. Daha sonra söylenenlerin hepsi değerlendirilir.

Sağlık eğitiminde kullanılan ğretim yöntem ve teknikleri

Soru-cevap: Soru-cevap yöntemi, sözel etkileşim yöntemidir. Soru-cevap yöntemini ğretmen sınıf içinde tek başına kullanabileceği gibi tartişma, gezi-gözlem, problem çözme, gösteri gibi birçok farklı yöntem ve teknikle birlikte kullanılabilir.

Sağlık eğitiminde kullanılan öğretim yöntem ve teknikleri

Drama-rol yapma: Eğitim konusu ile ilgili durumları oyunla canlandırılarak katılımcıların olay üzerinde tartışmasıdır.

Sağlık eğitiminde kullanılan öğretim yöntem ve teknikleri

Gözlem: Herhangi bir olay veya konunun oluşumunu bir plan çerçevesinde incelemektir.

Sağlık eğitiminde kullanılan öğretim yöntem ve teknikleri

Tartışma: Konunun grup üyeleri tarafından karşılıklı konuşarak, dinleyerek ve konu ile ilgili fikirlerini belirterek işlenmesidir.

SAĞLIK EĞİTİMİ

1. **Bireysel Eğitim**
2. **Grup Eğitimi**
3. **Toplum Eğitimi**

1. BİREYSEL EĞİTİM-1

En etkili ancak pahalı bir yöntemdir.

En uygun ortam kişinin **evidir**.

Eğitimcinin eğitilen bireyle iyi ilişkiler kurması, güven sağlaması önemlidir.

1. BİREYSEL EĞİTİM-2

- ▶ Görüşme, gösterme, yaptırma, sorumluluk verme yöntemleri kullanılabilir.
- ▶ Örn; anneye alt değiştirmenin gösterilmesi. (özellikle kız bebeklerde)
- ▶ Öğrenilenlerin kalıcı olabilmesi ve alışkanlık haline alabilmesi için uygulanan yöntem en az birkaç kez tekrarlanmalıdır.

SAĞLIK EĞİTİMİ

1. Bireysel Eğitim
2. Grup Eğitimi
3. Toplum Eğitimi

2. GRUP EĞİTİMİ

- ▶ Bireyleri tek tek eğitime alma imkanı olmayınca grup eğitimine başvurulur.
- ▶ **Grup:** Bir amaca ulaşmak için bir araya gelen yaş, zeka, kültür, eğitim gibi durumları benzer kişilerin oluşturduğu topluluktur.

2. GRUP EĞİTİMİ

Gruplar hazır ve hazır olmayan gruplar diye 2'ye ayrılır.

- ▶ **Hazır gruplar:** Okullarda sınıflar, sanayide işçiler vb.
- ▶ **Hazır olmayan gruplar:** Özel olarak bir araya getirilmiş 6–25 kişiden oluşan gruplardır.

Grup eğitimlerinde; anlatma, tartışma, rol yapma, beyin fırtınası, soru cevap yöntemleri kullanılabilir.

SAĞLIK EĞİTİMİ

1. Bireysel Eğitim
 2. Grup Eğitimi
 3. Toplum Eğitimi
- 

3. TOPLUM EĞİTİMİ

- ▶ Amacı, toplumsal bilinçlenme sağlamaktır.
- ▶ Eğitimin tüm toplumu kapsamaması amaçlanır. Bunun için kitle iletişim araçlarından yararlanılır.
- ▶ Bunlar; gazete, dergi, radyo, televizyon ve kitaplardır. Bu araçlar, genellikle halkın güvendiği ve yararlandığı bilgi kaynaklarıdır, kamuoyu yaratmada ve ulusal kampanyaların yürütülmesinde çok yararlı ve etkilidir.

EĞİTİM İHTİYAÇ ANALİZİ

5 N 1 K
soruları ile
eğitim ihtiyacı
analizi yapılır

- **Ne** tür bir eğitim ihtiyacı gözlemlendi-saptandı?
- Eğitime **neden** ihtiyaç duyuldu?
- Eğitim ihtiyacı **nerede** gözlemlendi-saptandı?
- Eğitim ihtiyacı **ne zaman** gözlemlendi-saptandı? Ne zamandır var?
- Eğitim ihtiyacı **nasıl** gözlemlendi-saptandı? Nasıl ortaya çıktı?
- Eğitim ihtiyacını **kim/kimde** gözlemledi-saptadı?

EĞİTİM PLANLAMASI

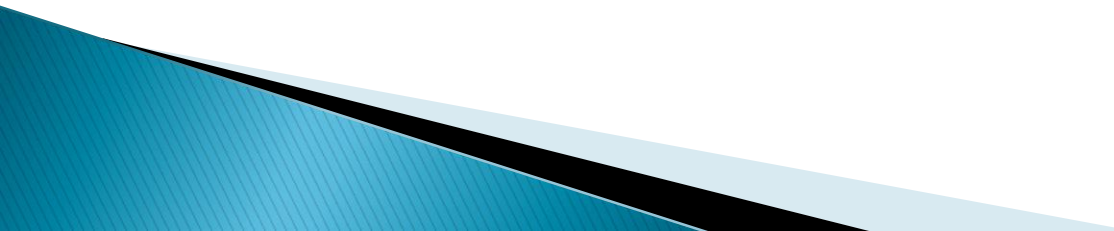
5 N 1 K soruları ile eğitim planlanır

- Eğitim **neden** verilecek? Eğitime **niçin** ihtiyaç duyuldu?
- **Ne** eğitimi verilecek? **Ne** kadara mal olacak? (zaman, maliyet...)
- Eğitim **nerede** verilecek?
- Eğitim **ne zaman** verilecek, ne kadar sürecek?
- Eğitim **nasıl** verilecek? Yöntem, araç, gereç ve materyaller neler?
- Eğitimin yapılmasına **kim** karar verdi (istedi)?
- Eğitim **kime** verilecek? **Kim** verecek?

Eğitim Programının Öğeleri

1. Hedef
2. İçerik
3. Öğrenme-öğretme süreci
4. Ölçme-değerlendirme

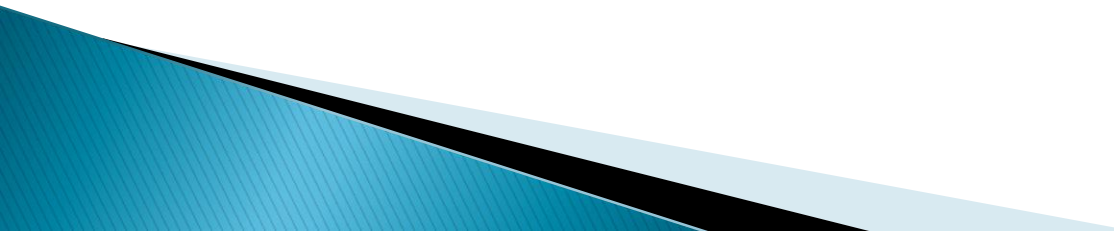
Sağlık Eğitiminin Amaçları

- ▶ Bireyin ve toplumun gereksinimlerini karşılayacak sağlıklı yaşam için kişilerin sağlığını korumak ve geliştirmek,
 - ▶ Tedavi imkânlarından yararlanmalarını sağlamak,
 - ▶ Olumlu bir çevre yaratılmasını sağlayacak davranış değişikliği geliştirmektir.
- 

Sağlık Eğitiminin Yararları

- ▶ Bireylerin hastalık riskini azaltıcı davranışlar geliştirmesine yardımcı olur.
- ▶ Bireylerde koruyucu hizmetlerden yararlanma bilincinin oluşmasını sağlar.
- ▶ Erken tanı ve tedavi yöntemlerinin aranmasına yardımcı olur.
- ▶ Bireylere tıbbi tedavi ve önerilere uyma gibi davranışların kazandırılmasını sağlar.
- ▶ Bireylerin kendine uygun bakım uygulamalarını yapabilmelerini sağlar.
- ▶ Hasta ve bakımından sorumlu kişilere danışmanlık yapar.

Genel anlamda sağlık eğitiminin aşamaları şunlardır:

1. Aşama: İyice anlatmak ve öğretmek
 2. Aşama: Benimsetmek ve inandırmak
 3. Aşama: Yapmak ve yaptırmak
 4. Aşama: Tekrarlatarak alışkanlık kazandırmak
- 

Sağlık Eğitiminde İlkeler

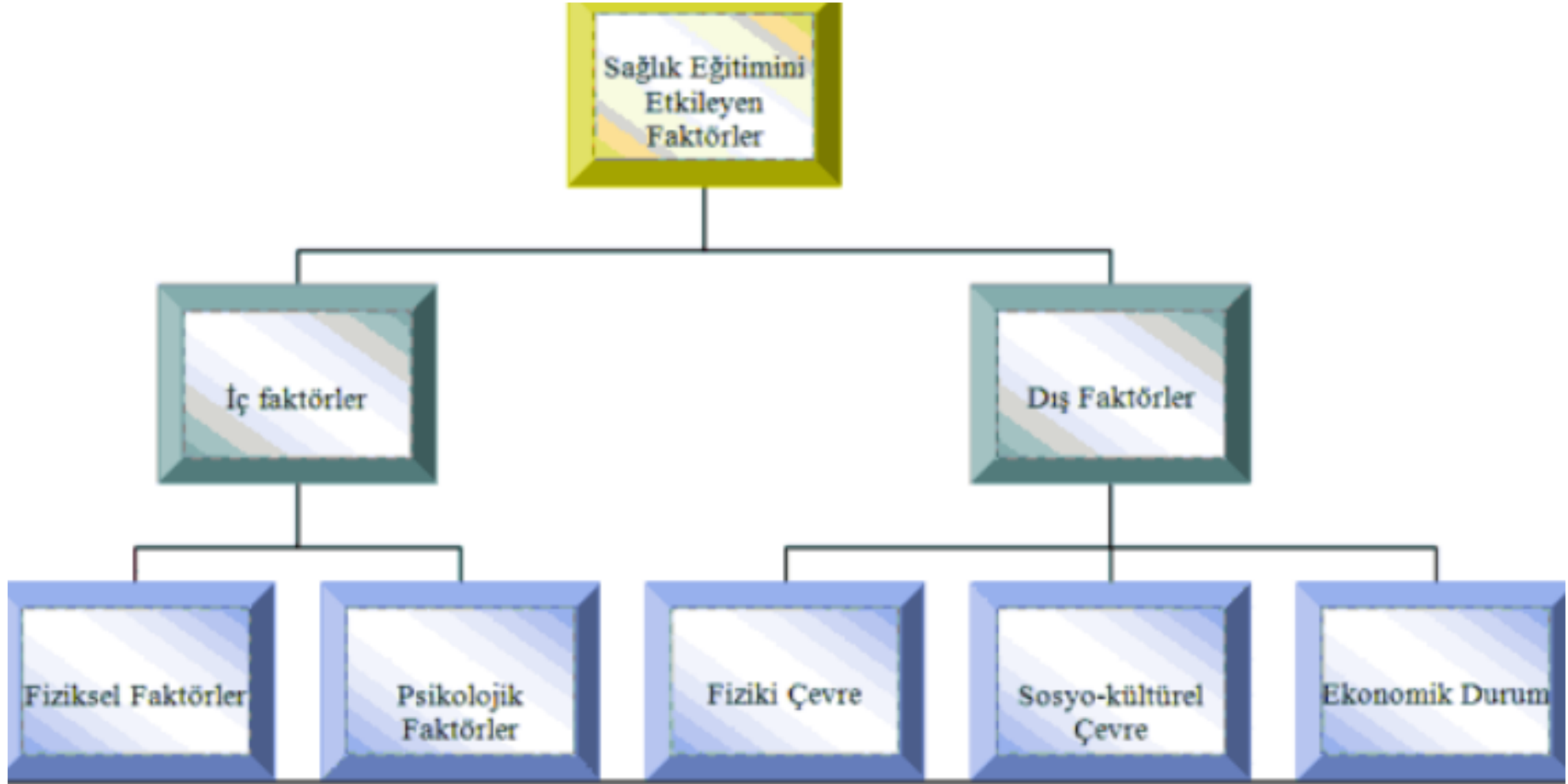
- ▶ **Açık amaç ilkesi:** Amaçlar açıkça belirlenmeli; bireyin bilgi, beceri, tutumunu geliştirme ve değerlendirmeye yönelik olmalıdır.
- ▶ **Bireysel farklılık ilkesi:** Eğitim plan ve uygulamasında bireysel farklılıklar göz önünde bulundurulmalıdır.
- ▶ **Sıra ilkesi:** Eğitim sunumuna bireyin önceden bildiği bilgilerden başlanmalıdır.
- ▶ **Süreklilik ilkesi:** Bireyin ve toplumun eğitiminde süreklilik sağlanmalıdır.

Sağlık Eğitiminde İlkeler

- ▶ **Gerçek yaşam uygunluk ilkesi:** Eğitim yaşantıları gerçek yaşama benzer olmalı; gerçek yaşamdan örnekler, araç ve gereçler kullanılmalıdır.
- ▶ **Öğrendiklerini uygulama ilkesi:** Amaçlanan davranış ve hedefler uygulanabilir olmalıdır.
- ▶ **Sonuçların doğruluğu ilkesi:** Eğitimin her evresinde, ölçülebilir ve gözlenebilir değerlendirme yöntemleri ile sonuçların doğruluğu denetlenmelidir.

Sağlık Eğitiminde İlkeler

- ▶ Sağlık eğitimi, ihtiyaca yönelik konu için **uygun zamanda verilmeli !!**
- ▶ Örn; 2 aylık bebeği olan bir anneye ek gıda eğitimi **verilmez. Neden ?**
- ▶ Örn; 1 yaşında bebeği olan bir anneye, bebeğine tuvalet eğitimini nasıl vereceği **anlatılmaz. Neden ?**



İç faktörler

- ▶ **Fiziksel özellikler:** Bireylerin yaş, cinsiyet, genetik özellikleri, sakatlıkları, kronik ve geçirilmiş hastalıkları, bağışıklık durumu gibi özellikleri sağlık eğitiminin planlanması ve uygulanmasında göz önünde bulundurulmalıdır.
- ▶ **Psikolojik özellikler:** Bireylerin ruh sağlığı, algılama, kavrama, zekâ düzeyi ve kişilik özellikleri sağlık eğitiminde dikkate alınmalıdır.

Dış Faktörler

- ▶ Birey veya grubun fiziki çevresini, sosyokültürel çevresini ve ekonomik özelliklerini kapsar.
- ▶ Fiziki çevre, birey veya grubun yaşadığı çevrenin fiziksel özellikleridir. Bölgenin coğrafi durumu, iklimi, bitki örtüsü, risk faktörleri olup olmadığı (deprem bölgesi vb.) iyi bilinmeli, tanınmalı ve eğitim planlamasında bu özellikler göz önünde bulundurulmalıdır.
- ▶ Sosyokültürel çevre, sosyal çevre ile insanların birbirleri ile ilişkileri, toplumsal statü ve rolleri kastedilmektedir. Kültürel çevre ise toplumun inanç, gelenek, görenek ve değer yargılarını kapsar.

Dış Faktörler

- ▶ Ekonomik özellikleri, eğitime katılacak birey veya grupların gelir düzeyleri ve yaşam koşullarının bilinmesi eğitimin başarı düzeyini olumlu yönde etkiler.
- ▶ Yoksul toplumlarda eğitimin yanı sıra birey veya grubun ekonomik ihtiyaçlarına da yardım edilmesi eğitimin başarısını arttırabilir.

Sağlık Eğitimcisinin zellikleri

- ▶ Eğitimci, eğitim konusunun gereğine önce kendisi inanmalıdır. İşini sevmelidir.
- ▶ Eğitimci, eğitim yaptığı toplumu yakından tanımalı; kültürünü, alışkanlıklarını, gelenek–göreneklerini, sorunlarını, beklentilerini iyi bilmelidir.

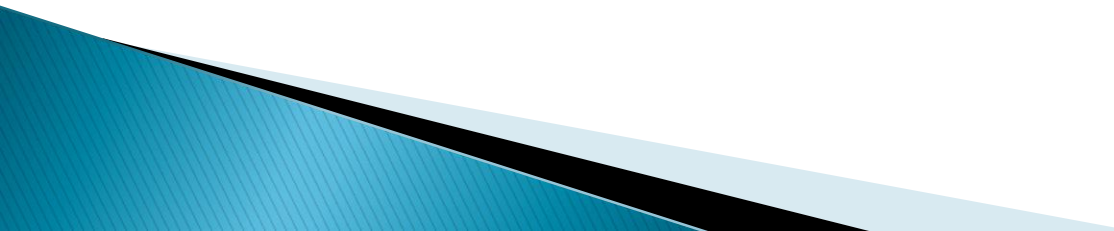
Sağlık Eğitimcisinin zellikleri

- ▶ Eğitimci, gruplarındaki bireyleri iyi tanımalı; eğitim durumu, bilgi–beceri düzeyi, ailesi, mesleği hakkında bilgi sahibi olmalı ve eğitim verirken bilgi, beceri düzeylerini göz önünde bulundurmalıdır.
- ▶ Kolay iletişim için eğitimci ile eğitime katılanların kültürleri mümkün olduğu kadar birbirine yakın olmalıdır.

Sağlık Eğitimcisinin zellikleri

- ▶ Eğitimci, n yargısız olmalı; bireylere eğitim durumu, mesleği, yaşam tarzı, inancından dolayı farklı davranmamalı, duygularını ön plana çıkarmamalıdır.
- ▶ Eğitimci, eğitime katılanlara saygılı olmalı; onları incitecek, küçük düşürecek söz ve davranışlardan kaçınmalıdır.

Sağlık Eğitimcisinin zellikleri

- ▶ Eğitimci, eğitimin amaçlarını katılımcılara tam olarak açıklayabilmelidir.
 - ▶ Eğitimci, iletişim tekniklerini iyi bilmeli ve uygulayabilmelidir.
 - ▶ Eğitimci, otoriter olmaktan kaçınmalıdır.
- 

Koruyucu Sağlık Hizmetlerinde Sağlık Eğitimi

- ▶ Kişisel Hijyen
- ▶ Ağız ve Diş Sağlığı Eğitimi
- ▶ Ana Çocuk Sağlığı ve Aile Planlaması Eğitimi
- ▶ Ergenlik dönemi
- ▶ Hastalıklardan Korunma Eğitimi
- ▶ Sağlığa Zararlı Alışkanlıklardan Korunma
- ▶ Çevre Sağlığı Eğitimi
- ▶ Doğal Afetlerde Sağlık Eğitimi
- ▶
- ▶

Koruyucu Sağlık Hizmetlerinde Sağlık Eğitimi

KİŞİSEL HİJYEN

- ▶ Bireysel temizlik alışkanlığının kazandırılması
- ▶ Yeterli ve dengeli beslenmenin önemi
- ▶ Uyku ve dinlenmenin önemi
- ▶ Egzersiz ve spor yapmanın önemi
- ▶ Mevsime göre giyinmenin önemi
- ▶ Stres ve gergin yaşamdan uzak durmanın önemi
- ▶ Temiz olmayan, kimyasal katkılı besinlerden kaçınma
- ▶ Sağlığa zararlı alışkanlıklardan uzak durmanın önemi
- ▶ Belirli aralıklarla sağlık kontrollerini yaptırmanın önemi
- ▶ Bol miktarda temiz su, temiz hava alma ve güneşten yararlanmanın önemi

Ağız ve Diş Sağlığı Eğitimi

- ▶ Ağız ve diş sağlığının önemi, diş sağlığının bozulması durumunda ortaya çıkabilecek sorunlar anlatılmalıdır.
- ▶ Diş fırçalama tekniği anlatılmalıdır.
- ▶ Diş sağlığının beslenme ile ilişkisi anlatılmalıdır.
- ▶ Diş sağlığının korunması için düzenli kontrollerin önemi anlatılmalıdır.
- ▶ Sağlığa zararlı alışkanlıkların diş sağlığına etkisi anlatılmalıdır.

Ana Çocuk Sağlığı ve Aile Planlaması Eğitimi

- ▶ Riskli gebelikler konusunda yeterli bilgilendirme yapılmalıdır.
- ▶ Gebelik ve lohusalık hijyenine dikkat edilmesi gerektiği anlatılmalıdır.
- ▶ Gebelikte beslenmenin önemi anlatılmalıdır.
- ▶ Gebelikte uyku ve dinlenmenin önemi anlatılmalıdır.
- ▶ Düzenli kontrollerin önemi anlatılmalıdır.
- ▶ Sağlığa zararlı alışkanlıkların ilaç kullanımınının zararları anlatılmalıdır.
- ▶ Doğumun sağlıklı koşullarda ve sağlık kuruluşlarında yapılmasının önemi anlatılmalıdır.

Ergenlik döneminde sağlık eğitiminde hedef kitleye;

- ▶ Ergenlik döneminde görülen fiziksel ve ruhsal değişiklikler,
- ▶ Kişisel hijyen,
- ▶ Sağlıklı beslenme,
- ▶ Egzersiz ve spor faaliyetlerine katılma,
- ▶ Sağlığa zararlı alışkanlıklardan uzak durma,
- ▶ Kazalardan korunma,
- ▶ Arkadaş gruplarının önemi,
- ▶ Ailesi, okul veya arkadaş gruplarında yaşadığı sorunlarla baş etme yolları ile ilgili mesajlar verilmelidir.

Hastalıklardan Korunma Eğitimi

- ▶ Kendini tanıma ve değer vermenin beden ve ruh sağlığı ağısından önemi
- ▶ Kişisel hijyenin sağlık ağısından önemi
- ▶ Yeterli ve dengeli beslenmenin önemi
- ▶ Düzenli uyku ve dinlenmenin önemi
- ▶ Düzenli spor yapmanın önemi
- ▶ Sağlıklı çevrede yaşamanın önemi
- ▶ Bulaşıcı hastalıklardan korunmada aşılamanın önemi
- ▶ Sağlığa zararlı alışkanlıklardan uzak durma
- ▶ Düzenli sağlık kontrollerinin önemi

Çevre Sağlığı Eğitimi

- ▶ Suların arıtılması ve temiz su temini
- ▶ Atıkların zararsız hâle getirilmesi
- ▶ Gıda kontrolü
- ▶ Vektörlerle mücadele
- ▶ Hava kirliliği ile mücadele
- ▶ Gürültü kirliliği ile mücadele
- ▶ Radyasyondan korunma
- ▶ Çalışma koşullarının sağlığa uygun hâle getirilmesi

Sağlık Eğitimi

- ▶ Halk eğitiminin çok yavaş gelişen bir süreç olduğu unutulmamalıdır.
- ▶ Halk eğitiminde amaca ulaşmanın çok uzun zaman alabileceğini bilmek önemlidir.
- ▶ Halk eğitiminde amaca ulaşma süreci uzun olduğu için umutsuzluğa düşmemeliyiz, sağlık eğitimi çabalarını devam ettirmeliyiz.