

به نام خدا



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تبریز

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی تبریز

دفتر مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی معاونت آموزشی دانشکده بهداشت

طرح درسی روان شناسی رفتار سالم	مربوط به رشته آموزش و ارتقا سلامت تحصیلی
.....
در نیمسال...اول..... سال تحصیلی ..۹۷-۹۸..... گروه آموزشیآموزش و ارتقا سلامت

۱- مشخصات مدرس

نام و نام خانوادگی: حمید اله وردی پور	گروه آموزشی: آموزش و ارتقا سلامت	مرتبه دانشگاهی: استاد
دانشگاه محل فعالیت: علوم پزشکی تبریز	دانشکده محل فعالیت: بهداشت	شماره اتاق محل فعالیت:
آخرین مدرک تحصیلی: دکترای تخصصی	رشته تحصیلی: آموزش و ارتقا سلامت	شماره تلفن دانشکده:

۲- مشخصات درس

سال تحصیلی:	نیمسال تحصیلی: نیمسال اول <input checked="" type="checkbox"/> نیمسال دوم ترم تابستانی	
نام درس: روانشناسی رفتار سالم	تعداد واحد: ۲	محل تشکیل کلاس درس: دانشکده بهداشت
نوع درس: عملی <input checked="" type="checkbox"/> نظری <input type="checkbox"/>	کارآموزی <input type="checkbox"/> کارورزی <input type="checkbox"/>	
درس پیش نیاز: دارد <input type="checkbox"/> ندارد <input checked="" type="checkbox"/>	تعداد جلسات تشکیل کلاس: ۱۶	
تعداد روزهای اجرای دوره کارآموزی و یا کارورزی:		

۳- مشخصات فراگیران

رشته تحصیلی:	مقطع تحصیلی:	تعداد فراگیر:
آموزش بهداشت و ارتقا سلامت	کارشناسی ارشد	۷

هدف کلی درس: یادگیری اصول، مفاهیم و مباحث اساسی در روانشناسی رفتارهای مرتبط با سلامت و کسب مهارت های لازم در شناخت، تحلیل و توسعه رفتار سالم

اهداف اختصاصی درس:

- آشنایی دانشجویان با عوامل زیستی روانشناختی سلامت و بیماری

- آشنایی دانشجویان با نظریه ها و رویکرد های یاد گیری

- آشنایی دانشجویان با تغییر باورها و رفتار ها و حفظ و نگهداری آن ها

- آشنایی دانشجویان با مفهوم خود ، خود کارآمدی ، عزت نفس ، اعتماد بنفس

- آشنایی دانشجویان با مفهوم خود کنترلی و محل کنترل و خود تنظیمی رفتار

آشنایی دانشجویان با سازگاری اجتماعی و حمایت اجتماعی و شبکه اجتماعی

آشنایی دانشجویان با تحلیل روانشناختی رفتار های مرتبط با سلامت

آشنایی دانشجویان با مفاهین روانشناسی سلامت در استرس و سلامت

آشنایی دانشجویان با مفاهین روانشناسی سلامت در رفتار های پرخطر

آشنایی دانشجویان با مفاهین روانشناسی سلامت در رفتار های اعتیادی

آشنایی دانشجویان با مفاهین روانشناسی سلامت در رفتار های مرتبط با خوردن

آشنایی دانشجویان با مفاهین روانشناسی سلامت در رفتار های فعالیت فیزیکی

آشنایی دانشجویان با مفاهین روانشناسی سلامت در رفتار های باروری و جنسی پرخطر

آشنایی دانشجویان با مفاهین روانشناسی سلامت در هویت جنسیتی و سلامت

آشنایی دانشجویان با مفاهین روانشناسی سلامت در شناخت بیماری و پذیرش درمان

شیوه آموزش:

۱- استفاده از روش سخنرانی

۲- انجام بحث و مذاکره گروهی

۳- آموزش مبتنی بر حل مساله

وظایف فراگیران:

حضور و مشارکت در بحث های گروهی

انجام وظائف محوله براساس طرح موضوع

نحوه ارزیابی و ارزشیابی فراگیران:

-حضور و مشارکت فعال در تمام جلسات درس

-نمرات دانشجو در آزمون های میان دوره و پایان دوره برای بخش نظری درس

منابع درس:

- روانشناسی و ارتقاء سلامت سیمون مرفی ترجمه افلاک سیر گلشنی، انتشارات آوای نور آخرین چاپ 6
 .سیف علی اکبر. تغییر رفتار و رفتار درمانی: نظریه و روشها. تهران: نشر دوران 1.
 آخرین چاپ 6081 سیف علی اکبر روانشناسی پرورشی نوین نشر دوران 0.
 4. Ogden, J. Health Psychology: A Textbook. Maidenhead, UK: Open University Press. last edition
 5. David F Marks, Michael Murray, Brian Evans. Health Psychology: Theory, Research and Practice, SAGE last edition
 6. Andrew Baum, Tracey A. Revenson, Jerome Singer. Handbook of health psychology, 2nd. Psychology Press, Taylor & Francis Group. last edition

برنامه جلسات درسی

منابع درسی	اهداف آموزشی جلسه	جلسه
Handbook of health psychology		۱ - عوامل زیستی روانشناختی سلامت و بیماری
تغییر رفتار و رفتار درمانی: نظریه و روشها		۲ - نظریه ها و رویکرد های یاد گیری
تغییر رفتار و رفتار درمانی: نظریه و روشها		۳ - تغییر باورها و رفتار ها و حفظ و نگهداری آن ها
		۴ - مفهوم خود ، خود کار آمدی ، عزت نفس ، اعتماد بنفس
Handbook of health psychology		۵ - خود کنترلی و محل کنترل و خود تنظیمی رفتار
Handbook of health psychology		۶ - سازگاری اجتماعی حمایت اجتماعی و شبکه اجتماعی
تغییر رفتار و رفتار درمانی: نظریه و روشها		۷ - تحلیل روانشناختی رفتار های مرتبط با سلامت
		۸ - امتحان میان ترم

Health Psychology: A Textbook		استرس و سلامت	۹
Health Psychology: A Textbook		رفتار هاي پرخطر	۱۰
Health Psychology: A Textbook		رفتارهاي اعتيادي	۱۱
Health Psychology: A Textbook		رفتارهاي مرتبط با خوردن	۱۲
Health Psychology: A Textbook		رفتارهاي فعاليت فيزيكي	۱۳
Health Psychology: A Textbook		رفتارهاي باروري و جنسي پرخطر	۱۴
Health Psychology: A Textbook		هويت جنسيتي و سلامت	۱۵
Health Psychology: A Textbook		شناخت بيماري و پذيرش درمان	۱۶