



به نام ایزدوانا

(کاربرگ طرح درس)

تاریخ به روز رسانی: ۱۳۹۹/۰۶/۲۰

نیمسال اول سال تحصیلی ۱۳۹۹-۰۰

دکتر: روانشناسی و علوم تربیتی

| | | | |
|---|--|---|--|
| نام درس | فارسی: روانشناسی سلامت لاتین: Health Psychology | تعداد واحد: نظری ۲ عملی - | مقطع: کارشناسی ■ کارشناسی ارشد □ دکتری □ |
| مدرس/مدرسین: | دکتر اسحق رحیمیان بوگر | پیش نیازها و هم نیازها: | آسیب شناسی روانی ۲ (رشته روانشناسی) |
| پست الکترونیکی: | i_rahimian@semnan.ac.ir | شماره تلفن اتاق: | ۰۲۳۳۳۶۲۳۳۰۰-(۱۳۶) |
| منزلهگاه اینترنتی: | http://irahimian.profile.semnan.ac.ir/ | برنامه تدریس در هفته و شماره کلاس: دوشنبه ساعت ۱۷-۱۵. کلاس ساختمان های آموزشی دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی/آموزش مجازی | |
| اهداف درس: آشنایی دانشجویان با علم روانشناسی سلامت از طریق کاربرد روانشناسی در بیماری های جسمانی، آشنایی با سبک زندگی و رفتارهای مرتبط با سلامت و روش های پیشگیری از ابتلا به بیماری های جسمی | | | |
| امکانات آموزشی مورد نیاز: ویدئو پروژکتور | | | |
| نحوه ارزشیابی | فعالیت های کلاسی و آموزشی | ارزشیابی مستمر (کوئیز) | امتحان میان ترم |
| درصد نمره | ۲ نمره (۱۰٪) | ۲ نمره (۱۰٪) | ۱۶ نمره (۸۰٪) |
| منابع و مآخذ درس | | <p>رحیمیان بوگر، اسحق، قدرتی میرکوهی، مهدی (۱۳۹۶). روانشناسی سلامت پیشرفته، چاپ دوم. تهران: انتشارات دانشگاه پیام نور.</p> <p>سارافینو، ادوارد پ. (۱۳۹۵). روانشناسی سلامت، چاپ هفتم. ترجمه فروغ شفیعی و همکاران زیر نظر الهه میرزایی. تهران: انتشارات رشد.</p> <p>Gurung, R.A. R. (2019). Health psychology: Well-Being in a Diverse World, 4th edition. SAGE Publications, Inc.</p> <p>Llewellyn, C., Ayers, S., McManus, C., Newman, S., Petrie, K. J., Revenson, T. A., & Weinman, J. (2019). Cambridge Handbook of Psychology, Health and Medicine, 3rd edition. UK: Cambridge University Press.</p> <p>Ogden, J. (2012). Health Psychology: A Textbook, 5th Revised Edition. London, McGraw-Hill: Open University Press.</p> <p>Taylor, S. E. (2015). Health Psychology, 9th Edition. New York, NY: McGraw-Hill Education.</p> | |

بودجه بندی درس

| شماره هفته آموزشی | مبحث | توضیحات |
|-------------------|---|---------|
| ۱ | تعریف سلامتی، بیماری و روانشناسی سلامت | ۲ ساعت |
| ۲ | تاریخچه مطالعه سلامت و بیماری و روش های مطالعه در روانشناسی سلامت | ۲ ساعت |
| ۳ | عوامل مؤثر بر سلامتی (ژنتیکی، محیطی، روان شناختی، فرهنگی، معنوی-مذهبی، علل چندگانه و چند سطحی) | ۲ ساعت |
| ۴ | الگوها و نظریه های رفتار سلامتی (زیست پزشکی، زیستی روان اجتماعی معنوی، تغییر رفتار و الگوهای کاربردی) | ۲ ساعت |
| ۵ | همه گیرشناسی اجتماعی و سیاست سلامت | ۲ ساعت |
| ۶ | مروری بر ساختار و کارکردهای دستگاه های بدن | ۲ ساعت |
| ۷ | شخصیت و سلامت | ۲ ساعت |
| ۸ | مذهب، حمایت اجتماعی و سلامت | ۲ ساعت |
| ۹ | سازگاری با بیماری های جسمی و نشانه های بیماری و درد، رویکردهای چندوجهی به درد مزمن | ۲ ساعت |
| ۱۰ | روابط بیمار و کادر درمانی (نگرش بیمار-پزشک، پذیرش توصیه های درمانی، ابعاد روان شناختی بستری/جراحی) | ۲ ساعت |
| ۱۱ | عوامل روان شناختی در بیماری | ۲ ساعت |
| ۱۲ | سبک زندگی، فرهنگ و سلامت | ۲ ساعت |
| ۱۳ | استرس و سلامتی | ۲ ساعت |
| ۱۴ | مدیریت روان شناختی بیماری های طبی و بیماری های مزمن | ۲ ساعت |
| ۱۵ | رویکردهای درمانگری در تغییر رفتارهای سلامتی | ۲ ساعت |
| ۱۶ | رویکردهای درمانگری در بهبودی از بیماری های مزمن | ۲ ساعت |