



**Karolinska  
Institutet**

Kursplan för

# **Hälsopsykologi - ett biopsykosociokulturellt perspektiv, 7.5 hp**

Health Psychology - A Biopsychosociocultural Perspective, 7.5 credits

Denna kursplan gäller från och med höstterminen 2020.

Kurskod	1QA127
Kursens benämning	Hälsopsykologi - ett biopsykosociokulturellt perspektiv
Hp	7.5 hp
Utbildningsform	Högskoleutbildning, 2007 års studieordning
Huvudområde	Psykologi
Nivå	Grundnivå, har endast gymnasiala förkunskapskrav
Betygsskala	Underkänd (U) eller godkänd (G)
Kursansvarig institution	Institutionen för klinisk neurovetenskap
Beslutande organ	Utbildningsnämnden CNS
Datum för fastställande	2019-12-11
Kursplanen gäller från	Höstterminen 2020

## **Särskild behörighet**

Grundläggande behörighet

## **Mål**

Studenten ska efter avslutad kurs ha förmåga att:

- kunna beskriva och förklara begrepp, definitioner och strömningar inom hälsopsykologi
- kritiskt bedöma och jämföra olika hälsopsykologiska teorier och modeller kring hälsorelaterat beteende och beteendeförändring
- applicera hälsopsykologiska teorier på ett konkret hälsorelaterat beteende
- problematisera kring och reflektera över styrkor och svagheter med olika teorier och modeller

## **Innehåll**

Hälsopsykologi är ett snabbt växande forsknings- och tillämpningsområde med kopplingar till bl.a. psykologi, sociologi, medicin och vårdvetenskap. Ämnet är relevant för i stort sett allt som har med hälsa och sjukdom att göra. Inom hälsopsykologin beskrivs hur psykologiska, sociala, kulturella och

beteendefaktorer hänger samman med hälsa och sjukdom. Kursen ger en introduktion till ämnet. I synnerhet studeras teorier och modeller kring hälsorelaterat beteende och beteendeförändring, samt hur dessa kan appliceras i planering och granskning av hälsofrämjande aktiviteter och program.

## Arbetsformer

En stor del av kursen består av inläsning av litteratur varvat med diskussioner mellan kursdeltagare. Även lärarna deltar i diskussionerna. I kursen ingår tre studieuppgifter och en längre examinerade skriftlig slutuppgift. Studieuppgifterna syftar till att studenterna ska bearbeta litteraturen och uppnå kursens mål. Kursen består även av regelbundet återkommande virtuella diskussioner på Karolinska Institutets lärplattform. För varje uppgift finns instruktioner för hur diskussionerna skall genomföras, vilken litteratur som skall ha studerats till varje avsnitt samt tidsramar för diskussionerna. Studenterna ska i diskussionerna vara aktiva och skriva inlägg. Inläggen ska vara förankrade i litteraturen.

Kursen är uppdelad i tre huvudsakliga delar.

1. Introduktion av ämnesområdet omfattande:
  - a. Introduktion till hälsopsykologi
  - b. Grundläggande begrepp och teorier
  - c. Forskningsområden inom det hälsopsykologiska fältet
2. Studieuppgifter där deltagarna själva i grupper diskuterar ett antal texter som beskriver hälsopsykologiska teorier och tillämpningar av dessa för ett konkret ändamål. Diskussionerna går ut på att reflektera kring styrkor och svagheter och svårigheter med olika modeller och teorier. I diskussionerna deltar lärarna delvis och stödjer studenterna till att pröva nya perspektiv och att integrera nya kunskaper med tidigare erfarenheter. Den sista examinerande studieuppgiften består förutom diskussion av en skriftlig inlämningsuppgift.
3. Sammanfattning och avslutning - avslutande diskussion där resultat av gruppdiskussionerna sammanfattas och utrymme ges till ytterligare reflexioner och idéer.

## Examination

Aktivt deltagande i diskussionsforumet. På kurshemsidan framgår detaljerade kriterier för minimikrav på aktivt deltagande. Kursen avslutas också med en examinerande skriftlig inlämningsuppgift där studenten visar förmåga till reflekterande kring och tillämpning av hälsopsykologiska teorier och modeller i en skriftlig inlämningsuppgift samt därpå följande diskussion med andra kurskamrater.

Kursansvarig 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 kursansvarigs 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.

### *Möjlighet till undantag från kursplanens föreskrifter om examination*

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 förhållningssätt får inte ändras, tas bort eller sänkas.

## Övergångsbestämmelser

Examination kommer att tillhandahållas under en tid av två år efter en eventuell nedläggning av kursen. Examination kan ske enligt tidigare litteraturlista under en tid av ett år efter den tidpunkt då en förnyelse av litteraturlistan gjorts.

## Övriga föreskrifter

Undervisningsspråk: svenska (men mycket förekommer på engelska).

Kursutvärdering kommer att genomföras enligt de riktlinjer som är fastställda för utbildning vid Karolinska Institutet.

## Litteratur och övriga läromedel

### Obligatorisk litteratur

#### **Handbook of health psychology**

*Baum, Andrew; Revenson, Tracey A; Singer, Jerome E*

2., [updated] ed. : New York, N.Y. : Psychology Press, cop. 2012 - xxvi, 882 s.

ISBN:978-0-8058-6461-8 LIBRIS-ID:12628948

[Sök i biblioteket](#)

### Rekommenderad litteratur

Förutom den obligatoriska litteratur tillkommer litteratur som studenterna själva väljer ur den rekommenderade litteraturen eller via egen litteratursökning under kursens gång.

#### ***Del I - Introduktion till hälsopsykologi***

#### **Health Psychology : the Search for Pathways between Behavior and Health.**

*Leventhal, H; Weinman, J; Leventhal, E A; Phillips, L A*

2008 Ingår i:

#### **Annual review of psychology.**

Palo Alto, Calif : Annual Reviews Inc., 1950-

ISSN:0066-4308 LIBRIS-ID:8258734

URL: [Intern tillgång till fulltext 1996-](#)

59 (2008) s. 477-505

*Taylor, S E; Repetti, R L; Seeman, T*

#### **Health Psychology : What is an unhealthy environment and how does it get under the skin?**

1997

URL: <http://www.annualreviews.org/journal/psych>

Ingår i:

#### **Annual review of psychology.**

Palo Alto, Calif : Annual Reviews Inc., 1950-

ISSN:0066-4308 LIBRIS-ID:8258734

URL: [Intern tillgång till fulltext 1996-](#)

48 (1997) s. 411-447

*Fisher, EB*

#### **Behavior Matters**

*Fitzgibbon, ML; Glasgow, RE; Haire-Joshu, D; Hayman, LL; Kaplan, RM; Nanney, MS; Ockene, JK*

2011 Ingår i:

#### **American journal of preventive medicine.**

New York, NY : Oxford University Press, 1985-  
 ISSN:0749-3797 LIBRIS-ID:3808404  
 40 (2011) :5, s. e15-e30

## ***Del II - Hälsorelaterat beteende och riskfaktorer***

*Armitage, CJ*

**Social cognition models and health behaviour: A structured review**

*Conner, M*

2000 Ingår i:

**Psychology & health [Elektronisk resurs]. Psychology and health**

Chur : Harwood Academic Publishers, 1987-

LIBRIS-ID:11242073

15 (2000) :2, s. 173-189

**Stages of change and decisional balance for 12 problem behaviors**

*Prochaska, JO; Velicer, WF; Rossi, JS; et al.*

1994 Ingår i:

**Health psychology : the official journal of the Division of health psychology, American psychological association**

Hillsdale, N.J. : Erlbaum, 1982-

ISSN:0278-6133 LIBRIS-ID:3612883

13 (1994) s. 39-46

*Elder, J.P.; Ayala, G.X.; Harris, S.*

**Theories and Intervention Approaches to Health-Behavior Change in Primary Care**

Elsevier, 1999

URL: [Länk](#)

## ***Del III - Psykologiska bestämningsfaktorer för hälsa***

*Carver, CS*

**Personality and coping**

*Connor-Smith, J*

2010 Ingår i:

**Annual review of psychology.**

Palo Alto, Calif : Annual Reviews Inc., 1950-

ISSN:0066-4308 LIBRIS-ID:8258734

URL: [Intern tillgång till fulltext 1996-](#)

61 (2010) s. 679-704

*Fredrickson, BL*

**The broaden-and-build theory of positive emotions**

2004 Ingår i:

**Philosophical transactions Philosophical transactions of the Royal Society of London.**

London : The Royal Society, 1990-

ISSN:0962-8436 LIBRIS-ID:3994276

359 (2004) s. 1367-1378

*Folkman, S.; Greer, S.*

**Promoting psychological well-being in the face of serious illness : When theory, research, and practice inform each other.**

2000

URL: [Psycho-Oncology](#)

Ingår i:

**Psycho-oncology Psycho oncology. : journal of the psychological, social and behavioral dimensions of cancer**

Chichester : Wiley, 1992-

ISSN:1057-9249 LIBRIS-ID:4071160

9 (2000) :1, s. 11-19

*Adler, N.; Matthews, K.*

**Health Psychology : Why do some people get sick and some stay well?**

1994

URL: <http://www.annualreviews.org/loi/psych>

Ingår i:

**Annual review of psychology.**

Palo Alto, Calif : Annual Reviews Inc., 1950-

ISSN:0066-4308 LIBRIS-ID:8258734

URL: [Intern tillgång till fulltext 1996-](#)

45 (1994) s. 229-259

#### ***Del IV - Sociala bestämningsfaktorer för hälsa***

*Mackenbach, J.P.; Kunst, A.E.*

**Measuring the magnitude of socio-economic inequalities in health: An overview of available measures illustrated with two examples from Europe**

Elsevier, 1997

URL: [Länk](#)

*Link, B.G.; Phelan, J.*

**Social conditions as fundamental causes of disease**

American Sociological Association, 1995

URL: [Länk](#)

*Hatzenbeuler, M.L.*

**How does sexual minority stigma get under the skin? A psychological mediation framework**

American Psychological Association, 2009

URL: [Länk](#)