



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی جهرفت  
مرکز مطالعات و توسعه آموزش پزشکی

### طرح درس

نام درس: بهداشت روان	تعداد واحد (نظری - عملی): ۲ واحد نظری
نیمسال تحصیلی ارائه درس: نیمسال دوم ۱۴۰۱-۱۴۰۲	مدرس: دکتر فوزیه رفعتی
رشته تخصصی مدرس: پرستار	آخرین مدرک تحصیلی مدرس: دکتری
مقطع و رشته تحصیلی دانشجویان: کارشناسی هوشبری	تعداد دانشجو: ۳۰
نام دانشکده: پیراپزشکی	گروه آموزشی: پرستاری
شرح درس: آشنایی دانشجویان جهت ارتقا و تامین سلامت روان و توجه به ابعاد روانی، معنوی سلامت و پاسخگویی به نیازهای جامعه.	

جلسه: اول

عنوان: **تاریخچه، تعریف و مکاتب روانشناسی**

اهداف رفتاری (انتظارات از دانشجو) دانشجو باید بتواند:

**دانشجو قادر باشد:**

**تاریخچه روانشناسی را شرح دهد**

**اهداف و موضوعات مورد توجه روانشناسی را بیان کند.**

**انواع گرایشات روانشناسی را با هم مقایسه کند.**

**مکاتب مختلف روانشناسی را با هم مقایسه و نقش هر کدام در پیشرفت روانشناسی را بیان کند**

**حیطه عاطفی:**

- به مباحث مطرح شده علاقه نشان دهد
- در بحث‌های کلاسی مشارکت کند

روش تدریس:

سخنرانی، بحث گروهی

وسایل کمک آموزشی:

تخته، لپ تاپ، پاورپوینت

جلسه: دوم

عنوان: شخصیت

اهداف رفتاری (انتظارات از دانشجو) دانشجو باید بتواند:

شناختی:

**شخصیت را تعریف کند.**

**عوامل موثر بر رشد شخصیت را شرح دهد.**

**نظریه‌های مختلف در مورد شخصیت را شرح دهد.**

**روشهای مختلف ارزیابی شخصیت را نقد کند.**

عاطفی:

- در بحث و پرسش و پاسخ با اشتیاق مشارکت کند
- به مباحث مطرح شده با علاقه توجه نشان دهد
- در ارائه تکالیف پیشقدم شود

روانی-حرکتی:

- .....

روش تدریس:

سخنرانی، پرسش و پاسخ

وسایل کمک آموزشی:

تخته، لپ تاپ، پاورپوینت

جلسه: سوم

عنوان: انگیزه

اهداف رفتاری (انتظارات از دانشجو) دانشجو باید بتواند:

شناختی:

**انگیزه را تعریف و نقش آن را در زندگی شرح دهد**  
**انگیزه های اصلی را شرح داده و عوامل موثر بر آنها را بیان کند**  
**ارتباط بین انگیزه، نیاز و سائق را بیان کند**

عاطفی:

- در بحث و پرسش و پاسخ با اشتیاق مشارکت کند
- به مباحث مطرح شده با علاقه توجه نشان دهد
- در ارائه تکالیف پیشقدم شود

روانی-حرکتی:

- .....

روش تدریس:

سخنرانی، پرسش و پاسخ

وسایل کمک آموزشی:

تخته، لپ تاپ، پاورپوینت

جلسه: چهارم

عنوان: نیازها

اهداف رفتاری (انتظارات از دانشجو) دانشجو باید بتواند:

شناختی:

**طبقه بندی نیازها بر حسب هرم نیازهای مازلو را شرح دهد**  
**رابطه نیاز و انگیزه را شرح دهد**  
**نیازهای جسمی و روانی را شرح دهد**

### پیامد عدم ارضا نیازها را بیان کند

عاطفی:

- در بحث و پرسش و پاسخ با اشتیاق مشارکت کند
- به مباحث مطرح شده با علاقه توجه نشان دهد
- در ارائه تکالیف پیشقدم شود

روانی-حرکتی:

- .....

روش تدریس:

سخنرانی، پرسش و پاسخ

وسایل کمک آموزشی:

تخته، لپ تاپ، پاورپوینت

جلسه: پنجم

عنوان: استرس

اهداف رفتاری (انتظارات از دانشجو) دانشجو باید بتواند:

شناختی:

**استرس را تعریف کند**

**انواع استرس را شرح دهد**

**سیستم پاسخ به استرس را بیان کند**

**روشهای مدیریت و کنترل استرس را بیان کند**

عاطفی:

- در بحث و پرسش و پاسخ با اشتیاق مشارکت کند
- به مباحث مطرح شده با علاقه توجه نشان دهد

▪ در ارائه تکالیف پیشقدم شود

**روانی-حرکتی:**

▪ .....

روش تدریس:

**سخنرانی، پرسش و پاسخ**

وسایل کمک آموزشی:

تخته، لپ تاپ، پاورپوینت

**جلسه: ششم**

عنوان: پایه‌های زیست‌س عصبی رفتار

اهداف رفتاری (انتظارات از دانشجو) دانشجو باید بتواند:

شناختی:

**نقش نواحی مختلف مغز در رفتار را بشناسد**

**نقش واسطه‌های عصبی در رفتار را شرح دهد**

**نقش وراثت و بیولوژی را بر روی رفتار بیان کند**

عاطفی:

▪ در بحث و پرسش و پاسخ با اشتیاق مشارکت کند

▪ به مباحث مطرح شده با علاقه توجه نشان دهد

▪ در ارائه تکالیف پیشقدم شود

**روانی-حرکتی:**

▪ .....

روش تدریس:

سخنرانی، پرسش و پاسخ

وسایل کمک آموزشی:

تخته، لپ تاپ، پاورپوینت

جلسه: هفتم

عنوان: بهداشت روان

اهداف رفتاری (انتظارات از دانشجو) دانشجو باید بتواند:

شناختی:

**تعریف سلامت روان از دیدگاه های مختلف روانشناسی را شرح دهد**

**اصول بهداشت روان را شرح دهد**

**معیارهای سلامت روانی از دیدگاه های مختلف را توضیح دهد.**

□ **انواع مختلف سطوح پیشگیری جهت ارائه مراقبت روحی-روانی از افراد را بیان کند**

▪ در بحث و پرسش و پاسخ با اشتیاق مشارکت کند

▪ به مباحث مطرح شده با علاقه توجه نشان دهد

▪ در ارائه تکالیف پیشقدم شود

**روانی-حرکتی:**

▪ .....

روش تدریس:

سخنرانی، پرسش و پاسخ

وسایل کمک آموزشی:

تخته، لپ تاپ، پاورپوینت

جلسه: هشتم

عنوان: مهارت برقراری ارتباط

اهداف رفتاری (انتظارات از دانشجو) دانشجو باید بتواند:

شناختی:

ارتباط را تعریف کند

انواع ارتباط را شرح دهد

تکنیک های برقراری ارتباط را بیان کندعاطفی:

▪ در بحث و پرسش و پاسخ با اشتیاق مشارکت کند

▪ به مباحث مطرح شده با علاقه توجه نشان دهد

▪ در ارائه تکالیف پیشقدم شود

روانی-حرکتی:

▪ .....

روش تدریس:

سخنرانی، پرسش و پاسخ

وسایل کمک آموزشی:

تخته، لپ تاپ، پاورپوینت

جلسه: نهم

عنوان: افسردگی



اهداف رفتاری (انتظارات از دانشجو) دانشجو باید بتواند:

شناختی:

**علائم بالینی، اتیولوژی، سیر بالینی و درمان افسردگی را شرح دهد**

**مراقبتهای مربوط به این بیماران را بیان کندعاطفی:**

- در بحث و پرسش و پاسخ با اشتیاق مشارکت کند
- به مباحث مطرح شده با علاقه توجه نشان دهد
- در ارائه تکالیف پیشقدم شود

**روانی-حرکتی:**

▪ .....

روش تدریس:

**سخنرانی، پرسش و پاسخ**

وسایل کمک آموزشی:

تخته، لپ تاپ، پاورپوینت

**جلسه: دهم**

**عنوان: اضطراب**

اهداف رفتاری (انتظارات از دانشجو) دانشجو باید بتواند:

شناختی:

- علائم بالینی، اتیولوژی، سیر بالینی و درمان اختلالات اضطرابی را شرح دهد
- مراقبتهای مربوط به این بیماران را بیان کند
- **عاطفی:**
- در بحث و پرسش و پاسخ با اشتیاق مشارکت کند
- به مباحث مطرح شده با علاقه توجه نشان دهد

▪ در ارائه تکالیف پیشقدم شود

**روانی-حرکتی:**

▪ .....

روش تدریس:

**سخنرانی، پرسش و پاسخ**

وسایل کمک آموزشی:

تخته، لپ تاپ، پاورپوینت

**جلسه: همدلی - گوش دادن فعال - احترام و پذیرش**

عنوان: .....

اهداف رفتاری (انتظارات از دانشجو) دانشجو باید بتواند:

شناختی:

**همدلی را تعریف کند**

**فواید همدلی را شرح دهد**

**راه های همدلی و تکنیک های را شرح دهد**

عاطفی:

▪ در بحث و پرسش و پاسخ با اشتیاق مشارکت کند

▪ به مباحث مطرح شده با علاقه توجه نشان دهد

▪ در ارائه تکالیف پیشقدم شود

**روانی-حرکتی:**

▪ تکنیکهای گوش دادن فعال را به کار ببرد

روش تدریس:

سخنرانی، پرسش و پاسخ

وسایل کمک آموزشی:

تخته، لپ تاپ، پاورپوینت

جلسه: ۱۲

عنوان: مقابله مذهبی

اهداف رفتاری (انتظارات از دانشجو) دانشجو باید بتواند:

شناختی:

**مقابله و انواع آن را شرح دهد**

**تأثیر مقابله مذهبی بر کاهش استرس را بیان کند**

عاطفی:

- در بحث و پرسش و پاسخ با اشتیاق مشارکت کند
- به مباحث مطرح شده با علاقه توجه نشان دهد
- در ارائه تکالیف پیشقدم شود

روانی-حرکتی:

- .....

روش تدریس:

سخنرانی، پرسش و پاسخ

وسایل کمک آموزشی:

. تخته، لپ تاپ، پاورپوینت

جلسه: ۱۳

عنوان: آموزش حل مساله

اهداف رفتاری (انتظارات از دانشجو) دانشجو باید بتواند:

شناختی:

**حل مساله را تعریف کند**

**مراحل حل مساله را بیان کند**

عاطفی:

- در بحث و پرسش و پاسخ با اشتیاق مشارکت کند
- به مباحث مطرح شده با علاقه توجه نشان دهد
- در ارائه تکالیف پیشقدم شود

روانی-حرکتی:

- .....

روش تدریس:

.....

وسایل کمک آموزشی:

تخته، لپ تاپ، پاورپوینت

جلسه: ۱۴

عنوان: خودآگاهی

اهداف رفتاری (انتظارات از دانشجو) دانشجو باید بتواند:

شناختی:

**مولفه‌های خودآگاهی را شرح دهد.**

**ویژگیهای افراد خودآگاه را بیان کند.**

**عوامل موثر بر رشد خودآگاهی را بیان کند.**

### مهارت‌های خودآگاهی را بیان کرده و به کار گیرد

عاطفی:

- در بحث و پرسش و پاسخ با اشتیاق مشارکت کند
- به مباحث مطرح شده با علاقه توجه نشان دهد
- در ارائه تکالیف پیشقدم شود

روانی-حرکتی:

- .....

روش تدریس:

سخنرانی، پرسش و پاسخ

وسایل کمک آموزشی:

تخته، لپ تاپ، پاورپوینت

جلسه: ۱۵

عنوان: فرهنگ و حمایت اجتماعی

اهداف رفتاری (انتظارات از دانشجو) دانشجو باید بتواند:

شناختی:

**فرهنگ را تعریف کند**

**مراقبت فرهنگی را شرح دهد**

عاطفی:

- به ارائه مراقبت مبتنی بر فرهنگ علاقه نشان دهد

روانی-حرکتی:

- .....

روش تدریس:

سخنرانی، پرسش و پاسخ

وسایل کمک آموزشی:

تخته، لپ تاپ، پاورپوینت

جلسه: ۱۶

عنوان: روانشناسی سلامتی

اهداف رفتاری (انتظارات از دانشجو) دانشجو باید بتواند:

شناختی:

- روانشناسی سلامتی و بیماری را تعریف کند
- حوزه‌های مورد علاقه روانشناسی سلامتی را نام ببرد
- نقش استرس در سلامتی را توضیح دهد
- تئوریهای رفتاری بهداشتی را شرح دهد و با هم مقایسه کند
- عوامل موثر بر مراجعه مردم به پزشک را شرح دهد
- عوامل موثر بر تبعیت از درمان بیماران را شرح دهد

عاطفی:

- در بحث و پرسش و پاسخ با اشتیاق مشارکت کند
- به مباحث مطرح شده با علاقه توجه نشان دهد
- در ارائه تکالیف پیشقدم شود

روانی-حرکتی:

- .....

روش تدریس:

سخنرانی، پرسش و پاسخ

وسایل کمک آموزشی:

تخته، لپ تاپ، پاورپوینت

### شیوه ارزشیابی

نوع ارزشیابی	فعالیت	سهم نمره از ۱۰۰ درصد
تکوینی	انجام تکالیف	۱۰
	پاسخ به سوالات کلاسی	۵
	رعایت اخلاق حرفه ای	۵
	آزمون میان ترم	۳۵
تراکمی	آزمون پایان ترم	۴۰

آزمون (الکترونیک) به صورت سوالات چند گزینه ای، سوالات پاسخ کوتاه

### منابع درس

- روانشناسی عمومی و اجتماعی برای پرستار، محسن کوشان، انتشارات اندیشه رفیع، چاپ اول، ۱۳۸۶
- زمینه روانشناسی اتکینسون و هیلگارد، ترجمه رضا براهنی و همکاران، انتشارات رشد، تهران ۱۳۹۳
- روان شناسی پرورشی، دکتر احمد سیف، نشر دوران، تهران ۱۳۹۳
- روانشناسی اجتماعی، رابرت بارون، ترجمه یوسف کریمی، انتشارات ارسباران، تهران ۱۳۸۹
- درسنامه روانشناسی فردی واجتماعی، دکتر فاطمه نوغانی و همکاران، نشرشبنم دانش،
- مهارتهای زندگی، فرشته موتابی، شهرام محمد خانی، لادن فتی، انتشارات میانکوشک، ۱۳۹۵

