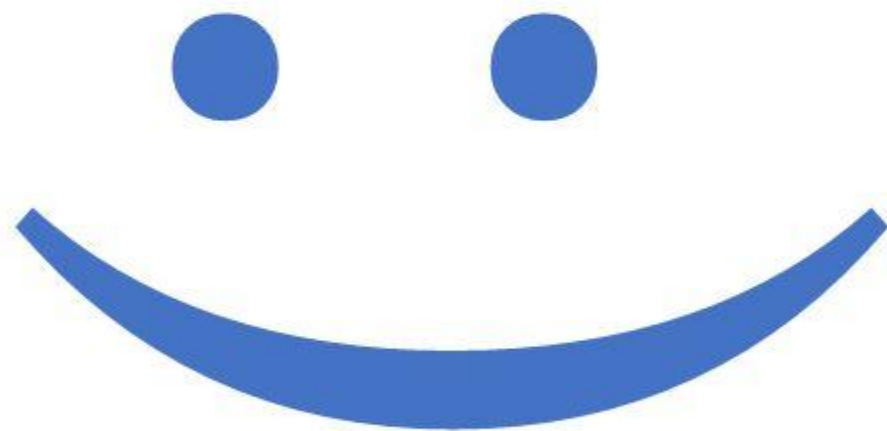


In the name of God





تاریخچه منتورینگ



معنای منتورینگ:

- از نظر دکتر کولین: منتورینگ رابطه‌ای حمایتی است که به وسیله آن یادگیری و تجربه به وقوع می‌پیوندد، مهارت‌های بالقوه فرد توسعه می‌یابد.
- مفهوم استاد – شاگردی در زبان فارسی تا حدودی مفهوم منتورینگ را می‌رساند.
(راهنما، قیم، مربی، محرم راز، الگو، مرشد و ...)

خصوصیات کلی منتور ها در دنیا



- سابقه کار قابل توجه (با تجربه بودن) داشته باشد
- علاقمند به آموزش و انتقال تجربیات خود به دیگران باشد
- صداقت داشته و اشتباهات را گوشزد کند
- دارای ارتباطات قابل توجه باشد
- اهل دانش و کسب اطلاعات به روز باشد

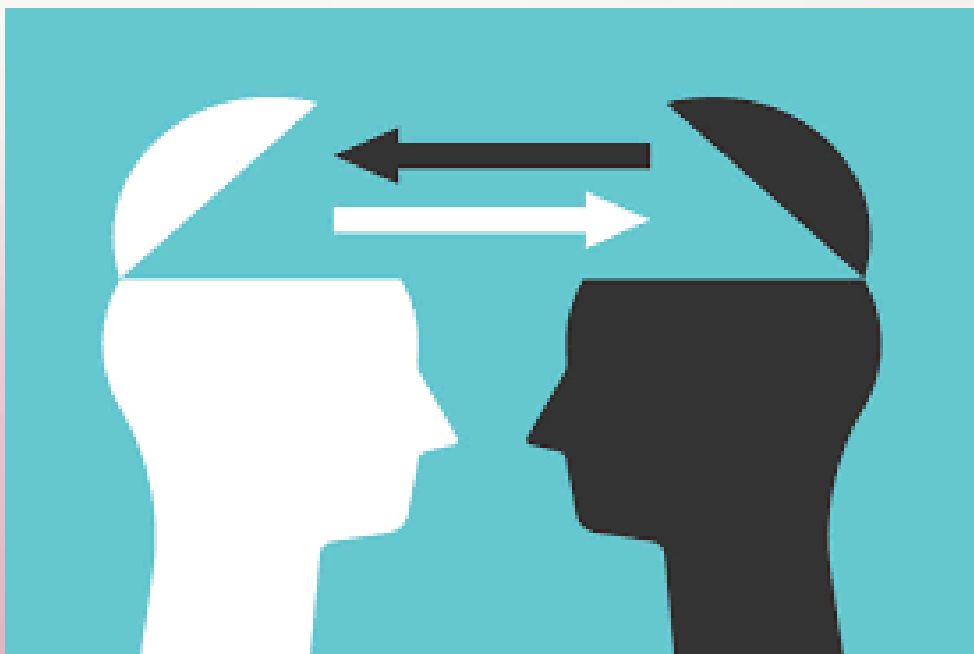
منتی کیست؟

- منتی فردی است که در زمینه ای دارای تخصص کمتری است و به طور داوطلبانه مایل به دریافت کمک از منتور خود می باشد.



سوال

• آیا منتورینگ رابطه یک طرفه است؟





چرا داشتن منتور مفید است؟

- رابطه با منتور را می توان کمک به خود تلقی کرد. داشتن منتور نشانه ضعف نیست، بلکه بر عکس هم منتور و هم منتهی باید تا حدودی قوی باشند تا بتوانند با هم رابطه منتوری برقرار کنند. فرد می تواند دلایل مختلفی برای داشتن منتور داشته باشد. می توان مسائل شغلی و تحصیلی یا بعضی از مسائل شخصی خود را با یک فرد با تجربه در میان گذاشت و یا از طریق منتور خود ارتباط های بیشتری در زمینه به خصوصی کسب کرد.
- برای مثال بعضی از رئیس های شرکتها یک منتور جوان انتخاب می کنند تا بتواند با کارمندان جوان خود بهتر رابطه برقرار کند. شما می توانید منتور انتخاب کنید تا بتوانید مسائل مختلف را با او در میان بگذارید.

چند توضیح پیرامون منتورینگ:

- (۱) آیا تمام افرادی که در پیرامون ما هستند برای منتور بودن مناسب اند؟ یا به عبارتی وجود یک منتور برای تمام زمینه ها کافی است؟
- (۲) منتورینگ یک رابطه رسمی است یا دوستانه؟
- (۳) منتورینگ فقط برای افراد جوان کاربرد دارد؟
- (۴) منتورینگ جنبه ای فراتر از خوش قلبی افراد دارد؟

به دیگران کمک کنید حتی با دوانستن اینکه اونا نمی تونن
کمکتون رو جبران کنن ! خدا براتون یه جا جبران میکنه .





ماچرا به فکر ایجاد دفتر منتورینگ افتادیم؟؟

- در سال های اخیر با توجه به تغییرات سریع در رشته های علوم پزشکی، همواره دانشجویان به یک منبع به روز و معتبر نیاز دارند، منظور از منبع به روز فردی است که خود عملا در آن شرایط زیسته و به خوبی شرایط را درک می کند.
- شاید باخود بگویید که یک استاد اینکار را بهتر از یک دانشجو که هم نوع من است انجام می دهد اما به چند دلیل باید خدمت تان عرض کنیم که اساتید نمی توانند وقت کافی در اختیار دانشجویان بگذارند از جمله سنگینی کار و پر بودن وقت اساتید و تعداد زیاد دانشجویان.
- ثانیا مشکل دیگری که هست این می باشد که اساتید شرایط فعلی را به خوبی یک دانشجوی درحال تحصیل درک نمی کنند برای مثال یک دانشجوی خوابگاهی اطلاعات به مراتب بیشتری از یک استاد درباره نیاز های فعلی یک دانشجو در خوابگاه دارد. بدین ترتیب ما تصمیم گرفتیم دفتر منتورینگ دانشکده پرستاری و مامایی را در مهر ماه ۹۶ زیر نظر استاد سیدرسولی دایر کنیم.

• برای دستیابی شیوه نامه اجرایی منتورینگ دانشکده به لینک زیر مراجعه فرمایید



• <http://nursing.tbzmed.ac.ir>

• سایت دانشکده پرستاری و مامایی تبریز-دفتر منتورینگ- شیوه نامه اجرایی

شرایط منتور بودن و نحوه جذب منتور:



- ۱: معدل ۱۶ و بالاتر
- ۲: ترم ۳ و بالاتر
- ۳: داشتن علاقه به همکاری بادفتر منتورینگ وانگیزه وتعهد به رشته خود
- ۴: عدم سوپیشینه انضباطی
- ۵: دخالت ندادن هر گونه فعالیت سیاسی در دفتر منتورینگ

• نکته:

- منتورینگ دانشگاه علوم پزشکی تبریز نو پا می باشد و نیازمند همکاری همه عزیزان است تا به درخت تنومند تبدیل شده و سالیان آینده به فعالیت خود ادامه دهد. با آرزوی موفقیت برای تک تک دوستان



Mentoring

Empower others to **CHALLENGE**
themselves, **LEARN** about
the world and be a **POSITIVE**
FORCE within it...



مدل مهارت‌های منتورینگ

مهارت‌های مخصوص
منتی

مهارت‌های مخصوص
منتور

مهارت‌های مشترک
بین منتور و منتی

مدل مهارت‌های متورینگ

- مهارت‌های مشترک بین متور و منتهی
- گوش سپردن فعالانه
- ایجاد حس اعتماد
- تشویق کردن
- شناسایی اهداف و واقعیت‌های کنونی



مدل مهارت‌های متورینگ

• مهارت‌های مخصوص متور:

• هدایت کردن / پرورش دادن ظرفیت‌های موجود

• روحیه دادن

• ارائه بازخورد اصلاح کننده

• مدیریت خطرات

• ایجاد فرصت‌ها و موقعیت



مدل مهارت‌های منتورینگ

• مهارت‌های مخصوص منتی:

• اختیار کردن منتور

• یادگیری سریع

• متعهد بودن

• مدیریت روابط



مهارت‌های مشترک بین منتور و منتهی

۱. گوش سپردن فعالانه



➤ نشان دادن واکنش‌های تشویقی و تأکیدی

➤ استفاده از رفتارهای غیر کلامی مناسب

➤ خودداری از قطع کردن کلام فرد مقابل در حین صحبت

شنوندگی فعال

L	look	تماس چشمی
I	inquire	پرسیدن سوال
S	summarise	خلاصه کردن
T	take notes	یادداشت برداری
E	encourage	تشویق کردن
N	neutralize	حالت خنثی

SOKHANVARAN.com

آموزش فن بیان، سخنوری، ارتباطات و رفتارشناسی

مهارت‌های مشترک بین منتور و منتهی

• ۲. ایجاد حس اعتماد

- به قول‌هایی که می‌دهید متعهد باشید
- به حد و مرز طرف مقابل خود احترام بگذارید
- در صورت انجام یک اشتباه و یا کوتاهی در امری، به خطای خود اعتراف کرده و مسئولیت جبران آن را قبول کنید.



مهارت‌های مشترک بین منتور و منتهی

• ۳. تشویق کردن

- ❖ منتورهای موثر، منتهی‌های خود را مورد تشویق و ستایش قرار می‌دهند که باعث افزایش اعتماد به نفس منتهی می‌شود و به پیشرفت وی کمک می‌کند.
- ❖ توجه و اشاره به نقاط قوت در عملکرد طرف مقابل
- ❖ تشویق در برابر جمع
- ❖ نوشتن پیام‌ها یا ایمیل‌های تشویقی

مهارت‌های مشترک بین منتور و منتهی

• ۴. شناسایی اهداف و واقعیت‌های کنونی:

❖ به عنوان یک منتور، کاملاً شفاف و دقیق با منتهی خود در رابطه با چشم‌انداز آنها، رویاها و اهداف خود در شغل/زندگی صحبت کنید. آنان نیز کنج‌گاو خواهند شد این موارد را در مورد شما بدانند و نیز تشویق خواهند شد تا آنان را در مورد خود مشخص کنند.

❖ به عنوان یک منتهی شما نیز به این مهارت نیاز دارید. قبل از اینکه از کسی درخواست کمکی بکنید، ابتدا باید از اهداف خود، نقاط قوت و پیشرفت‌هایی که نیاز دارید، آگاه باشید و دقیقاً بدانید به چه کمکی نیاز دارید. برای پرورش این مهارت:

➤ بدانید که چه چیزی برای شما مهم است و از همه چیز بیشتر بدان علاقه داشته و ارزش قائل هستید.

➤ زمینه‌هایی را که در آنها عملکرد بهتری دارید شناسایی کرده و نقاط قوت خود را بشناسید.

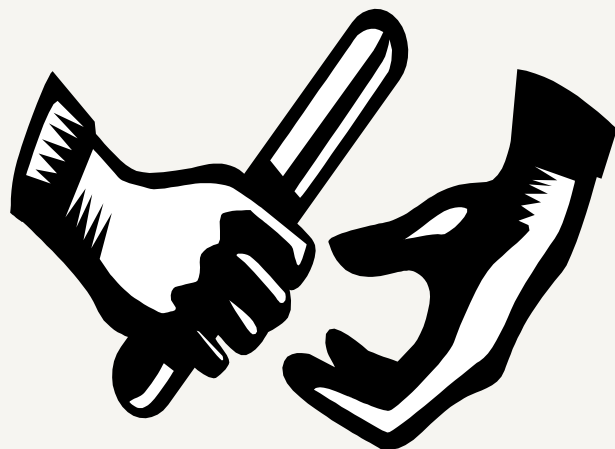
مهارت‌های حیاتی مخصوص منتور

- ۱. هدایت کردن / پرورش دادن ظرفیت موجود:
 - تمامی منابع مورد نیاز از قبیل آشنایی با افراد، کتاب‌ها، نرم افزارها و وبسایت ها و ... را برای منتهی خود فراهم کنید.
 - کمک کنید تا منتهی شما دیدگاه گسترده‌تری نسبت به محل تحصیل خود و شناخت بیشتری از آن همچون ارزش‌ها، فرهنگ آن به دست بیاورد.

مهارت‌های حیاتی مخصوص منتور

• ۲. روحیه دادن:

❖ یک مهارتی که مربیان عالی را از آنهایی که بسیار خوب هستند جدا می کند، توانایی الهام بخشیدن به آنهاست. با مثال زدن خودتان و استفاده از تجربه های متفکران و افراد موفق دیگر سعی کنید برای منتی های خود الهام بخش باشید.



تو قوی هستی ادامه بده



مهارت‌های حیاتی مخصوص منتور

• ۳. ارائه بازخورد اصلاح کننده:

- انتقادات و نظرات خود را به صورت خصوصی به خودشان بیان کنید
- بازخورد خود را هرچه سریعتر به محض مناسب بودن موقعیت بیان کنید
- راه حل‌های موثر و کارآمدی را برای دفعات بعدی جهت حل آن مشکل پیشنهاد کنید همچنین آمادگی خود جهت کمک به فرد را اعلام کنید.

مهارت‌های حیاتی مخصوص منتور

۴. مدیریت موانع:

- به منتهی خود کمک کنید تا بتواند موانع احتمالی تصمیمات و پروژه‌هایی که با آن کار میکند را شناسایی کرده و همچنین با تجربیات مشابه شما آشنا شود.
- پیشنهاداتی را ارائه دهید که کمک می‌کند تا مرتکب اشتباهات و خطاهای بزرگ در تصمیمات و قضاوت‌های خود نشوند.

مهارت‌های حیاتی مخصوص منتور

• ۵. ایجاد فرصت‌ها و موقعیت:

- منتی‌های خود را به افرادی که می‌توانند به آنان در راستای رسیدن به اهدافشان کمک کنند سفارش کنید.
- خودتان شخصا منتی‌های خود را به افراد صحیح و مناسب معرفی کنید.
- منابع مختلفی را جهت دنبال کردن به منتی خود معرفی کنید.

مهارت‌های مخصوص منتهی

• ۱. اختیار کردن منتور:

➤ لیستی از نفراتی که به بهترین نحو میتوانند در راه شما به سمت موفقیت منتور شما باشند تهیه کنید

➤ فعالانه در جست و جوی منتور باشید

➤ نیازها و اهداف مخصوص به خود را به منتورهای آینده خود شرح دهید

مهارت‌های مخصوص منتهی

• ۲. یادگیری :

- دانش و مهارتهایی که به شما عرضه می شوند را دریافت کنید
- به دقت نظارت کنید و غیر مستقیم از تمامی اقدامات منتور خود و دیگران سعی کنید مطالبی را بیاموزید
- منابع مرتبط با پیشرفت خود را که توسط منتور شما پیشنهاد شده و یا خود به دنبالشان هستید را مطالعه کنید
- بدون جبهه گیری بازخوردها و انتقادات مختلف را پذیرا باشید و خود از منتورتان بخواهید بازخوردهایی را برای شما ارائه کنند

مهارت‌های مخصوص منتهی

• ۴. متعهد بودن:

- به تمامی قرارهایی که با منتور خود گذاشتید پایبند باشید.
- ماموریت‌های محوله توافقی را به موقع به اتمام برسانید و کامل کنید.
- پیشنهادات آنان را اجرایی کنید و نتیجه را گزارش کنید.
- پیش از موعد در صورت تمایل به لغو یک قرار به منتور خود اطلاع دهید.

مهارت‌های مخصوص منتهی

• ۵. مدیریت رابطه:

- با هر یک از متورهاى خود بر سر قضایایى همچون رضایت از برنامه جلسات و ملاقات ها و نتیجه آنان به روز باشید و پیگیر.
- برای پایان رابطه متور-منتهی خود را آماده کنید

ارتباط موثر
• جذابیت فردی
• جذابیت محتوی
• جذابیت ارائه



جذابیت فردی:

۱. آراستگی ظاهری
۲. تواضع
۳. نرم خویی
۴. ادب
۵. محبت بی توقع
۶. درک و توجه
۷. حضور و کمک در لحظات سخت



جذابیت محتوی:

۱. کوتاه و مختصر
۲. دسته بندی شده
۳. محکم و مستدل
۴. قابل درک و فهم
۵. مورد نیاز و کاربردی
۶. پاسخ به سوال ذهنی مخاطب



جذابیت ارائه:

۱. ملموس
۲. زبان بدن
۳. سرعت مناسب
۴. شوخ طبعی
۵. مشارکت
۶. کمک آموزشی



حیطه های آموزشی و پژوهشی برنامه منتورینگ



- ✓ کمک به دانشجویان علاقمند در جهت بهبود و ارتقای وضعیت آموزشی آنان
- ✓ ایجاد زمینه مناسب برای شکوفایی استعداد و برانگیختن خلاقیت علمی دانشجویان و بهره گیری از توانمندی های ایشان جهت راهنمایی و کمک به دیگر دانشجویان
- ✓ ارائه و معرفی منابع آموزشی و کمک آموزشی مناسب و به روز به دانشجویان
- ✓ برانگیختن روحیه علم آموزی و رقابت علمی میان دانشجویان



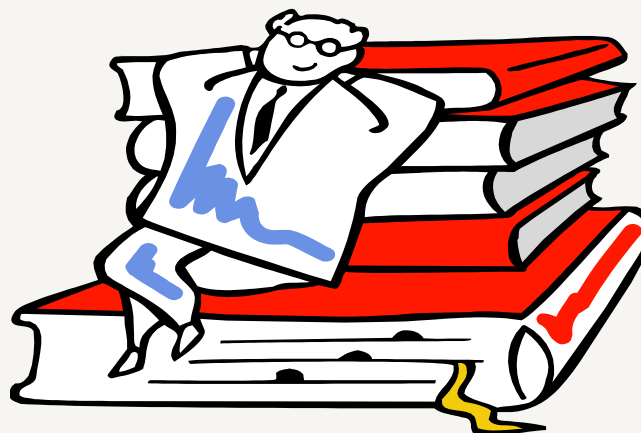


✓ برگزاری کارگاه برای آموزش متورها (کارگاه برقراری ارتباط، کارگاه مهارت های بالینی) [Untitled.png](#)

✓ تولید و انتشار محتوای آموزشی به صورت کتاب، نشریات الکترونیکی و فیلم آموزشی (آرشیو منتورینگ و..)

✓ حمایت و تشویق دانشجویان کوشا و رتبه های برتر آموزشی و پژوهشی

✓ جذب دانشجویان علاقه مند به منتورینگ و فعالیت های کمک آموزشی



لیست پروسیجر ها

لوله گذاری داخل تراشه
venous cut down و بخیه
اقدامات در شوک
مراقبت های اولیه ترومایی
گذاشتن اتل در شکستگی ها و گچ گیری
های ساده
کشت خون و اصول استریلیزاسیون
زایمان واژینال و لفاسمان دیلاتاسیون
علایم حیاتی
کمک های اولیه
پونکسیون مایع مغزی نخانی
کریکوتیروتومی

احیای قلبی و ریوی بزرگسالان
احیای نوزاد
احیای کودکان و شیرخواران
سونداژ مثانه
سونداژ معده و شست و شوی معده
تزریقات عضلانی، زیرجلدی، و داخل جلدی
تزریقات وریدی و سرم درمانی
Abg و تفسیر
احیای پیشرفته قلبی ریوی (acls)
احیای اولیه قلبی ریوی (bls)

- ✓ نحوه ی برقراری ارتباط با همکلاسی ها و اساتید
- ✓ نحوه آماده شدن برای امتحانات پایان ترم
- ✓ قوانین آموزشی (حضور و غیاب در کلاس تئوری و بالین و...)





چالش های پیش رو در برنامه ی منتورینگ



دو نوع چالش:

- چالش های مرتبط با منتور
- چالش های مرتبط با برنامه ی منتورینگ

چالش های مرتبط با متور:

۱. ارتباط متور با متی

۲. دسترسی به متور

۳. مهارت متورینگ



چالش های مرتبط با منتور

۱- ارتباط منتور با منتهی :

- تماس با منتهی در زمان های نامناسب
- پیگیری بیش از حد منتور
- فضای صمیمی کمتر در رابطه

چالش های مرتبط با منتور

۲- دسترسی به منتور

❖ به جهت مقطع بالینی بالاتر و مشغله ی کاری منتور



۳- مهارت منتورینگ:

- مسلط نبودن به جزئیات دروس سال اول و فراموش کردن آنها
- ناکافی بودن پاسخ گویی منتور ها
- توضیح ندادن مشکلات احتمالی پیش روی منتهی قبل از مواجهه با آن

چالش های مرتبط با برنامه ی متورینگ:

- ۱- جور سازی
- ۲- آموزش متور
- ۳- پایش برنامه ی متورینگ

چالش های مرتبط با برنامه ی منتورینگ

- ۱- جور سازی:

- وجود منتور هایی با اختلاف سال تحصیلی زیاد با منتهی

- جور نبودن منتهی با منتور از جهات شخصیتی یا خوابگاهی یا بومی بودن

- تاثیر منفی وضعیت تحصیلی خوب منتور بر منتهی



چالش های مرتبط با برنامه ی منتورینگ

۲- آموزش منتور:

- خوب آشنا نبودن منتور با کوریکولوم آموزشی جدید
- سلیقه ای بودن راهنمایی های منتور های مختلف و نداشتن اتحاد رویه

چالش های مرتبط با برنامه ی منتورینگ

- ۳-ارزیابی برنامه ی منتورینگ

- وابستگی بیش از حد کیفیت اجرای برنامه به تعهد حرفه ای منتور

- وجود بازه های زمانی با تعداد ارتباط کم



● شیوه نامه اجرایی دفتر منتورینگ دانشکده پرستاری و مامایی شیوه نامه اجرایی دفتر منتورینگ.docx

● (رشته های پرستاری و مامایی و اتاق عمل) - پاییز 1398

- تشکیل جلسات منتورینگ به طور مجزا برای رشته های پرستاری، مامایی و اتاق عمل
- اطلاع رسانی به دانشجویان هر سه رشته در ساعات از قبل تعیین شده توسط دفتر منتورینگ با هماهنگی کارشناسان آموزشی
- معرفی دبیران دانشجویی هر سه رشته دفتر منتورینگ در اولین جلسه به منتهی ها
- معرفی اعضاء منتور دفتر منتورینگ توسط خودشان به منتهی ها
- معرفی طرح و اهداف دفتر منتورینگ توسط منتور ها به منتهی ها
- معرفی منتور ها و انتخاب منتور توسط خود منتهی ها (با توجه به همجنس بودن، بومی- غیر بومی بودن منتور و منتهی ها، هر منتور حق پذیرش حداکثر سه منتهی را دارد)
- دادن Id و عکس منتور ها به منتهی ها
- ارائه ساعات مناسب جهت تماس منتهی ها با منتور ها

- اطلاع رسانی در مورد لغو جلسات بین منتور و منتهی ها از سوی هر دو طرف
- توضیح در مورد تشکیل جلسات بین منتور ها و منتهی ها بنابه نیاز هر منتهی به صورت گروهی و یا فردی
- توضیح در مورد ماکزیمم زمان مشاوره، به خصوص در جلسات چهره به چهره
- توضیح در مورد اهمیت برگزاری جلسات اولیه به صورت چهره به چهره در جهت شناخت منتور و منتهی
- دادن اطمینان به منتهی ها در مورد محرمانه ماندن تمامی اطلاعات رد و بدل شده نزد منتور ها
- ترتیب دادن ملاقات های رسمی و غیر رسمی در محیط دانشکده، دانشگاه، بیمارستان و خوابگاه

- در صورت نیاز منتهی ارجاع به مراجع ذی ربط تحت نظارت منتور و پیگیری حل مشکل
- لینک شدن به اساتید از طریق منتورها
- ارجاع منتهی به منتور دیگر در صورت معرفی منتور اول
- حق خروج منتهی از طرح منتورینگ با اطلاع رسانی به منتور
- در صورت تشخیص مشکل روحی-روانی منتهی توسط منتور ارجاع به روانشناس دانشکده و گرفتن بازخورد از ایشان

- ارزشیابی

- ارزشیابی منتورها توسط مسئول دفتر منتورینگ پایان هر ترم
- تشویق کتبی منتورها در صورت فعالیت مناسب در دفتر منتورینگ به دنبال اتمام یک سال ابلاغ در دفتر
- در صورت تمایل منتور به ادامه فعالیت در دفتر با تکرار ابلاغ
- ارائه گزارش منتورها پایان هر نیمسال به دفتر منتورینگ
- ارائه گزارش های گرد آوری شده دفتر منتورینگ به معاونت آموزشی دانشکده

نقاط قوت منتورینگ

تامین منابع درسی
ارائه فیلم های آموزشی و مطالب مفید
قرار دادن تجربیات ترم های بالاتر به عنوان منتور در اختیار منتهای
خوابگاهی بودن منتور و در دسترس بودن دائمی منتور (بومی- غیر بومی)
ارتباط دادن منتهای با اساتید توسط منتورها
در صورت عدم پاسخ گویی منتور به سوالات و یا مشکلات منتهای ارجاع به منتورهای دیگر
کمک در انتخاب واحد (حذف- اضافه- انتقالی)
دادن اطلاعات در مورد نحوه برگزاری امتحانات میدترم و پایان ترم هر مدرس
توضیح آیین نامه های آموزشی
ارائه فایل های صوتی و تصویری در مورد دروس
همجنس بودن منتور و منتهای
برگزاری جلسات حضوری و غیر حضوری در ساعات معینی از روز
اطلاع رسانی به منتورها در مورد زمان برگزاری همایش های دانشجویی برای منتهای علاقه مند به پژوهش
تمایل به تداوم فعالیت دفتر منتورینگ
آماده کردن منتهای ها برای ترم بعدی
بیشترین کمک منتورها زمان امتحانات بود
من از اول دنبال یک راهنمای خوب بودم این طرح یکی از بهترین هایش را نصیب من کرد
مرسی که هستی

نقاط ضعف منتورینگ

کم بودن تعداد جلسات دسته جمعی منتورینگ در طول ترم
عدم همخوانی تیپ شخصیتی بین منتور و منتهی
عدم پیگیری منتور از وضعیت درسی منتهی ها به طور مستمر
در طول سال (تابستان)
شلوغ بودن سر منتورها هنگام امتحانات خودشان
هماهنگی بیشتر بین منتورها در اداره منتهی ها

• **حیطه های مشاوره منتورها با منتهی ها (آموزشی، پژوهشی و روانی - اجتماعی)**

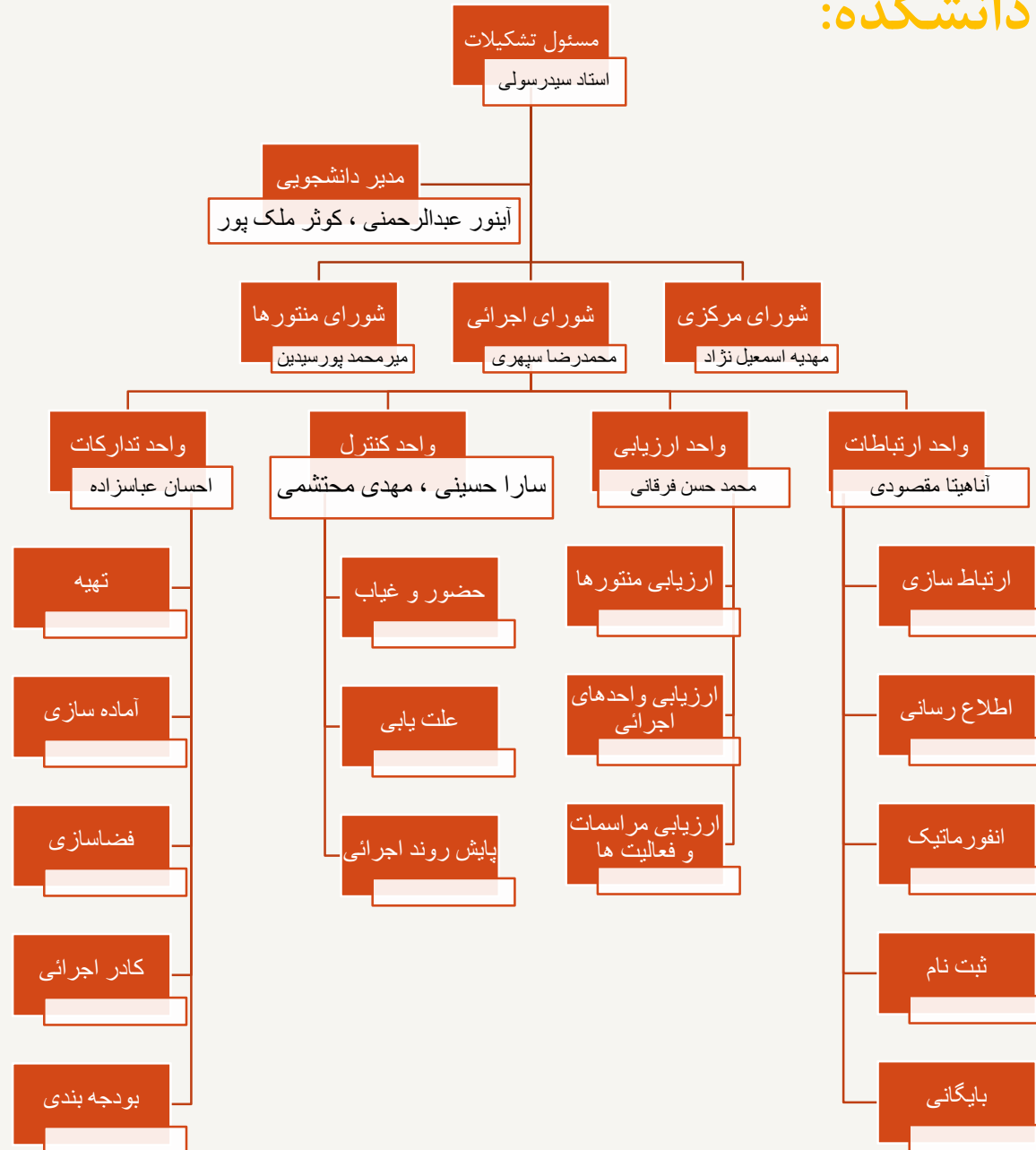
حیطه های آموزشی

- نحوه برقراری ارتباط با همکلاسی ها و هم خوابگاهی ها و اساتید
- روش های یادگیری و نحوه درس خواندن
- معرفی منابع مرتبط با سرفصل های دروس پرستاری و مامایی و اتاق عمل
- نحوه آماده شدن برای امتحانات پایان ترم
- قوانین آموزشی (حضور و غیاب در کلاس تئوری، بالین و نحوه انتخاب واحد)
- راه اندازی آرشیو پاور پوینت و فیلم های آموزشی مرتبط با سه رشته

حیطه های پژوهشی

- معرفی کمیته تحقیقات دانشجویی دانشکده پرستاری و مامایی
- تشکیل گروههای کوچک برای مقاله نویسی جهت شرکت در همایش های دانشجویی
- بدنبال نیازسنجی منتورها از منتی ها برای ارایه کارگاه های مورد نیاز
- مرکز نوآوری و شتابدهی سلامت

معرفی تشکیلات منتورینگ دانشکده:



شرایط انتخاب دبیر دانشجویی دفتر منتورینگ

- مشغول به تحصیل در دانشکده پرستاری و مامایی
- انتخاب دبیر توسط اعضای دفتر منتورینگ
- انتخاب به عنوان دبیر دانشجویی دفتر منتورینگ به مدت یک سال

شرایط ورود منتور به دفتر منتورینگ

- داشتن معدل ۱۶ بالا
- دانشجوی ترم ۳ به بالا
- علاقه مند به همکاری و دارای انگیزه و تعهد نسبت به رشته خود
- عدم وجود سوء پیشینه ی انضباطی
- دخالت ندادن هر گونه فعالیت سیاسی در دفتر منتورینگ
- داشتن ابلاغ به مدت یک سال فعالیت در دفتر منتورینگ

شرایط ورود منتهی به دفتر منتورینگ

دانشجوی مشغول به تحصیل در هر کدام از سه رشته پرستاری و مامایی و اتاق عمل
داوطلب شرکت در طرح منتورینگ

موفق باشید!

دفتر منتورینگ دانشکده پرستاری، مامایی و اتاق
عمل
تابستان ۱۳۹۸