

بسمه تعالی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کرمانشاه

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کرمانشاه  
دانشکده بهداشت  
گروه آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت

عنوان درس: روانشناسی رفتار سالم

مخاطبان: دانشجویان کارشناسی ارشد آموزش بهداشت (ترم اول) - نیم سال اول تحصیلی 1340-1399

تعداد واحد (با سهم استاد از واحد): 2 واحد نظری (17 جلسه)

ساعت پاسخگویی به سؤالات فراگیر: دو شنبه‌ها ساعت 10 الی 12

زمان ارائه درس (روز، ساعت و نیمسال تحصیلی): شنبه‌ها ساعت 10:15 الی 12:15

مدرس: دکتر مهدی میرزایی علویجه (دکتری تخصصی آموزش بهداشت و ارتقای سلامت و MPH سیاستگذاری سلامت؛ استادیار گروه آموزش بهداشت و ارتقای سلامت؛ دانشکده بهداشت؛ دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کرمانشاه)

درس پیش نیاز: ندارد

**هدف کلی درس:**

این درس با هدف آشنایی دانشجویان با اصول و مبانی تغییر رفتار با استفاده از مکاتب مختلف روانشناسی و شناخت رفتار سالم در آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت برنامه ریزی شده است.

**شرح درس:**

هدف عمده آموزش تغییر رفتار است و روانشناسی به عنوان مهمترین علم در تغییر رفتار محسوب می‌شود. لذا آشنایی به مباحث روانشناسی عام، روانشناسی اجتماعی، و روانشناسی یادگیری و تغییر رفتار از میانی آموزش محسوب می‌شود.

## اهداف کلی:

1. تعریف اصول و مبانی روانشناسی رفتار
2. اصول و مبانی نظری انگیزش، آگاهی و تغییر رفتار در آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت
3. مکاتب روانشناسی
4. اصول و مبانی روانشناسی یادگیری
5. کاربرد نظریه‌های یادگیری در تغییر رفتار
6. روانشناسی اجتماعی و نقش آن در تبیین و تغییر رفتار
7. روانشناسی کاربردی و روانشناسی اجتماعی کاربردی
8. روانشناسی رفتار سالم و اهمیت آن در تبیین و تغییر رفتار سالم
9. نظریه‌های تبیین و تغییر رفتار
10. تعریف اصول و فرآیند تغییر
11. اصول و مبانی تغییر رفتار و رویکرد جدید
12. فرآیند تغییر رفتار در قالب الگوهای مختلف آموزش و تغییر رفتار
13. کاربردی کردن روانشناسی در آموزش و ارتقا سلامت
14. نقش روانشناسی اجتماعی و چگونگی کاربردی کردن آن در آموزش و ارتقاء سلامت

اهداف ویژه رفتاری به تفکیک اهداف کلی هر جلسه در یک واحد نظری:

<b>جلسه اول</b>
<b>هدف کلی:</b> تعریف اصول و مبانی روانشناسی رفتار
<b>اهداف رفتاری</b>
1- روانشناسی را تعریف کند. 2- تاریخچه روانشناسی را توضیح دهد. 3- اصول و مبانی روانشناسی در حوزه سلامت را شرح دهد.
<b>در پایان دانشجو</b>
1- قادر به تعریف روانشناسی باشد. 2- توانایی تشریح تاریخچه روانشناسی را داشته باشد. 3- درک صحیحی از اصول و مبانی روانشناسی در حوزه سلامت داشته باشد.

<b>جلسه دوم</b>
<b>هدف کلی:</b> اصول و مبانی نظری انگیزش، آگاهی و تغییر رفتار در آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت
<b>اهداف رفتاری</b>
1- اصول و مبانی نظری انگیزش را توضیح دهد. 2- اصول و مبانی تغییر رفتار در آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت را شرح دهد.
<b>در پایان دانشجو</b>
1- قادر باشد اصول و مبانی نظری انگیزش را توضیح دهد. 2- توانایی درک صحیح از اصول و مبانی تغییر رفتار در آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت را داشته باشد.

<b>جلسه سوم</b>
<b>هدف کلی:</b> مکاتب روانشناسی
<b>اهداف رفتاری</b>
1- مکاتب روانشناسی را نام ببرد. 2- مکاتب روانشناسی را توضیح دهد. 3- نقش مکاتب روانشناسی در آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت را شرح دهد.
<b>در پایان دانشجو</b>
1- توانایی نام بردن مکاتب روانشناسی را داشته باشد. 2- قادر به توضیح مکاتب روانشناسی باشد. 3- درک درستی از نقش مکاتب روانشناسی در آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت داشته باشد.

**جلسه چهارم****هدف کلی:** اصول و مبانی روانشناسی یادگیری**اهداف رفتاری**

- 1- اصول و مبانی روانشناسی یادگیری را توضیح دهد.
- 2- نظریه‌های روانشناسی یادگیری را شرح دهد.

**در پایان دانشجو**

- 1- توانایی توضیح اصول و مبانی روانشناسی یادگیری را داشته باشد.
- 2- قادر به شرح نظریه‌های روانشناسی یادگیری باشد.

**جلسه پنجم****هدف کلی:** کاربرد نظریه‌های یادگیری در تغییر رفتار**اهداف رفتاری**

- 1- نظریه‌های یادگیری در تغییر رفتار را نام ببرد.
- 2- نظریه‌های یادگیری در تغییر رفتار را دسته بندی کند.
- 3- کاربرد نظریه‌های یادگیری در تغییر رفتار را شرح دهد.

**در پایان دانشجو**

- 1- قادر به توضیح نظریه‌های یادگیری در تغییر رفتار باشد.
- 2- توانایی دسته بندی نظریه‌های یادگیری در تغییر رفتار را داشته باشد.
- 3- بتواند کاربرد نظریه‌های یادگیری در تغییر رفتار را شرح دهد.

**جلسه ششم****هدف کلی:** روانشناسی اجتماعی و نقش آن در تبیین و تغییر رفتار**اهداف رفتاری**

- 1- روانشناسی اجتماعی و نقش آن در تبیین و تغییر رفتار را توضیح دهد.

**در پایان دانشجو**

- 1- قادر به توضیح روانشناسی اجتماعی و نقش آن در تبیین و تغییر رفتار باشد.

**جلسه هفتم و هشتم****هدف کلی:** روانشناسی کاربردی و روانشناسی اجتماعی کاربردی**اهداف رفتاری**

- 1- روانشناسی کاربردی را توضیح دهد.
- 2- روانشناسی اجتماعی کاربردی را توضیح دهد.

**در پایان دانشجو**

- 1- قادر به توضیح روانشناسی کاربردی و نقش آن در آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت باشد.
- 2- قادر به توضیح روانشناسی اجتماعی کاربردی و نقش آن در آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت باشد.

**جلسه نهم****هدف کلی:** روانشناسی رفتار سالم و اهمیت آن در تبیین و تغییر رفتار سالم**اهداف رفتاری**

- 1- روانشناسی رفتار سالم را توضیح دهد.
- 2- اهمیت روانشناسی رفتار سالم در تبیین و تغییر رفتار سالم را شرح دهد.

**در پایان دانشجو**

- 1- قادر به توضیح روانشناسی رفتار سالم باشد.
- 2- توانایی درک صحیح از اهمیت روانشناسی رفتار سالم در تبیین و تغییر رفتار سالم را داشته باشد.

**جلسه دهم و یازدهم****هدف کلی:** نظریه‌های تبیین و تغییر رفتار**اهداف رفتاری**

- 1- نظریه‌های تبیین و تغییر رفتار را نام ببرد.
- 2- نظریه‌های تبیین و تغییر رفتار را شرح دهد.
- 3- کاربرد نظریه‌های تبیین و تغییر رفتار را در آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت توضیح دهد.

**در پایان دانشجو**

- 1- بتواند نظریه‌های تبیین و تغییر رفتار را نام ببرد.
- 2- بتواند نظریه‌های تبیین و تغییر رفتار را شرح دهد.
- 3- بتواند کاربرد نظریه‌های تبیین و تغییر رفتار را در آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت را نشان دهد.

**جلسه دوازدهم****هدف کلی:** تعریف اصول و فرآیند تغییر**اهداف رفتاری**

- 1- اصول و فرآیند تغییر را تعریف کند.

**در پایان دانشجو**

- 1- بتواند اصول و فرآیند تغییر را تعریف کند.

**جلسه سیزدهم****هدف کلی:** اصول و مبانی تغییر رفتار و رویکرد جدید**اهداف رفتاری**

- 1- اصول و مبانی تغییر رفتار و رویکرد جدید را شرح دهد.

**در پایان دانشجو**

- 1- قادر به درک درستی از اصول و مبانی تغییر رفتار و رویکرد جدید باشد.

**جلسه چهاردهم و پانزدهم****هدف کلی:** فرآیند تغییر رفتار در قالب الگوهای مختلف آموزش و تغییر رفتار**اهداف رفتاری**

1- فرآیند تغییر رفتار در قالب الگوهای مختلف آموزش و تغییر رفتار را شرح دهد.

**در پایان دانشجو**

1- قادر به توضیح فرآیند تغییر رفتار در قالب الگوهای مختلف آموزش و تغییر رفتار باشد.

**جلسه شانزدهم****هدف کلی:** کاربردی کردن روانشناسی در آموزش و ارتقا سلامت**اهداف رفتاری**

1- چگونگی کاربردی کردن روانشناسی در آموزش و ارتقا سلامت را توضیح دهد.

**در پایان دانشجو**

1- قادر به توضیح چگونگی کاربردی کردن روانشناسی در آموزش و ارتقا سلامت باشد.

**جلسه هفدهم****هدف کلی:** نقش روانشناسی اجتماعی و چگونگی کاربردی کردن آن در آموزش و ارتقاء سلامت**اهداف رفتاری**

1- نقش روانشناسی اجتماعی در آموزش و ارتقاء سلامت را توضیح دهد.

2- چگونگی کاربردی کردن آن در آموزش و ارتقاء سلامت را شرح دهد.

**در پایان دانشجو**

1- قادر به توضیح نقش روانشناسی اجتماعی در آموزش و ارتقاء سلامت باشد.

2- از توانایی چگونگی کاربردی کردن آن در آموزش و ارتقاء سلامت برخوردار باشد.

- منابع:

Introduction to psychology by Rita L. Atkinson (the last edition)  
Social psychology (6<sup>th</sup> edition) by Elliot Aronson, Timothy D. Wilson, and Robin Aker

✓ روش تدریس: «سخنرانی، بحث گروهی»

✓ رسانه‌های کمک آموزشی: «وایت برد، ویدیو پروژکتور، کامپیوتر»

✓ سنجش و ارزشیابی

آزمون	روش آزمون	درصد و نمره	تاریخ
ارزشیابی‌ها و آزمون‌های کلاسی	ترکیبی	2 نمره	جلسات کلاس
میان‌ترم	ترکیبی	4 نمره	1399/08/11
ارزشیابی پایان دوره	ترکیبی	14 نمره	آموزش اعلام می‌کند

- مقررات درس و انتظارات از دانشجویان:

از دانشجویان محترم انتظار می‌رود:

- 1- حضور منظم و دقیق در جلسات درس داشته باشند.
- 2- در بحث‌های گروهی و فعالیت‌های آموزشی مشارکت نمایند.
- 3- در هر جلسه آمادگی پاسخ‌گویی به سؤالات مبحث قبلی را داشته باشند.
- 4- از دیگر منابع و سایت‌های معتبر علمی استفاده نمایند.
- 5- تلفن همراه خود را در کلاس خاموش یا بی صدا نمایند.

نام و امضای مدرس: دکتر مهدی میرزایی علویجه

نام و امضای مدیر گروه: دکتر حسین اشتریان

نام و امضای مسئول EDO دانشکده: دکتر رؤیا صفری

تاریخ تحویل: تاریخ ارسال:

تأیید مدیر گروه و امضا:

آیا طرح درس برای اولین بار تدوین شده:  خیر  بله

جدول زمانبندی درس: روانشناسی رفتار سالم

روز و ساعت جلسه: شنبه ساعت (10:15 الی 12:15) کلاس شماره 11 دانشکده بهداشت

جلسه	تاریخ	موضوع درس	مدرس
1	1399/06/23	تعریف اصول و مبانی روانشناسی رفتار	دکتر مهدی میرزایی علویچه
2	1399/06/30	اصول و مبانی نظری انگیزش، آگاهی و تغییر رفتار در آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت	دکتر مهدی میرزایی علویچه
3	1399/07/06	مکاتب روانشناسی	دکتر مهدی میرزایی علویچه
4	1399/07/13	اصول و مبانی روانشناسی یادگیری	دکتر مهدی میرزایی علویچه
5	1399/07/20	کاربرد نظریه‌های یادگیری در تغییر رفتار	دکتر مهدی میرزایی علویچه
6	1399/08/04	روانشناسی اجتماعی و نقش آن در تبیین و تغییر رفتار	دکتر مهدی میرزایی علویچه
7	1399/08/11	روانشناسی کاربردی و روانشناسی اجتماعی کاربردی	دکتر مهدی میرزایی علویچه
8	1399/08/18	روانشناسی کاربردی و روانشناسی اجتماعی کاربردی	دکتر مهدی میرزایی علویچه
9	1399/08/25	روانشناسی رفتار سالم و اهمیت آن در تبیین و تغییر رفتار سالم	دکتر مهدی میرزایی علویچه
10	1399/09/02	نظریه‌های تبیین و تغییر رفتار	دکتر مهدی میرزایی علویچه
11	1399/09/09	نظریه‌های تبیین و تغییر رفتار	دکتر مهدی میرزایی علویچه
12	1399/09/16	تعریف اصول و فرآیند تغییر	دکتر مهدی میرزایی علویچه
13	1399/09/23	اصول و مبانی تغییر رفتار و رویکرد جدید	دکتر مهدی میرزایی علویچه
14	1399/09/30	فرآیند تغییر رفتار در قالب الگوهای مختلف آموزش و تغییر رفتار	دکتر مهدی میرزایی علویچه
15	1399/09/23	فرآیند تغییر رفتار در قالب الگوهای مختلف آموزش و تغییر رفتار	دکتر مهدی میرزایی علویچه
16	1399/10/07	کاربردی کردن روانشناسی در آموزش و ارتقا سلامت	دکتر مهدی میرزایی علویچه
17	1399/10/14	نقش روانشناسی اجتماعی و چگونگی کاربردی کردن آن در آموزش و ارتقاء سلامت	دکتر مهدی میرزایی علویچه