

以世界咖啡館方式討論 飲食教案設計

營養職類 廖淑芬營養師

2020.09.23

教案設計的原由

✓ 個別衛教

- 評估病患的飲食問題
- 修正飲食行為
- 飲食指導及追蹤.....

✓ 團體衛教

- 疾病與飲食的相關性
- 高低血糖的現況與處理方法
- 認識食物中的醣(或糖)
- 飲食的迷思.....

➤ 都要教? 哪個先教?



教學理念

- 基本教育「成就每一個學生」的願景架構下
- 發展出以學生為主體，全人教育為理念之教育方針，提供學員有機會參與，透過結合生活情境的整合性學習。
- 建立互動模式，培養透過集體的腦力激盪，找出最全面多方的意見，教學行為活潑，更能增加學習動力。

世界咖啡館討論模式

- 參與者從專業知識與控制中賦權(empower)，不是被動的接受，須要經過溝通與對話互動過程中來達成。
- 提供一個舒服輕鬆的環境，平等對談的規則進行溝通，在此平台上，全體人員都站在平等的地位，參加的成員能表達自己的意見及態度，讓言談在有規約性的規範中進行。

課程設計目的

- 互動、平等、以學習者為主體的教學模式
- 各組在飲食和疾病之間進行討論，整理出糖尿病飲食個人衛教的教案設計。
- 系統性思考與練習，整理出資料的合理性。
- 建構糖尿病飲食衛教基本項目

世界咖啡館討論之設計原則

- 1.設定主題
- 2.創造舒服的討論空間
- 3.探究重要問題
- 4.鼓勵成員的貢獻
- 5.交流與連結不同的觀點
- 6.共同聆聽不同的觀點及更深層的問題
- 7.集體心得的收成與分享

教學活動流程



課程實施時間為2020年4~5月

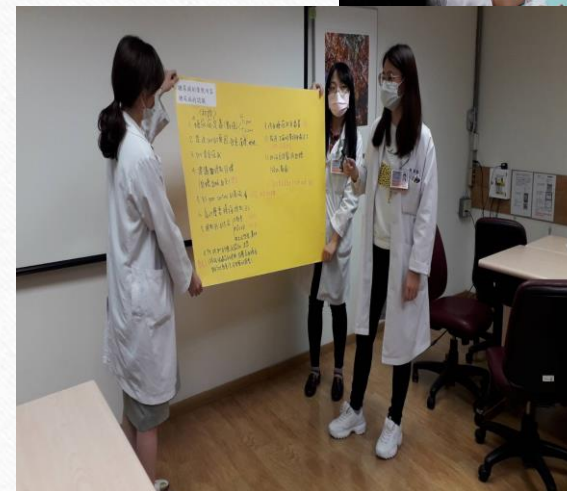
教學目的

- 本活動目的提供一份糖尿病飲食衛教教案模組
- 以世界咖啡館討論模式，增加學員互動、共同討論，為學生賦權
 - 以糖尿病地圖的對話模式探討糖尿病與飲食之間關係
- 透過反思與判斷力，讓學生對於飲食教案設計能夠更貼近病人需求。

糖尿病飲食衛教

- 設計

- 「準備」
- 「三回合討論」
 - (1)認識糖尿病 (2)糖尿病飲食控制
 - 桌長不動，桌員動
- 「集體反思」
- 「集體收成」
 - 個人衛教教案



參與人員

➤ 世界咖啡館討論

- ✓ 桌長:PGY老師2名
- ✓ 組員:PGY學員8名



暖場活動

➤ 甚麼是糖尿病

- 糖尿病型態
- 關於糖尿病常見的迷思
- 獲得好的血糖控制效果
- 治療糖尿病

➤ 健康飲食與運動

- 健康飲食對於防治糖尿病有甚麼好處
- 健康飲食的基本常識
- 健康飲食的一些迷思和事實
- 準備食物和飲料

糖尿病看圖對話工具

「糖尿病看圖對話」共有七個主題課程。每個主題課程搭配一張長130公分、寬90公分之高視覺化地圖。

什麼是糖尿病



健康飲食和運動



評量工具

➤ 個人衛教教案(mini CEX評量表)

➤ 學員回饋與滿意度

- 量性分析:活動滿意度
- 質性分析:世界咖啡館討論活動的感想

新進營養師 1090423 修

迷你臨床演練評量表 7(Mini-CEX, 量性)

學員姓名: 韓伯淳 實習生 PGY 新進人員(進入臨床1年內)

評量者: 營養師(資歷__年) 資深營養師(5年以上) 組長

評量日期: 09年4月24日 實施單位/地點: 病房

病患病歷號: 1909 新病人 舊病人

入院診斷: Diabetes

病例複雜程度: 低

1級(5分) 2級(6分)

新進營養師 1090423 修

結構性詢問飲食史查檢表

一、糖尿病

(一) 新病人

序號	項目	是/否	序號	項目	是/否
1	確認飲食習慣	✓	5	確認及指導飲水	✓
2	介紹食物分類	✓	6	確認及指導運動習慣	✓
3	說明食物份量	✓	7	訂定目標	✓
4	指導並修正目前飲食	✓	8	回覆示教	✓

結果

學員基本資料		
學員		N
人數		8
性別	女	8(100%)
學歷		
	大學	6(75%)
	碩士	2(25%)
年資(平均)		1年8個月
	臨床照護	11個月
	膳食管理	10個月
	社區營養推廣	4個月
糖尿病衛教師認證		
	合格	1(12.5%)

結果

- 表二:糖尿病飲食知識量表
 - 平均得分:100
 - 平均答對率:100%

題號	B版本	答對人數	答對率%
1	糖尿病飲食原則是不吃甜的食物。	8	100
2	南瓜是很好的食物，應該多吃。	8	100
3	糖尿病患者水果只能吃芭樂。	8	100
4	多吃蔬菜對於血糖控制有益。	8	100
5	鮮奶含有豐富鈣質應該多喝。	8	100
6	用豬油炒菜很香，對糖尿病控制沒有影響。	8	100
7	黑芝麻粉屬於五穀根莖類。	8	100
8	吐司是不含醣類食物。	8	100
9	蘋果1份的量是指約1個拳頭大小。	8	100
10	醣類1份是指10克醣。	8	100

摘自:臺灣膳食營養學雜誌 2011;3 (2) :15-22

結果

- 表三:糖尿病飲食個人衛教的項目

新病人				舊病人			
序號	項目	序號	項目	序號	項目	序號	項目
1	確認飲食習慣	5	確認及指導飲水	1	確認飲食調整	5	回覆示教
2	介紹食物分類	6	確認及指導運動習慣	2	確認生活習慣調整		
3	說明食物份量	7	訂定目標	3	節慶、外食或生病飲食		
4	指導並修正目前飲食	8	回覆示教	4	訂定目標		

結果

● 糖尿病飲食個人衛教的項目與優先順序

新進營養師 結構性詢問飲食史查檢表

1090423 修

一、糖尿病

(一) 新病人

序號	項目	是/否	序號	項目	是/否
1	確認飲食習慣	✓	5	確認及指導飲水	No
2	介紹食物分類	No	6	確認及指導運動習慣	No
3	說明食物份量	✓	7	訂定目標	✓
4	指導並修正目前飲食	✓	8	回覆示教	✓

新進營養師

1090423 修

8. 組織效能(□未評量)
設定輕重緩急；及時且簡潔地處理病患事務；具整合能力；了解醫療健康體系的制度；有效地在系統中利用其他資源以提供最佳醫療服務。
評量結果 1 2 3 | 4 5 6 | 7 8 9
9. 整體適任(□未評量)
於對病人照護的效率上表現出判斷力、整合力、有效性；判斷力、整合力、愛心、有效率等整體評量。
評量結果 1 2 3 | 4 5 6 | 7 8 9
- * 評量採九級計分，參考評分標準及各項評量內容說明，請參考背面說明：

劣	<input type="checkbox"/> ≤56分 有待加強	<input checked="" type="checkbox"/> ≥63分 合乎標準	<input type="checkbox"/> ≥77分 優良	優
---	---------------------------------------	--	-------------------------------------	---

實習生

劣	<input type="checkbox"/> ≤49分 有待加強	<input type="checkbox"/> ≥60分 合乎標準	<input type="checkbox"/> ≥77分 優良	優
---	---------------------------------------	---------------------------------------	-------------------------------------	---

評量者認為這位學生的表現是：

- 就經驗和程度上表現達預期標準(含)以上(通過)
 少部分必須再加強及評估
 未達預期標準，無法通過

評量者對學員知識、技能及態度的評語及建議：

學員可以從調查病人飲食史並尊重病人態度扣意，要記得回覆示教

學員對此次評量滿意程度：(低) 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 (高)

評量者對此次評量滿意程度：(低) 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 (高)

評量者是否曾訓練過使用此評量工具： 否 是 閱讀指南 面對面 網路/資訊

觀察時間：30 分鐘 回饋時間：20 分鐘

評量者簽名：蔡淑芬 學員簽名：李雨珊

營養評估表

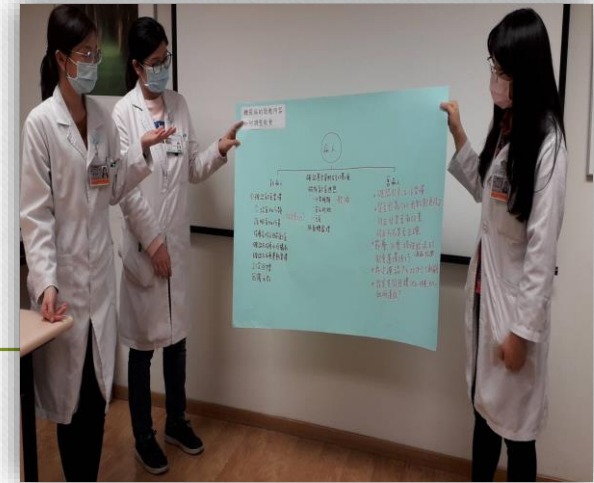
病歷：2156337 性別：男
姓名：蔡淑芬 年齡：42
床號：9328 電話：16

入院日期：2021.01.25	床號：8228
診斷：Type 2 diabetes mellitus hypertension, dyslipidemia	
體位測量 HT: 168 cm (KH: cm) BW: 67.9 kg UBW: 1.02 kg ABW: 68.3 kg Date: 2021.01.25 CBW(kg): 68.3	
個人史 抽菸：— 喝酒：— / 活動與休息： <input type="checkbox"/> 臥床 <input type="checkbox"/> 可活動 <input type="checkbox"/> 衣服 <input type="checkbox"/> 褲袋	
飲食習慣 Date: 4/5 order: 0.5 Tolerant	
睡眠營養 飲食量： <input checked="" type="checkbox"/> 胃腸空 <input type="checkbox"/> 胃腸差 <input type="checkbox"/> 嘔吐 <input type="checkbox"/> 腹瀉 <input type="checkbox"/> 胃口不良 <input type="checkbox"/> 吞嚥困難 腸胃不適： <input type="checkbox"/> 便秘 <input type="checkbox"/> 腹瀉 <input type="checkbox"/> 其他	
生化數值 BUN: 18.1 mg/dL, Cr: 1.2 mg/dL, Glucose: 181 mg/dL, HbA1c: 7.5% BMI: 23.8 建議總能量/天：1800-2000 kcal; 蛋白質: 1.2-1.5 g/kg	
飲食狀況 攝(攝)食狀況： <input type="checkbox"/> 醫院飲食/配方 <input checked="" type="checkbox"/> 居家飲食 [] 飲食量：[] 增加 [] 減少 [] 維持 總攝食量(EK+PN)/天：無量約 1000 kcal (建議 1800-2000 kcal) 營養加減： <input type="checkbox"/> 生 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 態度： <input type="checkbox"/> 佳 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 遵從度： <input type="checkbox"/> 佳 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差	
營養診斷 Problem: Inadequate caloric intake Biology: Brain decrease during intake Signs & symptoms: Actual intake = 45% requirement	
營養介入 Nutrition goal: 2000 kcal, protein 85g full diet 食物及營養素給予： <input type="checkbox"/> 依目前飲食醫囑 <input type="checkbox"/> 建議更改營養處方： <input type="checkbox"/> 建議使用口服營養品 <input type="checkbox"/> 調食調劑 <input type="checkbox"/> 液體 <input type="checkbox"/> 營養品 <input type="checkbox"/> 配方 營養師諮詢： <input checked="" type="checkbox"/> Diet diet principle <input type="checkbox"/> 其他 <input type="checkbox"/> 營養品 <input type="checkbox"/> 配方 目標設定： <input type="checkbox"/> 攝食量：— kcal <input type="checkbox"/> 攝食速度：— kcal/hr <input type="checkbox"/> 增加攝食量 <input type="checkbox"/> 減少攝食量	
追蹤項目 <input type="checkbox"/> 節(食)量 <input type="checkbox"/> 體重 <input type="checkbox"/> 水份攝取量 <input type="checkbox"/> I/O <input type="checkbox"/> 消化狀況 <input type="checkbox"/> 排便狀況 <input type="checkbox"/> 吞嚥困難 <input type="checkbox"/> 吞嚥功能障礙： <input type="checkbox"/> 吞嚥訓練 <input type="checkbox"/> 吞嚥困難	

評量者簽名：蔡淑芬 學員簽名：李雨珊
營養師簽名：蔡淑芬
評量日期：2021.01.25

結果

表四:糖尿病飲食個人衛教的項目與優先順序



新病人(修改前)			
序號	項目	序號	項目
1	確認飲食習慣	5	確認及指導飲水
2	介紹食物分類	6	確認及指導運動習慣
3	說明食物份量	7	訂定目標
4	指導並修正目前飲食	8	回覆示教



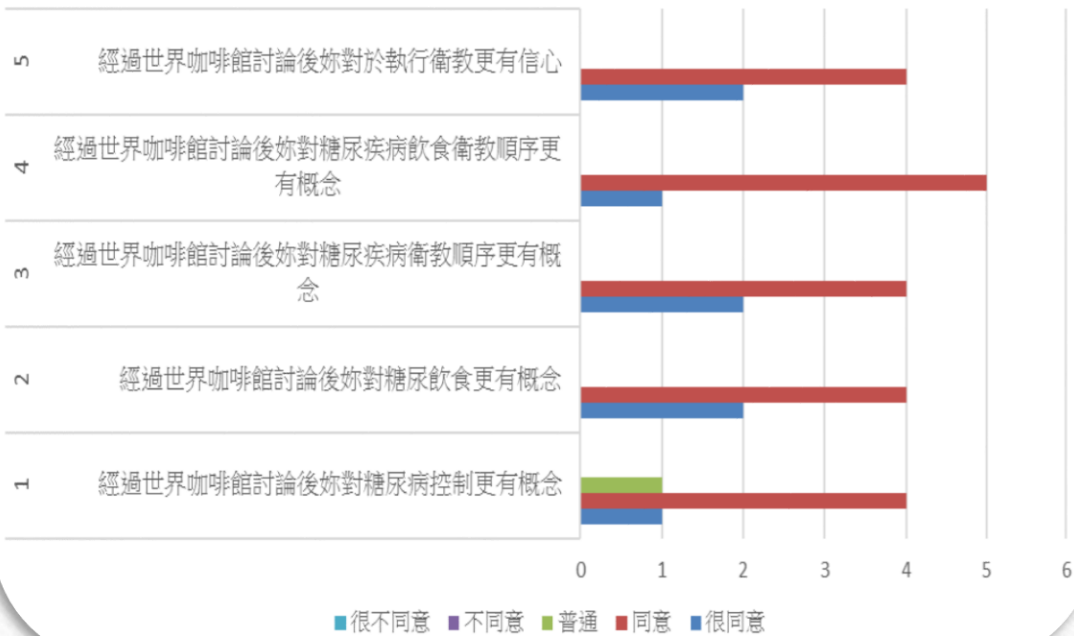
新病人(修改後)			
序號	項目	序號	項目
1	確認飲食習慣	8	確認及指導飲水
6	介紹食物分類	7	確認及指導運動習慣
3	說明食物份量	4	訂定目標
2	指導並修正目前飲食	5	回覆示教

結果

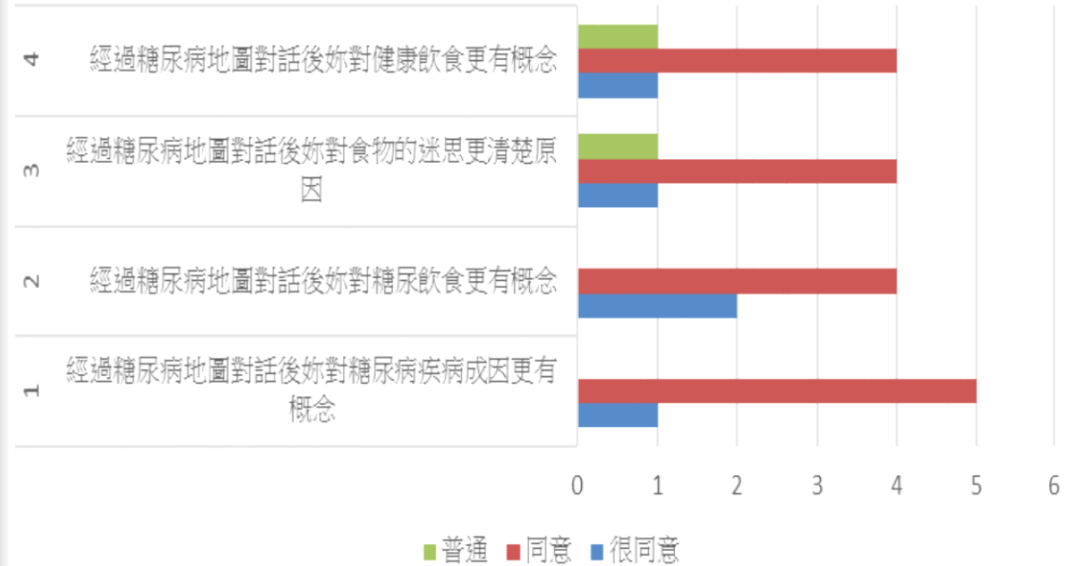
● 表五:世界咖啡館討論滿意度

● 表六:糖尿病對話地圖滿意度

世界咖啡館討論



糖尿病地圖對話



質性調查

表八：

- 1.請你形容你所參與的世界咖啡館討論模式？
- 2.在世界咖啡館操作過程中，你印象最深刻的部分為何？
- 3.這樣的操作過程與你以往經驗有無差異？差異為何？
- 4.根據你的觀察，這樣團隊討論的教學過程，你的參與感受為何？
- 5.根據你的觀察，在教學過程中，你喜歡及不喜歡的部分為何？為什麼？
- 6.你覺得這樣的課程，對你日後學習有沒有影響？

結果

- 1、世界咖啡館討論之描述
- 答:可以自由發表個人意見，不批判
- 2、世界咖啡館討論之操作過程
- 答:透過集體的腦力激盪，找出最全面多方的意見，教學行是較為活潑，更能增加學習印象。

教學方法：世界咖啡館 討論

一、世界咖啡館討論之操作過程

1. 設定主題
2. 劃分小組討論主題
3. 開始發表意見
4. 開始進行討論
5. 完成與選擇不同的觀點
6. 將討論結果與討論結果先與原來的討論
7. 集體以律的完成或分享

二、世界咖啡館討論之教學過程

1. 根據你的觀察，在教學過程中，你喜歡及不喜歡的部分為何？
- ANS: 我喜歡大家能自由發表意見，在討論中可以聽到許多不同的意見，和自由討論的地方，不喜歡的部分是我覺得討論時間有點不足，同時覺得內容寫了太久同時參與討論，速度會比較慢一點。

三、世界咖啡館討論之教學過程

1. 根據你的觀察，在教學過程中，你喜歡及不喜歡的部分為何？
- ANS: 我喜歡大家能自由發表意見，在討論中可以聽到許多不同的意見，和自由討論的地方，不喜歡的部分是我覺得討論時間有點不足，同時覺得內容寫了太久同時參與討論，速度會比較慢一點。

四、你覺得這樣的課程，對你以後學習有沒有影響？

ANS: 我覺得這是有幫助的，這樣的課程可以更多的思考能啟發我的模式是否有須修正及停止之處，日後在臨床應用上，也會想起課程討論的結果，並加以運用。

教學方法：世界咖啡館 討論-林曉敏

三、世界咖啡館討論之操作過程

1. 在咖啡館中「民主討論」是什麼？
- ANS: 民主討論的是多方讓他人發表意見，你聽取和自由表達意見，也表達、解釋、或與他人交流，也得到討論結果。

二、世界咖啡館討論之操作過程

1. 在咖啡館討論過程中，你印象最深刻的部分為何？
- ANS: 我印象最深刻的是與他人討論，在討論中可以聽到許多不同的意見，和自由討論的地方，不喜歡的部分是我覺得討論時間有點不足，同時覺得內容寫了太久同時參與討論，速度會比較慢一點。

三、世界咖啡館討論之教學過程

1. 根據你的觀察，在教學過程中，你喜歡及不喜歡的部分為何？
- ANS: 我喜歡大家能自由發表意見，在討論中可以聽到許多不同的意見，和自由討論的地方，不喜歡的部分是我覺得討論時間有點不足，同時覺得內容寫了太久同時參與討論，速度會比較慢一點。

四、你覺得這樣的課程，對你以後學習有沒有影響？

ANS: 我覺得這是有幫助的，這樣的課程可以更多的思考能啟發我的模式是否有須修正及停止之處，日後在臨床應用上，也會想起課程討論的結果，並加以運用。

討論

- 世界咖啡館討論模式
 - 可以增進學員互動，表達意見
 - 整合群眾意見提出一個共同性教案
 - 為學員賦權
 - 糖尿病地圖對話
 - 提出溝通平台
 - 引導學員思考

謝謝