

بسمه تعالی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان بهمان

معاونت آموزشی دانشگاه

مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی

فرم طرح درس پایه

همکار محترم .....

از آنجایی که فرآیند یاددهی - یادگیری پروسه ای است که رسیدن به اهداف آن بدون برنامه ریزی امکان پذیر نیست، لذا تدوین طرح درس در آغاز فرآیند آموزش (به عنوان نقشه و راهنمای تدریس برای مدرسین و دانشجویان)، ضروری بوده و به عنوان یکی از ابزارهای اصلی فعالیت آموزشی مدرسین مطرح می باشد. لذا خواهشمند است مدرسین محترم در تکمیل طرح درس نهایت دقت را مبذول فرمایند.

### مشخصات درس و مدرس (تکمیل همه ی موارد این بند ضروری می باشد)

- عنوان درس: مدلها روشهای ارزیابی استرس شغلی
- نام و نام خانوادگی مدرس: دکتر محمد بابامیری
- نام و نام خانوادگی مسئول درس: دکتر محمد بابامیری
- نام و نام خانوادگی مدیر گروه: دکتر رشید حیدری مقدم
- نوع و میزان واحد به تفکیک: ■ نظری 2 واحد، □ عملی 0 واحد
- رشته و مقطع تحصیلی دانشجو: دکتری - ارگونومی
- زمان درس: نیمسال دوم
- مکان آموزش: دانشکده بهداشت

ردیف	تاریخ	سرفصل (عنوان)	اهداف رفتاری <sup>۱</sup>	حیطه یادگیری <sup>۲</sup>	روش تدریس <sup>۳</sup>	مدت زمان	وسایل کمک آموزشی	روش ارزشیابی <sup>۴</sup>
1		استرس و اضطراب	دانشجو بتواند استرس و نشانه های آن را توضیح دهد.	Cognition	سخنرانی	105 دقیقه	وایت بورد، پاورپوینت	پرسش و پاسخ
2		استرس روانشناختی	دانشجو بتواند مبانی استرس روانشناختی را توضیح دهد.	Cognition	سخنرانی	105 دقیقه	وایت بورد، پاورپوینت	پرسش و پاسخ
3		تئوری های استرس	دانشجو بتواند Person environment fit theory را توضیح دهد.	Cognition	سخنرانی	105 دقیقه	وایت بورد، پاورپوینت	پرسش و پاسخ
4		تئوری های استرس	دانشجو بتواند Stress at work model را توضیح دهد.	Cognition	سخنرانی	105 دقیقه	وایت بورد، پاورپوینت	پرسش و پاسخ
5		تئوری های استرس	دانشجو بتواند Karasek demand control model را تشریح کند.	Cognition	سخنرانی	105 دقیقه	وایت بورد، پاورپوینت	پرسش و پاسخ
6		تئوری های استرس	دانشجو بتواند Lazarus transactional process model را تشریح کند.	Cognition	سخنرانی	105 دقیقه	وایت بورد، پاورپوینت	پرسش و پاسخ
7		تئوری های استرس	دانشجو بتواند NIOSH model را توضیح دهد.	Cognition	سخنرانی	105 دقیقه	وایت بورد، پاورپوینت	پرسش و پاسخ
8		تئوری های استرس	دانشجو بتواند Spielbergers state trait process model را توضیح دهد.	Cognition	سخنرانی	105 دقیقه	وایت بورد، پاورپوینت	پرسش و پاسخ
9		تئوری های استرس	دانشجو بتواند Effort reward imbalance model را توضیح دهد.	Cognition	سخنرانی	105 دقیقه	وایت بورد، پاورپوینت	پرسش و پاسخ

<sup>1</sup> بمنظور نگارش اهداف رفتاری باید از افعالی استفاده شود که عینی و قابل اندازه گیری باشد. به عنوان مثال در حیطه cognition از افعالی مانند نام ببرد، توضیح دهد، مقایسه کند، تحلیل کند، برآورد کند و.... در حیطه Attitude از افعالی مانند اعتقاد پیدا کند، بتواند متقاعد کند، همکاری نماید، تبلیغ کند و.... و در حیطه Psychomotor از افعالی مانند بتواند تقلید کند، انجام دهد و.... استفاده می شود.

<sup>2</sup> با توجه به هدف آموزشی حیطه یادگیری در سطح cognition, attitude, psychomotor مشخص می شود.

<sup>3</sup> روش تدریس متناسب با هدف آموزشی مانند سخنرانی، بحث گروهی، ایفای نقش، PBL و.... انتخاب شود

<sup>4</sup> در هر جلسه در صورت وجود ارزشیابی، نحوه انجام آن مشخص شود. مثل پرسش و پاسخ، کوئیز (MCQ یا تشریحی) و....

10	تئوری های استرس	دانشجو بتواند DCS model را توضیح دهد.	Cognition	سخنرانی	105 دقیقه	وایت بورد، پاورپوینت	پرسش و پاسخ
11	ابزارهای ارزیابی استرس	دانشجو بتواند نظریه های هوش و روشهای اندازه گیری آن را توضیح دهد.	Cognition	سخنرانی	105 دقیقه	وایت بورد، پاورپوینت	پرسش و پاسخ
12	ابزارهای ارزیابی استرس	دانشجو بتواند ابزارهای ارزیابی استرس شغلی را توضیح دهد.	Cognition	سخنرانی	105 دقیقه	وایت بورد، پاورپوینت	پرسش و پاسخ
13	ابزارهای ارزیابی استرس	دانشجو بتواند ابزارهای ارزیابی استرس شغلی را توضیح دهد.	Cognition	سخنرانی	105 دقیقه	وایت بورد، پاورپوینت	پرسش و پاسخ
14	اندازه گیری فاکتورهای روانی اجتماعی	دانشجو بتواند فاکتورهای روانی اجتماعی محیط کار و نحوه اندازه گیری آنها را توضیح دهد.	Cognition	سخنرانی	105 دقیقه	وایت بورد، پاورپوینت	پرسش و پاسخ
15	پیامدهای استرس شغلی	دانشجو بتواند پیامدهای روانشناختی استرس شغلی را توضیح دهد.	Cognition	سخنرانی	105 دقیقه	وایت بورد، پاورپوینت	پرسش و پاسخ
16	پیامدهای استرس شغلی	دانشجو بتواند پیامدهای فیزیکی استرس شغلی را توضیح دهد.	Cognition	سخنرانی	105 دقیقه	وایت بورد، پاورپوینت	پرسش و پاسخ
17	پیشگیری	دانشجو بتواند نحوه پیشگیری از استرس در محیط کار را توضیح دهد.	Cognition	سخنرانی	105 دقیقه	وایت بورد، پاورپوینت	پرسش و پاسخ

### شیوه نمره دهی

نوع ارزشیابی	تاریخ	ابزار ارزشیابی <sup>5</sup>	میزان امتیاز از کل
کوئیز		آزمون تشریحی	10٪
ارائه پروژه		پروژه	10٪
امتحان میان ترم		آزمون تشریحی	0٪
امتحان پایان ترم		آزمون تشریحی	70٪
سایر موارد (حضور فعال در کلاس و در آزمایشگاه)		ارزیابی طول ترم	10٪
مجموع			100٪

### منابع:

<sup>5</sup> ابزار ارزشیابی می تواند مواردی مانند آزمون تشریحی، سوالات کوتاه پاسخ، سوالات کامل کردنی، MCQs، پروژه، آسکی و... باشد.

1. Clarke S, Cooper C. Managing the risk of workplace stress: Health and safety hazards. routledge; 2004 Jul 31.

2) برنامه کاربردی پیشگیری از استرس در محیط کار، سازمان جهانی کار، ترجمه بابامیری و همکاران.

3) جزوه آموزشی همراه با مقالات مرتبط با موضوع درس