

بنام خدا			
« فرم طرح درس »			
دانشکده: علوم تربیتی و روانشناسی	رشته: همه رشته ها	مقطع: کارشناسی	نام درس: مهارت‌های زندگی دانشجویی
نظری: ۲	واحد		
عنوان نام مدرس: دکتر علی عرب	تمام وقت		

هدف کلی درس :

درس مهارت‌های زندگی دانشجویی در سه بخش مهارت‌های اجتماعی، تحصیلی و مهارت‌های مربوط به پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی معرفی شده است. بخش عمده‌ای از مطالب، تمرینی برای تقویت آن دسته از مهارت‌هایی است که دانشجویان به نحوی در طول زندگی خود آموخته‌اند.

رئوس مطالب	
مهارت‌های اجتماعی	هفته اول
سازگاری با محیط جدید	هفته دوم
برقراری ارتباط	هفته سوم
شادی	هفته چهارم
کاهش فشار روانی	هفته پنجم
تصمیم‌گیری	هفته ششم
کنترل خشم	هفته هفتم
مباحثه	هفته هشتم
کار گروهی	هفته نهم
تشکیل خانواده	هفته دهم
آمادگی برای بازار کار و مدیریت پول در دوران تحصیل	هفته یازدهم
مهارت‌های تحصیلی	هفته دوازدهم
مدیریت زمان	هفته سیزدهم
مهارت‌های مطالعه	هفته چهاردهم
سخنرانی و کنفرانس	هفته پانزدهم
استفاده از محیط اطلاعاتی در دانشگاه	هفته شانزدهم
گزارش‌نویسی و تدوین مقاله علمی	هفته شانزدهم
آمادگی برای امتحان	هفته شانزدهم
مهارت‌های زندگی و پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی	هفته شانزدهم
مقابله با ایدز	هفته شانزدهم
پیشگیری از اعتیاد	هفته شانزدهم

نحوه ارزشیابی فعالیت دانشجوی در طی دوره:

ارزشیابی این درس به صورت چهارگزینه ای و تشریحی در آزمون پایان ترم خواهد بود و حدود ۳۰ درصد نمره دانشجویان مربوط به فعالیت‌های کلاسی، کیفیت کار تیمی و حضور و مشارکت کلاسی خواهد بود.

منبع مطالعاتی:

کتاب مهارت‌های زندگی دانشجویی

نویسنده: محمد رضا کرامتی

انتشارات سمت