

دانشکده علوم پزشکی سیرجان  
مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی

مهارت های زندگی (۲۴۱۱۰۰۵)

تاریخ برگزاری: ۱۴۰۲/۰۷/۳۰

شماره جلسه: جلسه ی ۱

محل برگزاری: کلاس درس

مدت جلسه(دقیقه): ۲۰ دقیقه

مدرس: مینا محسنی

موضوع جلسه: مهارت های ارتباطی /مهارت همدلی

هدف کلی: دانشجو به اصول ذکر شده در مورد مهارت های ارتباطی متعهد شود

کمک آموزشی: کتاب، کامپیوتر، ویدئو پرژکتور، مازیک و وایت بورد، اینترنت، پاور پوینت، محتوای الکترونیک(فایل صوتی، جزوات و ..)

بستر ارائه: حضوری -

وسایل ارائه روش: برای تعاملی، سخنرانی، سخنرانی دوباره، بحث گروهی، پرسش و پاسخ، حل مسئله، یادگیری مبتنی بر مسئله ( LBL)، فیلم آموزشی، تدریس در گروه های کوچک، تدریس مبتنی بر مورد

وظایف فراگیر:

| اهداف   | حیطه                | ردیف |
|---|---------------------|------|
| دانشجو بتواند انواع ارتباط موثر را توضیح دهد<br>دانشجو بتواند انواع موانع ارتباط موثر را توضیح دهد<br>دانشجو بتواند مهارت همدلی ا توضیح دهد | شناختی              | ۱    |
| دانشجو به اصول ذکر شده در مورد مهارت همدلی متعهد شود  | عاطفی (نگرشی)       | ۲    |
| فراگیر بتواند ارتباط موثر برقرار کند<br>فراگیر بتواند مهارت همدلی را با ذکر مثال انجام دهد  | روان حرکتی (مهارتی) | ۳    |

تاریخ برگزاری: ۱۴۰۲/۰۸/۰۷

شماره جلسه: جلسه ی ۲

محل برگزاری: کلاس درس

مدت جلسه(دقیقه): ۲۰ دقیقه

مدرس: مینا محسنی

موضوع جلسه: مهارت خودآگاهی ، مدیریت احساسات ، هیجانات و استرس / مهارت کنترل خشم

هدف کلی: دانشجو بتواند مهارت مدیریت احساسات ، هیجانات و استرس را توضیح دهد

کمک آموزشی: کتاب، کامپیوتر، ویدئو پرژکتور، مازیک و وایت بورد، اینترنت، پاور پوینت، محتوای الکترونیک(فایل صوتی، جزوات و ..)

بستر ارائه: حضوری -

های ارائه روش: برای تعاملی، سخنرانی، سخنرانی دوطرفه، بحث گروهی، پرسش و پاسخ، حل مسئله، یادگیری مبتنی بر مسئله ( LBL)، فیلم آموزشی، تدریس در گروه های کوچک، تدریس مبتنی بر مورد

وظایف فراگیر:

| اهداف   | حیطه                | ردیف |
|---|---------------------|------|
| دانشجو بتواند مهارت کنترل خشم را توضیح دهد<br>دانشجو بتواند مهارت خودآگاهی را توضیح دهد           | شناختی              | ۱    |
| دانشجو به اصول مهارت کنترل خشم متعهد شود<br>دانشجو به اصول مهارت خودآگاهی متعهد شود               | عاطفی (نگرشی)       | ۲    |
| فراگیر مهارت کنترل خشم را با ذکر مثال انجام دهد<br>فراگیر مهارت خودآگاهی را با ذکر مثال انجام دهد | روان حرکتی (مهارتی) | ۳    |

مهارت های زندگی (۲۴۱۱۰۰۵)

تاریخ برگزاری: ۱۴۰۲/۰۸/۱۴

شماره جلسه: جلسه ی ۳

محل برگزاری: کلاس درس

مدت جلسه (دقیقه): ۲۰ دقیقه

مدرس: مینا محسنی

موضوع جلسه: مهارت تفکر نقادانه و اخلاقانه

هدف کلی:

مهارت تفکر نقادانه و اخلاقانه آشنا شود

کمک آموزشی: کتاب، کامپیوتر، ویدئو پرژکتور، مازیک و وایت بورد، اینترنت، پاور پوینت، محتوای الکترونیک (فایل صوتی، جزوات و ..)

بستر ارائه: حضوری -

های ارائه روش: برای معاملی، سخنرانی، سخنرانی دونه، بحث گروهی، پرسش و پاسخ، حل مسئله، یادگیری مبتنی بر مسئله (□ □ □ □)، فیلم آموزشی، تدریس در گروه های کوچک، تدریس مبتنی بر مورد

وظایف فراگیر:

| اهداف  | حیطه                | ردیف |
|--|---------------------|------|
| فراگیر بتواند مهارت تفکر نقادانه و اخلاقانه را با ذکر مثال تعریف کند | شناختی              | ۱    |
| دانشجو به اصول تفکر نقادانه و اخلاقانه متعهد باشد                    | عاطفی (نگرشی)       | ۲    |
| فراگیر بتواند مهارت تفکر نقادانه و اخلاقانه را با ذکر مثال انجام دهد | روان حرکتی (مهارتی) | ۳    |

دانشکده علوم پزشکی سیرجان  
مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی

مهارت های زندگی (۲۴۱۱۰۰۵)

شماره جلسه: جلسه ی ۴  
مدت جلسه(دقیقه): ۲۰ دقیقه  
مدرس: مینا محسنی  
موضوع جلسه: مدیریت زمان و مدیریت شرایط بحران /مهارت برنامه ریزی

تاریخ برگزاری: ۱۴۰۲/۰۸/۲۱  
محل برگزاری: کلاس درس

هدف کلی: دانشجو به اصول مدیریت زمان ، مدیریت شرایط بحران و مهارت برنامه ریزی آشنا شود

کمک آموزشی: کتاب، کامپیوتر، ویدئو پرژکتور، مازیک و وایت بورد، اینترنت، پاور پوینت، محتوای الکترونیک(فایل صوتی، جزوات و ..)

بستر ارائه: حضوری -

های ارائه روش: برای تعاملی، سخنرانی، سخنرانی دوطرفه، بحث گروهی، پرسش و پاسخ، حل مسئله، یادگیری مبتنی بر مسئله ( L L L )، فیلم آموزشی، تدریس در گروه های کوچک، تدریس مبتنی بر مورد

وظایف فراگیر:

| اهداف  | حیطه                | ردیف |
|--|---------------------|------|
| دانشجو بتواند مدیریت شرایط بحران را توضیح دهد  | شناختی              | ۱    |
| دانشجو به اصول مدیریت زمان ، مدیریت شرایط بحران و مهارت برنامه ریزی متعهد شود            | عاطفی (نگرشی)       | ۲    |
| دانشجو بتواند مدیریت زمان ، مدیریت شرایط بحران و مهارت برنامه ریزی را ذکر مثال انجام دهد | روان حرکتی (مهارتی) | ۳    |

مهارت های زندگی (۲۴۱۱۰۰۵)

|  |                           |
|--|---------------------------|
| شماره جلسه: جلسه ی ۵   | تاریخ برگزاری: ۱۴۰۲/۰۸/۲۸ |
| مدت جلسه(دقیقه): ۶۰ دقیقه  | محل برگزاری: کلاس درس     |
| مدرس: مینا محسنی   |                           |
| موضوع جلسه: مهارت حل مسئله ، مهارت قاطعیت و جرات ورزی  |                           |
| هدف کلی: فراگیر با مهارت حل مسئله ، مهارت قاطعیت و جرات ورزی آشنا شود  |                           |
| کمک آموزشی: کتاب، کامپیوتر، ویدئو پرژکتور، مازیک و وایت بورد، اینترنت، پاور پوینت، محتوای الکترونیک(فایل صوتی، جزوات و ..)   |                           |
| بستر ارائه: حضوری -  |                           |
| های ارائه روش: برای تعاملی، سخنرانی، سخنرانی دوباره، بحث گروهی، پرسش و پاسخ، حل مسئله، یادگیری مبتنی بر مسئله ( LBL)، فیلم آموزشی، تدریس در گروه های کوچک، تدریس مبتنی بر مورد |                           |
| وظایف فراگیر:  |                           |

| اهداف  | حیطه                | ردیف |
|--|---------------------|------|
| فراگیر بتواند مهارت حل مسئله ، مهارت قاطعیت و جرات ورزی را با ذکر مثال نام ببرد<br>شجو بتواند مهارت حل مسئله ، مهارت قاطعیت و جرات ورزی را توضیح دهد | شناختی              | ۱    |
| چو به اصول مهارت حل مسئله ، مهارت قاطعیت و جرات ورزی متعقد   | عاطفی (نگرشی)       | ۲    |
| فراگیر بتواند مهارت حل مسئله ، مهارت قاطعیت و جرات ورزی را با ذکر مثال انجام دهد   | روان حرکتی (مهارتی) | ۳    |