

بسمه تعالی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کرمانشاه

دانشکده بهداشت

گروه آموزش بهداشت و ارتقای سلامت

طرح درس نظریه ها و مدل‌های برنامه ریزی و تغییر رفتار سلامت

تعداد و نوع واحد: ۱,۵ واحد نظری و نیم واحد عملی	زمان: نیمسال دوم ۹۹-۴۰۰
پیش نیاز: مبانی آموزش بهداشت و ارتقای سلامت	ساعت کلاس: شنبه ها ، ساعت ۸ تا ۱۰
مخاطبان: دانشجویان کارشناسی ارشد آموزش بهداشت ورودی ۹۹	شماره کلاس:
استاد: دکتر حسین اشتریان	

هدف کلی درس:

کسب دانش، شایستگی و مهارت‌های لازم در مورد نظریه ها و الگوهای برنامه ریزی و تغییر رفتار و کاربرست آنها در تحلیل رفتار، طراحی و اجرا و ارزشیابی مداخلات آموزش بهداشت و ارتقای سلامت

اهداف کلی جلسات

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

- آشنایی با ویژگیهای برنامه های اثربخش در آموزش بهداشت و ارتقای سلامت
- آشنایی با تعریف نظریه و الگو، اهمیت و اصول کاربرد آنها در برنامه های آموزش بهداشت و ارتقای سلامت
- آشنایی با دسته بندی انواع نظریه ها و الگوها (درون فردی، بین فردی، سازمانی، اجتماعی و بوم شناختی)
- آشنایی با اصول انتخاب نظریه ها و الگوها در مطالعه و برنامه ریزی تغییر رفتار
- آشنایی با نظریه های عمل منطقی، رفتار برنامه ریزی شده

-آشنایی با الگوی اعتقاد بهداشتی

-آشنایی بانظریه شناختی اجتماعی

-آشنایی بانظریه خود-کارامدی

-آشنایی با نظریه حمایت اجتماعی

-آشنایی بالگوی فرانظریه ای

-آشنایی با نظریه انگیزش محافظت

-آشنایی بالگوی پرسید-پروسید

هدف کلی جلسه اول: آشنایی با ویژگیهای برنامه های اثربخش در آموزش بهداشت و ارتقای سلامت

اهداف ویژه: در پایان دانشجو قادر باشد:

- ویژگیهای برنامه های اثربخش در آموزش بهداشت و ارتقای سلامت را (از مرحله نیاز سنجی تا ارزشیابی) لیست نماید.

- هر یک از ویژگیهای برنامه های اثربخش در آموزش بهداشت و ارتقای سلامت را توضیح دهد.

هدف کلی جلسه دوم: آشنایی با تعریف نظریه و الگو، اهمیت و اصول کاربرد آنها در برنامه های آموزش بهداشت و

ارتقای سلامت

اهداف ویژه: در پایان دانشجو قادر باشد:

- تعریف نظریه و مدل را بیان کند.

- مفهوم، سازه و متغیر را تعریف کرده و در یک مدل این اجزا را شناسایی نماید.

- اهمیت نظریه و مدل در برنامه های آموزش بهداشت و ارتقای سلامت را بیان نماید.

- اصول و موارد کاربرد نظریه و مدل در برنامه های آموزش بهداشت و ارتقای سلامت را توضیح دهد.

هدف کلی جلسه سوم: آشنایی با دسته بندی انواع نظریه ها و الگوها (درون فردی، بین فردی، سازمانی، اجتماعی و بوم

شناختی)

اهداف ویژه: در پایان دانشجو قادر باشد:

- انواع نظریه و مدل را نام ببرد.

- انواع نظریه و مدل را بطور مختصر توضیح دهد.

- انواع نظریه و مدل (درون فردی، بین فردی، سازمانی، اجتماعی و بوم شناختی) را دسته بندی نماید.

هدف کلی جلسه چهارم: آشنایی با نظریه های عمل منطقی، رفتار برنامه ریزی شده

اهداف ویژه: در پایان دانشجو قادر باشد:

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

هدف کلی جلسه پنجم: آشنایی با الگوی اعتقاد بهداشتی

اهداف ویژه: در پایان دانشجو قادر باشد:

- درباره تاریخچه شکل گیری این مدل مختصری توضیح دهد.
- درباره فرضیه های که براساس آنها این مدل شکل گرفت بحث نمایند.
- سازه های (اجزاء) این مدل را نامبرده و در مورد هر یک توضیح مختصری بیان نمایند.
- مدل را نقد نموده و در مورد محدودیتهای مدل بحث نمایند.

هدف کلی جلسه ششم: آشنایی با نظریه شناختی اجتماعی

اهداف ویژه: در پایان دانشجو قادر باشد

- درباره تاریخچه شکل گیری تئوری شناختی اجتماعی مختصری توضیح دهد.
- درباره فرضیات و اصول کلی این مدل بحث نمایند.
- مفاهیم اساسی موجود در این تئوری را لیست نماید.
- یادگیری مشاهده ای و مراحل آن را توضیح دهد.
- در مورد تعیین کنندگی متقابل و نحوه اثر آن بر سلامت بحث نماید.
- تفاوت *expectation* و *outcome expectancy* را بیان نماید.
- تقویت را تعریف کرده، انواع آن و نقش هر یک را بامثالی کاربردی توضیح دهد.
- در مورد توانایی رفتاری، توانایی جانشینی، توانایی دوراندیشی، توانایی خودتنظیمی، توانایی خود واکنشی و توانایی نمود سازی بحث نماید.
- تئوری را نقد نموده و در مورد محدودیتهای آن بحث نماید.

هدف کلی جلسه هفتم: آشنایی با نظریه خود-کارآمدی

اهداف ویژه: در پایان دانشجو قادر باشد:

- خود کارآمدی را تعریف نماید.

- درباره تاریخچه شکل گیری این مدل مختصری توضیح دهد.
درباره تفاوت مفهوم خودکارآمدی با مفاهیم مشابهی مانند self esteem, outcome expectancy, و self concept بحث نماید.

- منابع پنج گانه خودکارآمدی را نامبرده و در مورد هریک توضیح دهد.
- در مورد اثرات خودکارآمدی در تغییر رفتار غیر بهداشتی بحث نماید.

هدف کلی جلسه هشتم: آشنایی با نظریه حمایت اجتماعی

اهداف ویژه: در پایان دانشجو قادر باشد:

- حمایت اجتماعی را تعریف کند.

- مختصری از تاریخچه حمایت اجتماعی را بیان کند.

- حمایت عاطفی، حمایت ابزاری، حمایت اطلاعاتی و حمایت ارزیابی را توضیح دهد.

- در مورد اثرات حمایت اجتماعی در تغییر رفتار غیر بهداشتی بحث نماید.

هدف کلی جلسه نهم: آشنایی با الگوی فرانظریه ای

اهداف ویژه: در پایان دانشجو قادر باشد:

- درباره اصول کلی این مدل بحث نماید.

- سازه های این مدل را نام ببرد.

- پنج مرحله گذار افراد حین فرایند تغییر را نام برده و در مورد ویژگیهای هر مرحله توضیح دهد.

- فرایندهای شناختی تغییر رفتار را لیست نماید.

- درباره هریک از فرایندهای شناختی ذکر شده بحث نموده و مثالی کاربردی ارائه نماید.

- فرایندهای رفتاری تغییر رفتار را لیست نماید.

- درباره هریک از فرایندهای رفتاری ذکر شده بحث نموده و مثالی کاربردی ارائه نماید.

- مدل را نقد نموده و در مورد محدودیتهای آن بحث نمایند.

هدف کلی جلسه دهم: آشنایی با نظریه انگیزش محافظت

اهداف ویژه: در پایان دانشجو قادر باشد:

- درباره اصول کلی این مدل بحث نمایند.

- هفت سازه این مدل را نام ببرد.

- سازه حساسیت درک شده، شدت درک شده، پاداشهای درونی و بیرونی، خودکارآمدی درک شده، هزینه های پاسخ،

کارآمدی پاسخ و انگیزش حفاظت را تعریف کند.

- دو فرایند میانجی شناختی ارزیابی تهدید و ارزیابی کنار آمدن را توضیح دهد.

- مدل را نقد نموده و در مورد محدودیتهای آن بحث نماید.

هدف کلی جلسه یازدهم: آشنایی با الگوی پرسید-پرسید

اهداف ویژه: در پایان دانشجو قادر باشد:

- مفاهیم کلی الگوی پرسید-پرسید را بیان و توضیح دهد.
- واژه های اختصاری مربوط به این مدل را بیان نماید.
- مراحل نه گانه مدل را نام ببرد.
- مراحل مختلف مدل را بررسی نماید.
- در مورد مرحله اول مدل (تشخیص اجتماعی) بحث نماید.
- در مورد مراحل دوم مدل (تشخیص اپیدمیولوژیک) بحث نماید.
- در مورد مرحله سوم مدل (تشخیص اکولوژیک و آموزشی) بحث نماید.

هدف کلی جلسه دوازدهم: آشنایی با اصول انتخاب نظریه ها و الگوها در مطالعه و برنامه ریز تغییر رفتار

اهداف ویژه: 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.
- متغیرهای مهم را در انتخاب نظریه ها و الگوهای مناسب در مطالعه و برنامه ریزی تغییر رفتار را لیست نماید.
- 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 توضیح دهد.

نیم واحد عملی

هر دانشجو بایستی به ازای هر نظریه و الگویی که در این درس ارائه می شود یک مقاله پژوهشی اصیل را مطالعه و همراه با نقد ارائه نماید. هر دانشجو دو برنامه آموزشی مرتبط با یکی از رفتارهای اولویت دار سلامت را انتخاب نماید. نظریه یا الگویی متناسب با آن را برگزیند. طرح مداخله ای آموزشی خود مبتنی بر کاربردی آن نظریه و الگو را تهیه نماید. طرح آموزشی خود را همراه با گزارش مکتوب و مستند به صورت کنفرانس در کلاس ارائه دهد.

جدول زمانبندی درس نظریه ها و مدل‌های برنامه ریزی و تغییر رفتار سلامت

استاد	موضوع هر جلسه	تاریخ	جلسه	
دکتر حسین اشتریان	-آشنایی با ویژگیهای برنامه های اثربخش در آموزش بهداشت و ارتقای سلامت	۹۹/۱۲/۱۶	۱	
	-آشنایی با تعریف نظریه و الگو، اهمیت و اصول کاربرد آنها در برنامه های آموزش بهداشت و ارتقای سلامت	۹۹/۱۲/۲۳	۲	
	-آشنایی با دسته بندی انواع نظریه ها و الگوها (درون فردی، بین فردی، سازمانی، اجتماعی و بوم شناختی)	۴۰۰/۱/۱۴	۳	
	-آشنایی با اصول انتخاب نظریه ها و الگوها در مطالعه و برنامه ریزی تغییررفتار	۴۰۰/۱/۲۱	۴	
	-آشنایی با نظریه های عمل منطقی، رفتار برنامه ریزی شده	۴۰۰/۱/۲۸	۵	
	-آشنایی با الگوی اعتقاد بهداشتی	۴۰۰/۲/۴	۶	
	-آشنایی با نظریه شناختی اجتماعی	۴۰۰/۲/۱۱	۷	
	-آشنایی با نظریه خود-کارامدی	۴۰۰/۲/۱۸	۸	
	-آشنایی با نظریه حمایت اجتماعی	۴۰۰/۲/۲۵	۹	
	-آشنایی با الگوی فرانتزیه ای	۴۰۰/۳/۱	۱۰	
	-آشنایی با نظریه انگیزش محافظت	۴۰۰/۳/۸	۱۱	
	-آشنایی با الگوی پرسید-پروسید	۴۰۰/۳/۲۲	۱۲	
	ارایه کار عملی دانشجویان		۴۰۰/۳/۲۹	۱۳
			۴۰۰/۴/۵	۱۴
			۴۰۰/۴/۱۲	۱۵
			۴۰۰/۴/۱۹	۱۶

مقررات درس و انتظارات از دانشجو:

از دانشجویان محترم انتظار می رود:

- ۱- حضور منظم و دقیق داشته باشند.
- ۲- در فعالیت های آموزشی آنلاین مشارکت نمایند.
- ۳- در هر جلسه آمادگی پاسخ گویی به سؤالات مبحث قبلی را داشته باشند.
- ۴- از منابع معتبر علمی استفاده نمایند.
- ۵- تکالیف را بموقع در سامانه نوید بارگذاری نمایند.
- ۶- پیش مطالعه ، تحقیق و مشارکت در بحث داشته باشد.

سنجش و ارزشیابی

ساعت	تاریخ	نمره	روش آزمون	آزمون
	هر جلسه کلاس	۵	پرسش و پاسخ، انجام تکالیف محوه و کويز	تکالیف
	هفته پنجم	۵	آزمون کتبی	آزمون میان دوره
	پایان ترم	۱۰	آزمون کتبی	آزمون پایان دوره

منابع

- ❖ -Glanz K., Rimer B. K., & Viswanath K. Health Behavior and Health Education. John Wiley & Sons. Last Edition
- ❖ -Hyden J. Introduction to Health Behavior Theory. Jones & Bartlett. Last edition.
- ❖ -Sharma and Romas. Theoretical foundations of health education and health promotion. Last edition