

به نام خدا



## دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی تبریز

دفتر مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی معاونت آموزشی دانشکده بهداشت

طرح درس روش های ارزیابی استرس	مربوط به رشته تحصیلی ارگونومی
در نیمسال دوم	سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰
	گروه آموزشی مهندسی بهداشت حرفه ای

### ۱- مشخصات مدرس

نام و نام خانوادگی: جلیل نظری	گروه آموزشی: بهداشت حرفه ای	مرتبه دانشگاهی: دانشیار
دانشگاه محل فعالیت: علوم پزشکی تبریز	دانشکده محل فعالیت: بهداشت	شماره اتاق محل فعالیت:
آخرین مدرک تحصیلی: دکتری تخصصی	رشته تحصیلی: ارگونومی	شماره تلفن دانشکده:

### ۲- مشخصات درس

سال تحصیلی: ۸۹-۹۰	نیمسال تحصیلی: نیمسال اول	نیمسال دوم <input checked="" type="checkbox"/>	ترم تابستانی
نام درس: روش های ارزیابی استرس	تعداد واحد: ۱	محل تشکیل کلاس درس: گروه	
نوع درس: عملی <input type="checkbox"/> نظری <input checked="" type="checkbox"/>	کارآموزی	کارورزی	
درس پیش نیاز: دارد <input checked="" type="checkbox"/> ندارد <input type="checkbox"/>	تعداد جلسات تشکیل کلاس: ۸		
تعداد روزهای اجرای دوره کارآموزی و یا کارورزی:			

### ۳- مشخصات فراگیران

رشته تحصیلی:	مقطع تحصیلی:	تعداد فراگیر:
ارگونومی	دکترا	۳

### هدف کلی درس:

آشنا ساختن دانشجویان با مدل ها و روش های ارزیابی استرس شغلی به صورت کاربردی جهت ارائه راه کارهای اجرایی برای مدیریت استرس در محیط کار می باشد.

### اهداف اختصاصی درس:

۱- آشنایی با مدل ها و روش های ارزیابی استرس شغلی

۲- آشنایی با روش های بکارگیری و پیاده سازی و ابزارهای ارزیابی استرس شغلی

۳- آشنایی با چگونگی مدیریت ریسک فاکتورهای روانی- اجتماعی و استرس در محیط کار

### شیوه آموزش:

۱- سخنرانی با استفاده از Power Point

۲- توصیف مطالب و بحث

۳- به بحث گذاشتن یک موضوع در هر جلسه (با اطلاع قبلی دانشجو در رابطه باموضوع)

۴- ارائه کنفرانس توسط دانشجویان

### وظایف فراگیران:

۱- حضور مرتب در کلاس

۲- انجام تکالیف محوله کلاسی

۳- همراهی و همکاری در طول تدریس

### نحوه ارزیابی و ارزشیابی فراگیران:

۱- پرسش شفاهی

۲- امتیازدهی به کنفرانس دانشجویان

۳- آزمون تشریحی در پایان ترم

۴- حضور و غیاب

## منابع درس:

- 1- Sharon Clarke, Dr Cary L Cooper. Managing the Risk of Workplace Stress: Health and Safety Hazards, Taylor & Francis Group, Last Edition.
- 2- Hancock, Peter A. Stress, Workload, and Fatigue (Human Factors in Transportation), CRC Press, Last Edition.
- 3- Jo Rick, Rob B Briner, Kevin Daniels, Sarah Perryman and Andrew Guppy, A critical review of psychosocial hazard measures, HSE Books, Last Edition.
- 4- NIOSH. Stress at work (U.S. National Institute for Occupational Safety and Health, DHHS [NIOSH] Publication No. 99-101). Washington, DC :Retrieved from <http://www.cdc.gov/niosh/docs/99-101/> Last Edition
- 5- Rom, William N., and Steven B. Markowitz, eds. Environmental and occupational medicine. Wolters Kluwer Health, Last Edition. Chapter 53.
- 6- Rosenstock, L., Cullen, M., Brodtkin, C., & Redlich, C. Textbook of clinical occupational and environmental medicine. Last Edition

## برنامه جلسات درسی

منابع درسی	اهداف آموزشی جلسه	سرفصل مطالب درسی	جلسه
	آشنایی با Person environment fit theory	تئوری های استرس	۱
	آشنایی با Stress at work model	تئوری های استرس	۲
	آشنایی با Karasek demand control model	تئوری های استرس	۳
	آشنایی با Lazarus transactional process model	تئوری های استرس	۴
	آشنایی با NIOSH model	تئوری های استرس	۵
	آشنایی با Spielbergers state trait process model	تئوری های استرس	۶
	آشنایی با Effort reward imbalance model	تئوری های استرس	۷
	آشنایی با ASSET model	تئوری های استرس	۸