

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

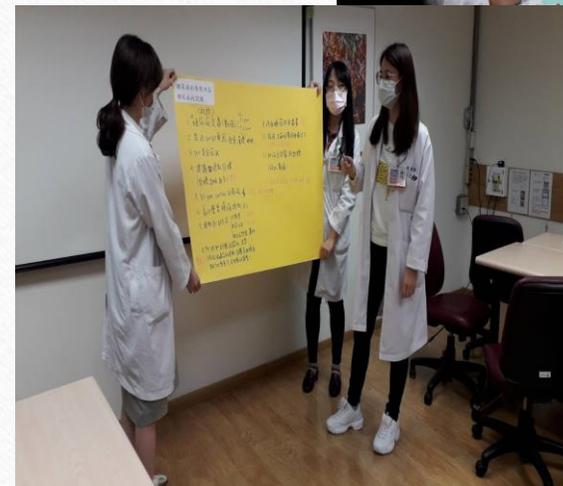
教學目的

- 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	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	✓

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

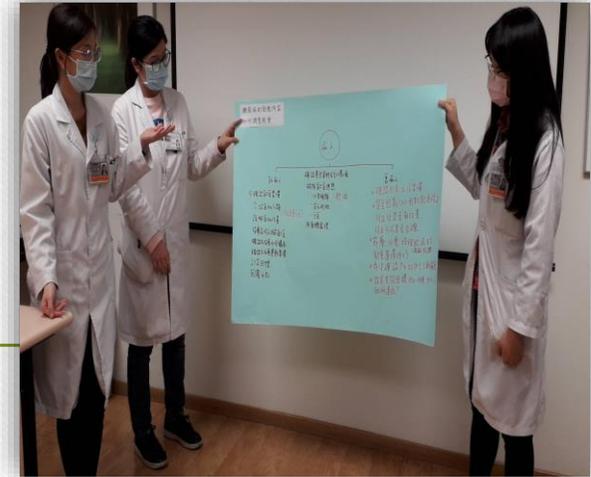
結果

- 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

● 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



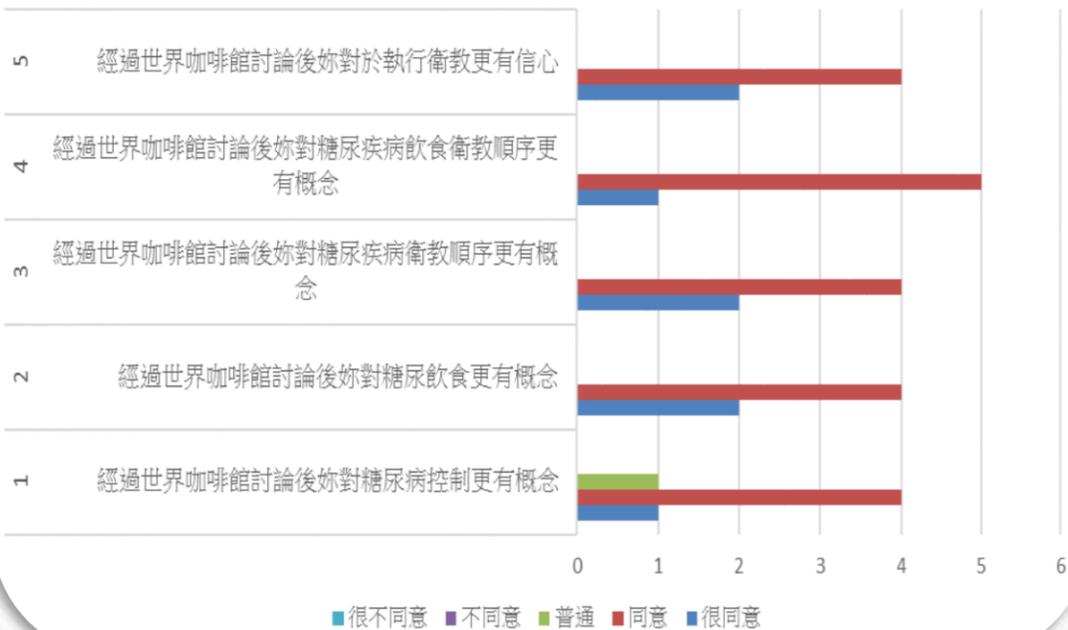
新病人(修改後)			
序號	項目	序號	項目
1	確認飲食習慣	8	確認及指導飲水
6	介紹食物分類	7	確認及指導運動習慣
3	說明食物份量	4	訂定目標
2	指導並修正目前飲食	5	回覆示教

結果

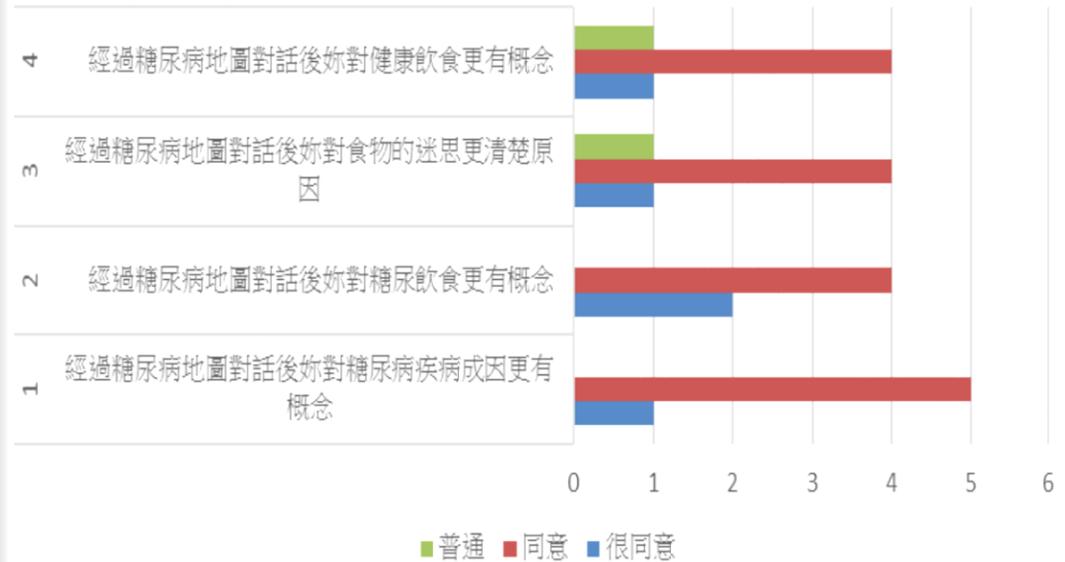
● 表五:世界咖啡館討論滿意度

● 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。



結果

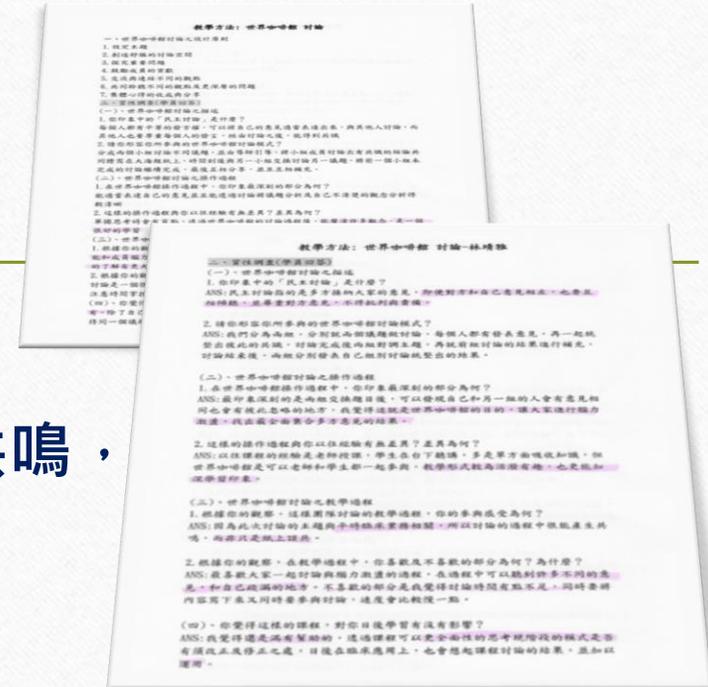
3、世界咖啡館討論之教學過程

- 答:因這個主題和臨床實際工作有關討論很有共鳴，
可以互補不足之處，整個思考會更全面。

- 不喜歡:時間太短(20分鐘)

- 4、你覺得這樣的課程，對你日後學習有沒有影響？

- 答:教學方式輕鬆，思考更周全，加深學習效果



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