

دانشکده

قالب نگارش طرح درس دوره ترمی

ترم بهمن ۱۴۰۴-۱۴۰۳

عنوان درس: نظریه‌ها و مدل‌های برنامه‌ریزی و تغییر رفتار سلامت

مخاطبان: دانشجویان ارشد آموزش بهداشت

ساعت پاسخگویی به سوالات

تعداد واحد: (یا سهم استاد از واحد) ۲

فراگیر:

زمان ارائه درس: شنبه ۲-۴

درس و پیش‌نیاز:

مدرس: دکتر طاهره پاشایی

#### هدف کلی درس:

اهداف کلی جلسات: (جهت هر جلسه یک هدف)

تعریف نظریه و الگو، اهمیت و اصول کاربرد آنها در برنامه‌های آموزش بهداشت و ارتقای سلامت

- دسته‌بندی انواع نظریه‌ها و الگوها (درون فردی، بین فردی، سازمانی، اجتماعی و بوم‌شناختی)

- نظریه‌های عمل‌منطقی، رفتار برنامه‌ریزی شده

- الگوی اعتقاد بهداشتی

- نظریه شناختی اجتماعی

- نظریه خود-کارآمدی

- نظریه حمایت اجتماعی

- الگوی فرا نظریه‌ای

- نظریه انگیزش محافظت

- الگوی پرسید

- الگوی پرسید-پرسید

- اصول انتخاب نظریه‌ها و الگوها در مطالعه و برنامه‌ریزی تغییر رفتار

اهداف ویژه به تفکیک اهداف کلی هر جلسه:

هدف کلی جلسه اول: تعریف نظریه و الگو، اهمیت و اصول کاربرد آنها در برنامه‌های آموزش بهداشت و ارتقای سلامت

اهداف ویژه جلسه اول:

در پایان دانشجو قادر باشد

۱- نقش آموزش بهداشت در تغییر رفتار را بیان نموده و در این مورد بحث نماید.

۲- تعریف تئوری را بیان کند.

۳- انواع تئوری را نام برده و برای هر یک مثالی بیان نماید.

۴- تفاوت تئوری و مدل را بیان نماید.

۵- موارد کاربرد تئوری و مدل را توضیح دهد.

۶- **concept, construct** و متغیر را تعریف کرده و در یک مدل این اجزاء را شناسایی نماید.

هدف کلی جلسه دوم: مدل اعتقاد بهداشتی

اهداف ویژه جلسه دوم:

۱- منشاء تئوریک این مدل را بیان نماید.

۲- درباره تاریخچه شکل‌گیری این مدل مختصری توضیح دهد.

۳- درباره فرضیه‌هایی که بر اساس آنها این مدل شکل گرفت بحث نماید.

۴- سازه‌های (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 سوم: تئوری رفتار برنامه‌ریزی و عمل‌منطقی

اهداف ویژه جلسه سوم:

- ۱- ساختگاه نظری این تئوری را بیان نماید.
- ۲- در مورد نظریه تعادل هایدلر، تئوری ناهمخوانی آژگود و ناهماهنگی شناختی فستینگر بحث نماید.
- ۳- مفروضات تئوری را توضیح دهد.
- ۴- نحوه ارتباط بین نگرش با رفتار و نرمهای ذهنی با رفتار را توضیح دهد.
- ۵- سازه های تئوری عمل منطقی و تئوری رفتار برنامه ریزی شده را لیست نمایند.
- ۶- تفاوت تئوری عمل منطقی و تئوری رفتار برنامه ریزی شده را توضیح دهند.
- ۷- تئوری را نقد نموده و در مورد محدودیتهای آن بحث نمایند.

هدف کلی جلسه چهارم: مدل بزنف

اهداف ویژه جلسه چهارم:

- ۱- سازه های مدل را لیست نموده در مورد آن توضیح دهند.
- ۲- تفاوت تئوری رفتار برنامه ریزی شده و مدل بزنف را بیان نمایند.
- ۳- مدل را نقد نموده و در مورد محدودیتهای آن بحث نمایند.

هدف کلی جلسه پنجم: تئوری فرانظری

اهداف ویژه جلسه پنجم

- ۱- درباره تاریخچه شکل گیری این مدل مختصری توضیح دهد.
- ۲- درباره اصول کلی این مدل بحث نمایند.
- ۳- سازه های این مدل را نام ببرند.
- ۴- پنج مرحله گذار افراد حین فرایند تغییر را نام برده و در مورد ویژگیهای هر مرحله توضیح دهد.
- ۵- نحوه طبقه بندی افراد به مراحل مختلف تغییر را توضیح دهد.
- ۶- فرایندهای شناختی تغییر رفتار را لیست نماید.
- ۷- درباره هر یک از فرایندهای شناختی ذکر شده بحث نموده و مثالی کاربردی ارائه نماید.

هدف کلی جلسه ششم: تئوری خودکارآمدی

اهداف ویژه جلسه ششم:

- ۱- **self efficacy** را تعریف نماید.
- ۲- درباره تاریخچه شکل گیری این مدل مختصری توضیح دهد.
- ۳- درباره تفاوت مفهوم خودکارآمدی با مفاهیم مشابهی مانند **self esteem**، **outcome expectancy** و **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 هفتم: مدل ارتقاء سلامت

اهداف ویژه جلسه هفتم:

- ۱- ارتقاء سلامت را تعریف نماید.
- ۲- محورهای اصلی ارتقاء سلامت را ذکر نماید.
- ۳- اساس تئوریک این مدل را بیان نماید.
- ۴- درباره فرضیه هایی که بر اساس آنها این مدل شکل گرفت بحث نمایند.
- ۵- مفاهیم و سازه های مدل قدیمی ارتقاء سلامت را ذکر کرده و تعریف نماید.

هدف کلی جلسه هشتم: تئوری شناخت اجتماعی

اهداف ویژه جلسه هشتم:

- ۱- درباره تاریخچه شکل گیری این تئوری 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 نهم و دهم: مدل پریسید- پروسید  
اهداف ویژه جلسه نهم

- ۱- مفاهیم کلیدی در الگوی پریسید- پروسید 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 مراحل مدل بحث نماید.
- ۶-در مورد اصول و فرایند مشارکت و انواع آن بحث نمایند.
- ۷-نحوه تعیین الویتهای بر اساس مشارکت را توضیح دهد
- ۸- **enabling factors** و **predisposing factors, reinforcing factors** را تعریف نماید

هدف کلی جلسه یازدهم: نظریه انگیزش محافظت  
اهداف ویژه جلسه

- ۱- تعریف PMT و نقش آن در پیشبینی رفتارهای محافظتی سلامت
۲. تشریح دو فرایند اصلی:(ارزیابی تهدید :شدت خطر و آسیبپذیری فرد و ارزیابی مقابله :خودکارآمدی و اثربخشی پاسخ.
۳. تحلیل عوامل مؤثر بر انگیزش
۴. مقایسه PMT با مدل اعتقاد بهداشتی (HBM) با تأکید بر نقش هیجانها و شناخت.
۵. کاربرد PMT در مداخلات سلامت
- ۶.تأثیر هیجانهای پیچیده و غفلت از عوامل اجتماعی.
۷. طراحی سناریوهای عملی

هدف کلی جلسه دوازدهم و سیزدهم: اصول انتخاب نظریه ها و الگوها در مطالعه و برنامه ریزی تغییر رفتار  
اهداف ویژه جلسه

۱. شناسایی و تبیین معیارهای علمی انتخاب نظریه ها و الگوهای تغییر رفتار
- ۲-بررسی تناسب نظریه با اهداف برنامه ریزی سلامت (پیشگیری، اصلاح یا ترویج رفتار.
- ۳-تحلیل سازگاری نظریه با ویژگیهای جمعیت هدف (ابعاد فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی و جمعیتشناختی .
- ۴-ارزیابی پشتیبانی پژوهشی و شواهد تجربی مرتبط با اثربخشی نظریه.
- ۵-سنجش قابلیت عملیاتیسازی نظریه در شرایط واقعی با در نظر گرفتن محدودیتهای منابع.
- ۶-مقایسه تطبیقی نظریه های مطرح در حوزه تغییر رفتار سلامت
- ۷-تفکیک نظریهها بر اساس سطح تأثیرگذاری (فردی، بینفردی، اجتماعی یا محیطی).
- ۸-بررسی توانایی نظریهها در پیشبینی نیت رفتاری، تغییرات کوتاهمدت یا پایداری بلندمدت رفتار.

منابع: منابع اصلی تدریس درس مورد نظر:

(۱) شجاعی زاده داوود. الگوهای مطالعه رفتار در آموزش بهداشت

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

3. About Promoting Health: Chapter 1 in Harvey Skinner. (2002) Promoting Health through Organizational Change.

4. Glanz K, Lewis FM, Rimer BK. (2004) Health Behavior and Health Education: Theory, Research and Practice. Latest Edition. San Francisco, Jossey-Bass Inc.

روش تدریس:

وسایل آموزشی :

سنجش و ارزشیابی

آزمون	روش	سهم از نمره کل (بر حسب درصد)	تاریخ	ساعت
کوئیز	*درانتهای کلاس مطالب همان جلسه به شیوه آزمون کتبی *مطرح کردن پرسش از محتوای جلسه ی بعد و آزمون کتبی از همان پرسش ها در انتهای تدریس *کوئیز های شفاهی در چندین جلسه در طول کلاس	۱۶٪		۱۰-۱۲
آزمون میان ترم	آزمون کتبی	۲۵٪		
آزمون پایان ترم	آزمون کتبی	۵۰٪		
حضور فعال در کلاس	ارائه و سخنرانی، پرسش و پاسخ، بحث گروهی، بارش افکار، پاسخ کتبی به کوئیز ها، ورود و خروج به موقع	۹٪		

کلاس و انتظارات از دانشجو:

- حضور و غیاب در هر جلسه انجام خواهد شد بیش از سه جلسه غیبت مجاز دانشجوی از آزمون پایانی محروم می شود.
- به ازای هر غیبت غیر موجه به میزان ۲۵٪ از نمره پایانی دانشجو کسر خواهد شد.
- فعالیت های کلاسی شامل پاسخ به سئوالات، شرکت فعال در کارگاه، ترجمه متون و محتوای درس، نظم و انضباط در کلاس، یادداشت محتوای درس به شکل مناسب، شرکت در فعالیت های کلاسی

نام و امضای مدرس: دکتر طاهره پاشایی

نام و امضای مدیر گروه: دکتر علویچه

نام و امضای مسئول EDO دانشکده:

تاریخ ارسال :

تاریخ ارسال:

تاریخ تحویل:

جدول زمانبندی درس.....

روز و ساعت جلسه :

جلسه	تاریخ	موضوع هر جلسه	مدرس
۱	۱۴۰۳/۱۱/۲۷	تعریف نظریه و الگو، اهمیت و اصول کاربرد آنها در برنامه های آموزش بهداشت و ارتقای سلامت -دسته بندی انواع نظریه ها و الگوها (درون فردی، بین فردی، سازمانی، اجتماعی و بوم شناختی)	دکتر طاهره پاشایی
۲	۱۴۰۳/۱۲/۴	مدل اعتقاد بهداشتی	دکتر طاهره پاشایی
۳	۱۴۰۳/۱۲/۱۱	تئوری رفتار برنامه ریزی و عمل منطقی	دکتر طاهره پاشایی
۴	۱۴۰۳/۱۲/۱۸	مدل بزنف	دکتر طاهره پاشایی
۵	۱۴۰۴/۱/۱۶	تئوری فرانظری	دکتر طاهره پاشایی
۶	۱۴۰۴/۱/۲۳	تئوری خودکارآمدی	دکتر طاهره پاشایی
۷	۱۴۰۴/۱/۳۰	مدل ارتقاء سلامت	دکتر طاهره پاشایی
۸	۱۴۰۴/۲/۶	تئوری شناخت اجتماعی	دکتر طاهره پاشایی
۹	۱۴۰۴/۲/۱۳	مدل پریسید- پروسید	دکتر طاهره پاشایی
۱۰	۱۴۰۴/۲/۲۰	مدل پریسید- پروسید	دکتر طاهره پاشایی
۱۱	۱۴۰۴/۲/۲۷	انگیزش محافظت	دکتر طاهره پاشایی

دکتر طاهره پاشایی	اصول انتخاب نظریه ها و الگوها در مطالعه و برنامه ریزی تغییر رفتار	۱۴۰۴/۳/۳	۱۲
دکتر طاهره پاشایی	اصول انتخاب نظریه ها و الگوها در مطالعه و برنامه ریزی تغییر رفتار	۱۴۰۴/۳/۱۰	۱۳

### جدول بلوپرینت EDC

رتبه علمی: نام گروه آموزشی: تعداد سوال

جدول بلوپرینت آزمون: ..... نیمسال تحصیلی: ..... دانشکده: .....						
گروه آموزشی: .....						
ردیف	عنوان محتوای آموزشی	مدت زمان آموزش (ساعت)	درصد زمان اختصاص داده شده	تعداد سوالات	تعداد سوالات مربوط به هر یک از سطوح اهداف یادگیری	
					حیطه ی شناختی	حیطه ی مهارتی
					حیطه ی نگرشی	
۱						
۲						
۳						
۴						
۵						
۶						
۷						
۸						
۹						
۱۰						
۱۱						
۱۲						
۱۳						
۱۴						
۱۵						
۱۶						