



نام و کد درس: **کیفیت زندگی در دوره سالمندی**

کد درس: ۲۴

رشته و مقطع تحصیلی: سلامت سالمندی – کارشناسی ارشد ترم: اول نیمسال: اول ۹۸-۹۹

تعداد و نوع واحد (نظری / عملی): ۲ واحد نظری درس یا دروس پیش نیاز: ندارد

روز و ساعت برگزاری: سه شنبه ۱۶-۱۸ محل برگزاری: دانشکده بهداشت

مدرس / مدرسین: **دکتر حسین مطلبی – آقای محمدی**

### نکات مهم:

- \* محتوای آموزشی هفته آینده در اختیار دانشجویان قرار خواهد گرفت. انتظار می‌رود دانشجویان عزیز مطابق طرح درس، قبل از حضور در کلاس مطالب درسی را بدقت مطالعه نمایند و در گروه های کاری و در بحث ها مشارکت فعال داشته باشند. آمادگی قبلی منجر به یادگیری عمیق تر و مشارکت بهتر دانشجویان در کلاس خواهد گردید.
- \* سیاست مسئول دوره در مورد برخورد با غیبت و تاخیر دانشجو در کلاس درس: گزارش به اداره آموزش

### نحوه ارزشیابی دانشجو و بارم مربوط به هر ارزشیابی:

الف) در طول دوره (کوئیز، تکالیف، امتحان، میان ترم): ۲۰ درصد

ب) پایان دوره: امتحان کتبی ۶۰ درصد نمره

ج) حضور موثر در کلاس: ۲۰ درصد

## جلسه اول و دوم

### کیفیت زندگی از دیدگاه متخصصین و سالمندان ، تعاریف ، مفاهیم پایه و حوزه های اصلی

اهداف اختصاصی	حیطه های اهداف	فعالیت استاد	فعالیت دانشجو	عرصه یادگیری	زمان	رسانه کمک آموزشی	روش ارزیابی
<p style="color: blue;">انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند:</p> <p>۱- تاریخچه و چگونگی پیدایش مفهوم کیفیت زندگی را تبیین نماید؛</p> <p>۲- کاربرد مدل های الگوی مفهومی و یا مفهوم نسبی کیفیت زندگی را تشریح نماید؛</p> <p>۳- تعاریف کارشناسانه از کیفیت زندگی بطور کلی و در سالمندان را بیان نماید؛</p> <p>۴- مواردی از تعاریف غیر کارشناسانه افراد جامعه و یا خود سالمندان درباره کیفیت زندگی را توضیح بدهد؛</p> <p>۵- حوزه های کیفیت زندگی بر اساس الگوی مفهومی و مفهوم نسبی آن ، مقایسه نماید.</p>	<p style="text-align: center;">شناختی</p> <p style="text-align: center;">شناختی</p> <p style="text-align: center;">شناختی</p> <p style="text-align: center;">شناختی</p> <p style="text-align: center;">شناختی</p>	سخنرانی مشارکتی	شرکت فعال در کلاس و مشارکت در بحث	کلاس درس	۱/۳۰ ساعت	<p>تهیه اسلاید- استفاده از ویدیو پروژکتور و برنامه PowerPoint -استفاده از محتوای الکترونیکی آنلاین</p>	ارزیابی هفتگی، میان ترم و پایان ترم

جلسه سوم تا ششم

ابعاد با اهمیت در کیفیت زندگی در سالمندان

( سلامت ، ارتباطات و مشارکت اجتماعی ، استانداردهای زندگی ، معنویت و محیط )

اهداف اختصاصی	حیطه های اهداف	فعالیت استاد	فعالیت دانشجو	عرصه یادگیری	زمان	رسانه کمک آموزشی	روش ارزیابی
انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند:	<p>شناختی</p> <p>۱- پراهمیت ترین حوزه های کیفیت زندگی مربوط به سالمندان را نام ببرد؛</p> <p>۲- نقش هر یک از حوزه های کیفیت زندگی را تبیین نماید؛</p> <p>شناختی</p> <p>۲- اهمیت حوزه سلامت در کیفیت زندگی سالمندان همراه با نحوه سنجش مبتنی بر تئوری های سلامت را تبیین نماید؛</p> <p>شناختی</p> <p>۳- " استانداردهای زندگی سالمندان " را نام ببرد و اهمیت آن در کیفیت زندگی سالمندی را تبیین نماید؛</p> <p>شناختی</p> <p>۴- نقش " محیط " در کیفیت زندگی سالمندان را تبیین نماید؛</p> <p>شناختی</p> <p>۵- حوزه " مشارکت " و " سرمایه اجتماعی " سالمندان را تشریح و اهمیت آن در کیفیت زندگی سالمندان را تبیین نماید؛</p> <p>شناختی</p> <p>۶- نقش " معنویت " در کیفیت زندگی سالمندان را تبیین نماید.</p>	سخنرانی مشارکتی	شرکت فعال در کلاس و مشارکت در بحث	کلاس درس	۱/۳۰ ساعت	تهیه اسلاید- استفاده از ویدیو پروژکتور و برنامه PowerPoint- استفاده از محتوای الکترونیکی آنلاین	ارزیابی هفتگی، میان ترم و پایان ترم

جلسه هفتم

## امتحان میان ترم

سؤالات تشریحی و مبتنی بر نقد

**جلسه هشتم و نهم**  
**رضایت از زندگی و سالمندی موفق**

اهداف اختصاصی	حیطه های اهداف	فعالیت استاد	فعالیت دانشجو	عرصه یادگیری	زمان	رسانه کمک آموزشی	روش ارزیابی
<p>انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند:</p> <p>۱- مفاهیم سالمندی موفق ، سالم و فعال را تبیین نماید؛</p> <p>۲- تعاریف سالمندی موفق از دیدگاه های مختلف را بیان نماید؛</p> <p>۳- ابعاد سالمندی موفق را از دیدگاه های مختلف تشریح نماید؛</p> <p>۴- استراتژی های رسیدن به سالمندی موفق را تبیین نماید؛</p> <p>۵- روش ها و ابزارهای سنجش سالمندی موفق را نقد نماید.</p>	<p>شناختی</p> <p>شناختی</p> <p>شناختی</p> <p>شناختی</p> <p>شناختی</p>	<p>سخنرانی مشارکتی</p>	<p>شرکت فعال در کلاس و مشارکت در بحث</p>	<p>کلاس درس</p>	<p>۱/۳۰ ساعت</p>	<p>تهیه اسلاید- استفاده از ویدیو پروژکتور و برنامه PowerPoint -استفاده از محتوای الکترونیکی آنلاین</p>	<p>ارزیابی هفتگی، میان ترم و پایان ترم</p>

**جلسه دهم و یازدهم**  
**سبک زندگی سالم سالمندی**

اهداف اختصاصی	حیطه های اهداف	فعالیت استاد	فعالیت دانشجو	عرصه یادگیری	زمان	رسانه کمک آموزشی	روش ارزیابی
<p><b>انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند:</b></p> <p>۱- شیوه زندگی سالم را تعریف نماید؛</p> <p>۲- حیطه های سبک زندگی سالمندی را نام برد؛</p> <p>۳- تغذیه سالم در سالمندی در تبیین نماید؛</p> <p>۴- مدیریت استرس را در سالمندی تبیین نماید؛</p> <p>۵- ورزش در سالمندی را تبیین نماید؛</p> <p>۶- ارتباطات بین فردی و جمعی در سالمندی را تبیین نماید؛</p> <p>۷- رفتارهای پیشگیری از خطر را در سالمندی را تبیین نماید؛</p> <p>۸- ابزارهای سنجش سبک زندگی سالم بهداشتی را نقد نماید.</p>	<p>شناختی</p> <p>شناختی</p> <p>شناختی</p> <p>شناختی</p> <p>شناختی</p> <p>شناختی</p> <p>شناختی</p>	سخنرانی مشارکتی	شرکت فعال در کلاس و مشارکت در بحث	کلاس درس	۱/۳۰ ساعت	تهیه اسلاید- استفاده از ویدئو پروژکتور و برنامه PowerPoint- استفاده از محتوای الکترونیکی آنلاین	ارزیابی هفتگی، میان ترم و پایان ترم

**جلسه دوازدهم و سیزدهم**  
**مطالعات کیفیت زندگی در ایران و جهان**

اهداف اختصاصی	حیطه های اهداف	فعالیت استاد	فعالیت دانشجو	عرصه یادگیری	زمان	رسانه کمک آموزشی	روش ارزیابی
<p><b>انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند:</b></p> <p>۱- دو مورد از مطالعات داخلی در مورد کیفیت زندگی سالمندان را معرفی و نقد نماید؛</p> <p>۲- دو مطالعه معتبر جهانی در خصوص کیفیت زندگی سالمندان را معرفی و تحلیل نماید.</p>	<p>شناختی مهارتی</p> <p>شناختی مهارتی</p>	<p>سخنرانی مشارکتی و Journal Club</p>	<p>ارائه بصورت سخنرانی سخنرانی مشارکتی</p>	<p>کلاس درس</p>	<p>۱/۳۰ ساعت</p>	<p>تهیه اسلاید- استفاده از ویدیو پروژکتور و برنامه PowerPoint -استفاده از محتوای الکترونیکی آنلاین</p>	<p>ارزیابی هفتگی، میان ترم و پایان ترم</p>

## جلسه چهاردهم

### کیفیت زندگی در جهان پست مدرن

اهداف اختصاصی	حیطه های اهداف	فعالیت استاد	فعالیت دانشجو	عرصه یادگیری	زمان	رسانه کمک آموزشی	روش ارزیابی
<p>انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند:</p> <p>۱- تصورات سنتی و مدرن از کیفیت زندگی را تبیین نماید؛</p> <p>۲- چگونگی تاثیر نگرش های تبعیض آمیز بر کیفیت زندگی سالمندان را تبیین نماید؛</p> <p>۳- نگرش نسبت به کیفیت زندگی در جهان پست مدرن را تبیین نماید.</p>	<p>شناختی</p> <p>شناختی</p> <p>شناختی</p>	سخنرانی مشارکتی	شرکت فعال در کلاس و مشارکت در بحث	کلاس درس	۱/۳۰ ساعت	<p>تهیه اسلاید- استفاده از ویدیو پروژکتور و برنامه PowerPoint- استفاده از محتوای الکترونیکی آنلاین</p>	ارزیابی هفتگی، میان ترم و پایان ترم



جلسه پانزدهم تا هفدهم

سنجش کیفیت زندگی در سالمندان

بررسی ابزارها، پرسش نامه ها و چک لیست ها

اهداف اختصاصی	حیطه های اهداف	فعالیت استاد	فعالیت دانشجو	عرصه یادگیری	زمان	رسانه کمک آموزشی	روش ارزیابی
<p>انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند:</p> <p>۱- معیارهایی که ابزارهای سنجش کیفیت زندگی باید داشته باشند را تبیین نماید؛</p> <p>۲- کاربردهای بالقوه سنجش کیفیت زندگی در حوزه سلامت را ارزیابی کند؛</p> <p>۳- چالش های سنجش کیفیت زندگی را بشناسد؛</p> <p>۴- منظور از معیارهای ذهنی و عینی کیفیت زندگی را در سنجش شرح دهد؛</p> <p>۵- تاثیر ساختار و نوع درک سالمندان یک جامعه در ارزیابی سطح کیفیت زندگی را تبیین نماید؛</p> <p>۶- ابزارها، پرسشنامه ها و چک لیست های مربوط به سنجش کیفیت زندگی سالمندان را نام ببرد؛</p> <p>۷- نحوه استفاده و تحلیل نتایج حاصل از آن ها را تبیین نماید؛</p>	<p>شناختی</p> <p>شناختی</p> <p>شناختی</p> <p>شناختی</p> <p>شناختی</p> <p>شناختی</p> <p>شناختی</p>	<p>سخنرانی مشارکتی و Journal Club</p>	<p>شرکت فعال در کلاس و مشارکت در بحث سخنرانی مشارکتی</p>	<p>کلاس درس</p>	<p>۱/۳۰ ساعت</p>	<p>تهیه اسلاید- استفاده از ویدیو پروژکتور و برنامه PowerPoint- استفاده از محتواهای الکترونیکی آنلاین</p>	<p>ارزیابی هفتگی، میان ترم و پایان ترم</p>

۱- بوند و کورنر، کیفیت زندگی و سالمندان. ترجمه کمال محققى. تهران: نشر دانژه ۱۳۸۹.

2- Mollenkopf H. (2007). Quality of Life in Old Age: International and Multi-Disciplinary Perspectives. Springer.

3- Carstensen LL, Rando TA. (2011). Handbook of Aging and the Social Sciences: Critical comprehensive reviews of research knowledge, theories, concepts, and issues. Elsevier