

بسمه تعالی  
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان بوشهر  
مرکز توسعه آموزش پزشکی  
دفتر نظارت و ارزشیابی  
فرم طرح درس

نام و نام خانوادگی مدرس: مهنوش رئیسی	آخرین مدرک تحصیلی: دکتری تخصصی
رشته تحصیلی: آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت	رتبه دانشگاهی: استادیار
گروه آموزشی: آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت	

رشته تحصیلی فراگیران: آموزش بهداشت	مقطع: کارشناسی	ترم: ۵	تعداد فراگیران: ...
------------------------------------	----------------	--------	---------------------

عنوان درس به طور کامل: روانشناسی و بهداشت روان	نوع درس: تئوری ■ عملی □ کارآموزی □
زمان شروع کلاس: مهر ۱۳۹۵	تعداد واحد: ۲ واحد نظری
	زمان خاتمه کلاس: بهمن ۱۳۹۵

مراحل ارزشیابی	مرحله ای ■	تکوینی □		
فعالیت دانشجویان انجام تکالیف حضور و غیاب: ۳۰ درصد از نمره نهایی				
کوئیزهای انجام شده: ۲۰ درصد از نمره نهایی				
امتحان پایان ترم: ۵۰ درصد از نمره نهایی				
نوع امتحان میان ترم:				
شفاهی □	تشریحی ■	چند گزینه ای ■	صحیح و غلط □	جور کردنی □
نوع امتحان پایان ترم:				
شفاهی □	تشریحی ■	چند گزینه ای ■	صحیح و غلط □	جور کردنی □

## شرح درس:

سلامت را برخوردار از رفاه کامل جسمانی، روانی و اجتماعی تعریف نموده اند. بعد روانی سلامت بخش بسیار مهم سلامتی محسوب می شود که امروزه توجه روزافزون بر آن داشته اند. لذا آشنایی با مبانی و قواعد روانشناسی، آشنایی با مفهوم سلامت روان و همچنین نابهنجاری ها و اختلالات روانی و شخصیتی مفید و ضروری است.

## منابع اصلی مورد استفاده برای تدریس:

- ۱- روانشناسی عمومی، گنجی، حمزه، نشر سالوان، چاپ شصت و چهارم، ویرایش ششم، ۱۳۹۲.
- ۲- زمینه روانشناسی هیلگارد، ریتا ال اتیکسون، ریچارد اتیکسون، ادوارد اسمیت، داریل بزم، سوزان هوکسما، انتشارات رشد، چاپ ششم، ۱۳۸۶.
- ۳- کتاب جامع بهداشت عمومی، فصل دوازدهم، مبحث بهداشت روان، دکتر دکتر مهدی پاک روان نژاد، دکتر مجید صادقی، آخرین انتشار.
- ۴- کتاب جامع بهداشت عمومی، فصل چهاردهم، مبحث روانشناسی سلامت، دکتر محسن ارجمند، آخرین انتشار.

## هدف کلی درس:

آشنایی دانشجویان با اصول، مبانی و قواعد روانشناسی و آشنایی با مفاهیم بهداشت روانی.

## اهداف اختصاصی:

- ۱- آشنایی با تعریف، اصول و مبانی روانشناسی
- ۲- آشنایی با مکاتب روانشناسی مختلف
- ۳- آشنایی با نقش وراثت و اثرات محیطی بر رفتار فرد
- ۴- آشنایی با جنبه های مختلف رشد زیستی و روانی فرد
- ۵- آشنایی با رفتار بهنجار و نابهنجار و عوامل موثر در بروز آن
- ۶- آشنایی با شخصیت و رشد اجتماعی
- ۷- آشنایی با هویت و نقش آموزی جنسیتی، مشکلات جنسی
- ۸- آشنایی با روانشناسی نابهنجاری و اختلالات شخصیت
- ۹- آشنایی با تفکر، ادراک و خصوصیات آن
- ۱۰- آشنایی با هوش و انواع آن.
- ۱۱- نقش مذهب و معنویت در سلامت روان.
- ۱۲- پیشگیری از بروز اختلالات و بیماری های روانی.

## ➤ جلسه اول

نام مدرس: مهنوش رئیسی

عنوان مبحث: ماهیت و مبانی روانشناسی

اهداف اختصاصی:

در پایان این جلسه، با توجه به مطالب ارائه شده، از دانشجو انتظار می رود:

- ۱- خاستگاه تاریخی روانشناسی را بیان نماید.
- ۲- روانشناسی را تعریف کرده و اهمیت و فواید آن را شرح دهد.

حیطه: ■ شناختی □ عاطفی □ روانی حرکتی

روش آموزشی: سخنرانی تعاملی، پرسش و پاسخ، بحث کلاسی

وسيله کمک آموزشی: وایت برد، ویدئو پروژکتور

## ➤ جلسه دوم

نام مدرس: مهنوش رئیسی

عنوان مبحث: رویکردهای معاصر در روانشناسی

اهداف اختصاصی

در پایان این جلسه، با توجه به مطالب ارائه شده، از دانشجویان انتظار می رود:

- ۱- رویکرد زیست شناختی را در روانشناسی شرح دهد.
- ۲- رویکرد رفتاری را در روانشناسی شرح دهد.
- ۳- رویکرد شناختی را در روانشناسی شرح دهد.
- ۴- رویکرد روانکاوی را در روانشناسی شرح دهد.
- ۵- رویکرد پدیدار شناختی را در روانشناسی شرح دهد.

حیطه: ■ شناختی □ عاطفی □ روانی حرکتی □  
روش آموزشی: سخنرانی تعاملی، پرسش و پاسخ، بحث کلاسی  
وسيله کمک آموزشی: وایت برد، ویدئو پروژکتور

## ➤ جلسه سوم

نام مدرس: مهنوش رئیسی

عنوان مبحث: فرایندهای رشد زیستی

اهداف اختصاصی:

در پایان این جلسه، با توجه به مطالب ارائه شده، از دانشجویان انتظار می رود:

- ۱- مبانی زیست شناختی روانشناختی را شرح دهد.
- ۲- تاثیر وراثت را بر رفتار فرد شرح دهد.
- ۳- خاستگاه زیستی پرخاشگری را به عنوان یک نابهنجاری رفتاری، شرح دهد.

حیطه: ■ شناختی □ عاطفی □ روانی حرکتی □  
روش آموزشی: سخنرانی تعاملی، پرسش و پاسخ، بحث کلاسی  
وسيله کمک آموزشی: وایت برد، ویدئو پروژکتور

## ➤ جلسه چهارم

نام مدرس: مهنوش رئیسی

عنوان مبحث: رشد روانی و رشد اجتماعی

اهداف اختصاصی

در پایان این جلسه، با توجه به مطالب ارائه شده، از دانشجویان انتظار می رود:

- ۱- مراحل رشد روانی را شرح دهد.
- ۲- نظریه ی مرحله ای پیاژه را شرح دهد.
- ۳- مفهوم خلق و خو را بیان نماید.
- ۴- رفتار اجتماعی اولیه را توضیح دهد.
- ۵- مفهوم دلبستگی را شرح دهد.
- ۶- سه طبقه مربوط به الگوی دلبستگی را شرح دهد.
- ۷- نقش سرشت و تربیت را در رشد روانی شرح دهد.

حیطه: ■ شناختی □ عاطفی □ روانی حرکتی □

روش آموزشی: سخنرانی تعاملی، پرسش و پاسخ، بحث کلاسی  
وسيله کمک آموزشی: وایت برد، ویدئو پروژکتور

### ➤ جلسه پنجم

نام مدرس: مهنوش رئیسی

عنوان مبحث: پیشگیری از بروز اختلالات و بیماری های روانی

اهداف اختصاصی:

در پایان این جلسه، با توجه به مطالب ارائه شده، از دانشجو انتظار می رود:

- ۱- پیشگیری اولیه را تعریف کرده و اهداف و روش های حصول آن را بیان نماید.
- ۲- پیشگیری ثانویه را تعریف کرده و اهداف و روش های حصول آن را بیان نماید.
- ۳- پیشگیری ثالثیه را تعریف کرده و اهداف و روش های حصول آن را بیان نماید.

حیطه: ■ شناختی □ عاطفی □ روانی حرکتی

روش آموزشی: سخنرانی تعاملی، پرسش و پاسخ، بحث کلاسی

وسيله کمک آموزشی: وایت برد، ویدئو پروژکتور

### ➤ جلسه ششم

نام مدرس: مهنوش رئیسی

عنوان مبحث: هویت جنسیتی و نقش آموزش جنسیتی

اهداف اختصاصی:

در پایان این جلسه، با توجه به مطالب ارائه شده، از دانشجو انتظار می رود:

- ۱- مفهوم هویت جنسیتی را شرح دهد.
- ۲- نقش آموزی جنسیتی را شرح دهد.
- ۳- نقش آموزش جنسیتی را از دیدگاه روانکاوی تبیین نماید.
- ۴- نقش آموزش جنسیتی را بر اساس نظریه ی یادگیری اجتماعی شرح دهد.

حیطه: ■ شناختی □ عاطفی □ روانی حرکتی

روش آموزشی: سخنرانی تعاملی، پرسش و پاسخ، بحث کلاسی

وسيله کمک آموزشی: وایت برد، ویدئو پروژکتور

### ➤ جلسه هفتم

نام مدرس: مهنوش رئیسی

عنوان مبحث: هوش و انواع آن

اهداف اختصاصی:

در پایان این جلسه، با توجه به مطالب ارائه شده، از دانشجو انتظار می رود:

- ۱- مفهوم توان هوشی را بیان نماید.
- ۲- روش های اندازه گیری هوش را توضیح دهد.
- ۳- انواع هوش را نام برده و مفهوم هر کدام را بیان نماید.
- ۴- اثر توارث و محیط را بر هوش شرح دهد.

حیطه: ■ شناختی □ عاطفی □ روانی حرکتی

روش آموزشی: سخنرانی تعاملی، پرسش و پاسخ، بحث کلاسی  
وسيله کمک آموزشی: وایت برد، ویدئو پروژکتور

### ➤ جلسه هشتم

نام مدرس: مهنوش رئیسی

عنوان مبحث: نظریه های مختلف در باب هوش

اهداف اختصاصی:

در پایان این جلسه، با توجه به مطالب ارائه شده، از دانشجو انتظار می رود:

۱- نظریه هوش چندگانه گاردنر را بیان نماید

۲- نظریه هوش و رشد شناختی آندرسن را بیان نماید.

۳- نظریه سه وجهی اشتنبرگ را بیان نماید.

حیطه: ■ شناختی □ عاطفی □ روانی حرکتی □

روش آموزشی: سخنرانی تعاملی، پرسش و پاسخ، بحث کلاسی

وسيله کمک آموزشی: وایت برد، ویدئو پروژکتور

### ➤ جلسه نهم

نام مدرس: مهنوش رئیسی

عنوان مبحث: شخصیت

اهداف اختصاصی:

در پایان این جلسه، با توجه به مطالب ارائه شده، از دانشجو انتظار می رود:

۱- مفهوم شخصیت را بیان نماید.

۲- عوامل زیستی و اجتماعی شخصیت را توضیح دهد.

۳- رشد شخصیت را بر اساس نظر فروید توضیح دهد.

۴- تیپ های شخصیتی و برخی روش های سنجش آن را بیان نماید.

حیطه: ■ شناختی □ عاطفی □ روانی حرکتی □

روش آموزشی: سخنرانی تعاملی، پرسش و پاسخ، بحث کلاسی

وسيله کمک آموزشی: وایت برد، ویدئو پروژکتور

### ➤ جلسه دهم

نام مدرس: مهنوش رئیسی

عنوان مبحث: شخصیت از دیدگاه های مختلف

اهداف اختصاصی:

در پایان این جلسه، با توجه به مطالب ارائه شده، از دانشجو انتظار می رود:

۱- شخصیت را از دیدگاه رویکرد روانکاوی توضیح دهد.

۲- رویکرد رفتارگرایی را در خصوص شخصیت شرح دهد.

۳- مفهوم شخصیت را از منظر رویکرد انسانگرایی شرح دهد.

۴- مفهوم شخصیت را از منظر رویکرد شناختی شرح دهد.

حیطه: ■ شناختی □ عاطفی □ روانی حرکتی □

روش آموزشی: سخنرانی تعاملی، پرسش و پاسخ، بحث کلاسی

وسيله کمک آموزشی: وایت برد، ویدئو پروژکتور

## ➤ جلسه یازدهم

نام مدرس: مهنوش رئیسی

عنوان مبحث: سلامت روان و مقابله با عوامل خطر زا

اهداف اختصاصی:

در پایان این جلسه، با توجه به مطالب ارائه شده، از دانشجو انتظار می رود:

- ۱- نقش رویدادهای تنش زا را به عنوان یکی از مهمترین عوامل خطر در سلامت روان مختلف بیان نماید.
- ۲- واکنش های مختلف روانشناختی را به عوامل خطر و یا فشار روانی بیان نماید.
- ۳- واکنش های فیزیولوژیایی را به عوامل خطر و یا فشار روانی بیان نماید.

حیطه : شناختی ■ عاطفی □ روانی حرکتی □  
روش آموزشی: سخنرانی تعاملی، پرسش و پاسخ، بحث کلاسی  
وسيله کمک آموزشی: وایت برد، ویدئو پروژکتور

## ➤ جلسه دوازدهم

نام مدرس: مهنوش رئیسی

عنوان مبحث: مهارت های مقابله با عوامل خطر بروز اختلالات روانی

اهداف اختصاصی:

در پایان این جلسه، با توجه به مطالب ارائه شده، از دانشجو انتظار می رود:

- ۱- مهارت های مقابله ای مساله مدار را توضیح دهد.
- ۲- مهارت های مقابله ای هیجان مدار را توضیح دهد.
- ۳- انواع مکانیسم های دفاعی در برابر عوامل خطر زا را شرح دهد.

حیطه : شناختی ■ عاطفی □ روانی حرکتی □  
روش آموزشی: سخنرانی تعاملی، پرسش و پاسخ، بحث کلاسی  
وسيله کمک آموزشی: وایت برد، ویدئو پروژکتور

## ➤ جلسه سیزدهم

نام مدرس: مهنوش رئیسی

عنوان مبحث: نقش معنویت در سلامت روان

اهداف اختصاصی:

در پایان این جلسه، با توجه به مطالب ارائه شده، از دانشجو انتظار می رود:

- ۱- مفهوم معنویت را بیان نماید.
- ۲- نقش معنویت را در سلامت روان شرح دهد.

حیطه : شناختی ■ عاطفی □ روانی حرکتی □  
روش آموزشی: سخنرانی تعاملی، پرسش و پاسخ، بحث کلاسی  
وسيله کمک آموزشی: وایت برد، ویدئو پروژکتور

## ➤ جلسه چهاردهم

نام مدرس: مهنوش رئیسی

عنوان مبحث: روانشناسی ناپهنجاری

اهداف اختصاصی:

در پایان این جلسه، با توجه به مطالب ارائه شده، از دانشجو انتظار می رود:

- ۱- ناپهنجاری را تعریف کند و مفهوم آن را بیان نماید.
- ۲- رفتار ناپهنجار را در بعد روانی را تعریف کرده و معمول ترین ملاک های آن را بیان نماید.
- ۳- نمونه هایی از رفتارهای ناپهنجار در جامعه رایبان نماید.

حیطه: ■ شناختی □ عاطفی □ روانی حرکتی □

روش آموزشی: سخنرانی تعاملی، پرسش و پاسخ، بحث کلاسی

وسیله کمک آموزشی: وایت برد، ویدئو پروژکتور

## ➤ جلسه پانزدهم

نام مدرس: مهنوش رئیسی

عنوان مبحث: اختلالات اضطرابی

اهداف اختصاصی:

در پایان این جلسه، با توجه به مطالب ارائه شده، از دانشجو انتظار می رود:

- ۱- اختلال وحشتزدگی و روش های شناخت آن را توضیح دهد.
- ۲- اختلال هراس و روش های شناخت آن را توضیح دهد.
- ۳- اختلال وسواس فکری و روش های شناخت آن را توضیح دهد.

حیطه: ■ شناختی □ عاطفی □ روانی حرکتی □

روش آموزشی: سخنرانی تعاملی، پرسش و پاسخ، بحث کلاسی

وسیله کمک آموزشی: وایت برد، ویدئو پروژکتور

## ➤ جلسه شانزدهم

نام مدرس: مهنوش رئیسی

عنوان مبحث: اختلالات خلقی و هیجانی

اهداف اختصاصی:

در پایان این جلسه، با توجه به مطالب ارائه شده، از دانشجو انتظار می رود:

- ۱- افسردگی و اختلال دوقطبی را به عنوان مهمترین اختلالات خلقی هیجانی توضیح دهد و نشانه های هر کدام را بیان نماید.
- ۲- اختلالات خلقی هیجانی را از چشم انداز زیستی، شناختی و روانکاوی شرح دهد.

حیطه: ■ شناختی □ عاطفی □ روانی حرکتی □

روش آموزشی: سخنرانی تعاملی، پرسش و پاسخ، بحث کلاسی

وسیله کمک آموزشی: وایت برد، ویدئو پروژکتور

## ➤ جلسه هفدهم

نام مدرس: مهنوش رئیسی

عنوان بحث: اختلالات شخصیت

اهداف اختصاصی:

در پایان این جلسه، با توجه به مطالب ارائه شده، از دانشجویان انتظار می رود:

- ۱- مفهوم اختلال در شخصیت را بیان نماید.
  - ۲- مفهوم اختلال در شخصیت جامعه ستیز و روش های شناخت آن را بیان نماید.
  - ۳- مفهوم اختلال شخصیت مرزی و روش های شناخت آن را بیان نماید.
- قرار دهند.

حیطه : شناختی ■ عاطفی □ روانی حرکتی □

روش آموزشی: سخنرانی تعاملی، پرسش و پاسخ، بحث کلاسی

وسيله کمک آموزشی: وایت برد، ویدئو پروژکتور