



دانشکده بهداشت

گروه ارگونومی

برنامه درسی (Course Plan)

تعداد واحد: ۱ واحد (۱ واحد نظری)	نام درس: روان شناسی در ارگونومی
مدت زمان ارائه درس: ۱۷ جلسه	مقطع: ارشد - رشته ارگونومی
مسئول برنامه: دکتر حمیدرضا مکرمی	پیش نیاز: ندارد

❖ عناوین کلی این درس شامل موارد زیر است:

- ۱- تاریخچه روان شناسی کار
- ۲- تفاوت های فردی و روان شناسی کار
- ۳- تعیین توانایی های انسانی و اندازه گیری آنها با استفاده از آزمونهای شغلی
- ۴- استرس شغلی
- ۵- عوامل روانی - اجتماعی
- ۶- مدل ها و نظریه های استرس
- ۷- روش ها و ابزارهای ارزیابی استرس شغلی
- ۸- راه کارهای مدیریتی و کنترل استرس شغلی
- ۹- راه کارهای فردی و استرس شغلی

❖ اهداف کلی

دانشجو باید در پایان دوره، با آگاهی از مسائل روان‌شناسی کار و پردازش اطلاعات مورد نیاز برای کاهش استرس‌های شغلی، آن را به شرح زیر فرا گیرد:

- ۱) با تاریخچه روانشناسی کار و حیطه‌های آن آشنا شود.
- ۲) تأثیر عامل‌های متغیر فردی بر استرس شغلی را بیاموزد.
- ۳) روش‌ها و ابزارهای ارزیابی توانایی انسانی را بیاموزد.
- ۴) مفهوم استرس شغلی و هزینه‌های ناشی از آن را بیاموزد.
- ۵) مفهوم عوامل استرس‌زای روانی-اجتماعی در محیط کار را بیاموزد.
- ۶) روش‌ها و ابزارهای ارزیابی استرس شغلی و عوامل روانی-اجتماعی در محیط کار را بیاموزد.
- ۷) روش‌ها و راه‌کارهای مدیریتی کنترل عوامل استرس‌زای روانی-اجتماعی و استرس شغلی را بیاموزد.

❖ اهداف اختصاصی

➤ تاریخچه روان‌شناسی کار

دانشجو باید بتواند:

- تعریف علم روان‌شناسی کار و اهداف آن را بیان نماید.
- تاریخچه، چگونگی و چرایی ایجاد علم روان‌شناسی کار را تشریح کند.
- حیطه‌های مختلف علم روان‌شناسی کار را بیان کند.
- زمینه‌های کاربرد روانشناسی در محیط کار را بیان کند.

➤ تفاوت‌های فردی

دانشجو باید بتواند:

- دلایل و سوابق تاریخی مطالعه تفاوت‌های فردی در محیط‌های کاری را بیان کند.
- منشا تفاوت‌های فردی را توضیح دهد.
- کاربرد یافته‌های مربوط به بررسی تفاوت‌های فردی در سازمان را تشریح کند.
- انواع تفاوت‌های فردی و شخصیتی را بیان کند.
- ویژگی انواع تیپ‌های شخصیتی را نام ببرد و ارتباط آن‌ها را با بروز استرس شرح دهد.
- سازوکارهای دفاعی و منابع مقابله فردی را بیان نماید و چگونگی کارکرد آن‌ها در مقابله با استرس را تفسیر نماید.
- نقش جنسیت در بروز استرس را بیان نماید و تفاوت آن را در مواجهه با استرس تحلیل نماید.
- روش‌های تشخیص افراد آسیب‌پذیر در برابر استرس را شرح دهد.

➤ روش‌ها و ابزارهای ارزیابی توانایی انسانی

دانشجو باید بتواند:

- اهداف و بروندهای واکاوی شغل را بیان کند.
- گام‌های اصلی انجام تجزیه و تحلیل شغل را تشریح کند
- روش‌های لازم برای گردآوری اطلاعات تحلیل شغل را توضیح دهد
- روش‌های ارزیابی برای استخدام را توضیح دهد.
- انواع آزمون‌های مورد استفاده در آزمون‌های استخدامی را بداند.
-

➤ استرس شغلی و هزینه‌های ناشی از آن

دانشجو باید بتواند:

- تعریف استرس شغلی و فرسودگی شغلی را بیان نماید.
- نشانه‌های فیزیکی، روانی و رفتاری استرس را تشریح کند.
- زنجیره فرایندهای ایجاد استرس را توضیح دهد.
- هزینه‌های مستقیم و غیرمستقیم ناشی از استرس شغلی را برآورد نماید.

➤ عوامل روانی - اجتماعی مرتبط با کار

دانشجو باید بتواند:

مفهوم عوامل روانی - اجتماعی در محیط کار را بیان نماید.

- منابع عوامل روانی - اجتماعی و جنبه‌های آن در محیط کار را توضیح دهد.
- مدل سامانه کار را شرح دهد و ارتباط آن را با عوامل روانی - اجتماعی تفسیر نماید.
- ویژگی‌های شغل و مرتبط با وظیفه را توضیح دهد و ارتباط آن را با استرس شغلی تفسیر نماید.
- انواع روابط کاری بین فردی (همکاران، تیم کاری، سرپرستان و ارباب رجوع و مشتریان) را توضیح دهد و ارتباط آن را با استرس شغلی تفسیر نماید.
- ساختار و جوسازمانی را توضیح دهد و ارتباط آن را با استرس شغلی تفسیر نماید.

➤ روش‌ها و ابزارهای ارزیابی استرس شغلی و عوامل روانی - اجتماعی در محیط کار

دانشجو باید بتواند:

- ابزارهای پرسشنامه‌ای شامل مورد زیر را بیان کند و نتایج حاصله از آن‌ها را تفسیر نماید.

JCQ, ERI, COPSOQ, HSE-MS, QPS_{NORDIC}, GISQ_{NIOSH}, JDS, WDQ and WWi.

- اندازه‌گیری استرس با استفاده از هورمون‌ها را توضیح دهد.
- اندازه‌گیری استرس با استفاده از پاسخ‌های قلبی - عروقی را توضیح دهد.
- اندازه‌گیری استرس با استفاده از پاسخ‌های ایمنی را توضیح دهد.

➤ روش‌ها و راه کارهای مدیریتی کنترل عوامل استرس‌زای روانی - اجتماعی و استرس شغلی

دانشجو باید بتواند:

- روش‌های کاهش استرس برای افراد تازه استخدام را توضیح دهد.
- روش‌های بازخورد عملکرد، پاداش‌دهی و کارراهه شغلی را بیان نماید.
- روش‌های بهینه برای برنامه‌های مدیریت استرس در سازمان را شرح دهد.

- مشکلات ویژگی‌های نقش افراد در سازمان و ویژگی‌های شغل آن‌ها را تحلیل نماید و راه‌حل مناسب را برای بهبود آن‌ها را شرح دهد.
- برنامه‌های آموزشی مهارت‌های رفتارهای ارتباطی در مدیران را بیان نماید.
- روش‌های مداخله‌ای برای مدیریت منابع انسانی (گزینش، آشناسازی، جامعه‌پذیری کارکنان در محیط کار، آموزش و رشد شغلی) را توضیح دهد.
- راهبردهای مداخله‌ای برای مقابله با استرس ناشی از ساختار و جوسازمانی (تمرکززدایی، تصمیم‌گیری مشارکتی و زمینه پژوهی) را تفسیر نماید.
- چارچوب مدیریت پیشگیری استرس را بیان نماید.
- راهبردهای سطح سازمانی برای پیشگیری از استرس را دسته‌بندی و تحلیل کند.

❖ روش آموزش

آموزش بخشی به صورت حضوری به روش سخنرانی و با بهره‌گیری از وسایل کمک آموزشی (ویژولایزر و دیتا پروژکتور) و بخشی به صورت غیر حضوری بر خط با استفاده از بستر اینترنتی و فضای مجازی همچون ادوب کانکت و بخشی به صورت افلاین و با ارائه اسلایدهای صدا گذاری شده و بارگذاری شده در سامانه نوید انجام می‌گیرد. در طول جلسات آموزشی، پرسش و پاسخ و بحث پیرامون موضوع آزاد می‌باشد. هر دانشجو موظف است در هر جلسه مقاله‌ای از مجلات معتبر مرتبط (ترجیحاً چاپ‌شده در طی دو سال اخیر) با موضوع جلسه ارائه داده و در رابطه با آن بحث کند.

❖ شرایط اجرا

- امکانات آموزشی موردنیاز
 - ✓ کلاس درس
 - ✓ - وسایل کمک آموزشی (کامپیوتر، دیتا پروژکتور، مارکر و وایت برد)
 - ✓ - اتصال اینترنت مناسب
 - ✓ - اپلیکیشن ادوب کانکت

✓ - آزمایشگاه ارگونومی

✓ - سامانه نوید/LMS

▪ آموزش دهنده: دکتر حمیدرضا مکرمی

❖ منابع درسی

۱. چوبینه، علیرضا و دانشمندی، هادی (ویراستاران): مبانی ارگونومی و مهندسی عوامل انسانی.

انتشارات دانشگاه علوم پزشکی شیراز، چاپ اول، شیراز، ۱۳۹۹.

2. Spector PE. Industrial and organizational psychology: Research and practice. John Wiley & Sons Inc; 2017.

3. Chebykin OY, Bedny G, Karwowski W, editors. Ergonomics and psychology: Developments in theory and practice. CRC Press; 2008.

❖ ارزشیابی

▪ نحوه‌ی ارزشیابی

ارزشیابی بخشی به صورت تکوینی و در طول ترم به شکل حضوری و یا پرسش و پاسخ در سامانه نوید انجام می شود و همچنین بخشی بصورت تجمیعی در پایان دوره به شکل امتحان تشریحی حضوری و یا با استفاده از سامانه فرادید و یا سجاب انجام می شود.

▪ نحوه‌ی محاسبه‌ی نمره کل

✓ ۵۰ درصد امتحان‌های پایان ترم و میان ترم و آزمون‌های کوتاه در هر جلسه درسی

✓ ۲۵ درصد انجام پروژه تحقیقاتی

✓ ۲۵ درصد ارائه مقاله در کلاس و مشارکت در بحث گروهی

▪ مقررات

حداقل نمره قبولی بر اساس آیین‌نامه کلی دانشگاه علوم پزشکی شیراز برای دانشجویان ارشد ۱۴ است.

جدول زمان بندی

ردیف	سرفصل ها	ساعت ارائه	نحوه ارائه	منابع درسی	امکانات مورد نیاز
۱	تاریخچه روان شناسی کار	۲	سخنرانی یا فیلم آموزشی، بحث گروهی و تحلیل مقالات جدید	Industrial and organizational psychology: Research and practice	رایانه، اینترنت، سامانه های آموزش مجازی
۲	تفاوت های فردی	۲	سخنرانی یا فیلم آموزشی، بحث گروهی و تحلیل مقالات جدید	Industrial and organizational psychology: Research and practice مبانی ارگونومی و مهندسی عوامل انسانی	رایانه، اینترنت، سامانه های آموزش مجازی
۳	روش ها و ابزارهای ارزیابی توانایی انسانی	۲	سخنرانی یا فیلم آموزشی، بحث گروهی و تحلیل مقالات جدید	Ergonomics and psychology مبانی ارگونومی و مهندسی عوامل انسانی	رایانه، اینترنت، سامانه های آموزش مجازی
۴	استرس شغلی و هزینه های ناشی از آن	۲	سخنرانی یا فیلم آموزشی، بحث گروهی و تحلیل مقالات جدید	Industrial and organizational psychology: Research and practice مبانی ارگونومی و مهندسی عوامل انسانی	رایانه، اینترنت، سامانه های آموزش مجازی
۵	عوامل روانی-اجتماعی مرتبط با کار	۲	سخنرانی یا فیلم آموزشی، بحث گروهی و تحلیل مقالات جدید	Industrial and organizational psychology: Research and practice مبانی ارگونومی و مهندسی عوامل انسانی	رایانه، اینترنت، سامانه های آموزش مجازی
۶	روش ها و ابزارهای ارزیابی استرس شغلی و عوامل روانی-اجتماعی در محیط کار	۳	سخنرانی یا فیلم آموزشی، بحث گروهی و تحلیل مقالات جدید	Industrial and organizational psychology: Research and practice مبانی ارگونومی و مهندسی عوامل انسانی	رایانه، اینترنت، سامانه های آموزش مجازی
۸	روش ها و راه کارهای مدیریتی کنترل عوامل استرس زای روانی-اجتماعی و استرس شغلی	۴	سخنرانی یا فیلم آموزشی، بحث گروهی و تحلیل مقالات جدید	industrials and organizational psychology: Research and practice مبانی ارگونومی و مهندسی عوامل انسانی	رایانه، اینترنت، سامانه های آموزش مجازی
*	مجموع			۱۷ ساعت	