



Kursplan för

## **Hälsopsykologi, 7.5 hp**

Health Psychology, 7.5 credits

Denna kursplan gäller från och med vårterminen 2013.

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	Programnämnd 8
Senast reviderad	2012-11-06
Kursplanen gäller från	Vårterminen 2013

### **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 centrala begrepp, frågeställningar, undersöknings- och mätmetoder samt teorier inom hälsopsykologiområdet
- redogöra för och resonera kring hälsobegreppet, olika hälsomodeller och hälsopsykologin närliggande områden som beteendemedicin och psykosomatik
- redogöra för vanliga somatiska folksjukdomar och deras patofysiologi, samt för psykologiska och beteendemässiga orsaker till och effekter av dessa
- beskriva hur beteendefaktorer, t.ex. fysisk aktivitet kan förbättra patofysiologin för vanliga somatiska folksjukdomar
- redogöra för några viktiga epidemiologiskt påvisade fynd mellan beteende och folkhälsa

- beskriva psykologiska teorier och metoder centrala för beteendeförändring och prevention vid några stora folkhälsoproblem som t.ex. övervikt, alkohol- och tobaksberoende och kronisk smärta
- redogöra för hur beteendefaktorer som t.ex. sömn och fysisk aktivitet påverkar individens hälsa och välbefinnande, samt reflektera över egna hälsobeteenden och beteendeförändring
- beskriva grunderna i kroppens stresssystem och reflektera kring dess relation till hälsa, ohälsa och hjärnfunktion
- beskriva de huvudsakliga stressforskningsstraditionerna och några viktiga kunskapsbidrag från vardera tradition
- beskriva grunderna i samverkan mellan nervsystem, hormonsystem och immunsystem och kunna reflektera över relevansen av detta samspel för hälsa och sjukdom
- beskriva och utifrån evidensperspektiv kritiskt granska behandlingsformer inom och utanför den etablerade sjukvården

## Moment 2: Tillämpad hälsopsykologi

Efter genomgången kurs ska studenten kunna:

- visa förmåga att utifrån egna iakttagelser beskriva tillämpat arbete inom hälsopsykologins område
- beskriva och reflektera kring vilka teorier och antaganden som ligger bakom det praktiska arbetet i verksamheten
- reflektera över svårigheter och möjligheter med implementering av evidensbaserad vård

## Innehåll

Kursen består av två (2) moment.

**Hälsopsykologins grunder, 6 hp** 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 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.

**Tillämpad hälsopsykologi, 1.5 hp** 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 reflektion kring 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. Vissa seminarier, praktiska moment och övningstillfällen är obligatoriska. 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.

Under auskultationen på moment 2 gäller 75% närvaro vid auskultationsplatsen. Kursledare ordnar auskultationsplats till ordinarie auskultation. Missad auskultationstid kompletteras genom att studenten själv kontaktar auskultationsplats och ordnar extra auskultationstillfälle. Auskultationsplatsen skall godkännas av examinator.

## Examination

Moment 1: Hälso psykologins grunder (6 högskolepoäng)

- Skriftlig tentamen
- Skriftliga inlämningsuppgifter

Moment 1 betygsätts med en tregradig betygsskala VG, G eller U. För G krävs godkänt på samtliga inlämningsuppgifter samt den skriftliga tentamen, för VG krävs godkänt på samtliga inlämningsuppgifter samt VG på den skriftliga tentamen.

Moment 2: Tillämpad hälso psykologi (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, förutom auskultationen, ersätts med skriftliga uppgifter. Kontakta kursledare 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 examinationstillfällen:

För information om begränsning i antalet examinationstillfällen, se Riktlinjer vid examination, framtaget av Karolinska Institutet.

Nästa följande tillfälle kan vara nästkommande ordinarie examinationstillfälle på kursen. Nästa omskrivningstillfälle meddelas vid kursens start.

## Övergångsbestämmelser

Övergångsreglerna följer KI:s lokala riktlinjer för examination.

## Övriga föreskrifter

Kursutvärdering sker enligt KI:s lokala riktlinjer. Resultat och eventuella åtgärder återförs till studenterna på kurswebben.

## Litteratur och övriga läromedel

### *Obligatorisk litteratur*

*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](#)

*Ogden, Jane*

**Health psychology**

5th ed. : London : McGraw-Hill/OUP, 2012 - 565 p.

ISBN:978-0-335-24383-9 LIBRIS-ID:13524746

[Sök i biblioteket](#)

### ***Rekommenderad litteratur***

*Lännergren, Jan*

#### **Fysiologi**

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

ISBN:978-91-44-04775-1

[Sök i biblioteket](#)

Övrig litteratur enligt lärares anvisningar.