



**Karolinska
Institutet**

Kursplan för

Att arbeta med beteendeförändring, 7.5 hp

Promoting Behaviour Change, 7.5 credits

Denna kursplan gäller från och med höstterminen 2020.

Kurskod	1QA126
Kursens benämning	Att arbeta med beteendeförändring
Hp	7.5 hp
Utbildningsform	Högskoleutbildning, 2007 års studieordning
Huvudområde	Psykologi
Nivå	Grundnivå, har minst 60 hp kurs/er på grundnivå som förkunskapskrav
Betygsskala	Godkänd, underkänd
Kursansvarig institution	Institutionen för klinisk neurovetenskap
Beslutande organ	Utbildningsnämnden CNS
Datum för fastställande	2019-12-18
Reviderad av	Utbildningsnämnden CNS
Senast reviderad	2024-09-25
Kursplanen gäller från	Höstterminen 2020

Särskild behörighet

60 högskolepoäng inom hälso- och sjukvård, socialt arbete, beteendevetenskap, pedagogik, miljö- och hälsoskydd, idrott eller motsvarande. Dessutom krävs Svenska B/Svenska 3 och Engelska A/Engelska 6 med lägst betyget godkänd/E.

Mål

Studenten ska vid avslutad kurs kunna:

- visa kunskap och förståelse för faktorer på samhällsnivå som påverkar individers och grupper hälsa och möjligheter att göra hälsosamma livsval
- beskriva teorier kring inlärning och beteendeförändring samt planera, genomföra och anpassa ett eget beteendeförändringsarbete
- definiera och redogöra för några generella drag i människans sätt att ta till sig information och fatta beslut
- förstå hur man bemöter individer på ett professionellt sätt för att skapa förutsättningar för det terapeutiska arbetet med hänsyn tagen till ålder, kön och etnicitet
- förstå och tillämpa grundläggande psykologiska modeller och begrepp i samband med beteendeförändringsarbete

Innehåll

Kursen tar upp grundläggande kunskap och tillämpningar inom ämnet psykologi som är relevanta och användbara för personer som i sina yrken på olika sätt arbetar med att hjälpa människor att genomföra någon form av beteendeförändring. Fokus ligger på förståelse för mänskligt fungerande och beteende och studenterna får under kursens gång både lära sig metoder för att främja beteendeförändring och arbeta med ett eget förändringsarbete för att tillämpa de färdigheter som lärs ut. Även färdigheter i samtalsmetod och bemötande ingår.

Arbetsformer

Kursen utgår konsekvent från studentaktiverande pedagogiska modeller och innehåller både självstudier och gemensamt lärande i mindre grupper (s.k. "interteaching"). Fokus ligger mer på studentaktivitet i form av seminarier än på traditionella föreläsningar. Föreläsningarna i ett ämne kommer först efter att studenterna själva har arbetat med materialet under ett seminarium och föreläsningen tar då upp det av materialet som studenterna själva upplevt som svårt. Delar av undervisningen kommer att ske interaktivt via lärplattform. Obligatoriska undervisningsmoment i form av gruppövningar och seminarier ingår i kursen.

Examinator bedömer om och i så fall hur frånvaro från obligatoriska utbildningsinslag kan tas igen. Innan studenten deltagit i de obligatoriska utbildningsinslagen eller tagit igen frånvaro i enlighet med examinatorns anvisningar kan inte studieresultaten slutrapporteras. Frånvaro från ett obligatoriskt utbildningsinslag kan innebära att den studerande inte kan ta igen tillfället förrän nästa gång kursen ges.

Examination

Kursen examineras enligt följande:

- Skriftlig rapport kring arbete med egen beteendeförändring
- Skriftligt fördjupningsarbete

Student som ej är godkänd efter ordinarie examinationstillfälle har rätt att delta vid ytterligare fem examinationstillfällen. Om studenten genomfört sex underkända tentamina/prov ges inte något ytterligare examinationstillfälle. Som examinationstillfälle räknas de gånger studenten deltagit i ett och samma prov. För sent inlämnade examinationsuppgifter beaktas ej. Student som inte lämnat in i tid hänvisas till omtentamenstillfället.

Om det föreligger särskilda skäl, eller behov av anpassning för student med funktionsnedsättning, får examinator fatta beslut om att frånga kursplanens föreskrifter om examinationsform, antal examinationstillfällen, möjlighet till komplettering eller undantag från obligatoriska utbildningsmoment, m.m. Innehåll och lärandemål samt nivån på förväntade färdigheter, kunskaper och förmågor får inte ändras, tas bort eller sänkas.

Övergångsbestämmelser

Kursen är nedlagd och gavs för sista gången HT20. Examination enligt denna kursplan erbjuds sista gång HT25, för studenter som inte fullföljt kursen med godkänt resultat.

Övriga föreskrifter

Undervisningsspråk: svenska

Litteratur och övriga läromedel

Rekommenderad litteratur

Biglan, Anthony.

The nurture effect : how the science of human behavior can improve our lives and our world

Oakland, CA : New Harbinger Publications, 2015. - 252 s.

ISBN:9781608829552 LIBRIS-ID:17368961

[Sök i biblioteket](#)

Ramnerö, Jonas; Törneke, Niklas

Beteendets ABC : en introduktion till behavioristisk psykoterapi

2., [rev.] uppl. : Lund : Studentlitteratur, 2013 - 232 s.

ISBN:978-91-44-07959-2 LIBRIS-ID:13909031

[Sök i biblioteket](#)

Rautalinko, Erik

Samtalsfärdigheter : stöd, vägledning och ledarskap

2. uppl. : Stockholm : Liber, 2013 - 170 s.

ISBN:9789147111312 LIBRIS-ID:14010176

[Sök i biblioteket](#)

För flertalet titlar gäller att endast vissa kapitel eller delar av boken kommer att ingå i kursmaterialet. Vetenskapliga artiklar och annat material tillkommer.