

چگونه از کتابچه‌های آموزشی رابطان سلامت استفاده کنیم؟

هر بخش از این کتاب از اجزای مختلفی تشکیل شده است:

مقدمه

در ابتدای هر بخش یک توضیح مختصر دربارهٔ موضوع آن آورده شده تا رابطان سلامت با اهمیت و جنبه‌های مختلف موضوع آشنایی پیدا کنند.

اهداف

قبل از متن اصلی هر بخش، اهداف مورد نظر برای رابطان سلامت نوشته شده است. با خواندن این قسمت، رابطان سلامت از آگاهی‌ها و مهارت‌هایی که پس از مطالعهٔ بخش بدست خواهند آورد، مطلع می‌شوند.

متن آموزشی

برای رسیدن به اهداف آموزشی، مطالب هر بخش در قسمت‌های مختلفی که با یک سؤال کلی شروع می‌شوند، گنجانده شده‌اند. در هر قسمت، سؤالات جزیی دیگری نیز مطرح شده تا موضوع مورد نظر بهتر بررسی شود. مطالبی که در متن آموزشی نوشته شده‌اند، انواع مختلفی دارند:

■ **دانستنی‌های سلامتی:** مطالبی که در مربع‌های رنگی نوشته شده‌اند، نکاتی هستند که هر فرد برای خودمراقبتی و داشتن یک زندگی سالم فردی، خانوادگی و یک جامعه سالم باید آنها را فرا بگیرد.

■ **مهارت‌های عملی:** علاوه بر یادگیری دانستنی‌های مرتبط با سلامت، گاه لازم است مهارت‌های اولیه‌ای دربارهٔ مسائل بهداشتی رایج کسب شود. این مهارت‌ها اغلب به صورت تصویری و گاه به صورت توضیح متنی در داخل مربع‌هایی آورده شده‌اند.

فعالیت‌هایی که باید برای فراگیری دانستنی‌های سلامتی و کسب مهارت‌های عملی در جلسات آموزشی انجام شوند، عبارتند از:

■ **بحث عمومی:** در قسمت‌های مختلفی از هر بخش، رابطان سلامت بر اساس سؤالاتی که در متن آمده یا بر اساس یک تصویر، داستان، ماجرا یا گزارش واقعی، اطلاعات خود را دربارهٔ موضوع رد و بدل می‌کنند. این بحث‌ها با حضور مربی رابط سلامت (یکی از مراقبین سلامت پایگاه که ابلاغ دارد یا بهورز) انجام می‌شود ولی گاه از افراد دیگری مثل پزشک، کارشناس یا مسئولین واحدهای مختلف مرکز دعوت می‌شود تا در بحث‌ها شرکت کنند و اطلاعات دقیق تری در اختیار رابطان سلامت قرار می‌دهند.

- **مشاهده:** گاهی برای آموزش مهارت‌ها، یک کار عملی در حضور رابطان سلامت انجام می‌شود.
- **بازدید:** در بعضی مواقع از رابطان سلامت خواسته شده تا از محلی در خارج کلاس‌شان بازدید کنند و اطلاعاتی کسب نمایند.
- **کار عملی:** در مواقعی که تأکید اصلی بر کسب یک مهارت عملی توسط خود رابطان سلامت است، از آنها خواسته شده تا بر اساس متن کتاب یا دانسته‌های خودشان کاری را در کلاس یا منزل انجام دهند.
- **کار گروهی:** برای کسب توانایی لازم در انجام کارهای گروهی، از رابطان سلامت خواسته شده برخی از فعالیت‌ها را با همکاری یکدیگر انجام دهند.
- **در محله:** وظیفه اصلی هر فردی که تمایل به همکاری داوطلبانه با نظام سلامت دارد آن است، که مسائل مرتبط با سلامتی محله خود را شناسایی کند و به صورت فردی یا گروهی از دانش خود برای رفع این مسائل استفاده کند. بنابراین در هر قسمت از بخش‌های کتاب از رابطان سلامت خواسته شده تا بر اساس تجربیات و اطلاعات خودشان در یک بحث عمومی شرکت کنند تا مسائل محله خود را شناخته و برای رفع آنها برنامه‌ریزی کنند. این بحث‌ها براساس سؤالاتی که در مربع‌های «در محله» آورده شده، انجام می‌گیرد.

فعالیت

برای اینکه رابطان سلامت با کاربردهای آنچه در هر بخش فرا گرفته‌اند، آشنا شوند، چند فعالیت در انتهای هر بخش پیشنهاد شده است. کارهایی که زیر عنوان «من می‌توانم» نوشته شده، برای فعالیت‌های انفرادی و کارهایی که زیر عنوان «ما می‌توانیم» نوشته شده، برای فعالیت‌های گروهی و همکاری با سایر رابطان سلامت است. مسلماً با مطالعه هر بخش ده‌ها کار دیگر نیز می‌توان انجام داد که انتخاب و انجام آنها به عهده خود رابطان سلامت گذاشته شده است.

خودآزمایی

پس از پایان دوره آموزشی هر بخش، رابطان سلامت می‌توانند برای مطمئن شدن از یادگیری مطالب و استفاده از آنها، به سؤالات «خودآزمایی» پاسخ دهند:

سؤالات «آیا می‌دانم؟» مربوط به یادگیری دانستنی‌های سلامتی است.

سؤالات «آیا می‌توانم؟» مربوط به کسب مهارت‌های عملی است.