

دانشکده بهداشت
گروه آموزش بهداشت و ارتقای سلامت

عنوان درس: نظریه ها و مدل‌های برنامه ریزی و تغییر رفتار سلامت
مخاطبان: دانشجویان ترم دوم کارشناسی ارشد آموزش بهداشت و ارتقای سلامت
تعداد واحد: (یا سهم استاد از واحد) ۲ واحد (۱.۵ واحد نظری و ۰.۵ واحد عملی)
ساعت پاس‌خوبی به سوالات فراگیر: ساعت ۱۲ لغایت ۱۴ روزهای چهارشنبه هر هفته
زمان ارائه درس: (روز، ساعت و نیمسال تحصیلی) ساعت ۱۴ لغایت ۱۶ روزهای شنبه هر هفته نیمسال دوم سال تحصیلی ۹۸-۹۹ گه برای ۱.۵ واحد نظری ۲۶ ساعت تدریس و برای ۰.۵ واحد عملی ۱۷ ساعت ارائه نقد مقاله و تهیه و ارائه برنامه های آموزشی انجام شده توسط دانشجویان انجام می گردد
مدرس: دکتر بهروز حمزه Ph.D ارتقای سلامت
درس و پیش نیاز: (با همزمان) مبانی آموزش بهداشت و ارتقای سلامت

هدف کلی درس: کسب دانش شایستگی و مهارت های لازم در مورد نظریه ها و الگوهای برنامه ریزی و تغییر رفتار و کاربست آنها در تحلیل، طراحی، اجرا و ارزشیابی مداخلات آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت

اهداف کلی جلسات نظری: (جهت هر جلسه یک هدف)

- ۱- کسب دانش در مورد ویژگی های برنامه های اثربخش در آموزش بهداشت و ارتقای سلامت
- ۲- کسب دانش در مورد تعریف نظریه و الگو، اهمیت و اصول کاربرد آنها در برنامه های آموزش بهداشت و ارتقای سلامت
- ۳- کسب دانش در مورد دسته بندی انواع نظریه ها و الگوها (درون فردی، بین فردی، سازمانی، اجتماعی و بوم شناختی)
- ۴- کسب دانش در مورد نظریه های عمل منطقی، رفتار برنامه ریزی شده
- ۵- کسب دانش در مورد الگوی اعتقاد بهداشتی
- ۶- کسب دانش در مورد نظریه شناختی اجتماعی
- ۷- کسب دانش در مورد نظریه خود-کارآمدی
- ۸- کسب دانش در مورد نظریه حمایت اجتماعی
- ۹- کسب دانش در مورد الگوی فرانتزیه ای
- ۱۰- کسب دانش در مورد نظریه انگیزش محافظت
- ۱۱- کسب دانش در مورد الگوی پرسید-پرسید
- ۱۲- کسب دانش در مورد الگوی پرسید-پرسید (ادامه)
- ۱۳- کسب دانش در مورد اصول انتخاب نظریه ها و الگوها در مطالعه و برنامه ریزی تغییر رفتار

اهداف ویژه به تفکیک اهداف کلی هر جلسه:

هدف کلی جلسه اول:

کسب دانش در مورد ویژگی های برنامه های اثربخش در آموزش بهداشت و ارتقای سلامت

اهداف ویژه جلسه اول:

در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- ویژگی های برنامه های اثربخش در آموزش بهداشت و ارتقای سلامت را (از مرحله نیاز سنجی تا ارزشیابی) لیست نماید
- ۲- هر یک از ویژگی های برنامه های اثربخش در آموزش بهداشت و ارتقای سلامت را توضیح دهد.
- ۳- تفاوت **Impact** و **Outcome** را در برنامه های اثربخش در آموزش بهداشت و ارتقای سلامت بیان نماید

هدف کلی جلسه دوم:

کسب دانش در مورد تعریف نظریه و الگو، اهمیت و اصول کاربرد آنها در برنامه های آموزش بهداشت و ارتقای سلامت

اهداف ویژه جلسه دوم:

در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- تعریف نظریه و مدل را بیان کند.
- ۲- تفاوت نظریه و مدل را بیان نماید.
- ۳- **concept, construct** و متغیر را تعریف کرده و در یک مدل این اجزاء را شناسایی نماید.
- ۴- اهمیت نظریه و مدل در برنامه های آموزش بهداشت و ارتقای سلامت را بیان نماید
- ۵- اصول و موارد کاربرد نظریه و مدل در برنامه های آموزش بهداشت و ارتقای سلامت را توضیح دهد.

هدف کلی جلسه سوم:

کسب دانش در مورد دسته بندی انواع نظریه ها و الگوها (درون فردی، بین فردی، سازمانی، اجتماعی و بوم شناختی)

اهداف ویژه جلسه سوم:

در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- انواع نظریه و مدل را نام ببرد
- ۲- انواع نظریه و مدل را بطور مختصر توضیح دهد.
- ۳- انواع نظریه و مدل (درون فردی، بین فردی، سازمانی، اجتماعی و بوم شناختی) را دسته بندی نماید.

هدف کلی جلسه چهارم:

کسب دانش در مورد نظریه های عمل منطقی، رفتار برنامه ریزی شده

اهداف ویژه جلسه چهارم:

در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- ساختگاه نظری تئوری رفتار برنامه ریزی شده و عمل منطقی را بیان نماید .
- ۲- مفروضات تئوری را توضیح دهد.
- ۳- سازه های تئوری عمل منطقی و تئوری رفتار برنامه ریزی شده را لیست نمایند.
- ۴- تفاوت تئوری عمل منطقی و تئوری رفتار برنامه ریزی شده را توضیح دهند.
- ۵- تئوری را نقد نموده و در مورد محدودیتهای آن بحث نمایند.

هدف کلی جلسه پنجم:

کسب دانش در مورد الگوی اعتقاد بهداشتی

اهداف ویژه جلسه پنجم:

در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- منشاء تئوریک مدل اعتقاد بهداشتی را بیان نماید.
- ۲- درباره تاریخچه شکل گیری این مدل مختصری توضیح دهد.
- ۳- درباره فرضیه هایی که بر اساس آنها این مدل شکل گرفت بحث نمایند.
- ۴- سازه های (اجزاء) این مدل را نام برده و در مورد هر یک توضیح مختصری بیان نمایند.
- ۵- مدل را نقد نموده و در مورد محدودیتهای مدل بحث نمایند.

هدف کلی جلسه ششم:

کسب دانش در مورد نظریه شناختی اجتماعی

اهداف ویژه جلسه ششم:

در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- درباره تاریخچه شکل گیری تئوری شناخت اجتماعی مختصری توضیح دهد.
- ۲- درباره فرضیات و اصول کلی این مدل بحث نمایند.
- ۳- مفاهیم اساسی موجود در این تئوری را لیست نماید.
- ۴- یادگیری مشاهده ای و مراحل آن را توضیح دهد.
- ۵- در مورد تعیین کنندگی متقابل و نحوه اثر آن بر سلامت بحث نماید.
- ۶- تفاوت expectation و outcome expectancy را بیان نماید.
- ۷- تقویت را تعریف کرده، انواع آن و نقش هر یک را با مثالی کاربردی توضیح دهد.
- ۸- در مورد توانایی رفتاری، توانایی جانشینی، توانایی دوراندیشی، توانایی خودتنظیمی، توانایی خود واکنشی و توانایی نماد سازی بحث نماید.
- ۹- تئوری را نقد نموده و در مورد محدودیتهای آن بحث نمایند.

هدف کلی جلسه هفتم:

کسب دانش در مورد نظریه خود-کارآمدی

اهداف ویژه جلسه هفتم:

در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- خود کارآمدی را تعریف نماید.
- ۲- درباره تاریخچه شکل گیری این مدل مختصری توضیح دهد.
- ۳- درباره تفاوت مفهوم خود کارآمدی با مفاهیم مشابهی مانند self esteem , outcome expectancy , self concept بحث نماید .
- ۴- منابع پنج گانه خودکارآمدی را نام برده و در مورد هر یک توضیح دهد.
- ۵- در مورد اثرات خودکارآمدی در تغییر رفتار غیر بهداشتی بحث نماید.

هدف کلی جلسه هشتم:

کسب دانش در مورد نظریه حمایت اجتماعی

اهداف ویژه جلسه هشتم:

در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- حمایت اجتماعی را تعریف کند
- ۲- مختصری از تاریخچه حمایت اجتماعی را بیان کند
- ۳- حمایت عاطفی، حمایت ابزاری، حمایت اطلاعاتی و حمایت ارزیابی را توضیح دهد
- ۴- در مورد اثرات حمایت اجتماعی در تغییر رفتار غیر بهداشتی بحث نماید.

هدف کلی جلسه نهم:

کسب دانش در مورد الگوی فرانظریه ای

اهداف ویژه جلسه نهم:

در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- درباره اصول کلی این مدل بحث نمایند.
- ۲- سازه های این مدل را نام ببرند
- ۳- پنج مرحله گذار افراد حین فرایند تغییر را نام برده و در مورد ویژگیهای هر مرحله توضیح دهد.
- ۴- فرایندهای شناختی تغییر رفتار را لیست نماید.
- ۵- درباره هر یک از فرایندهای شناختی ذکر شده بحث نموده و مثالی کاربردی ارائه نماید.
- ۶- فرایندهای رفتاری تغییر رفتار را لیست نماید.
- ۷- درباره هر یک از فرایندهای رفتاری ذکر شده بحث نموده و مثالی کاربردی ارائه نماید.
- ۸- مدل را نقد نموده و در مورد محدودیتهای آن بحث نمایند.

هدف کلی جلسه دهم:

کسب دانش در مورد نظریه انگیزش محافظت

اهداف ویژه جلسه دهم:

در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- درباره اصول کلی این مدل بحث نمایند.
- ۲- هفت سازه این مدل را نام ببرد.
- ۳- سازه حساسیت درک شده، شدت درک شده، یاداشتهای درونی و بیرونی، خودکارآمدی درک شده، هزینه های پاسخ، کارآمدی پاسخ و انگیزش حفاظت را تعریف کند
- ۴- دو فرایند میانجی شناختی ارزیابی تهدید و ارزیابی کنار آمدن را توضیح دهد.
- ۵- مدل را نقد نموده و در مورد محدودیتهای آن بحث نمایند.

هدف کلی جلسه یازدهم:

کسب دانش در مورد الگوی پرسید-پرسید

اهداف ویژه جلسه یازدهم:

در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- مفاهیم کلیدی در الگوی پرسید-پرسید را بیان و توضیح دهد.
- ۲- واژه های اختصاری مربوط به این مدل را بیان نماید.
- ۳- مراحل نه گانه مدل را نام ببرد.
- ۴- مراحل مختلف مدل را در الگوریتمی ترسیم نماید.
- ۵- در مورد مرحله اول مدل (تشخیص اجتماعی) بحث نم
- ۶- در مورد مرحله دوم مدل (تشخیص اپیدمیولوژیک) بحث نماید..
- ۷- در مورد مرحله سوم مدل (تشخیص اکولوژیک و آموزشی) بحث نماید.

هدف کلی جلسه دوازدهم:

کسب دانش در مورد الگوی پرسید-پرسید (ادامه)

اهداف ویژه جلسه دوازدهم:

در پایان دانشجو قادر باشد:

- enabling factors, predisposing factors, reinforcing factors را تعریف نماید.
- ۲- در مورد مرحله چهارم و پنجم مدل (طرح اجرایی) بحث نماید.
 - ۳- در مورد مرحله دوم مدل (ارزشیابی) بحث نماید.
 - ۴- در مورد انواع ارزشیابی ها بحث نماید.
 - ۵- در مورد Impact, Outcome توضیح دهد.

هدف کلی جلسه سیزدهم:

کسب دانش در مورد اصول انتخاب نظریه ها و الگوها در مطالعه و برنامه ریزی تغییر رفتار

اهداف ویژه جلسه سیزدهم:

در پایان دانشجو قادر باشد:

- تاثیر انتخاب نظریه ها و الگوهای مناسب در مطالعه و برنامه ریزی تغییر رفتار در مراحل مختلف برنامه را توضیح دهد.

۲- متغیرهای مهم را در انتخاب نظریه ها و الگوهای مناسب در مطالعه و برنامه ریزی تغییر رفتار لیست نماید و تعریف کند

۳- نحوه انتخاب نظریه ها و الگوها در مطالعه و برنامه ریزی تغییر رفتار را با توجه به جمعیت هدف، رفتار مورد نظر و لزوم تغییر محیط یا سازمان را توضیح دهد.

۰.۵ واحد عملی جلسه چهاردهم تا پایان ترم و جبرانی در طول ترم (جمعا ۱۷ ساعت):

(۱) نقد مقاله پژوهشی

هر دانشجو بایستی به ازای هر نظریه و الگویی که در این درس ارائه می شود یک مقاله پژوهشی اصیل و را مطالعه و همراه با نقد ارائه نماید.

(۲) ارائه حداقل دو برنامه آموزشی تهیه شده توسط هر دانشجو که بایستی یکی از رفتارهای اولویت دار سلامت را انتخاب نماید.

نظریه یا الگویی متناسب با آن برگزیند. طرح مداخله ای آموزشی خود مبتنی بر کاربست آن نظریه و الگو تهیه نماید.

طرح آموزشی خود را همراه با گزارش مکتوب و مستند به صورت کنفرانس در کلاس ارائه دهد.

منابع:

۱ - شجاعی زاده داوود. الگوهای مطالعه رفتار در آموزش بهداشت

۲ - نوری کبری، شجاعی زاده داوود. آموزش سلامت و تغییر رفتار

3 - Glanz K., Rimer B. K., & Viswanath K. Health Behavior and Health Education. John Wiley & Sons. Last Edition.

4 - Hyden J. Introduction to Health Behavior Theory. Jones & Bartlett. Last edition.

5 - Sharma and Romas. Theoretical foundations of health education and health promotion. Last edition

روش تدریس:

سخنرانی، بحث گروهی، پرسش و پاسخ

وسایل آموزشی:

Power point و وایت برد

سنجش و ارزشیابی

آزمون	روش	سهم از نمره کل (بر حسب درصد)	تاریخ	ساعت
کوئیز	-----	-----	////////////////////	////////////////////
آزمون میان ترم	امتحان کتبی تشریحی	٪۲۰	۹۹/۲/۶	۱۴
آزمون پایان ترم	امتحان کتبی تشریحی	٪۴۵	طبق برنامه دانشکده	طبق برنامه دانشکده
حضور فعال در کلاس	پاسخ به سوالات در کلاس	٪۱۰	شنبه هر هفته	۱۴ - ۱۶
نقد مقاله و برنامه های آموزشی تهیه شده توسط دانشجویان	ارزیابی ارائه دانشجویان	٪۲۵	جلسه ۱۴ تا ۲۱	۱۴ - ۱۶

مقررات کلاس و انتظارات از دانشجو:

- غیبت دانشجو بر اساس مقررات آموزشی دانشکده می باشد.
- حضور به موقع دانشجو در کلاس و قبل از حضور استاد
- خاموش بودن تلفن همراه دانشجو
- مشارکت در مطالب کلاس تا حد امکان
- رعایت نظم و انضباط در کلاس
- مشارکت فعال در بحث گروهی و پاسخ به سئوالات

نام و امضای مدرس:

نام و امضای مدیر گروه:

نام و امضای مسئول EDO دانشکده:

تاریخ تحویل:

تاریخ ارسال:

تاریخ تحویل:

تاریخ ارسال:

جدول زمانبندی درس نظریه ها و مدل‌های برنامه ریزی و تغییر رفتار سلامت
روز و ساعت جلسه :

جلسه	تاریخ	موضوع هر جلسه	مدرس
۱	۹۸/۱۱/۱۲	آشنایی با ویژگی های برنامه های اثربخش در آموزش بهداشت و ارتقای سلامت	دکتر بهروز حمزه
۲	۹۸/۱۱/۱۹	آشنایی با تعریف نظریه و الگو، اهمیت و اصول کاربرد آنها در برنامه های آموزش بهداشت و ارتقای سلامت	دکتر بهروز حمزه
۳	۹۸/۱۱/۲۶	آشنایی با دسته بندی انواع نظریه ها و الگوها (درون فردی، بین فردی، سازمانی، اجتماعی و بوم شناختی)	دکتر بهروز حمزه
۴	۹۸/۱۲/۳	آشنایی با نظریه های عمل منطقی، رفتار برنامه ریزی شده	دکتر بهروز حمزه
۵	۹۸/۱۲/۱۰	آشنایی با الگوی اعتقاد بهداشتی	دکتر بهروز حمزه
۶	۹۸/۱۲/۱۷	آشنایی با نظریه شناختی اجتماعی	دکتر بهروز حمزه
۷	۹۸/۱۲/۲۴	آشنایی با نظریه خود-کارآمدی	دکتر بهروز حمزه
۸	۹۹/۱/۱۶	آشنایی با نظریه حمایت اجتماعی	دکتر بهروز حمزه
۹	۹۸/۲/۷	آشنایی با الگوی فرانظریه ای	دکتر بهروز حمزه
۱۰	۹۹/۱/۲۳	آشنایی با نظریه انگیزش محافظت	دکتر بهروز حمزه
۱۱	۹۹/۱/۳۰	آشنایی با الگوی پرسید-پرسید	دکتر بهروز حمزه
۱۲	۹۹/۲/۶	آشنایی با الگوی پرسید-پرسید (ادامه)	دکتر بهروز حمزه
۱۳	۹۹/۲/۱۳	آشنایی با اصول انتخاب نظریه ها و الگوها در مطالعه و برنامه ریزی تغییر رفتار	دکتر بهروز حمزه
۱۴	۹۹/۲/۲۰	ارائه نقد مقاله و ارائه برنامه های آموزشی تهیه شده توسط دانشجویان	دکتر بهروز حمزه
۱۵	۹۹/۲/۲۷	ارائه نقد مقاله و ارائه برنامه های آموزشی تهیه شده توسط دانشجویان	دکتر بهروز حمزه
۱۶	۹۹/۳/۳	ارائه نقد مقاله و ارائه برنامه های آموزشی تهیه شده توسط دانشجویان	دکتر بهروز حمزه
۱۷	۹۹/۳/۱۰	ارائه نقد مقاله و ارائه برنامه های آموزشی تهیه شده توسط دانشجویان	دکتر بهروز حمزه
۱۸	۹۹/۳/۱۷	ارائه نقد مقاله و ارائه برنامه های آموزشی تهیه شده توسط دانشجویان	دکتر بهروز حمزه
۱۹	جبرانی در طول ترم	ارائه نقد مقاله و ارائه برنامه های آموزشی تهیه شده توسط دانشجویان	دکتر بهروز حمزه
۲۰	جبرانی در طول ترم	ارائه نقد مقاله و ارائه برنامه های آموزشی تهیه شده توسط دانشجویان	دکتر بهروز حمزه
۲۱	جبرانی در طول ترم	ارائه نقد مقاله و ارائه برنامه های آموزشی تهیه شده توسط دانشجویان	دکتر بهروز حمزه