



هوالحکیم

دانشکده مجازی و قطب علمی آموزش الکترونیکی پیشرفته در علوم پزشکی

معاونت آموزشی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز

طرح دوره «روانشناسی رفتار سالم»

جدول شماره ۱: اطلاعات کلی درس

| اطلاعات درس | | |
|---|-------------------------|---------------------------|
| نام درس: روانشناسی رفتار سالم | تعداد واحد: ۲ واحد نظری | |
| گروه هدف: دانشجویان کارشناسی ارشد آموزش بهداشت و ارتقا سلامت | پیش نیاز درس: ندارد | |
| گروه آموزشی ارائه دهنده درس: ارتقاء سلامت | شماره درس: ۱۴ | |
| اطلاعات استاد مسئول درس | | |
| نام و نام خانوادگی: دکتر مهین نظری | مرتبه علمی: دانشیار | گروه آموزشی: ارتقاء سلامت |
| اطلاعات تماس: | | |
| <ul style="list-style-type: none"> نشانی محل کار: بلوار رازی دانشکده بهداشت ارتقا سلامت ایمیل: manazari@sums.ac.ir تلفن محل کار: ۰۷۱۳۷۲۵۶۲۱۶ ساعات دسترسی به استاد: شنبه لغایت چهارشنبه ۸ لغایت ۱۵ | | |

| اطلاعات استاد همکار درس | | |
|--|-------------|--------------|
| نام و نام خانوادگی: | مرتبه علمی: | گروه آموزشی: |
| اطلاعات تماس: | | |
| <ul style="list-style-type: none"> نشانی محل کار: شیراز، ایمیل: تلفن محل کار: داخلی ساعات دسترسی به استاد: | | |

| اطلاعات استاد همکار درس | | |
|--|-------------|---|
| نام و نام خانوادگی: | مرتبه علمی: | گروه آموزشی: یادگیری الکترونیکی در علوم پزشکی |
| اطلاعات تماس: | | |
| <ul style="list-style-type: none"> نشانی محل کار: شیراز، ایمیل: تلفن محل کار: داخلی ساعات دسترسی به استاد: | | |

معرفی درس (با توجه به اهداف کاربردی)

در این درس فراگیران با شناخت، تحلیل مفاهیم و مباحث اساسی در روانشناسی رفتارهای مرتبط با سلامت و کسب مهارت های لازم در، یادگیری اصول درک برای مقاصد ارتقاء سلامت در جامعه نائل می گردند.

اهداف درس**هدف کلی:**

- آشنایی با عوامل زیستی روانی سلامت
- آشنایی با رفتارهای پرخطر و تحلیل روانشناسی عوامل موثر بر رفتار
- آشنایی با مفاهیم شناخت بیماری و پذیرش درمان و تحلیل روانشناسی آن
- آشنای با مفاهیم و نظریه های استرس در سلامت
- نقش هویت جنسیتی در سلامت
- آشنایی با نظریه و مفاهیم خودکارآمدی
- آشنایی با نظریه مفاهیم خودکنترلی رفتار
- آشنایی با نظریه و مفاهیم خودتنظیمی رفتار
- آشنایی با مفاهیم عزت نفس
- آشنایی با مفاهیم سازگاری اجتماعی
- آشنایی با مفاهیم حمایت اجتماعی
- آشنایی با مفاهیم شبکه اجتماعی

اهداف اختصاصی**اهداف شناختی**

- عوامل زیستی روانی سلامت را شرح دهد.
- رفتارهای پرخطر و تحلیل روانشناسی عوامل موثر بر رفتار را توضیح دهد.
- مفاهیم شناخت بیماری و پذیرش درمان و تحلیل روانشناسی آن را شرح دهد.
- مفاهیم و نظریه های استرس در سلامت را بیان کند.
- نقش هویت جنسیتی در سلامت را تشریح کند.
- نظریه و مفاهیم خودکارآمدی را توضیح دهد.
- نظریه مفاهیم خودکنترلی رفتار را شرح دهد.
- نظریه و مفاهیم خودتنظیمی رفتار را توضیح دهد.

- مفاهیم عزت نفس را تشریح کند.
- مفاهیم سازگاری اجتماعی را تشریح کند.
- مفاهیم حمایت اجتماعی را توضیح دهد.
- مفاهیم شبکه اجتماعی را تشریح کند.

اهداف نگرشی

- به مطالب درس گوش فرا دهد .
- در مورد مفاهیم درس سوال بپرسد .
- به نقش شناخت علم روانشناسی رفتار سالم در ارائه خدمات بهتر به مردم ارزش بگذارد.

اهداف مهارتی

روش ارائه درس

راهبرد آموزشی

آموزش تعاملی روی بحث گروهی و مشارکت افراد

روش تدریس حضوری

سخنرانی با پرسش و پاسخ، بحث گروهی، بارش افکار

روش تدریس الکترونیکی

در صورت نیاز از طریق آنلاین و مبتنی بر وب

آفلاین به صورت محتوای آموزشی ضبط شده

منابع آموزشی

منابع آموزشی اصلی

۱. Ogden J. health psychology. UK: open University press-David F Marks. Health Psychology.

SAGE

۲. Andrew Baum. Hand book of Health Psychology. Taylor & Francis Group

۳-جین اگدن . روانشناسی سلامت ترجمه محسن کچویی

منابع تکمیلی:

روانشناسی و ارتقا سلامت، سیمون مورفی

تغییر رفتار و رفتار درمانی، علی اکبر سیف، نشر دوران

روانشناسی پرورشی نوین: روانشناسی یادگیری و آموزش، علی اکبر سیف، نشر دوران



تجهیزات و امکانات آموزشی

- مدرس
- ویدیو پروژکتور
- اسلاید
- ماژیک و وایت برد

| نوع ارزشیابی | شیوه ارزشیابی دانشجو | نمره |
|--------------|---------------------------------------|------|
| | • حضور فعال و مشارکت موثر در کلاس درس | |
| | • ارایه های کلاسی | |
| | • پروژه عملی | |
| | • امتحان پایان ترم | |
| جمع کل | | ۲۰ |

ارزشیابی برنامه:

لطفا در انتهای ترم برای ارزشیابی ترمی به لینکی که با همین عنوان در سایت دانشکده قرار داده شده است مراجعه فرمایید.

جدول شماره ۳: زمان بندی جلسات درس

| زمان ارائه درس: | | سال ورودی: ۱۴۰۲ | | گروه هدف: دانشجویان کارشناسی ارشد آموزش بهداشت و ارتقا سلامت | | | |
|--|---------------------------|-----------------|--|--|-------|----------|---|
| روش ارائه / رسانه | مکان | استاد | عنوان جلسات | ساعت | تاریخ | روز | |
| سخنرانی با پرسش و پاسخ، بحث گروهی، بارش افکار، مدرس، ویدیو پروژکتور اسلاید- مازیک و وایت برد | دانشکده بهداشت-کلاس شماره | دکتر مهین نظری | • عوامل زیستی روانی سلامت | | | جلسه اول | ۱ |
| سخنرانی با پرسش و پاسخ، بحث گروهی، بارش افکار، مدرس، ویدیو پروژکتور اسلاید- مازیک و وایت برد | دانشکده بهداشت-کلاس شماره | دکتر مهین نظری | • رفتارهای پرخطر و تحلیل روانشناسی عوامل موثر بر رفتار | | | جلسه دوم | ۲ |
| سخنرانی با پرسش و پاسخ، بحث گروهی، بارش افکار، مدرس، ویدیو پروژکتور اسلاید- مازیک و وایت برد | دانشکده بهداشت-کلاس شماره | دکتر مهین نظری | • مفاهیم شناخت بیماری و پذیرش درمان و تحلیل روانشناسی آن | | | جلسه سوم | ۳ |



| | | | | | | | |
|--|---------------------------|----------------|-------------------------------------|--|--|------------|---|
| سخنرانی با پرسش و پاسخ، بحث گروهی، بارش افکار، مدرس، ویدیو پروژکتور اسلاید- مازیک و وایت برد | دانشکده بهداشت-کلاس شماره | دکتر مهین نظری | • مفاهیم و نظریه های استرس در سلامت | | | جلسه چهارم | ۴ |
| سخنرانی با پرسش و پاسخ، بحث گروهی، بارش افکار، مدرس، ویدیو پروژکتور اسلاید- مازیک و وایت برد | دانشکده بهداشت-کلاس شماره | دکتر مهین نظری | • نقش هویت جنسیتی در سلامت | | | جلسه پنجم | ۵ |
| سخنرانی با پرسش و پاسخ، بحث گروهی، بارش افکار، مدرس، ویدیو پروژکتور اسلاید- مازیک و وایت برد | دانشکده بهداشت-کلاس شماره | دکتر مهین نظری | • نظریه و مفاهیم خودکارآمدی | | | جلسه ششم | ۶ |
| سخنرانی با پرسش و پاسخ، بحث گروهی، بارش افکار، مدرس، ویدیو پروژکتور اسلاید- مازیک و وایت برد | دانشکده بهداشت-کلاس شماره | دکتر مهین نظری | • نظریه مفاهیم خودکنترلی رفتار | | | جلسه هفتم | ۷ |
| سخنرانی با پرسش و پاسخ، بحث گروهی، بارش افکار، مدرس، ویدیو | دانشکده بهداشت-کلاس شماره | دکتر مهین نظری | • نظریه و مفاهیم خودتنظیمی رفتار | | | جلسه هشتم | ۸ |



| | | | | | | | |
|---|---------------------------------|----------------|---------------------------|--|--|-----------------|----|
| پروژکتور اسلاید ماژیک و وایت برد | | | | | | | |
| سخنرانی با پرسش و پاسخ، بحث گروهی، بارش افکار ، مدرس ، ویدیو پروژکتور اسلاید- ماژیک و وایت برد | دانشکده بهداشت-کلاس شماره | دکتر مهین نظری | • مفاهیم عزت نفس | | | جلسه نهم | ۹ |
| سخنرانی با پرسش و پاسخ، بحث گروهی، بارش افکار ، مدرس ، ویدیو پروژکتور اسلاید- ماژیک و وایت برد | دانشکده بهداشت-کلاس شماره | دکتر مهین نظری | • مفاهیم سازگاری اجتماعی | | | جلسه دهم | ۱۰ |
| سخنرانی با پرسش و پاسخ، بحث گروهی، بارش افکار ، مدرس ، ویدیو پروژکتور اسلاید- ماژیک و وایت برد | دانشکده بهداشت-کلاس شماره | دکتر مهین نظری | • مفاهیم حمایت اجتماعی | | | جلسه یازدهم | ۱۱ |
| سخنرانی با پرسش و پاسخ، بحث گروهی، بارش افکار ، مدرس ، ویدیو پروژکتور اسلاید- ماژیک و وایت برد | دانشکده بهداشت-کلاس شماره | دکتر مهین نظری | • مفاهیم شبکه اجتماعی | | | جلسه دوازدهم | ۱۲ |
| سخنرانی با پرسش و پاسخ، بحث گروهی، بارش افکار | دانشکده بهداشت-کلاس شماره | دکتر مهین نظری | • عوامل زیستی روانی سلامت | | | جلسه سیزدهم | ۱۳ |



مدرس ، ویدیو
پروژکتور اسلاید-
ماژیک و وایت برد

| | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|