



بسمه تعالی

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 بین الملل) - نیم سال اول تحصیلی ۱۴۰۰-۱۴۰۱

تعداد واحد (یا سهم استاد از واحد): ۲ واحد نظری (۱۷ جلسه)

ساعت پاسخگویی به سؤالات فراگیر: چهارشنبه‌ها ساعت ۰۸ الی ۱۵

زمان ارائه درس (روز، ساعت و نیمسال تحصیلی): شنبه‌ها ساعت ۰۸ الی ۱۰

مدرس: دکتر مهدی میرزایی علویجه (دکتری تخصصی آموزش بهداشت و ارتقای سلامت و MPH سیاستگذاری سلامت؛ دانشیار 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:

۱. تعریف اصول و مبانی روانشناسی رفتار
۲. اصول و مبانی نظری انگیزش، آگاهی و تغییر رفتار در آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت
۳. مکاتب روانشناسی
۴. اصول و مبانی روانشناسی یادگیری
۵. کاربرد نظریه‌های یادگیری در تغییر رفتار
۶. روانشناسی اجتماعی و نقش آن در تبیین و تغییر رفتار
۷. روانشناسی کاربردی و روانشناسی اجتماعی کاربردی
۸. روانشناسی رفتار سالم و اهمیت آن در تبیین و تغییر رفتار سالم
۹. نظریه‌های تبیین و تغییر رفتار
۱۰. تعریف اصول و فرآیند تغییر
۱۱. اصول و مبانی تغییر رفتار و رویکرد جدید
۱۲. فرآیند تغییر رفتار در قالب الگوهای مختلف آموزش و تغییر رفتار
۱۳. کاربردی کردن روانشناسی در آموزش و ارتقا سلامت
۱۴. نقش روانشناسی اجتماعی و چگونگی کاربردی کردن آن در آموزش و ارتقاء سلامت

اهداف ویژه رفتاری به تفکیک اهداف کلی هر جلسه:

جلسه اول
هدف کلی: تعریف اصول و مبانی روانشناسی رفتار
اهداف رفتاری
۱- روانشناسی را تعریف کند. ۲- تاریخچه روانشناسی را توضیح دهد. ۳- اصول و مبانی روانشناسی در حوزه سلامت را شرح دهد.
در پایان دانشجو
۱- قادر به تعریف روانشناسی باشد. ۲- توانایی تشریح تاریخچه روانشناسی را داشته باشد. ۳- درک صحیحی از اصول و مبانی روانشناسی در حوزه سلامت داشته باشد.

جلسه دوم
هدف کلی: اصول و مبانی نظری انگیزش، آگاهی و تغییر رفتار در آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت
اهداف رفتاری
۱- اصول و مبانی نظری انگیزش را توضیح دهد. ۲- اصول و مبانی تغییر رفتار در آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت را شرح دهد.
در پایان دانشجو
۱- قادر باشد اصول و مبانی نظری انگیزش را توضیح دهد. ۲- توانایی درک صحیح از اصول و مبانی تغییر رفتار در آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت را داشته باشد.

جلسه سوم
هدف کلی: مکاتب روانشناسی
اهداف رفتاری
۱- مکاتب روانشناسی را نام ببرد. ۲- مکاتب روانشناسی را توضیح دهد. ۳- نقش مکاتب روانشناسی در آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت را شرح دهد.
در پایان دانشجو
۱- توانایی نام بردن مکاتب روانشناسی را داشته باشد. ۲- قادر به توضیح مکاتب روانشناسی باشد. ۳- 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	
۱- اصول و مبانی روانشناسی یادگیری را توضیح دهد.	
۲- نظریه‌های روانشناسی یادگیری را شرح دهد.	
در پایان دانشجو	
۱- توانایی توضیح اصول و مبانی روانشناسی یادگیری را داشته باشد.	
۲- قادر به شرح نظریه‌های روانشناسی یادگیری باشد.	
جلسه پنجم	
هدف کلی: کاربرد نظریه‌های یادگیری در تغییر رفتار	
اهداف رفتاری	
۱- نظریه‌های یادگیری در تغییر رفتار را نام ببرد.	
۲- نظریه‌های یادگیری در تغییر رفتار را دسته بندی کند.	
۳- کاربرد نظریه‌های یادگیری در تغییر رفتار را شرح دهد.	
در پایان دانشجو	
۱- قادر به توضیح نظریه‌های یادگیری در تغییر رفتار باشد.	
۲- توانایی دسته بندی نظریه‌های یادگیری در تغییر رفتار را داشته باشد.	
۳- 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	
۱- روانشناسی اجتماعی و نقش آن در تبیین و تغییر رفتار را توضیح دهد.	
در پایان دانشجو	
۱- 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	
۱- روانشناسی کاربردی را توضیح دهد.	
۲- روانشناسی اجتماعی کاربردی را توضیح دهد.	
در پایان دانشجو	
۱- قادر به توضیح روانشناسی کاربردی و نقش آن در آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت باشد.	
۲- 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
۱- روانشناسی رفتار سالم را توضیح دهد.
۲- اهمیت روانشناسی رفتار سالم در تبیین و تغییر رفتار سالم را شرح دهد.
در پایان دانشجو
۱- قادر به توضیح روانشناسی رفتار سالم باشد.
۲- 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
۱- نظریه‌های تبیین و تغییر رفتار را نام ببرد.
۲- نظریه‌های تبیین و تغییر رفتار را شرح دهد.
۳- کاربرد نظریه‌های تبیین و تغییر رفتار را در آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت توضیح دهد.
در پایان دانشجو
۱- بتواند نظریه‌های تبیین و تغییر رفتار را نام ببرد.
۲- بتواند نظریه‌های تبیین و تغییر رفتار را شرح دهد.
۳- 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
۱- اصول و فرآیند تغییر را تعریف کند.
در پایان دانشجو
۱- بتواند اصول و فرآیند تغییر را تعریف کند.
جلسه سیزدهم
هدف کلی: اصول و مبانی تغییر رفتار و رویکرد جدید
اهداف رفتاری
۱- اصول و مبانی تغییر رفتار و رویکرد جدید را شرح دهد.
در پایان دانشجو
۱- 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
۱- فرآیند تغییر رفتار در قالب الگوهای مختلف آموزش و تغییر رفتار را شرح دهد.
در پایان دانشجو
۱- 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
۱- چگونگی کاربردی کردن روانشناسی در آموزش و ارتقا سلامت را توضیح دهد.
در پایان دانشجو
۱- 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
۱- نقش روانشناسی اجتماعی در آموزش و ارتقاء سلامت را توضیح دهد.
۲- چگونگی کاربردی کردن آن در آموزش و ارتقاء سلامت را شرح دهد.
در پایان دانشجو
۱- قادر به توضیح نقش روانشناسی اجتماعی در آموزش و ارتقاء سلامت باشد.
۲- 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 (6th 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	۲ نمره	از جلسه سوم
میان‌ترم	ترکیبی	۴ نمره	جلسه هشتم
ارزشیابی پایان دوره	ترکیبی	۱۴ نمره	آموزش اعلام می‌کند

- مقررات درس و انتظارات از دانشجو:

از دانشجویان محترم انتظار می‌رود:

- ۱- حضور منظم و دقیق در جلسات درس داشته باشند.
- ۲- در بحث‌های گروهی و فعالیت‌های آموزشی مشارکت نمایند.
- ۳- در هر جلسه آمادگی پاسخ‌گویی به سؤالات مبحث قبلی را داشته باشند.
- ۴- از دیگر منابع و سایت‌های معتبر علمی استفاده نمایند.
- ۵- 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 فرزاد جلیلیان

نام و امضای مسئول EDO دانشکده: دکتر رؤیا صفری

تاریخ ارسال:

تاریخ تحویل: ششم شهریور ۱۴۰۰

تأیید مدیر گروه و امضا:

آیا طرح درس برای اولین بار تدوین شده: ☐ بله ☒ خیر

جدول زمان بندی درس روانشناسی رفتار سالم
روز و ساعت جلسه: شنبه ۰۸/۰۰ تا ۱۰/۰۰، کلاس شماره ۴

جلسه	تاریخ	موضوع درس	مدرس
۱	۱۴۰۰/۰۶/۲۰	تعریف اصول و مبانی روانشناسی رفتار	دکتر مهدی میرزایی علویچه
۲	۱۴۰۰/۰۶/۲۷	اصول و مبانی نظری انگیزش، آگاهی و تغییر رفتار در آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت	دکتر مهدی میرزایی علویچه
۳	۱۴۰۰/۰۷/۰۳	مکاتب روانشناسی	دکتر مهدی میرزایی علویچه
۴	۱۴۰۰/۰۷/۱۰	اصول و مبانی روانشناسی یادگیری	دکتر مهدی میرزایی علویچه
۵	۱۴۰۰/۰۷/۱۷	کاربرد نظریه‌های یادگیری در تغییر رفتار	دکتر مهدی میرزایی علویچه
۶	۱۴۰۰/۰۷/۲۴	روانشناسی اجتماعی و نقش آن در تبیین و تغییر رفتار	دکتر مهدی میرزایی علویچه
۷	۱۴۰۰/۰۸/۰۱	روانشناسی کاربردی و روانشناسی اجتماعی کاربردی	دکتر مهدی میرزایی علویچه
۸	۱۴۰۰/۰۸/۰۸	روانشناسی کاربردی و روانشناسی اجتماعی کاربردی	دکتر مهدی میرزایی علویچه
۹	۱۴۰۰/۰۸/۱۵	روانشناسی رفتار سالم و اهمیت آن در تبیین و تغییر رفتار سالم	دکتر مهدی میرزایی علویچه
۱۰	۱۴۰۰/۰۸/۲۲	نظریه‌های تبیین و تغییر رفتار	دکتر مهدی میرزایی علویچه
۱۱	۱۴۰۰/۰۸/۲۹	نظریه‌های تبیین و تغییر رفتار	دکتر مهدی میرزایی علویچه
۱۲	۱۴۰۰/۰۹/۰۶	تعریف اصول و فرآیند تغییر	دکتر مهدی میرزایی علویچه
۱۳	۱۴۰۰/۰۹/۱۳	اصول و مبانی تغییر رفتار و رویکرد جدید	دکتر مهدی میرزایی علویچه
۱۴	۱۴۰۰/۰۹/۲۰	فرآیند تغییر رفتار در قالب الگوهای مختلف آموزش و تغییر رفتار	دکتر مهدی میرزایی علویچه
۱۵	۱۴۰۰/۰۹/۲۷	فرآیند تغییر رفتار در قالب الگوهای مختلف آموزش و تغییر رفتار	دکتر مهدی میرزایی علویچه
۱۶	۱۴۰۰/۱۰/۰۴	کاربردی کردن روانشناسی در آموزش و ارتقا سلامت	دکتر مهدی میرزایی علویچه
۱۷	۱۴۰۰/۱۰/۱۱	نقش روانشناسی اجتماعی و چگونگی کاربردی کردن آن در آموزش و ارتقاء سلامت	دکتر مهدی میرزایی علویچه