

کد درس: ۵۰

نام درس: اصول آموزش و مشاوره تغذیه

پیش‌نیاز یا همزمان: اصول روانشناسی و مشاوره کد ۱۸، جامعه‌شناسی پزشکی کد ۱۹، تغذیه در دوره‌های زندگی کد ۴۸

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: ۱ واحد نظری - ۱ واحد عملی

هدف کلی درس: در پایان این درس دانشجو با روش‌های مختلف آموزش و مشاوره تغذیه آشنا شده و توان طراحی و اجرای برنامه‌های آموزشی و مشاوره مناسب را در سطوح فردی، گروهی، محلی و منطقه‌ای داشته باشد.

شرح درس: در پایان این درس دانشجو باید قادر باشد، برنامه‌های آموزشی تغذیه و پیام‌های تغذیه‌ای را طراحی کند و راهبردهای مشاوره و آموزش تغذیه را با توجه به گروه هدف بکار ببرد و برنامه‌ها و ابزار/رسانه‌های آموزشی را مورد آزمون و ارزشیابی قرار دهد.

#### رئوس مطالب نظری: (۱۷ ساعت)

- مهارت‌های برقراری ارتباط (مهارت‌های ارتباط کلامی، نوشتاری و غیر کلامی)
- اصول و نظریه‌های یادگیری و کاربرد آن‌ها در آموزش تغذیه.
- انواع مدل‌های مشاوره، مراحل مشاوره، اجزاء مشاوره تغذیه، ای
- الگوها و نظریه‌های تغییر رفتار و کاربرد آنها در آموزش تغذیه
- اصول طراحی، اجرا و ارزشیابی برنامه‌های آموزش تغذیه
- اصول طراحی و پیش‌آزمون پیام‌های آموزش تغذیه
- روش‌های تهیه و پیش‌آزمون مواد آموزشی
- آشنایی با وسایل کمک آموزشی
- آشنایی با انواع روشها و راهکارهای آموزش و مزایا و محدودیتهای آنها
- کاربرد رسانه‌های گروهی و نحوه کار با آن‌ها در ارتقای سلامت تغذیه‌ای

#### رئوس مطالب عملی: (۳۴ ساعت)

- تدوین و اجرای یک برنامه آموزشی برای تغییر رفتار گروه هدف در ارتباط با یک مشکل تغذیه‌ای رایج در آن گروه.
- طراحی و پیش‌آزمون یک رسانه تغذیه‌ای
- تهیه وسایل کمک آموزشی و بکار بردن آنها
- اجرای یک برنامه مشاوره در سطح فردی یا جمعی
- تمرین مصاحبه (ایفای نقش)



منابع اصلی درس: آخرین ویرایش از کتب زیر:

۱. هالی ب ب، کلابرس ر ج، سالیوان میلتن ج الف. مهارت‌های برقراری ارتباط و آموزش برای متخصصان رژیم‌شناسی. (مترجم: مریم قوام صدری). انتشارات انستیتو تحقیقات تغذیه و صنایع غذایی کشور. تهران.

2. Bauer, K.D., Liou, D., Sokolik, C.A., Nutrition Counseling and Education Skill Development, Cengage Learning, Boston, MA, USA.

1. Holli, B., Nutrition Counseling and Education Skills for Dietetics Professionals. Wolters Kluwer Health, Baltimore, MD, USA.

2. Contento, I.R., Nutrition Education: Linking Research, Theory, and Practice, Jones & Bartlett Learning, Sudbury, MA, USA.

شیوه ارزشیابی دانشجو:

- آزمون میان‌ترم و پایان‌ترم

- آزمون عملی مهارت دانشجو بر مبنای نحوه تدوین یک برنامه آموزشی و اجرای آن و همچنین اجرای یک مشاوره تغذیه

