

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی رفسنجان

دانشکده بهداشت

گروه آموزش بهداشت و ارتقای بهداشت

الگوی برنامه دوره آموزشی (Course plan)

نام درس: نظریه ها و الگوهای برنامه ریزی و تغییر رفتار سلامت **واحد:** ۲ واحد **رشته تحصیلی:** آموزش بهداشت و ارتقای سلامت

درس: دکتر محمد اسدپور **مقطع تحصیلی دانشجویان:** کارشناسی ارشد **زمان کلاس:** شنبه ۱۰-۱۲ **تعداد فراگیر:** ۳ نفر **نیمسال تحصیلی:** دوم ۱۴۰۲-

۱۴۰۱ **نوع واحد:** نظری و عملی **مدت زمان ارائه درس:** یک ترم، ۲۵ ساعت نظری و ۱۷ ساعت عملی **محل:** گروه آموزش بهداشت و ارتقای سلامت

شرح درس: هدف نهایی نظام سلامت و همه نظام ها و سازمانهای اجتماعی، تأمین سلامت و رفاه مردم و کمک به آنان در برخورداری از سطح بالایی از کیفیت زندگی و شکوفایی استعدادهاى آنها به عنوان وسیله ای برای نیل به مقصدی عالی، فراتر و جامع تر از معیارهای دنیای مادی است...؛ در این راستا آموزش بهداشت و ارتقای سلامت راهبردهای مهم و محوری محسوب می شوند. آموزش بهداشت تلاش می کند از طریق پرورش مهارت ها و توانمند ساختن مردم به آنان در اتخاذ رفتار و سبک زندگی سالم و ارتقا دهنده ی سلامت یاری رساند و ارتقای سلامت در رویکردی چندبخشی و جامع تر شامل تدابیر و برنامه های محیطی، سیاسی، اقتصادی، و اجتماعی از جمله آموزش بهداشت، مردم را قادر سازد تا سلامت خود را در دست گیرند و آن را ارتقا بخشند و از طرف دیگر محیط اجتماعی حافظ و حمایت کننده ای از سلامت به وجود آید.

در این درس فراگیران با انواع نظریه ها و الگوهای مهم آموزش بهداشت و ارتقای سلامت آشنا شده و اهمیت کاربرد آن ها را در برنامه ریزی مداخلات آموزشی آموزش بهداشت و ارتقای سلامت فر می گیرند.

اهداف کلی درس:

کسب دانش، شایستگی و مهارت لازم در مورد نظریه ها و الگوهای برنامه ریزی و تغییر رفتار و کاربرد آنها در تحلیل رفتار، طراح، اجرا و ارزشیابی مداخلات آموزش بهداشت و ارتقای سلامت

اهداف جزئی:

از دانشجویان انتظار می رود در پایان نیمسال تحصیلی...

ویژگی های برنامه های اثربخش در آموزش بهداشت و ارتقای سلامت را توضیح دهند.

نظریه و الگو را تعریف نمایند.

اهمیت و اصول کاربرد نظریه ها و الگوها را در برنامه های آموزش بهداشت و ارتقای سلامت را شرح دهند.

نظریه ها و الگوها (درون فردی، بین فردی، سازمانی، اجتماعی و بوم شناختی) را دسته بندی نمایند.

الگوی اعتقاد بهداشتی را توضیح دهند.
 نظریه عمل منطقی را شرح دهند.
 نظریه رفتار برنامه ریزی را شرح نمایند.
 نظریه شناخت اجتماعی را شرح دهند.
 نظریه خودکارآمدی را شرح دهند.
 نظریه حمایت اجتماعی را بیان نمایند.
 الگوی فرانظریه ای را بیان نمایند.
 نظریه انگیزش محافظت را شرح دهند.
 الگوی پریسید را به صورت کامل توضیح دهند.
 الگوی پریسید- پروسید را به صورت کامل توضیح دهند.
 اصول انتخاب یک نظریه ها و الگوها در مطالعه و برنامه ریزی تغییر رفتار را توضیح دهند.
 ارائه و نقد یک مقاله در مورد هر نظریه و الگو توسط هر دانشجو

تهیه حداقل دو برنامه آموزشی و ارائه آن توسط هر دانشجو در کلاس بر اساس رفتارهای اولویت دار سلامت و انتخاب نظریه یا الگوی متناسب با آن رفتار، همراه با گزارش مکتوب و مستند

برنامه زمان بندی جلسات آموزشی

شماره	ردیف	اهداف میانی (رئوس مطالب)	اهداف ویژه (بر اساس سه حیطه اهداف آموزشی : شناختی، عاطفی، روان حرکتی)	طبقه هر حیطه	روش یاددهی* یادگیری	مواد و وسایل آموزشی	زمان جلسه (دقیقه)	تکالیف دانشجوی	نحوه** و درصد آن
۱		ویژگی های برنامه های اثربخش در آموزش بهداشت و ارتقای سلامت نظریه و الگو را تعریف کنند.	اهداف و محتوای درس را در ارتباط با رشته ی تحصیلی و وظایف حرفه ای خود تحلیل نمایند ویژگی های برنامه های اثربخش در آموزش بهداشت و ارتقای سلامت را توضیح دهند.	آگاهی ادراک دریافت	سخنرانی پرسش و پاسخ بحث گروهی	کامپیوتر ویدئو پرژکتور وایت برد	۱۰۰	آمادگی برای پرسش و پاسخ	آزمون ورودی مرحله ای آزمون پایانی

* روش یاددهی - یادگیری می تواند شامل: سخنرانی، مباحثه ای - گروهی کوچک، نمایشی - حل مسئله - پرسش و پاسخ - گردش علمی، آزمایشی

** آزمون ها بر اساس اهداف می توانند به صورت آزمون ورودی (آگاهی از سطح آمادگی دانشجویان) مرحله ای یا تکوینی (در فرایند تدریس با هدف شناسایی قوت و ضعف دانشجویان) و آزمون پایانی یا تراکمی (پایان یک دوره یا مقطع آموزشی با هدف قضاوت در مورد تسلط دانشجویان) برگزار گردد.

						نظریه و الگو را تعریف کنند تفاوت نظریه و الگو را بیان نمایند.		
مرحله ای آزمون پایانی	"	"	"	"	"	اهمیت، اصول کاربرد و نقش نظریه ها و الگوها را در برنامه های آموزش بهداشت و ارتقای سلامت را شرح دهند. نظریه ها و الگوها (درون فردی، بین فردی، سازمانی، اجتماعی و بوم شناختی) را دسته بندی نمایند. فواید استفاده از نظریه ها را در آموزش بهداشت و ارتقای سلامت شرح دهد اصول انتخاب نظریه و الگو در مطالعه و برنامه ریزی تغییر رفتار را توضیح دهد	اهمیت، اصول کاربرد و نقش نظریه ها و الگوها را در برنامه های آموزش بهداشت و ارتقای سلامت نظریه ها و الگوها (درون فردی، بین فردی، سازمانی، اجتماعی و بوم شناختی) فواید استفاده از نظریه ها را در آموزش بهداشت و ارتقای سلامت اصول انتخاب نظریه و الگو در مطالعه و برنامه ریزی تغییر رفتار	۲
"	"	"	"	"	"	منشاء نظری الگو را بیان نماید. درباره تاریخچه شکل گیری الگو مختصری توضیح دهد. درباره فرضیه هایی که بر اساس آنها الگو شکل گرفت بحث نمایند. سازه های (اجزاء) الگو را نام برده و در مورد هر یک توضیح مختصری بیان نمایند. الگو را نقد نموده و در مورد محدودیتهای الگو بحث نمایند.	الگوی اعتقاد بهداشتی	۳
"	"	"	"	"	"	منشاء نظری این نظریه را بیان نماید. مفروضات نظریه را توضیح دهد. نحوه ارتباط بین نگرش با رفتار و نرمهای ذهنی با رفتار را توضیح دهد. سازه های نظریه عمل منطقی و نظریه رفتار برنامه ریزی شده را لیست نمایند.	نظریه عمل منطقی نظریه رفتار برنامه ریزی شده	۴

						<p>نظریه را نقد نموده و در مورد محدودیتهای آن بحث نمایند.</p> <p>سازه های نظریه رفتار برنامه ریزی شده را لیست نمایند.</p> <p>تفاوت نظریه عمل منطقی و نظریه رفتار برنامه ریزی شده را توضیح دهند</p> <p>نظریه را نقد نموده و در مورد محدودیتهای آن بحث نمایند.</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>درباره تاریخچه شکل گیری این نظریه مختصری توضیح دهد.</p> <p>درباره فرضیات و اصول کلی این الگو بحث نمایند.</p> <p>مفاهیم اساسی موجود در این نظریه را لیست نماید.</p> <p>یادگیری مشاهده ای و مراحل آن را توضیح دهد.</p> <p>در مورد تعیین کنندگی متقابل و نحوه اثر آن بر سلامت بحث نماید.</p>	نظریه شناخت اجتماعی	۵
						<p>تفاوت expectation و outcome expectancy را بیان نماید.</p> <p>تقویت را تعریف کرده، انواع آن و نقش هر یک را با مثالی کاربردی توضیح دهد.</p> <p>در مورد توانایی رفتاری، توانایی جانشینی، توانایی دوراندیشی، توانایی خودتنظیمی، توانایی خود واکنشی و توانایی نماد سازی بحث نماید.</p> <p>نظریه را نقد نموده و در مورد محدودیتهای آن بحث نمایند.</p>	نظریه شناخت اجتماعی	۶
						<p>درباره تاریخچه شکل گیری نظریه توضیح دهد.</p> <p>فاکتورهای موثر در گسترش خودکارآمدی را توضیح دهند.</p> <p>چگونگی تاثیر خودکارآمدی بر رفتار را شرح دهند.</p> <p>نمونه های از کاربرد عملی نظریه خودکارآمدی در مداخلات آموزش بهداشت را شرح دهند.</p>	نظریه خودکارآمدی	۷
						<p>حمایت اجتماعی را تعریف نمایند.</p> <p>انواع حمایت اجتماعی را توضیح دهند.</p>	نظریه حمایت اجتماعی را بیان نمایند	۸

						<p>مولفه های اصلی حمایت اجتماعی را فهرست کنند. برای هر یک از مولفه های حمایت اجتماعی مثال بزنند. رویکردهای اندازه گیری که برای ارزیابی روابط اجتماعی استفاده می شود را توضیح دهند. تأثیرات حمایت اجتماعی بر روندهای روانشناختی و رفتاری، که باعث ارتقا سلامت می شود توضیح دهند.</p>		
						<p>درباره تاریخچه شکل گیری نظریه توضیح دهد. سازه های (اجزاء) نظریه را نام برده و در مورد هر یک توضیح مختصری بیان نمایند. محدودیتهای نظریه را بیان نمایند. نمونه های از کاربرد عملی نظریه انگیزش محافظت را شرح دهند</p>	نظریه انگیزش محافظت	۹
						<p>درباره تاریخچه شکل گیری الگو توضیح دهد. سازه های الگو را توضیح دهند. فرایندهای رفتاری تغییر رفتار را لیست نماید. درباره هر یک از فرایندهای رفتاری ذکر شده بحث نموده و مثالی کاربردی ارائه نماید. برای تغییر افراد در هر یک از مراحل تغییر، فرایندهای شناختی و رفتاری مناسب را معرفی نماید.</p>	الگوی فرانظری	۱۰
						<p>سازه توازن در تصمیم گیری را توضیح دهد. سازه خودکارآمدی را توضیح دهد. مراحل مداخلات مبتنی بر الگوی فرانظری را توضیح دهند. الگوی را نقد نموده و در مورد محدودیتهای آن بحث نمایند.</p>	الگوی فرانظری	۱۱

						<p>مفاهیم کلیدی در الگوی پریسید- پروسید را بیان و توضیح دهد.</p> <p>واژه های اختصاری مربوط به این الگو را بیان نماید.</p> <p>مراحل هشت گانه الگو را نام ببرد.</p> <p>مراحل مختلف الگو را در الگوریتمی ترسیم نماید.</p> <p>در مورد مرحله اول الگو (ارزیابی اجتماعی) بحث نماید.</p> <p>در مورد اصول و فرایند مشارکت و انواع آن بحث نمایند.</p> <p>نحوه تعیین الویتها بر اساس مشارکت را توضیح دهد</p>	الگوی پریسید- پروسید	۱۲
						<p>در مورد مرحله دوم الگو (ارزیابی اپیدمیولوژیک، رفتاری و محیطی) بحث نماید.</p> <p>تشخیص رفتاری و فرایند آن را توضیح دهد.</p> <p>در مورد مرحله سوم الگو (ارزیابی آموزشی و اکولوژیک) بحث نماید.</p> <p>عوامل مساعدکننده (Predisposing Factors)، قادرکننده (Enabling Factors) و تقویت کننده (Reinforcing) را توضیح نماید.</p> <p>در مورد مرحله چهارم و پنجم الگو (ارزیابی مدیریتی و سیاستی) بحث نماید.</p> <p>در مورد انواع ارزشیابی ها بحث نماید.</p>	الگوی پریسید- پروسید	۱۳
						<p>متدولوژی، یافته ها و بحث مقاله مربوط به الگو اعتقاد بهداشتی را توضیح داده و مقاله را نقد نماید.</p>	ارائه مقاله در مورد الگوی اعتقاد بهداشتی	۱۴
						"	ارائه مقاله در مورد نظریه رفتار برنامه ریزی شده	۱۵
						"	ارائه مقاله در مورد نظریه رفتار برنامه ریزی شده	۱۶
						"	ارائه مقاله در مورد نظریه شناخت اجتماعی	۱۷
						"	ارائه مقاله در مورد نظریه خودکارآمدی و نظریه	۱۸

							حمایت اجتماعی		
"	"	"	"	"	"	"	ارائه مقاله در مورد نظریه انگیزش محافظت	۱۹	
"	"	"	"	"	"	"	ارائه مقاله در مورد الگوی فرانظری	۲۰	
"	"	"	"	"	"	"	ارائه مقاله در مورد الگوی پریسید-پروسید	۲۱	

تعداد جلسات: ۱۳ جلسه ۱۰۰ دقیقه ای و انجام تکالیف توسط دانشجویان

نحوه ارائه درس: سخنرانی، بحث گروهی و پرسش و پاسخ

روند ارائه درس و نحوه یاددهی-یادگیری: ارائه طرح درس کلی و هفتگی در جلسه اول، حضور غیاب، سوال و مرور درس جلسه قبل، ارائه عناوین جلسه فعلی و ارائه درس، ارائه عناوین جلسه بعد کل درس در ۲۵ ساعت نظری و ۱۷ ساعت عملی ارائه خواهد شد.

دانشجویان محترم توجه داشته باشند با توجه به گستردگی و تنوع زیاد مطالب و محدودیت زمان نقش مدرس، راهنمایی و تسهیل یادگیری است نه انتقال تمام محتوا. لذا بایستی قبل از ورود به کلاس مطالعات لازم انجام گرفته و در کلاس درس مشارکت فعال داشته باشند

با توجه به مقطع تحصیلی مخاطبان در این درس و انتظار از آنان برای فعالیت های یادگیری خود-راهربر، رویکرد غالب در اجرای این درس مشارکتی و تعاملی خواهد بود. بر این اساس دانشجویان محترم منابع معرفی شده را مطالعه و با آمادگی برای بحث و تعامل در کلاس حضور می یابند .

فعالیت ها و وظایف دانشجویان:

• شرکت فعال در کلاس و بحث گروهی، کنفرانس و سمینار

• الف) در طول دوره (حضور فعال، کوئیز و تکالیف) ۵۰٪

ب) پایان دوره ۵۰٪

ارائه ی کنفرانس و گزارش مکتوب از نتایج جست و جو برای موضوعاتی که تعیین می شود. تهیه مقاله ساختارمند از موضوعات درس و ارائه ی آنها به صورت کنفرانس بر عهده ی دانشجویان است.

نحوه ارزشیابی: دانشجویان محترم توجه داشته باشند با توجه به گستردگی و تنوع زیاد مطالب و محدودیت زمان، نقش مدرس، راهنمایی و تسهیل یادگیری است نه انتقال تمام محتوا. لذا بایستی قبل از ورود به کلاس مطالعات لازم انجام گرفته و در کلاس درس مشارکت فعال داشته باشند

• برای ارزشیابی دانشجویان در این درس (در هر حیطه):

• ارزیابی تشخیصی اولیه با کمک پیش آزمونهای دانشی و نگرشی انجام خواهد شد.

• ارزیابی مرحله ای درس با استفاده از آزمونهای مرحله ای و پرسش های کلاسی صورت می گیرد.

• ارزیابی پایانی درس با کمک آزمون کتبی انجام خواهد شد.

وسایل کمک آموزشی و رسانه های آموزشی:

• آموزش با استفاده پاورپوینت (PowerPoint)، اورهد (Overhead)، کامپیوتر (Computer)، ویدئوپروژکتور (Video projector)، وایت برد (White board)، کتاب های مرجع (Text books)

زمان و مکان ارائه درس: شنبه: ۱۰-۱۲، دانشکده بهداشت، کلاس: گروه آموزش بهداشت و ارتقای سلامت

مقررات درس و انتظارات از دانشجویان:

به منابع معرفی شده مراجعه و مطالب تکمیلی بحث ها را مطالعه نمایند. ۲. در تمام جلسات حضور منظم توأم با آمادگی داشته باشند ۳. غیبت غیر موجه از کلاس باعث حذف درس می شود. سیاست مدرس در مورد برخورد با غیبت و تاخیر دانشجو در کلاس درس: طبق مقررات آموزشی

منابع اصلی درس:

۱. نوری کبری، شجاعی زاده د. آموزش سلامت و تغییر رفتار. تهران: نشر نشانه، چاپ اول؛ ۱۳۸۳.
۲. شجاعی زاده داود، صفاری محسن، اصول و مبانی آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت، نشر سماط، خرداد، ۱۳۸۸
۳. شجاعی زاده داود، حیدرینیا علیرضا، پاکپور حاجی آقا امیر، صفاری محسن، نظریه ها، الگو ها و روش های آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت، نشر آثار، خرداد، ۱۳۸۸ سبجان
۴. علیرضا دیدارلو، داوود شجاعی زاده، هاشم محمدیان، برنامه ریزی ارتقا سلامت بر اساس الگو های تغییر رفتار، آثار سبجان، ۱۳۹۳
۵. ایرج ضاربان، حسین ایزدی راد، حسینعلی آدینه، الگو ها و نظریه های آموزش بهداشت: نگاهی کاربردی به الگو ها و نظریه های آموزش بهداشت و ارتقای سلامت، انتشارات علوم و فنون معین، ۱۳۹۷

1. Glanz K, Rimer BK, Viswanath K. Health Behavior and Health Education: Theory, Research, and Practice 2015:1-552
2. Sharma M, Theoretical Foundations of Health Education and Health Promotion, Jones & Bartlett Publishers, 2016.
3. Hayden J, Introduction to Health Behavior Theory, Jones & Bartlett Publishers, 2013.
4. Butler JT. Principles of Health Education and Health Promotion. 2000:385
5. Green LW, Keuter MW. Health program planning: An educational and ecological approach. Fourth edition MCGraw Hill co. 2005.
6. Carr, S et al; An Introduction to Public Health and Epidemiology; Second Edition; Open University Press; 2007.
7. WHO; Social determinants of health in countries in conflict, A perspective from the Eastern Mediterranean Region; WHO: EMRO; 2008