



Kursplan för

## **Hälsopsykologi, 7.5 hp**

Health Psychology, 7.5 credits

Denna kursplan gäller från och med vårterminen 2014.

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	2014-01-31
Kursplanen gäller från	Vårterminen 2014

### **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.

Student som underkänts i VFU (verksamhetsförlagd utbildning eller motsvarande) till följd av att studenten visat så allvarliga brister i kunskaper, färdigheter eller förhållningssätt att klient- eller patientsäkerheten eller klienternas/patienternas/uppdragsgivarnas förtroende för verksamheten/sjukvården riskerats, är behörig till nytt VFU-tillfälle först när den individuella handlingsplanen har fullföljts.

### **Mål**

#### *Moment 1: Hälsopsykologins grunder*

Efter genomgången kurs ska studenten kunna:

- redogöra för och resonera kring centrala begrepp, modeller, frågeställningar, undersöknings- och mätmetoder samt teorier och forskningstraditioner inom hälsopsykologiområdet
- presentera kunskap och forskningsfynd relevanta för hälsa och ohälsa, samt kritiskt värdera dessa

med ett vetenskapligt förhållningssätt

- redogöra för hur beteendefaktorer som t.ex. sömn och fysisk aktivitet påverkar individens hälsa och välbefinnande, samt reflektera över egna hälsobeteenden och beteendeförändring
- beskriva psykologiska teorier och metoder centrala för beteendeförändring och prevention vid några stora folkhälsoproblem som t.ex. övervikt, alkohol- och tobaksberoende, kronisk smärta, stress och sömnproblem
- beskriva och utifrån ett evidensperspektiv, kritiskt granska behandlingsformer inom och utanför den etablerade sjukvården
- beskriva grunderna i kroppens stressystem (nerv-, hormon-, och immunsystem) och deras samverkan, samt diskutera relevansen av detta för hälsa, ohälsa/sjukdom och hjärnfunktion
- redogöra för vanliga somatiska folksjukdomar och deras patofysiologi och ge exempel på psykologiska och beteendemässiga orsaker till deras uppkomst och effekterna av dessa, samt för hur beteendefaktorer, t.ex. fysisk aktivitet, kan förbättra den fysiologiska funktionen vid dessa sjukdomar

### *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 samt 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 gäller 100% närvaro vid auskultationsplatsen. VFU-ansvarig lärare ordnar auskultationsplats till ordinarie auskultation. Vid frånvaro hänvisas studenten till kursansvarig lärare för mer information.

## Examination

*Moment 1: Hälsopsykologins grunder (6 högskolepoäng)*

- Skriftlig tentamen
- Skriftliga inlämningsuppgifter

Moment 1 betygsätts med en tregradig betygskala 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 hälsopsykologi (1,5 högskolepoäng)*

- Skriftlig rapport och muntlig diskussion

Moment 2 betygsätts med tvågradig skala, G eller U.

*Betyg på hel kurs:*

För att få godkänt 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.

*Begränsning i antalet examinationstillfällen:*

Student som ej är godkänd efter ordinarie provtillfälle har rätt att delta vid ytterligare fem provtillfällen. Om studenten genomfört sex underkända prov ges inte något ytterligare tentamenstillfälle. Som provtillfälle räknas de gånger studenten deltagit i ett och samma prov. Inlämning av blank skrivning räknas som provtillfälle. Provtillfälle till vilket studenten anmält sig men inte deltagit räknas inte som provtillfälle. Nästföljande tillfälle kan vara nästkommande ordinarie examinationstillfälle på kursen. Nästa omskrivningstillfälle meddelas vid kursens start.

Vad gäller auskultationen, som är VFU (verksamhetsförlagd utbildning eller motsvarande), begränsas antalet gånger en student har rätt att auskultera (och därmed examineras) till två (2) gånger. För mer detaljerad information, se Riktlinjer vid examination, framtaget av Karolinska Institutet.

*Riktlinjer vid underkännande:*

Kursansvarig kan med omedelbar verkan avbryta en students auskultation om studenten visar sådana allvarliga brister i kunskaper, färdigheter eller förhållningssätt att klient- eller patientsäkerheten eller patienternas/klienternas/uppdragsgivarnas förtroende för verksamheten/sjukvården riskeras. När auskultationen avbryts på detta sätt innebär det att studenten underkänns på aktuellt moment och att ett kurstillfälle är förbrukat. I sådana fall ska en individuell handlingsplan upprättas, där det framgår vilka aktiviteter och kunskapskontroller som krävs innan studenten ges möjlighet till nytt kurstillfälle.

## 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](#)

### ***Obligatorisk litteratur - VÄLJ en av två***

Välj själv EN av nedanstående två böcker

*Ogden, Jane*

#### **Health psychology**

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

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

*Välj antingen den här boken eller Morrison & Bennets bok.*

[Sök i biblioteket](#)

*Morrison, Val; Bennett, Paul*

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

3. ed. : Harlow, England : Pearson, 2012 - xxiv, 614 s.

ISBN:9780273735199 LIBRIS-ID:13431686

*Välj antingen den här boken eller Ogdens bok.*

[Sök i biblioteket](#)

### ***Obligatorisk litteratur - VÄLJ en av tre***

Välj själv EN av nedanstående tre böcker

*Lännergren, Jan*

#### **Fysiologi**

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

ISBN:978-91-44-04775-1

*Välj denna bok eller någon av de andra två i samma litteraturgrupp.*

[Sök i biblioteket](#)

#### **Maders Understanding Human Anatomy & Phy.**

Gardners Books, 2010. - p.

ISBN:978-0-07-122201-3 LIBRIS-ID:12156731

*Välj denna bok eller någon av de andra två i samma litteraturgrupp.*

[Sök i biblioteket](#)

*Sand, Olav; Sjaastad, Øystein V.; Haug, Egil*

#### **Människans fysiologi**

*Toverud, Kari C.; Bolinder-Palmér, Inger*

1. uppl. : Stockholm : Liber, cop. 2004 - 600 s.

ISBN:91-47-05195-7 (korr.) (inb.) LIBRIS-ID:9608035

*Välj denna bok eller någon av de andra två i samma litteraturgrupp.*

[Sök i biblioteket](#)

Övrig litteratur enligt lärares anvisningar.