



به نام ایزدوانا

(کاربرک طرح درس)

تاریخ به روزرسانی: ۱۴۰۳/۰۶/۲۲

نیمسال اول سال تحصیلی ۱۴۰۳-۰۴

دانشگاه: روانشناسی و علوم تربیتی

نام درس	فارسی: روانشناسی سلامت	تعداد واحد: نظری ۲ عملی -	مقطع: کارشناسی ■ کارشناسی ارشد □ دکتری □ کد درس: ۱۴۴۲۲۸۷ امتحان: ۱۴۰۳/۱۰/۲۶ ساعت: ۰۸:۰۰-۱۰:۰۰
	لاتین: Health Psychology	پیش نیازها و هم نیازها: آسیب شناسی روانی ۲ (رشته روانشناسی)	
مدرس/مدرسین:	دکتر اسحق رحیمیان بوگر	شماره تلفن اتاق: ۰۲۳۳۱۵۳۳۰۶۶	
پست الکترونیکی:	i_rahimian@semnan.ac.ir	منزلهگاه اینترنتی: http://irahimian.profile.semnan.ac.ir/	
برنامه تدریس در هفته و شماره کلاس: سه شنبه ساعت ۱۷-۱۵. کلاس ۲ ساختمان 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 میان ترم
درصد نمره	۱ نمره (۰.۵/)	۱ نمره (۰.۵/)	۱۶ نمره (۰.۸۰/)
<p>رحیمیان بوگر، اسحق (۱۴۰۲). روانشناسی بالینی سلامت: راهنمای پیشگیری، سنجش، صورت بندی و درمان: راهنمای متخصصان بالینی، ویراست دوم. تهران: نشر دانژه.</p> <p>رحیمیان بوگر، اسحق، قدرتی میرکوهی، مهدی (۱۳۹۹). روانشناسی سلامت پیشرفته، چاپ ششم. تهران: انتشارات دانشگاه پیام نور.</p> <p>سارافینو، ادوارد پ. (۱۴۰۱). روانشناسی سلامت، چاپ دهم. ترجمه ابوالحسن ندیم و همکاران. تهران: انتشارات رشد.</p> <p>Gurung, R. A. R. (2024). Health psychology: Well-Being in a Diverse World, 5th 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. (2023). Health Psychology: A Textbook, 7th Edition. London, McGraw-Hill: Open University Press.</p> <p>Taylor, S. E. (2020). Health Psychology, 10th 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 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 سایکونورواپمونولوژی	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 سلامتی	۲ ساعت
۱۴	مدیریت روان‌شناختی بیماری‌های طبی 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 روان‌شناسی سلامت: گزارش یک مورد از مفاهیم نظری درس		