

راهنمای مطالعاتی دانشجویان

(Study guide)

عنوان درس: اصول آموزش و مشاوره تغذیه

گروه : تغذیه بالینی

تاریخ : ۱۴۰۳/۱۰/۱۶

- تعداد واحد: ۲ واحد (۱ واحد نظری، ۱ واحد عملی)

- هماهنگ کننده: دکتر سیده مریم عبدالله زاده

- گروه مدرسین: دکتر سیده مریم عبدالله زاده- دکتر مهسا مؤذن

- پیش نیاز: اصول روانشناسی و مشاوره، جامعه شناسی پزشکی،

تغذیه در دوره های زندگی

- اهمیت این درس را در یک پاراگراف توضیح دهید:

در این درس دانشجو توانمند می شود تا برنامه های آموزشی تغذیه و پیام های تغذیه ای را طراحی کند و راهبردهای مشاوره و آموزش تغذیه را با توجه به گروه هدف به کار بندد و برنامه ها و ابزار/ رسانه های آموزشی را مورد آزمون و ارزشیابی قرار دهد.

- اهداف کلی و میانی:

- آشنایی با اصول راهنمایی برای رژیم های غذایی و تغذیه
- آشنایی با اهداف آموزش و مشاوره تغذیه، عوامل انگیزشی مؤثر در انتخاب غذا، فرآیند مراقبت تغذیه ای، تشخیص و مداخلات تغذیه ای
- آشنایی با مفاهیم مصاحبه، مصاحبه کننده کارآمد، اهداف مصاحبه جهت ارزیابی وضعیت تغذیه، روش های مختلف مصاحبه برای دستیابی به اطلاعات مصرف رژیمی، نحوه گزارش صحیح اندازه وعده ها، عدم ایجاد اختلال در مصاحبه، حریم خصوصی و مسائل روانشناسی، یادداشت برداری و آشنایی با بخش های مصاحبه
- آشنایی با فاکتورهای اصلی تغییر رفتار تغذیه، فاکتورهای مؤثر در توانایی یا تمایل به تغییر رفتار غذایی، مدل هایی برای تغییر رفتار تئوری های رفتاری، مدل اعتقاد بهداشتی، مدل شناختی اجتماعی
- آشنایی با مفهوم ارتباطات، مدل ارتباطی، رهنمودهای کلامی برای ارتباطات حمایتی، رهنمودهای کلامی برای ارتباطات حمایتی، پارافریز کردن، ارتباطات غیر کلامی، مهارتهای شنیداری، مشاوره غیر دستوری، رویکرد راجرز و مصاحبه انگیزشی

- آشنایی با اصول و مهارتهای جزئی مصاحبه انگیزشی، تلقین گفتاری، تغییر، انگیزه، هدف گذاری، مشاوره دستوری
- آشنایی با مفاهیم یادگیری، پیامدهای یک رفتار، انتقال یادگیری، آندراگوژی، مفروضات اصلی نولز در مورد یادگیری
- آشنایی با روشهای تدریس همچون سخنرانی و میزگرد و ابزارهای آموزش همچون تهیه پمفلت
- ارائه عملی دانشجویان و سخنرانی و تهیه پمفلت توسط آنها

- روش تدریس :

حضور: سخنرانی با استفاده از ویدئو پروژکتور و پاورپوینت، بارش فکری و پرسش و پاسخ

مجازی: به اشتراک گذاری محتواها و منابع، ارائه تکالیف و فعالیت ها در سامانه نوید

روش ارزشیابی : آزمون میان ترم، آزمون پایان ترم، شرکت فعال در کلاس و غیبت، ارائه دانشجویی، ارائه پمفلت و سایر فعالیت ها

- مراجع:

1. Bauer, K. D., Liou, D. Sokolik CA. Nutrition Counseling and Education Skill Development
2. Holli, B. Nutrition Counseling and Education Skills for Dietetics Professionals.
3. Contento, I. R. Nutrition Education: Linking Research, Theory & Practice

۴. هالی ب ب، کلابرس ر ج، سالیوان میلتن ج الف. مهارت‌های برقراری ارتباط و آموزش برای متخصصان رژیم شناس. (مترجم مریم قوام صدیقی)، تهران

- اشتباهات رایج دانشجویان در این درس عبارتند از:

توجه ناکافی به شواهد علمی، ساده‌انگاری مسائل پیچیده، فقدان مهارت‌های عملی.

- نکات کلیدی در یادگیری بهتر این درس عبارتند از:

- استفاده از فیلم‌های آموزشی برای انجام کارهای عملی
- مطالعه هر جلسه گام‌به‌گام هم‌زمان با پیشرفت دوره
- مراجعه به منابع و وب‌سایت‌ها و مقالات ارائه شده و مطالعه بیشتر در مورد مباحث

استاد گرامی،

خواهشمند است موارد زیر را جهت تهیه راهنمای مطالعاتی دانشجو در درس مشخص نمائید:

- مراجع کتاب ، ژورنال یا سایت اینترنتی بطور دقیق معرفی شود.

- اشتباهات رایج دانشجویان در آن درس را به شکل سوال یا نکات مهم تهیه نمائید

- نکات کلیدی در یادگیری آن درس را مشخص نمائید.