



به نام ایزدوانا

(کاربرک طرح درسی)

تاریخ به روز رسانی: ۱۴۰۰/۰۶/۲۲

نیمسال اول سال تحصیلی ۱۴۰۰-۰۱

دانشگاه: 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)
مدرس/مدرسین:	دکتر اسحق رحیمیان بوگر	مزلگه اینترنتی:	http://irahimian.profile.semnan.ac.ir/
برنامه تدریس در هفته و شماره کلاس:	سه شنبه 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 روانی 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 و سایکونورواپمونولوژی	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/اجراحی)	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