



دانشکده بهداشت

دفتر توسعه آموزش

طرح دوره (Course Plan)

نام درس: روانشناسی و بهداشت روان	کد درس: ۱۷۵۳۰۴۹
مقطع تحصیلی: کارشناسی	رشته تحصیلی: کارشناسی بهداشت عمومی
گروه آموزشی: آموزش بهداشت و ارتقای سلامت	پیش نیاز: ندارد
تعداد واحد: ۲ (نظری)	محل برگزاری: دانشکده بهداشت
روز و ساعت برگزاری: یکشنبه ۱۰-۱۲	مسئول درس: دکتر هادی طهرانی
طراحی اولیه ☒ بازنگری ☐	
هدف کلی دوره: آشنایی دانشجویان با اصول و مبانی بهداشت روانی و عوامل زمینه ساز و موثر بر آن است. همچنین در این درس دانشجویان با اصول و قواعد روانشناسی و اختلالات شخصیتی آشنا و اصول ارتقای سلامت روان را خواهند آموخت	
اهداف اختصاصی دوره: دانشجو باید در پایان درس بتواند... ۱. اصول، اجزا و مفاهیم بهداشت روانی را تعریف نماید ۲. ضرورت و اهمیت بهداشت روانی و کاربرد آن در سلامت عمومی را شرح دهد ۳. رویکردهای مختلف روانشناسی را توضیح دهد ۴. نظریه ها اصول و زیر بنای روش های تغییر رفتار دسته بندی نماید ۵. عوامل موثر بر بهداشت روانی را ذکر کند ۶. شاخص های بهداشت روانی را شرح دهد ۷. نقش محیط (خانواده - جامعه) در سلامت روان را توضیح دهد ۸. مسائل دوران بلوغ و نقش مقابل بهداشت روان بر آن را شرح دهد. ۹. نقش ایمان و معنویت بر سلامت روان را توضیح دهد. ۱۰. راه های پیشگیری از بروز اختلالات و بیماری های روانی را دسته بندی نماید ۱۱. روش های ایجاد، نگهداری و گسترش رفتار مطلوب را ذکر نماید ۱۲. روشهای پژوهش در تغییر رفتار و رفتار درمانی را توضیح دهد ۱۳. روشهای مهارت های زندگی و کاری را توضیح دهد	
جدول ترتیب ارائه محتوای آموزشی در طول دوره	



دانشکده بهداشت

دفتر توسعه آموزش

طرح دوره (Course Plan)

جلسه	رئوس مطالب
اول	ضرورت، تعریف و کاربرد روانشناسی در سلامت
دوم	رویکردهای روانشناسی
سوم	نظریه ها اصول و زیر بنای روش های تغییر رفتار
چهارم	روش ها و فنون برخاسته از شرطی سازی پاسخگر
پنجم	روش ها و فنون برخاسته از شرطی سازی تقابلی
ششم	روش ها و فنون برخاسته از شرطی سازی کنشگر
هفتم	روشهای افزایش رفتار مطلوب
هشتم	روشهای ایجاد رفتار های تازه
نهم	روش های نگهداری و گسترش رفتار های مطلوب
دهم	روشهای کاهش و حذف رفتار های نامطلوب
یازدهم	روش های و فنون برخاسته از نظریه یادگیری بندورا
دوازدهم	روش ها و فنون برخاسته از نظریه شناختی
سیزدهم	مهارت های زندگی و کاری (۱)
چهاردهم	مهارت های زندگی و کاری (۲)
پانزدهم	مهارت های زندگی و کاری (۳)
شانزدهم	مهارت های زندگی و کاری (۴)
هفدهم	امتحان پایان ترم
روش های آموزشی (نحوه ارائه درس): کلاس ها به صورت سمینار تشکیل شده و بحث گروهی روش غالب خواهد بود. فعالیت دانشجوی در ارتقاء یادگیری خود با مشارکت در پرسش و پاسخ کلاسی و پیشنهاد و ارائه تحقیقات کلاسی می باشد.	
وسایل آموزشی: وسایل کمک آموزشی مورد نیاز عبارتند از دیتا پروژکتور، وایت بورد، پوینتر و پرزنتر. وجود مارکهای مخصوص وایت بورد در رنگهای مختلف نیز لازم است	
وظایف و تکالیف دانشجوی: حضور در کلاس با مطالعه قبلی، انجام تکالیف و پروژه های محول وارائه آنها در زمان مقرر	
روش های ارزیابی دانشجوی (لطفا سهم هر روش بر حسب درصد نوشته شود): روش های ارزیابی در طول دوره: ✓ ارائه شفاهی و کتبی پروژه و طرح مطالعه اتنوگرافی ۳۵٪ نمره ✓ حضور و مشارکت فعال در کلاس ۱۰٪ نمره	



دانشکده بهداشت

دفتر توسعه آموزش

طرح دوره (Course Plan)

روش های ارزیابی در انتهای دوره:

✓ آزمون کتبی (تشریحی، کوتاه پاسخ و چهارگزینه ای) ۵۵٪ نمره

منابع اصلی درس:

- 1- Murray, M. and K. Chamberlain, *Qualitative health psychology: Theories and methods* 1999: Sage.
- 2- Bishop, G.D., *Health psychology: Integrating mind and body* 1994: Allyn & Bacon.
- 3- Winett, R.A., A.C. King, and D.G. Altman, *Health psychology and public health: An integrative approach* 1989: Pergamon Press.

۴- برنامه کشوری بهداشت روانی، تألیف دکتر جعفر بوالهیری

۵- بهداشت روانی، تألیف دکتر بهروز میلانی فر

۶- زمینه روانشناسی هیلگارد انتشارات رشد

۷- تغییر رفتار و رفتار درمانی : علی اکبر سیف

۸- روانشناسی عمومی: حمزه گنجی