

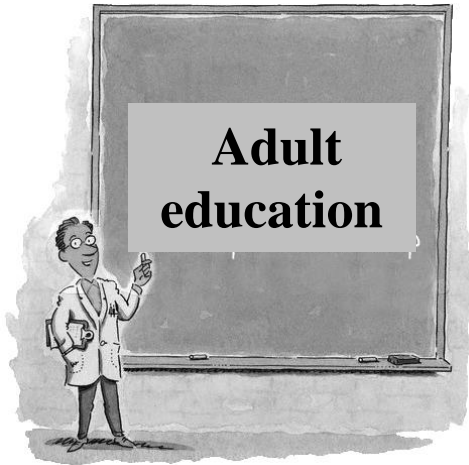
In the name of God

# Principles of adult education

By:

Dr. Sara Rahimi

Faculty member of Qums



# ANDRAGOGY

- آندراگوژی، اصطلاحی که نولز Knowles (۱۹۹۰) برای توصیف نظریه یادگیری بزرگسالان ابداع کرد.
- هنر و علم کمک به یادگیری بزرگسالان.
- آموزشی یادگیرنده محور و کمتر معلم محور

# Andragogy

• نظریه نولز **شش** ویژگی مرتبط با انگیزه یادگیری در بزرگسالی را بیان می کند:

۱. نیاز به دانستن

۲. خودپنداره

۳. تجربه

۴. آمادگی برای یادگیری

۵. جهت گیری برای یادگیری

۶. انگیزه یادگیری



# Andragogy

۱. نیاز به دانستن

بزرگسالان باید بدانند که چرا باید چیزی را یاد بگیرند  
چگونه یک موقعیت یادگیری را با تجربیات دنیای واقعی ترکیب کنند  
(یادگیری معنادار)

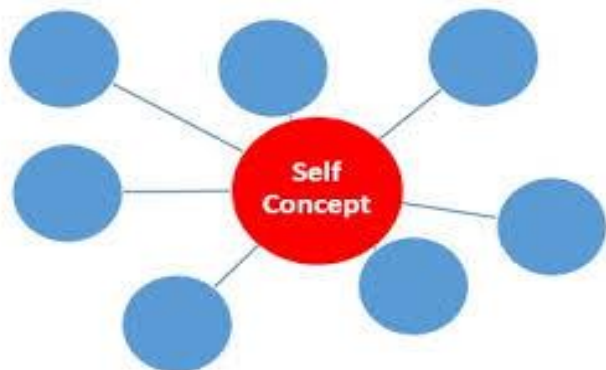
**NEED TO KNOW**

# Andragogy...

## ۲. خودپنداره

با بلوغ، خودپنداره از وابسته بودن به سمت **خودراهبری** حرکت می کند.  
بزرگسالان بر این باورند که مسئولیت زندگی خود را بر عهده دارند و باید  
توانمند دیده شوند.

در موقعیت‌هایی که احساس کنند دیگران خواسته‌های خود را به آنها تحمیل  
می کنند، مقاومت می کنند.



# Andragogy...

۳. تجربه

**تجارب قبلی** به منبعی غنی از یادگیری تبدیل می شود.

این تجربیات منجر به مخاطبان متنوع در هر گروه بزرگسال می شود.

بر این اساس است که زمینه، سبک‌های یادگیری، انگیزه، نیازها، علایق و اهداف

تا حد زیادی متفاوت است. ( تأکید بر فردی سازی در آموزش بزرگسالان)



# Andragogy...

۴. آمادگی برای یادگیری

توسعه‌ی فردی و نقش‌های اجتماعی عامل و انگیزه یادگیری

بزرگسالان بیشتر علاقه مند به یادگیری موضوعاتی هستند که ارتباط فوری با

کار و/یا زندگی شخصی آنها داشته باشد

آموزش متمرکز بر آینده یا چیزی که به وضعیت فعلی آنها مرتبط نیست

ممکن است کمتر مؤثر باشد.



# Andragogy...

۵. جهت گیری برای یادگیری

بزرگسالان در جهت گیری خود برای یادگیری زندگی محور هستند (وظیفه محور، مشکل محور).

آنها می خواهند بیاموزند که چه چیزی به آنها کمک می کند تا وظایف خود را انجام دهند یا با مشکلاتی که در موقعیت های روزمره با آنها مواجه می شوند، مقابله کنند.






# Andragogy...

۶. انگیزه یادگیری

محرك های بیرونی (شغل بهتر، حقوق بیشتر و غیره)  
قوی ترین انگیزه ها درونی اند (میل به افزایش رضایت شغلی، عزت نفس و غیره).

آموزشی که اصول یادگیری بزرگسالان را نادیده می گیرد، می توان انگیزه را  
مسدود کند.





**We Learn...**

To acquire  
new skills

For  
financial  
growth and  
benefits

As part of  
job training

For self-  
improvement

To keep up with the  
growing competition

# Why Adults Learn?

**TABLE 5-3** Summary of adult learning principles

**ADULTS LEARN BEST WHEN:**

Principle #1	Learning is related to an immediate need, problem, or deficit.
Principle #2	Learning is voluntary and self-initiated.
Principle #3	Learning is person centered and problem centered.
Principle #4	Learning is self-controlled and self-directed.
Principle #5	The role of the teacher is one of facilitator.
Principle #6	Information and assignments are pertinent.
Principle #7	New material draws on past experiences and is related to something the learner already knows.
Principle #8	The threat to self is reduced to a minimum in the educational situation.
Principle #9	The learner is able to participate actively in the learning process.
Principle #10	The learner is able to learn in a group.
Principle #11	The nature of the learning activity changes frequently.
Principle #12	Learning is reinforced by application and prompt feedback.

# Pedagogy vs Andragogy

<b>Andragogy</b>	<b>Pedagogy</b>
self-directed learner	learner dependent on decision of teacher
larger amount of life experiences	few life experiences
learning needs closely related to social roles	learning needs are dictated by the teacher
problem-centered	subject/content centered
intrinsically motivated	extrinsically motivated

# Pedagogy vs Andragogy

- تمایل به مقاومت بیشتر در برابر تغییر (ایده‌ها، ارزش‌ها و نگرش‌های تثبیت شده)
- موانع یادگیری بیشتر (بار خانوادگی، کاری و مسئولیت‌های اجتماعی موثر بر زمان، انرژی و تمرکز)
- اضطراب یادگیری (احساس پیر بودن و یا ترس از شکست)
- یادگیری بزرگسالان مسئله محور (به کارگیری دانش و مهارت برای حل مشکلات فوری)
- در ابتدای هر برخورد یاددهی-یادگیری، بزرگسالان می‌خواهند بدانند که از تلاش‌های خود در یادگیری چه سودی به دست خواهند آورد.

جهت گیری کلی بزرگسالان به سمت آموزش مداوم از دیدگاه  
ببکاک و میلر، ۱۹۹۴:

۱. فراگیران هدف گرا *Goal-oriented learners*

۲. فراگیران فعالیت محور *Activity-oriented learners*

۳. فراگیران یادگیری محور *Learning-oriented learners*

## جهت گیری کلی بزرگسالان...

### ۱. یادگیرندگان هدف گرا *Goal-oriented learners*

- با هدف دستیابی به اهداف روشن و قابل شناسایی شرکت می کنند.
- ادامه تحصیل برای آنها به عنوان یک الگوی تکرار شونده در زندگی است
- آنها نیاز به گسترش دانش و مهارت های خود را تشخیص می دهند.
- بزرگسالانی که در دوره های شبانه یا کارگاه های حرفه ای شرکت می کنند، این کار را برای ایجاد تخصص خود یا برای پیشرفت در زندگی حرفه ای یا شخصی خود انجام می دهند.

## جهت گیری کلی بزرگسالان...

### ۲. فراگیران فعالیت محور **Activity-oriented learners**

- فعالیت های آموزشی را در درجه اول برای رفع نیازهای اجتماعی انتخاب می کنند.
- یادگیری محتوا نسبت به نیاز آنها به تماس انسانی، در درجه دوم اهمیت قرار دارد.
- شرکت در گروه های حمایتی، گروه های با علاقه خاص، گروه های خودیاری یا کلاس های آکادمیک را انتخاب می کنند و اساساً به دلیل تمایلشان به بودن با افراد دیگر و صحبت کردن با آنها در موارد مشابه، به آنها می پیوندند.



جهت گیری کلی بزرگسالان...

### ۳. فراگیران یادگیری محور Learning-oriented learners

- خود را دانش آموزانی دائمی می دانند که به دنبال دانش برای دانش هستند.
- آنها در تمام طول زندگی خود یادگیرندگان فعالی هستند و تمایل دارند به گروه ها، کلاس ها یا سازمان ها بپیوندند با این پیش بینی که این تجربه ی آموزشی و شخصی، با ارزش باشد.

# *Andragogy...*

دوره بزرگسالی شامل سه مرحله اصلی رشد می شود:

➤ مرحله رشد بزرگسالان جوان (۱۸-۴۰ سال)

➤ بزرگسالان میانسال (۴۰ تا ۶۵ سال)

➤ بزرگسالان مسن تر (بالتر از ۶۵ سال)

# Andragogy...

## ● دوران جوانی (۱۸ تا ۴۰ سالگی)

● دارای نقش های همسری و/یا والدینی، روابط طولانی مدت و صمیمی با افراد دیگر، انتخاب سبک زندگی و سازگاری با آن، تصمیم گیری در مورد شغل و مدیریت خانه و خانواده در این مرحله اتفاق می افتد.

● انگیزه برای یادگیری: انگیزه های درونی، مانند نیاز به عزت نفس، کیفیت بهتر زندگی، رضایت شغلی یا محرک های بیرونی، مانند ارتقای شغلی، پول بیشتر، یا زمان بیشتر برای یادگیری

● به دلیل نقش های متعدد، تصمیمات منبع بالقوه استرس

● توانایی های جسمانی در اوج است و قادر به تسلط هر مهارت روانی حرکتی

● ظرفیت شناختی کاملاً توسعه یافته

● جمع آوری دانش و مهارت های جدید از تجربیات رسمی و غیررسمی صورت می گیرد

# Andragogy...

## دوران جوانی (۱۸ تا ۴۰ سالگی)...

- تعمیم تجارب به موقعیت های جدید
- توانایی تحلیل انتقادی، حل مسئله و تصمیم گیری در مورد نقش های شخصی، شغلی و اجتماعی خود
- علاقه به یادگیری تجربیاتی دارند که دارای کاربرد فوری برای حل مشکلات روزمره اند.
- تلاش برای ایجاد یک رابطه قابل اعتماد، رضایت بخش و دائمی با دیگران
- تلاش برای حفظ استقلال و خودکفایی بدست آمده در دوران نوجوانی
- تماس محدود با سیستم مراقبت های بهداشتی (عموماً سلامت هستند)
- اصلاح دشوار بسیاری از انتخاب های این دوره (اگر انتخاب ها مثبت نباشند)
- مملو از فرصت های "قابل آموزش"، اما بی نیازترین تلاش ارائه دهندگان بهداشت برای آموزش
- ارتقای سلامت نادیده گرفته ترین جنبه آموزش مراقبت های بهداشتی در آنهاست

## Andragogy...

- دوران جوانی (۱۸ تا ۴۰ سالگی)...

- بهترین دوره برای آموزش پیشگیری از بیماری در آینده (مانند فشار خون بالا، کلسترول بالا، چاقی، استعمال دخانیات، مصرف بیش از حد الکل و مواد مخدر، و سابقه خانوادگی مربوط به بیماری‌های عمده مانند سرطان و بیماری قلبی)

- تمایل بالا به مشارکت فعال در فرآیند آموزشی، فرصت مناسب برای

همکاری متقابل در تصمیم‌گیری آموزش بهداشت

## Andragogy...

- دوران جوانی (۱۸ تا ۴۰ سالگی)...
- استفاده از تجربیات آنها تا برای مرتبط، مفید و برانگیزاننده کردن یادگیری
- با توجه به رویکرد یادگیری خودگردان (*self-directed*)، از مواد آموزشی مکتوب و ابزارهای سمعی و بصری به خوبی بهره می برند.
- بحث گروهی روشی جذاب برای آموزش و یادگیری آنها است.
- ارزشیابی قبل از تدریس برای تعیین سطح شروع تدریس لازم است.
- صرف نظر از محتوا، اصل اساسی برای آسان تر کردن و مرتبط تر کردن یادگیری، ارائه منطقی مفاهیم از ساده به پیچیده و ایجاد روابط مفهومی از طریق کاربرد خاص آنها است.

## Andragogy...

### بزرگسالی میانسالی (۴۰ تا ۶۵ سالگی)

- بسیاری از افراد در حرفه خود به اوج رسیده‌اند، همراه با رشد کامل شخصیت
- فرزندانشان بزرگ شده‌اند، و زمانی برای دنبال کردن علایق خود دارند.
- در مورد کمک‌هایی که به خانواده و جامعه کرده‌اند فکر کنند و اهداف و ارزش‌های خود را دوباره بررسی می‌کنند.
- شروع تغییرات فیزیولوژیکی: کاهش تون پوست و ماهیچه، متابولیسم، افزایش وزن بدن، کاهش استقامت و سطح انرژی، تغییرات هورمونی و شروع کاهش قدرت شنوایی و بینایی
- ممکن است انگیزه بیشتری برای پیروی دقیق‌تر از توصیه‌های بهداشتی داشته باشند یا برعکس، ممکن است بیماری‌ها را انکار کنند یا به طور کلی اقدامات سالم را کنار بگذارند.

## Andragogy...

## بزرگسالی میانسالی (۴۰ تا ۶۵ سالگی)...

- تاثیر این تغییرات بر تصویر خود، توانایی یادگیری و انگیزه یادگیری در مورد ارتقای سلامت، پیشگیری از بیماری و حفظ سلامتی
- نیاز به ارائه اطلاعات مربوط به بیماری های مزمنی که می توانند در این مرحله از زندگی ایجاد شوند
- ثبات توانایی یادگیری - از دیدگاه شناختی - در تمام دوران میانسالی
- اعتماد به توانایی یادگیری بر اساس تجربیات زندگی و سوابق اثبات شده خود
- نیاز به اطمینان از شایستگی های یادگیری خود دارند
- تمایل به اصلاح جنبه‌هایی از زندگی خود که از نظر آنها رضایت بخش نیست
- گرایش از خود و خانواده به سمت جامعه بزرگتر



## Andragogy...

### ● بزرگسالی میانسالی (۴۰ تا ۶۵ سالگی)...

- حرکت به سمت سال های بازنشستگی و برنامه ریزی برای کارهای پس از به پایان رساندن شغل
- برای آموزش به این گروه سنی، پرستار باید از منابع بالقوه استرس، عوامل خطر سلامت مرتبط با این مرحله از زندگی و نگرانی های معمول میانسالی آگاه باشد.
- استرس ممکن است در توانایی آنها برای یادگیری اختلال ایجاد کند یا آنها را تحریک کند تا از ارائه دهندگان مراقبت های بهداشتی کمک بگیرند.
- کسانی که زندگی سالم و پرباری داشته اند اغلب انگیزه دارند که با متخصصان بهداشت تماس بگیرند تا از حفظ وضعیت سالم خود اطمینان حاصل کنند.
- وظیفه پرستار کمک به مقابله با استرس و حفظ وضعیت مطلوب سلامتی
- راهبردهای آموزشی برای یادگیری شبیه به روش ها و ابزارهای آموزشی است که برای یادگیرنده جوان استفاده می شود، اما محتوا با توجه به دغدغه ها و مشکلات خاص این گروه متفاوت است.

# Andragogy...

## بزرگسالی مسن تر (۶۵ سال و بالاتر)

- آموزش افراد مسن، که به نام جروگوژی (gerogogy) شناخته می شود، با آموزش بزرگسالان (آندراگوژی) و کودکان (پداگوژی) متفاوت است.
- برای اینکه آموزش مؤثر باشد، جروگوژی باید تغییرات طبیعی فیزیکی، شناختی و روانی-اجتماعی را که در این مرحله از رشد و تکامل رخ می دهد، در خود جای دهد (Weinrich & Boyd, 1992).

# Andragogy...

## بزرگسالی مسن تر (۶۵ سال و بالاتر)...

- تغییرات فیزیولوژیکی پیش رونده و کاهشی در تمام سیستم های بدن
- کاهش یا از دست دادن شنوایی، تغییرات بینایی مانند آب مروارید، کاهش اندازه مردمک چشم، و پیرچشمی مانع از آن می شود که افراد مسن بتوانند حروف کوچک را ببینند، کلمات چاپ شده روی کاغذ براق را بخوانند یا ماشین را برانند. زرد شدن عدسی چشمی باعث کاهش درک رنگ می شود.
- کاهش سطح انرژی و کاهش توانایی مقابله با استرس به دنبال سایر تغییرات فیزیولوژیکی
- کاهش سرعت هدایت عصبی تا ۱۵ درصد ( تاثیر بر زمان های رفلکس و نرخ پاسخ عضلانی)
- تغییر توانایی شناختی با افزایش سن (از دست دادن نوروها با تغییرات سلولی دائمی)

# Andragogy...

## بزرگسالی مسن تر (۶۵ سال و بالاتر)...

- در نتایج تحقیقات فیزیولوژیکی: افراد دارای دو نوع توانایی فکری هستند:
- هوش متبلور (*Crystallized intelligence*) و هوش سیال (*Fluid intelligence*).
- هوش متبلور، هوشی است که در طول عمر جذب می شود، مانند واژگان، اطلاعات کلی، درک تعاملات اجتماعی، استدلال حسابی و توانایی ارزیابی تجربیات. این نوع هوش در واقع با تجربه و افزایش سن افزایش می یابد. اما با بیماریهایی مانند زوال عقل آلزایمر، مختل شود.

# Andragogy...

## بزرگسالی مسن تر (۶۵ سال و بالاتر)...

- در نتایج تحقیقات فیزیولوژیکی: افراد دارای دو نوع توانایی فکری هستند:
- **هوش سیال** ظرفیت درک روابط، استدلال و انجام تفکر انتزاعی است.
- این نوع هوش با رخ دادن تغییرات دژنراتیو کاهش می یابد.
- کاهش در هوش سیال منجر به کاهش زمان پردازش، کاهش حافظه کوتاه مدت، افزایش اضطراب امتحان، اشتباه گرفتن نماد یا کلمه قبلی را با کلمه یا نماد جدیدی که به تازگی معرفی شده است، می شود.

# Andragogy...

بزرگسالی مسن تر (۶۵ سال و بالاتر)...

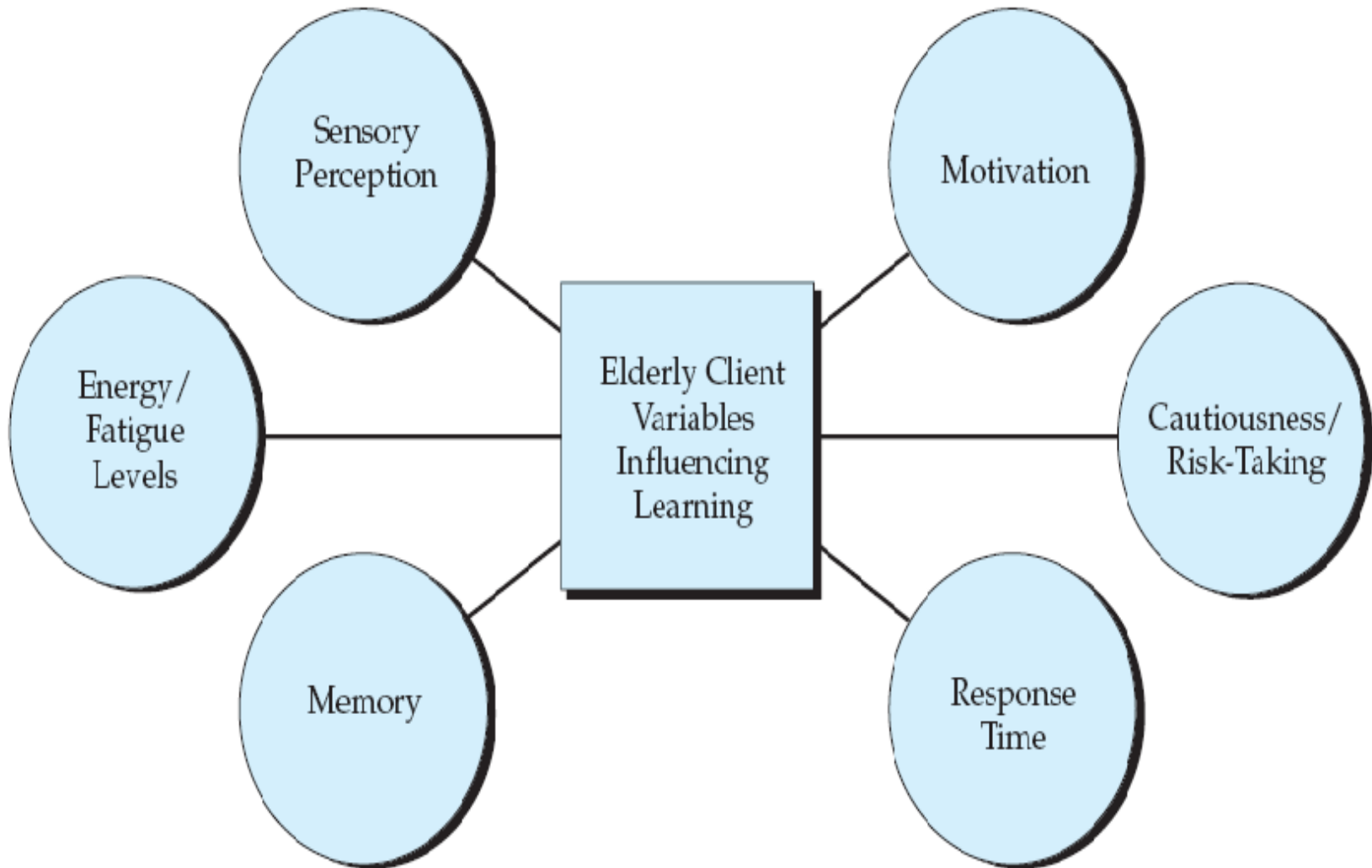
- در کار با افراد مسن، یادآوری خاطرات یک رویکرد مفید برای ایجاد یک رابطه درمانی است.
- صحبت کردن با افراد مسن در مورد تجربیات آنها - ازدواج، فرزندان، نوه ها، شغل، مشارکت اجتماعی و موارد مشابه - می تواند بسیار محرک باشد.
- فرآیند آموزش و یادگیری اگر متناسب با تفاوت های جسمی، شناختی، انگیزشی و اجتماعی سالمندان باشد، برای پرستار و بیمار بسیار مفیدتر و موفق تر است.
- از آنجایی که تغییرات در نتیجه افزایش سن از فردی به فرد دیگر متفاوت است، ارزیابی سطح عملکرد فیزیکی، شناختی و روانی - اجتماعی هر یادگیرنده قبل از تدوین و اجرای هر برنامه آموزشی ضروری است.

# Andragogy...

## بزرگسالی مسن تر (۶۵ سال و بالاتر)...

- افراد مسن تر از سطح تحصیلات رسمی کمتری نسبت به کل جمعیت برخوردارند
- ممکن است در موقعیت یاددهی-یادگیری احساس ناراحتی کنند و تمایلی به پرسیدن سؤال نداشته باشند.
- آموزش باید در جهت ارتقاء مشارکت آنها و تغییر نگرش آنها نسبت به یادگیری باشد
- برای آنچه زمانی بودند و برای آنچه امروز هستند احترام قائل شویم.
- تعامل باید حمایتی باشد، نه قضاوتی.
- بهترین نتیجه در یک فضای غیررسمی حاصل می شود.
- متغیرهای فردی و موقعیتی مانند انگیزه، تجربیات زندگی، پیشینه تحصیلی، وضعیت اجتماعی-اقتصادی، وضعیت سلامتی-بیماری، و مهارت‌های حرکتی، شناختی و زبانی بر توانایی افراد مسن برای یادگیری تأثیر گذارند.

# Elderly Client Variables Influencing Learning



(a)



## جبران اختلالاتی که مانع یادگیری می شوند

- اگر بینایی بیمار سالمند کم شده باشد، از نور مناسب استفاده کنید و از رویارویی مستقیم بیمار با منبع نور اجتناب کنید.
- اگر برای بیمار عینک تجویز شده باشد، مطمئن شوید که آنها استفاده می شوند آنگاه از موارد چاپی مانند اتیکت ها و دستورالعمل ها با چاپ بزرگ استفاده کنید.
- برای جبران از دست دادن شنوایی، با بیمار ارتباط چهره به چهره برقرار کنید و از صدای استفاده کنید و با وضوح و به آرامی صحبت کنید، بیمار را تشویق کنید که از سمعک استفاده کند. از بیمار سوالاتی بپرسید تا روشن شود آنچه شما به او گفته اید را فهمیده است، و اطلاعاتی مکتوب به بصورت کپی از آنچه که شما به صورت شفاهی ارائه کرده اید تحویل دهید.
- برای جبران محدودیت توان بیمار، جلسات آموزشی کوتاه مدت ، کمتر از 10 تا 15 دقیقه برگزار کنید و برای اینکه بیمار به اندازه مورد نیازش اجازه استراحت داشته باشد برنامه ریزی کنید.

- در طول آموزش هر گونه فعالیت یا مهارت، سرعت آموزش باید توسط بیمار تنظیم شود.
- به یاد داشته باشید که در افراد مسن محدودیتهای دستگاه اسکلت عضلانی و سیستم عصبی منجر به سفتی مفاصل و کاهش زمان واکنش می شود. این تغییرات بر عملکرد کارهای ساده مانند باز کردن یک بطری دارو، و همچنین وظایف پیچیده ای مانند انتقال از صندلی به رختخواب اثر می گذارد. پس هرگز نباید فرد مسن در انجام وظایف، محدودیت زمانی داشته باشد و نباید در کارها عجله کند
- با افزایش سن، حافظه فرد برای اطلاعاتی که شنیده می شود بهتر از اطلاعاتی است که دیده می شود. بنابراین، احتمال دارد که یک فرد مسن تر اطلاعات شنیداری را بهتر از اطلاعات دیداری به یاد داشته باشد.
- برای افزایش یادگیری یک بیمار با حافظه از دست رفته، پیام را بطور مکرر تکرار کنید و از بیمار مدام سوال کنید تا سطح حافظه ی او را تعیین کنید

# بطور کلی...

- بزرگسالان تنها در صورتیکه احساس نیاز داشته باشند یاد می‌گیرند.
- افراد بزرگسال باید بخواهند که یاد بگیرند.
- بزرگسالان حین عمل یاد می‌گیرند.
- افراد بزرگسال از طریق حل مشکلات عملی یاد می‌گیرند.
- افراد بزرگسال از طریق کاربرد و تجربیات قبلی خود بهتر فرا گیرند.
- بزرگسالان در محیط غیررسمی بهتر یاد می‌گیرند.
- بزرگسالان توسط روش‌های متنوع آموزشی بهتر فرا می‌گیرند.

# منابع

## 1. Nurse as educator : principles of teaching and learning for nursing practice / [edited by] Susan B. Bastable.— 2nd ed.

2) تانیا مهاجر، ( ۱۳۸۰ اصول آموزش به بیمار. تهران : سالمی

3) علی احمد ، نوقابی اسدی) . ۱۳۸۱ ( اصول آموزش به بیمار و فرایند یادگیری. چاپ دوم . تهران : نشر

بشری

۴) وزارت بهداشت و آموزش پزشکی " راهنمای جامع استانداردهای اعتبار بخشی ملی بیمارستانهای ایران"

ویرایش چهارم