

بسمه تعالی

دانشگاه علوم پزشکی یاسوج

فرم طراحی درس روانشناسی رفتار سالم

گروه بهداشت عمومی

سال ۱۴۰۱ - ۱۴۰۲

۱- مشخصات مدرس

نام و نام خانوادگی: دکتر کامبیز کریم زاده شیرازی

دانشکده: بهداشت و علوم تغذیه گروه آموزشی: آموزش بهداشت

مدرك تحصیلی: Ph. D آموزش بهداشت

مرتبه دانشگاهی: دانشیار

سابقه تدریس در دانشگاه: ۲۸ سال

۲- مشخصات درس

عنوان درس: روانشناسی رفتار سالم تعداد واحد: ۲ واحد تئوری

نوع درس: عملی نظری کارآموزی کارورزی

دروس پیش نیاز: ندارد

سال تحصیلی: ۱۴۰۱ - ۱۴۰۲ نیمسال اول نیمسال دوم ترم تابستانی

۳- مشخصات فراگیران

رشته تحصیلی: آموزش بهداشت

مقطع: کارشناسی ارشد

تعداد فراگیران: ۳

توزیع جنسی: زن - مرد

۱- اهداف کلی درس : آشنایی دانشجو یان با اصول و مبانی و مباحث اساسی یادگیری و تغییر رفتار های مرتبط با سلامت به

منظور کسب مهارت‌های لازم در تحلیل و توسعه رفتار سالم

۲- شرح درس: هدف عمده آموزش تغییر رفتار است و روانشناسی بعنوان مهمترین علم در تغییر رفتار محسوب می شود. لذا

آشنایی با مباحث عام روانشناسی یادگیری و تغییر رفتارها در حیطه سلامت از مبانی مهم آموزش و ارتقا سلامت محسوب

می شود

۳- برنامه زمانبندی درس:

اهداف کلی جلسه	عنوان درس	مدرس	تاریخ	جلسات یکشنبه ۲-۴
آشناسازی اولیه و ورود به مطلب	رفتار و تغییر رفتار (اصول، مبانی، تعاریف، قلمرو، خاستگاه، انواع) - رفتار سالم			۱
آشنایی با برنامه ریزی برای تغییر رفتار	گامها در برنامه تغییر رفتار سلامت			۲
شناخت نقش و نحوه تاثیر عوامل بر تغییر رفتار	انگیزش، آگاهی و تغییر رفتار در آموزش سلامت			۳
شناخت نقش و نحوه تاثیر عوامل بر تغییر رفتار	میانجی های روانی - اجتماعی سلامت			۴
شناخت نقش و نحوه تاثیر عوامل بر تغییر رفتار	میانجی های شناختی رفتارهای مرتبط با سلامتی آسان سازی تغییر فردی کاربرد نظریات یادگیری در تغییر رفتار سالم - کلاسیک نوع اول - کلاسیک نوع دوم و ثراندایک			۵
شناخت اصول و روشهای اندازه گیری رفتار کاربرد نظریه ها در تغییر رفتار	کاربرد نظریات یادگیری در تغییر رفتار سالم - گشتالت - یادگیری معنی دار کلامی			۶
شناخت اصول و روشهای اندازه گیری رفتار	روشهای مستقیم سنجش رفتار			۷
شناخت اصول و روشهای اندازه گیری رفتار	روشهای غیر مستقیم سنجش رفتار			۸
کاربرد نظریه ها در تغییر رفتار بهداشتی	کاربرد نظریات یادگیری در تغییر رفتار سالم - یادگیری شناختی اجتماعی			۹

کاربرد نظریه ها در تغییر رفتار بهداشتی	کاربرد نظریات یادگیری در تغییر رفتار سالم - خبرپردازی اطلاعات		۱۰
طراحی و اجرای برنامه های فردی تئوری محور	ادغام نظریات روانشناسی با برنامه های ارتقاء سلامت - مداخلات فردی		۱۱
طراحی و اجرای برنامه های اجتماعی تئوری محور	ادغام نظریات روانشناسی با برنامه های ارتقاء سلامت - مداخلات اجتماعی / رفتارشناسی فعالیت بدنی		۱۲
کاربرد نظریه ها در تغییر رفتار بهداشتی	کاربرد نظریات یادگیری در تغییر رفتار سالم - سازنده گرایی		۱۳
کاربرد نظریه ها در تغییر رفتار بهداشتی	کاربرد نظریات یادگیری در تغییر رفتار سالم - انتساب و موضع کنترل		۱۴
شناخت عوامل موثر در شکل گیری رفتار اعتیاد و مصرف مواد مخدر	رفتار شناسی اعتیاد و مواد مخدر		۱۵
ایجاد امکان طرح نظریات شکل گرفته در خلال درس و بر اساس اصول تغییر رفتار در زمینه انواع رفتارهای مرتبط با سلامتی	بحث عمومی تغییر رفتار بهداشتی با رویکرد ترکیبی - طرح ایده ها پیرامون انواع گونه های رفتار سالم رفتارشناسی پرخاشگری، استرس		۱۶
شناخت عوامل موثر در شکل گیری رفتار تغذیه، باروری و جنسی در گروههای مختلف مردم و اجتماع	رفتار شناسی غذا و تغذیه رفتار شناسی رفتارهای باروری - جنسی		۱۷
بررسی میزان یادگیری فراگیران - دریافت بازخورد	آزمون و ارزشیابی پروژه ها		۱۸

منابع:

- سیف علی اکبر؛ روانشناسی پرورشی نوین؛ تهران دوران، آخرین ویرایش
 - آگدن جین؛ روانشناسی سلامت؛ ترجمه محسن کچویی و علی فتحی آشتیانی؛ تهران، انتشارات ارجمند، ج ۱ و ۲، آخرین ویرایش
 - آزاد حسین؛ روانشناسی سلامت، تهران بعثت، آخرین چاپ
 - گلاور جان، برونینگ راجر، روانشناسی تربیتی، ترجمه علینقی خرازی؛ تهران نشر دانشگاهی چ هفتم ۱۳۸۶
 - سیف علی اکبر، تغییر رفتار و رفتار درمانی: نظریه ها و روشها؛ تهران ۱۳۹۲ نشر دوران
 - مورفی سیمون و بنت پائول، روان شناسی ارتقاء سلامت، ترجمه افلاک سیر و گلشنی، تهران آوای نور ۱۳۹۱
- Ogden Jane, Health Psychology, London, Open University Press 2012(last edition)