



طرح درس یک دوره درس کامل (۱۷ جلسه)  
گروه آموزشی: آموزش بهداشت  
مقطع و رشته تحصیلی: کارشناسی ارشد آموزش بهداشت

شناسنامه درس	<p><b>نام درس: روانشناسی رفتار سالم</b></p> <p><b>تعداد واحد: ۲ نوع واحد: تئوری ۱.۵ واحد ، عملی : ۰.۵ واحد</b></p> <p><b>پیش نیاز: ندارد</b></p> <p>زمان برگزاری کلاس: روز: یکشنبه ساعت: ۱۰-۱۲</p> <p>مکان برگزاری: به صورت حضوری: اتاق ۱۱۶ / به صورت مجازی سامانه LMS</p> <p>مسئول درس: دکتر علیرضا حیدرینیا</p>
شرح دوره	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
هدف کلی	شناخت ، تحلیل مفاهیم و مباحث اساسی در روانشناسی رفتارهای مرتبط با سلامت و کسب مهارت های لازم در ، یادگیری اصول
اهداف بینابینی	<p><b>آشنایی دانشجو با</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>عوامل زیستی روانشناختی سلامت و بیماری</li> <li>نظریه ها و رویکرد های یاد گیری</li> <li>تغییر باورها و رفتارها و حفظ و نگهداری آن ها</li> <li>مفهوم خود ، خود کارآمدی ، عزت نفس ، اعتماد بنفس - خود کنترلی control-self و محل کنترل control of locus و خود تنظیمی رفتار - سازگاری اجتماعی Coping Social حمایت اجتماعی support social و شبکه اجتماعی network Social</li> <li>تحلیل روانشناختی رفتار های مرتبط با سلامت       <ol style="list-style-type: none"> <li>استرس و سلامت رفتار های پرخطر</li> <li>رفتارهای اعتیادی</li> <li>رفتارهای مرتبط با خوردن</li> <li>رفتارهای فعالیت فیزیکی</li> <li>رفتارهای باروری و جنسی پرخطر</li> <li>هویت جنسیتی و سلامت</li> <li>شناخت بیماری و پذیرش درمان</li> </ol> </li> </ol>
شیوه های تدریس:	<p>سخنرانی ✓</p> <p>سخنرانی برنامه ریزی شده ✓</p> <p>پرسش و پاسخ ✓</p> <p>بحث گروهی ✓</p> <p>یادگیری مبتنی بر حل مسئله BPL ✓</p> <p>یادگیری مبتنی بر تیم TBL ✓</p> <p>پازدید ✓</p>
وظایف و تکالیف دانشجو	گوش دادن ، پرسش و پاسخ ، تهیه مطلب درباره مفاهیم و ارائه آن در کلاس ، ارائه خلاصه درس جلسه قبل به نوبت
وسایل کمک آموزشی	وایت برد ، نمایش اسلاید، نمایش فیلم، قلم نوری
نحوه ارزشیابی و درصد نمره: (از نمره کل)	آزمون میان ترم ۲۰ درصد نمره آزمون پایان ترم ۴۰درصد نمره انجام تکالیف ۳۰درصد نمره شرکت فعال در کلاس ۱۰ درصد
نوع آزمون	تشریحی پاسخ کوتاه چندگزینه ای ✓ جور کردنی صحیح- غلط ارائه گزارش سایر موارد ✓
منابع	<ol style="list-style-type: none"> <li>روانشناسی و ارتقاء سلامت سیمون مرفی ترجمه افالک سیر گلشنی، انتشارات آوای نور آخرین چاپ</li> <li>سیف علی اکبر. تغییر رفتار و رفتار درمانی: نظریه و روشها. تهران: نشر دوران ۳ .</li> <li>سیف علی اکبر روانشناسی پرورشی نوین نشر دوران ۱۳۸۵ آخرین چاپ</li> </ol>



<p>٤. Ogden, J. Health Psychology: A Textbook. Maidenhead, UK: Open University Press.last edition</p> <p>٥. David F Marks, Michael Murray, Brian Evans.Health Psychology: Theory, Research and Practice, ,SAGE last edition</p> <p>٦. Andrew Baum, Tracey A. Revenson, Jerome Singer. Handbook of health psychology, ٢nd. Psychology Press,Taylor &amp; Francis Group.last edition</p>	
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--