



Kursplan för

# **Hälsa och ohälsa - ett psykosomatiskt perspektiv, 7.5 hp**

Health and Ill-Health - a Psychosomatic Perspective, 7.5 credits

Denna kursplan gäller från och med vårterminen 2013.

Observera att kursplanen finns i följande versioner:

HT10 , HT12 , VT13 , HT14 , VT17 , HT21

Kurskod	2QA085
Kursens benämning	Hälsa och ohälsa - ett psykosomatiskt perspektiv
Hp	7.5 hp
Utbildningsform	Högskoleutbildning, 2007 års studieordning
Huvudområde	Övriga ämnen
Nivå	Avancerad nivå, kursens fördjupning kan inte klassificeras
Betygsskala	Godkänd, underkänd
Kursansvarig institution	Institutionen för neurobiologi, vårdvetenskap och samhälle
Beslutande organ	Styrelsen för utbildning
Datum för fastställande	2010-03-19
Reviderad av	Styrelsen för utbildning
Senast reviderad	2013-01-30
Kursplanen gäller från	Vårterminen 2013

## **Särskild behörighet**

Minst 120 hp inom hälso- och sjukvård från utbildning som leder till arbetsterapeut-, logoped-, läkar-, psykolog-, sjuksköterske-, sjukgymnast- eller socionomexamen. Dessutom krävs kunskaper i svenska och engelska motsvarande Svenska B och Engelska A (med lägst betyget Godkänd).

## **Mål**

Kursens mål är att ge fördjupade kunskaper i ett psykosomatiskt förhållningssätt och hur detta kan tillämpas i mötet med patienten i samverkan med övriga yrkeskategorier i det multidisciplinära teamet. Efter genomgången kurs ska studenten kunna: - redogöra för och tillämpa ett biopsykosocialt perspektiv på psykisk/psykosomatisk ohälsa, långvarig smärta och stressrelaterade besvär, - redogöra för kroppsterapeutiska, affektfokuserade och beteendearterade interventioner och deras tillämpningar, - genomföra motiverande och stödjande samtal inom ramen för ett terapeutiskt förhållningssätt, - samverka i ett multidisciplinärt team och argumentera för det egna specifika kunskapsområdet och

rollen i rehabiliteringen av patienter med psykisk/psykosomatisk ohälsa, långvarig smärta och stressrelaterade besvär, - visa ett vetenskapligt och kritiskt tänkande samt ett reflekterande förhållningssätt till egna perspektiv/värderingar och behov av livslångt lärande.

## Innehåll

Kursen omfattar: - Psykologiska och beteendemedicinska förklaringsmodeller på hälsa/ohälsa inkluderande psykosomatisk teoribildning. - Stressteorier och kunskap om kroppens stressregleringssystem. - Kropp, varande, mening och reflektion som centrala begrepp för att förstå kropp-själ samverkan. - Merleau-Ponty's fenomenologiska förståelse av "den levda kroppen". - Förklaringsmodeller för att förstå acceptans- och förändringsprocesser. - Terapeutiskt förhållningssätt. - Affektteori/affektintervju. - Samtalsteknik och motiverande samtal. - Kroppsmedvetande- och mindfulnesssträning.

## Arbetsformer

Undervisningen sker i form av föreläsningar, litteraturstudier, diskussioner i seminarieform och temaarbete. Stor vikt läggs vid eget aktivt kunskapsinhämtande samt vid reflektion kring egna upplevelser i samband med kroppsmedvetande- och mindfulnessövningar.

## Examination

Bedömning av kunskaper, färdigheter, förhållningssätt och reflektionsförmåga sker fortlöpande genom uppföljning av studieuppgifter och vid slutexaminationen. Examinationen består av en skriftlig individuell uppgift och en uppgift som genomförs i grupp. För godkänd kurs krävs fullgörande av studieuppgifter, godkänd examination, närvaro och aktivt deltagande vid kroppsmedvetandeträning och seminariediskussioner.

## Övergångsbestämmelser

Examination kommer att tillhandahållas under en tid av ett 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. Kursutvärdering genomförs enligt de riktlinjer som är fastställda av Styrelsen för utbildning. Under kursen uppmanas deltagarna att ge synpunkter på kursens innehåll och upplägg. Denna kurs ges i samarbete med Ersta Sköndal högskola, Institutionen för vårdvetenskap. Kursen ersätter 2QA020. Kursen får inte tillgodoräknas i examen samtidigt med genomgången och godkänd kurs, vars innehåll helt eller delvis överensstämmer med innehållet i kursen. Följande kurs är överlappande: 2XX044, Hälsa och ohälsa - ett psykosomatiskt perspektiv, 7.5 hp

## Litteratur och övriga läromedel

### Obligatorisk litteratur

**Att förstå kroppens budskap : sjukgymnastiska perspektiv**

*Biguet, Gabriele; Keskinen-Rosenqvist, Riitta; Levy Berg, Adrienne*

1. uppl. : Lund : Studentlitteratur, 2012 - 406 s.

ISBN:978-91-44-07321-7 LIBRIS-ID:13512943

[Sök i biblioteket](#)

*Bragée, Britt*

**Kroppen först : En behandlingsmodell vid psykosomatik**

Studentlitteratur AB, 2013

ISBN:978-91-44-08460-2 LIBRIS-ID:13743343

[Sök i biblioteket](#)

*Neve, Ing-Marie*

**Läkekunstens arbetsredskap**

1 : Studentlitteratur, 2003 - 166 s

ISBN:91-44-02780-X

[Sök i biblioteket](#)

Ytterligare litteratur i form av vetenskapliga artiklar tillkommer - meddelas vid kursstart.

**Rekommenderad litteratur**

*Bragée, Britt W.*

**Kroppen har sin mening : psykosomatik i ny belysning**

1. uppl. : Lund : Studentlitteratur, 2010 - 199 s.

ISBN:978-91-44-06798-8 LIBRIS-ID:11886167

[Sök i biblioteket](#)

*Bullington, Jennifer*

**Psykosomatik : om kropp, själ och meningsskapande**

1. uppl. : Lund : Studentlitteratur, 2007 - 207, [1] s.

ISBN:9789144026459 LIBRIS-ID:10462754

[Sök i biblioteket](#)

*Rollnick, Stephen; Miller, William R.; Butler, Christopher C.*

**Motiverande samtal i hälso- och sjukvård : att hjälpa människor att ändra beteende**

Lund : Studentlitteratur, 2009 - 273 s.

ISBN:978-91-44-05262-5 LIBRIS-ID:11584447

[Sök i biblioteket](#)

*Steen, Eldri; Haugli, Liv*

**Når livet setter seg i kroppen. : Bevisstgoering, muligheter, valg**

Oslo : Noras Ark, 2002

ISBN:82-7979-018-7

[Sök i biblioteket](#)

*Sonnby-Borgström, Marianne*

**Affekter, affektiv kommunikation och anknytningsmönster : ett bio-psyko-socialt perspektiv**

1. uppl. : Lund : Studentlitteratur, 2005 - 255 s.

ISBN:91-44-03099-1 LIBRIS-ID:9712834

[Sök i biblioteket](#)