



# به نام ایزدوانا

## (کاربرک طرح درس)

تاریخ به روزرسانی: ۱۴۰۱/۰۶/۱۲

نیمسال اول سال تحصیلی ۱۴۰۱-۰۲

دانشگاه: روانشناسی و علوم تربیتی

نام درس	فارسی: روانشناسی سلامت لاتین: Health Psychology	تعداد واحد: نظری ۲ عملی -	مقطع: کارشناسی ■ کارشناسی ارشد □ دکتری □
مدرس/مدرسين: دکتر اسحق رحیمیان بوگر	پست الکترونیکی: i_rahimian@semnan.ac.ir	پیش نیازها و هم نیازها: آسیب شناسی روانی ۲ (رشته روانشناسی)	شماره تلفن اتاق: (۱۳۶)-۰۲۳۳۳۶۲۳۳۰
منزلگاه اینترنتی: <a href="http://irahimian.profile.semnan.ac.ir/">http://irahimian.profile.semnan.ac.ir/</a>	برنامه تدریس در هفته و شماره کلاس: سه شنبه ساعت ۱۰-۸، کلاس ساختمان‌های آموزشی دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی		
اهداف درس: آشنایی دانشجویان با علم روانشناسی سلامت از طریق کاربرد روانشناسی در بیماری‌های جسمانی، آشنایی با سبک زندگی و رفتارهای مرتبط با سلامت و روش‌های پیشگیری از ابتلا به بیماری‌های جسمی			
امکانات آموزشی مورد نیاز: ویدئو پروژکتور			
نحوه ارزشیابی	فعالیت‌های کلاسی و آموزشی	ارزشیابی مستمر (کوئیز)	امتحان میان‌ترم امتحان پایان‌ترم
درصد نمره	۲ نمره (۱۰٪)	۲ نمره (۱۰٪)	۲ نمره (۱۰٪) ۱۴ نمره (۷۰٪)
منابع و مآخذ درس رحیمیان بوگر، اسحق، قدرتی میرکوهی، مهدی (۱۳۹۶). روانشناسی سلامت پیشرفته، چاپ دوم. تهران: انتشارات دانشگاه پیام نور. سارافینو، ادوارد پ. (۱۳۹۵). روانشناسی سلامت، چاپ هفتم. ترجمه فروغ شفیعی و همکاران زیر نظر الهه میرزایی. تهران: انتشارات رشد. Gurung, R.A. R. (2019). Health psychology: Well-Being in a Diverse World, 4th edition. SAGE Publications, Inc. 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. Ogden, J. (2012). Health Psychology: A Textbook, 5th Revised Edition. London, McGraw-Hill: Open University Press. Taylor, S. E. (2015). Health Psychology, 9th Edition. New York, NY: McGraw-Hill Education.			

### بودجه‌بندی درس

شماره هفته آموزشی	مبحث	توضیحات
۱	تعریف سلامتی، بیماری و روانشناسی سلامت	۲ ساعت
۲	تاریخچه مطالعه سلامت و بیماری و روش‌های مطالعه در روانشناسی سلامت	۲ ساعت
۳	عوامل مؤثر بر سلامتی (ژنتیکی، محیطی، روان‌شناختی، فرهنگی، معنوی-مذهبی، علل چندگانه و چند سطحی)	۲ ساعت
۴	الگوها و نظریه‌های رفتار سلامتی (زیست‌پزشکی، زیستی‌روانی اجتماعی معنوی، تغییر رفتار و الگوهای کاربردی)	۲ ساعت
۵	همه گیرشناسی اجتماعی و سیاست سلامت	۲ ساعت
۶	مروری بر ساختار و کارکردهای دستگاه‌های بدن و سایکونورواپیمونولوژی	۲ ساعت
۷	شخصیت و سلامت	۲ ساعت
۸	مذهب، حمایت اجتماعی و سلامت	۲ ساعت
۹	سازگاری با بیماری‌های جسمی و نشانه‌های بیماری و درد، رویکردهای چندوجهی به درد مزمن	۲ ساعت
۱۰	روابط بیمار و کادر درمانی (نگرش بیمار-پزشک، پذیرش توصیه‌های درمانی، ابعاد روان‌شناختی بستری/جراحی)	۲ ساعت
۱۱	عوامل روان‌شناختی در بیماری	۲ ساعت
۱۲	سبک زندگی، فرهنگ و سلامت	۲ ساعت
۱۳	استرس و سلامت	۲ ساعت
۱۴	مدیریت روان‌شناختی بیماری‌های طبعی و بیماری‌های مزمن	۲ ساعت
۱۵	رویکردهای درمانگری در تغییر رفتارهای سلامتی	۲ ساعت
۱۶	رویکردهای درمانگری در بهبودی از بیماری‌های مزمن	۲ ساعت
تکلیف درسی - کلاسی: ارائه شفاهی و کتبی یک گزارش کلاسی - آموزشی در مورد یک موضوع یا محتوای مرتبط با درس: گزارش یک مورد از مفاهیم نظری درس		