



مرکز آموزش عالی علوم پزشکی وارستگان

نام و کد درس: اصول روانشناسی و مشاوره	تعداد واحد: ۲ واحد
تعداد جلسات: ۱۵ جلسه (۳۰ ساعت)	مدت هر جلسه: ۹۰ دقیقه زمان:
پیش نیاز: ندارد	فراگیران: دانشجویان کارشناسی پیوسته علوم تغذیه
مشخصات استاد درس: محبوبه سادات امیریان - دانشجوی دکتری تخصصی روانشناسی ساعات حضور: آدرس پست الکترونیکی: ms.amirian@yahoo.com	
هدف کلی: آشنایی دانشجویان با اصول اولیه روانشناسی و مشاوره و کاربرد آن برای تحلیل مسائل مرتبط با تغذیه	
شرح درس: از آنجا که در شناخت و تحلیل مسائل تغذیه ای، آشنایی با جنبه های مختلف علم روانشناسی و تاثیر آن بر چگونگی رفتار غذاخوردن و اختلالات تغذیه ای مرتبط با ریشه های روان شناختی حائز اهمیت است، آشنایی با اصول روانشناسی و مشاوره برای کارشناسان تغذیه امری ضروری به نظر می رسد.	
فعالیت استاد: سخنرانی، مشارکت و تعامل دانشجویان در مباحث کلاسی، پرسش و پاسخ، بارگذاری تکالیف	
قوانین کلاس: حضور و غیاب در هر جلسه برگزاری کلاس راس ساعت مقرر ارائه سرفصل های دروس و قوانین کلاس در جلسه اول	
وظایف و فعالیت های دانشجویان: مشارکت در مباحث کلاسی انجام تکالیف در زمان مقرر ارائه کلاسی با توجه به موضوعات ارائه شده	
شیوه ارزشیابی (با تعیین میزان نمره هر آیتم): امتحان پایان ترم (۱۰ نمره) امتحان میان ترم (۴ نمره) ارائه کلاسی و تکالیف (۴ نمره) حضور موثر کلاسی (۲ نمره)	
امکانات آموزشی: سامانه آموزش مجازی / ویدئو پروژکتور / تخته وایت برد و ...	

منابع:

روانشناسی عمومی دکتر حمزه گنجی

آسیب شناسی روانی دکتر حمزه گنجی

نظریه های شخصیت شولتز

روش ها و فنون مشاوره دکتر عبدالله شفیع آبادی

روانشناسی یادگیری دکتر حسین زارع

مهارت های برقراری ارتباط و آموزش برای متخصصان رژیم شناس. بتسی هالی، ریچارد کلابرس و جولی سالیوان

اصول و فنون مشاوره ؛ پویا پردلی ، امیرعلی رجنی و همکاران ، (۱۳۹۵)

جلسه	تاریخ ارائه	عنوان سرفصل مطالب	اهداف اختصاصی در پایان این جلسه از دانشجو انتظار می‌رود:
۱		ارزشیابی آغازین برقراری ارتباط تعیین اهداف	۱. اهداف درس توضیح داده شود. ۲. کلیاتی از درس ارائه گردد. ۳. فرایند ارزشیابی از درس تشریح شود. ۴. تبیین انتظارات به روشنی انجام شود.
۲		✓ تعریف علم روانشناسی و مشاوره ✓ اهمیت و ضرورت روانشناسی و مشاوره ✓ اهداف و کاربردهای روانشناسی و مشاوره	۱. روانشناسی را تعریف کند ۲. گستره و تاریخچه روانشناسی را بشناسد ۳. کاربردهای روانشناسی را در حیطه مربوط به خود توضیح دهد
۳		✓ آشنایی با رویکردها و تئوری‌های مشاوره	۱. مفاهیم نظری تئوری‌های مشاوره را تبیین کند. ۲. تئوری شناختی در مشاوره را تشریح نماید. ۳. تئوری رفتاری در مشاوره را تشریح کند. ۴. تئوری رویکرد انسان‌گرایی را تبیین نماید. ۵. نظریه روانکاوی را تشریح کند. ۶. کلیات اصول و فنون نظریه‌های فوق را در مشاوره بکار گیرد.
۴		✓ آشنایی با شیوه مصاحبه مراجع محور و مراحل آن ✓ آرایه فنون مصاحبه متمرکز بر شخص	۱. مصاحبه مراجع محور را تعریف کند. ۲. شیوه مصاحبه مراجع محور را شرح دهد. ۳. مراحل مصاحبه و مشاوره مراجع محور را با ذکر مثال توضیح دهد. ۴. فنون مصاحبه متمرکز بر شخص را تشریح نماید و از آن در مشاوره بهره گیرد
۵		✓ آشنایی با ویژگی‌های مشاور ✓ آشنایی با شرایط محیطی مشاوره	۱. شرایط محیطی مشاوره را بیان کنند. ۲. ویژگی‌های مشاوره‌کننده را بیان کنند.
۶		✓ آشنایی با مهارت‌ها و مراحل محوری اجرای مشاوره موفق، ✓ مهارت شروع مشاوره و مدیریت مصاحبه، حفظ و نگهداری رابطه	۱. تکنیک‌های شروع مشاوره را بیان کند. ۲. مهارت مدیریت مصاحبه را توضیح دهد. ۳. مهارت حفظ و نگهداری رابطه را بیان کند. ۴. با تکنیک شروع جلسه مشاوره آشنا شود.

		✓ تکنیک های شروع، ادامه و اتمام مشاوره	۵. درخصوص تکنیک ادامه جلسه مشاوره توضیح دهد. ۶. با تکنیک اتمام جلسه مشاوره آشنا شود. ۷. مراحل اجرای مشاوره و تکنیک های آن را در مشاوره استفاده کند.
۷		✓ اصول و فنون برقراری ارتباط و مصاحبه انگیزشی	۱. اصول برقراری ارتباط با مراجع را بداند ۲. اصول مصاحبه بالینی و انگیزشی برای ارتباط با مراجع را بداند.
۸		✓ آزمون میان ترم	۱. ارزشیابی میان ترم
۹		✓ مهارت های گوش دادن، سوال کردن و بازخورد دادن (سیمپاتی، آپاتی و امپاتی)	۱. مهارت سخن گفتن در مشاوره را بیان کند ۲. مهارت گوش دادن در مشاوره را تشریح کند. ۳. مهارت سوال کردن در مشاوره را با ذکر مثال توضیح دهد. ۴. مهارت بازخورد دادن در مشاوره را توضیح دهد. ۵. مهارت خلاصه کردن مشاوره را توضیح دهد. ۶. مهارت همدردی در مصاحبه را تبیین کند. ۷. دلسوزی و آپاتی را تعریف کند.
۱۰		✓ آشنائی دانشجویان با اصول و فنون مشاوره در گروه های جمعیتی مانند سالمندان، جوانان، کودکان/ نوجوانان و انجام ایفای نقش توسط دانشجویان	۱. اصول و فنون مشاوره در سالمندان را بیان کند. ۲. اصول و فنون مشاوره جوانان را توضیح دهد. ۳. اصول و فنون مشاوره در کودکان و نوجوانان را تشریح کند.
۱۱		✓ تاریخچه و اصول مشاوره تغذیه	۱. تاریخچه توجه به تغذیه و آثار روانشناسی را بر آن توضیح دهد ۲. مراحل ارائه یک مشاوره تغذیه استاندارد را بیان کند
۱۲		✓ رویکردهای روانشناختی در مشاوره تغذیه	۱. رویکردهای مختلف بین رشته ای مرتبط با روانشناسی و تغذیه را توضیح دهد (اعم از فیزیولوژی، تکاملی، اجتماعی و ...)
۱۳		✓ اختلالات روانشناختی مرتبط با تغذیه	۱. انواع اختلالات تغذیه ای با ریشه های روانشناختی را بشناسد و با درمان آنها آشنایی داشته باشد.

۱۴	✓ پخش فیلم آموزشی و ارائه های عملی	۱. کاربرد اصول آموخته شده در طول ترم را با تحلیل فیلم مصاحبه واقعی و تمرینات عملی و ایفای نقش، درونی سازی کند.
۱۵	✓ جمع بندی مطالب و رفع اشکال	۱. توضیح جامعی درباره مطالب ارائه شده در طول ترم بدهد ۲. هدف از ارائه این واحد درسی را به خوبی درک کرده باشد در به کارگیری اصول روانشناسی برای ارتقای کیفیت زندگی خود کوشا باشد