



فرم طرح درس / طرح دوره:

فرم طرح درس / طرح دوره روانشناسی رفتار سالم			
اطلاعات عمومی			
گروه: آموزش بهداشت	نام درس: روانشناسی رفتار سالم	تعداد واحد: ۲	پیش نیاز: -
رشته: آموزش بهداشت	مقطع تحصیلی: کارشناسی ارشد	سال تحصیلی: ۱۴۰۳-۱۴۰۴	
مدرسین: دکتر رهائی	نیمسال: اول	مسئول درس: دکتر رهائی	
مقدمه:			
دانشجویان طی فراگیری این درس، کاربرد علم روانشناسی در تحلیل رفتار خصوصاً در حیطه رفتارهای مرتبط با سلامت را خواهند آموخت.			
پیامدهای یادگیری (آنچه فراگیر در آینده شغلی، در رابطه با این درس قرار است مورد استفاده قرار دهد):			
کسب مهارت های لازم در شناخت، تحلیل و توسعه رفتار سالم			
هدف کلی:			
یادگیری اصول، مفاهیم و مباحث اساسی در روانشناسی رفتارهای مرتبط با سلامت			



جلسه / برنامه زمانی	مدرسین:	روش ارزیابی فراگیر:	روش تدریس:	حیطه اهداف آموزشی:	سرفصل موضوعات	اهداف عینی
۱۴۰۳/۷/۳	دکتر رهائی	پایان دوره	سخنرانی تعاملی	شناختی	عوامل مؤثر بر سلامت	عوامل زیستی روانشناختی سلامت و بیماری را نام ببرد
۱۴۰۳/۷/۱۰	دکتر رهائی	پایان دوره	سخنرانی تعاملی	شناختی	نظریه های یادگیری	نظریه ها و رویکرد های یادگیری را تشریح کند.
۱۴۰۳/۷/۱۷	دکتر رهائی	پایان دوره	سخنرانی تعاملی بحث گروهی	شناختی نگرشی	روش های تغییر رفتار	روش های تغییر باورها و رفتار ها را بررسی و مقایسه کند.
۱۴۰۳/۷/۲۴	دکتر رهائی	پایان دوره	سخنرانی تعاملی	شناختی نگرشی	روش های نگهداری رفتار	روش های حفظ و نگهداری باورها و رفتارها را بررسی و مقایسه کند.
۱۴۰۳/۸/۱	دکتر رهائی	پایان دوره	کلاس وارونه	شناختی	عوامل درونی مؤثر بر رفتار	مفهوم خود، خود کارآمدی، عزت نفس و اعتماد بنفس، خود کنترلی و محل کنترل، و خود تنظیمی رفتار را توضیح دهد.
۱۴۰۳/۸/۸	دکتر رهائی	پایان دوره	سخنرانی تعاملی	شناختی	عوامل بیرونی مؤثر بر رفتار	مفهوم سازگاری اجتماعی، حمایت اجتماعی و شبکه اجتماعی را توضیح دهد.
۱۴۰۳/۸/۱۵	دکتر رهائی	پایان دوره	بحث گروهی	شناختی	استرس و سلامت	رفتارهای مرتبط با استرس و سلامت را از منظر روانشناختی تحلیل کند.
۱۴۰۳/۸/۲۲	دکتر رهائی	پایان دوره	CBL	شناختی	رفتارهای پرخطر	رفتارهای پرخطر مرتبط با سلامت و بیماری را از منظر روانشناختی تحلیل کند.
۱۴۰۳/۸/۲۹	دکتر رهائی	پایان دوره	TBL	شناختی	رفتارهای اعتیادی	رفتارهای اعتیادی مرتبط با سلامت را از منظر روانشناختی تحلیل کند.
۱۴۰۳/۹/۶	دکتر رهائی	پایان دوره	بحث گروهی	شناختی	رفتارهای مرتبط با خوردن	رفتارهای مرتبط با خوردن را از منظر روانشناختی تحلیل کند.



۱۴۰۳/۹/۱۳	دکتر رهائی	پایان دوره	بحث گروهی	شناختی	رفتارهای مرتبط با فعالیت فیزیکی	رفتارهای مرتبط با فعالیت فیزیکی را از منظر روانشناختی تحلیل کند.
۱۴۰۳/۹/۲۰	دکتر رهائی	پایان دوره	بحث گروهی	شناختی	رفتارهای باروری	رفتارهای باروری را از منظر روانشناختی تحلیل کند.
۱۴۰۳/۹/۲۷	دکتر رهائی	پایان دوره	سخنرانی تعاملی	شناختی	هویت جنسی	ارتباط هویت جنسیتی و سلامت را بداند.
۱۴۰۳/۱۰/۴	دکتر رهائی	پایان دوره	سخنرانی تعاملی	شناختی	بیماری و درمان	روند شناخت بیماری و پذیرش درمان را تفسیر کند.
		آ ز م و ن آزمون - میان - دوره د و ر ه				
مشارکت در فعالیت های کلاسی						تکالیف فراگیر
مشارکت دانشجویان در فعالیت های کلاسی: ۱۰ درصد نمره نحوه ارائه کار کلاسی: ۲۰ درصد نمره امتحان پایان ترم: ۷۰ درصد نمره						نحوه نمره دهی
روانشناسی و ارتقاء سلامت، سیمون مرفی، ترجمه افلاک سیر گلشنی،						منابع آموزشی



انتشارات آوای نور، آخرین چاپ

تغییر رفتار و رفتار درمانی: نظریه و روشها، علی اکبر سیف، تهران: نشر دوران

روانشناسی پرورشی نوین، علی اکبر سیف، تهران: نشر دوران، آخرین چاپ

Ogden, J. Health Psychology: A Textbook. Maidenhead, UK: Open University Press. last edition

David F Marks, Michael Murray, Brian Evans. Health Psychology: Theory, Research and Practice, SAGE last edition

Andrew Baum, Tracey A. Revenson, Jerome Singer. Handbook of health psychology, 2nd. Psychology Press, Taylor & Francis Group. last edition