



Kursplan för

## **Hälsopsykologi, 7.5 hp**

Health Psychology, 7.5 credits

Denna kursplan gäller från och med vårterminen 2010.

Observera att kursplanen finns i följande versioner:

VT09 , VT10 , VT12 , VT13 , VT14 , VT16 , VT17 , VT18 , VT19 , VT20 , VT22 , VT23

Kurskod	2PS008
Kursens benämning	Hälsopsykologi
Hp	7.5 hp
Utbildningsform	Högskoleutbildning, 2007 års studieordning
Huvudområde	Psykologi
Nivå	G2 - Grundnivå 2
Betygsskala	Väl godkänd, godkänd, underkänd
Kursansvarig institution	Institutionen för klinisk neurovetenskap
Beslutande organ	Programnämnden för Psykologprogrammet
Datum för fastställande	2008-10-30
Reviderad av	Programnämnden för Psykologprogrammet
Senast reviderad	2009-11-05
Kursplanen gäller från	Vårterminen 2010

### **Särskild behörighet**

Som tillträdeskrav till högre termin gäller att student får restera med högst 15 högskolepoäng från föregående termin och inga poäng får restera från terminer som föregått denna.

### **Mål**

Moment 1: Hälsopsykologins grunder Efter genomgången kurs ska studenten kunna: redogöra för hur kunskap om hälsopsykologi bygger på tidigare kurser inom utbildningen och ha en översiktlig uppfattning om hur kursinnehållet relaterar till dels efterföljande kurser, dels arbete som psykolog förstå grunderna i hälsobegreppet och kunna reflektera över olika dimensioner i detta översiktligt redogöra för de vanligaste folksjukdomarna redogöra för några epidemiologiskt påvisade fynd mellan beteende och folkhälsa beskriva grunderna i kroppens stresssystem och dess relation till hälsa, ohälsa och hjärnfunktion förstå grunderna i samverkan mellan nervsystem, hormonsystem och immunsystem och kunna reflektera över relevansen av detta samspel för hälsa och sjukdom kritiskt granska icke-evidensbaserad vård inom och utanför den etablerade sjukvården redogöra för grunder i psykologiska behandlingsmetoder för beteendepåverkan/livsstilsförändring ur beteendemedicinskt perspektiv beskriva sjukdomsövergripande symptom och hur dessa kan behandlas med psykologisk kunskap Moment 2: Tillämpad hälsopsykologi Efter genomgången kurs ska studenten: utifrån egna

iakttagelser visa förmåga att beskriva tillämpat arbete inom hälsopsykologins område kunna reflektera över svårigheter och möjligheter med implementering av evidensbaserad vård

## Innehåll

Moment 1: Hälsopsykologins grunder (6 högskolepoäng) (Basic health psychology) I kursens första moment ges kunskap om hälsobegreppet och metoder att mäta hälsa och livskvalitet. Likaså tränas studenten i sjukdomslära, med syfte att få översiktlig kunskap om de stora folksjukdomarna vad gäller förekomst, genes, behandling och eventuell påverkan på nervsystemet. Vidare lär sig studenten grunder i samspelet mellan neurala, hormonella och immunologiska mekanismer i relation till beteende och hälsa och de sjukdomar som studerats inom sjukdomsläran. Särskild tonvikt ges på psykobiologiska perspektiv på smärta, stress och sömn. Vidare lär sig studenten grunder om alternativ- och komplementärmedicin. I momentet skall studenten likaså bekanta sig med preventivt arbete samt metoder för att påverka beteende/livsstil och hur psykologisk behandling ges inom den somatiska vården. Detta avsnitt avses leda över till kursens studentaktiva moment. Moment 2: Tillämpad hälsopsykologi (1,5 högskolepoäng) (Applied health psychology) Den första delen av moment 2 utgörs av auskultation inom för hälsopsykologin relevant yrkesverksamhet, t ex psykologisk behandling inom somatisk vård, förebyggande hälsoarbete eller inom hälsopsykologisk forskning. Den avslutande delen utgörs av redovisning och reflexion kring teorier och metoder som ligger till grund för arbetet på auskultationsplatsen.

### Hälsopsykologins grunder, 6.0 hp

Betygsskala: VU

I kursens första moment ges kunskap om hälsobegreppet och metoder att mäta exempelvis hälsa och livskvalitet. Sjukdomslära och översiktlig kunskap om de stora folksjukdomarna vad gäller förekomst, genes, behandling och eventuell påverkan på nervsystemet tas upp. Vidare ingår det grundläggande samspelet mellan neurala, hormonella och immunologiska mekanismer i relation till beteende och hälsa samt de sjukdomar som studeras inom sjukdomsläran. Psykobiologiska perspektiv på smärta, stress och sömn presenteras. Preventivt arbete, psykologisk behandling samt metoder för att påverka beteende/livsstil inom den somatiska vården ingår. Alternativ- och komplementärmedicin berörs kortfattat.

### Tillämpad hälsopsykologi, 1.5 hp

Betygsskala: GU

Den första delen av moment 2 utgörs av auskultation inom för hälsopsykologin relevant yrkesverksamhet, t ex psykologisk behandling inom somatisk vård, förebyggande hälsoarbete eller hälsopsykologisk forskning. Den avslutande delen utgörs av redovisning och diskussion kring iakttagelser av verksamhetens arbete, samt en analys av vilka teorier och metoder som ligger till grund för arbetet på auskultationsplatsen.

## Arbetsformer

Undervisningen består av lärarledda föreläsningar och seminarier där de studerande uppmuntras till aktivt deltagande genom att diskutera och reflektera kring föreläsningarnas teman. Vidare utgörs undervisningen av praktiska moment som syftar till att låta studenterna fylla i och analysera frågeformulär eller test som används inom hälsopsykologin och av praktiska inslag som syftar till att ge bekantskap med metoder för beteendeförändring eller psykologisk behandling.

## Examination

Moment 1: Hälsopsykologins grunder (6 högskolepoäng) - Skriftlig tentamen Moment 1 betygsätts med

en tregradig betygskala VG, G eller U. Moment 2: Tillämpad hälsopsykologi (1,5 högskolepoäng) - Skriftlig rapport Moment 2 betygsätts med tvågradig skala, G eller U. Betyg på hel kurs För att bli godkänd på hela kursen krävs minst betyget G på alla examinationsuppgifter under moment 1 och 2. För att få betyget Väl Godkänd på hela kursen krävs VG på moment 1 och G på moment 2. Missade obligatoriska moment ersätts med skriftliga uppgifter. Kontakta examinator för instruktioner i förekommande fall. För den student som inte uppfyller kriterier för åtminstone Godkänd (G) ordnas omtentamenstillfällena för tentamen i enlighet med KI:s lokala riktlinjer. Begränsning i antalet examinationstillfällena: Studenten har enligt KIs riktlinjer rätt till maximalt sex provtillfällena per kurs för att uppnå godkänt resultat. För praktik eller motsvarande gäller max två examinationstillfällena. Nästföljande tillfälle kan vara nästkommande ordinarie examinationstillfälle på kursen. Nästa omskrivningstillfälle meddelas vid kursens start.

## Övergångsbestämmelser

Övergångsreglerna följer KI:s lokala riktlinjer. För kurs som upphört eller genomgått större förändringar eller där kurslitteraturen ändrats väsentligt skall det ges två ytterligare prov (exklusive ordinarie prov) på det tidigare innehållet respektive den tidigare litteraturen under en tid av ett år från den tidpunkt förändringen skedde.

## Övriga föreskrifter

Vissa seminarier och övningstillfällena är obligatoriska. Kursutvärdering sker enligt KI:s lokala riktlinjer. Resultat och eventuella åtgärder återförs till studenterna på kurswebben.

## Litteratur och övriga läromedel

*Lännergren, Jan*

### **Fysiologi**

4., [uppdaterade] uppl. : : Lund : Studentlitteratur, 2007, - 355 s. : ill.

ISBN:978-91-44-04775-1

[Sök i biblioteket](#)

*Morrison, James*

### **Psykiska symtom med medicinska orsaker**

*Zetterström, Gun*

Lund : Studentlitteratur, 2001 - 254 s.

ISBN:91-44-01848-7 LIBRIS-ID:8353098

[Sök i biblioteket](#)

*Morrison, Val; Bennett, Paul*

### **An introduction to health psychology**

1. ed. : Harlow, Essex, England ; a New York : Pearson/Prentice Hall, 2006. - 619 p.

ISBN:0-13-099408-1 (pbk. : alk. paper) LIBRIS-ID:10074213

[Sök i biblioteket](#)

Övrig litteratur enligt lärares anvisningar.