



**Karolinska
Institutet**

Kursplan för

Hälsopsykologi - teorier och modeller kring hälsorelaterat beteende, 7.5 hp

Health Psychology - theories and models of health related behaviors, 7.5 credits

Denna kurs är nedlagd, för mer information se rubriken Övergångsbestämmelser i den sista versionen av kursplanen.

Kurskod	4KL022
Kursens benämning	Hälsopsykologi - teorier och modeller kring hälsorelaterat beteende
Hp	7.5 hp
Utbildningsform	Högskoleutbildning, 2007 års studieordning
Huvudområde	Psykologi
Nivå	AV - Avancerad nivå
Betygsskala	Väl godkänd, godkänd, underkänd
Kursansvarig institution	Institutionen för onkologi-patologi
Medverkande institutioner	• Institutionen för klinisk neurovetenskap
Beslutande organ	Programnämnd 9
Datum för fastställande	2011-05-05
Reviderad av	Styrelsen för utbildning
Senast reviderad	2014-03-17
Kursplanen gäller från	Höstterminen 2011

Särskild behörighet

Minst 180 hp inom vilka det ska ingå en yrkes- eller kandidatexamen inom hälso- och sjukvård eller socionomexamen. Dessutom krävs kunskaper i svenska och engelska motsvarande Svenska B och Engelska A (med lägst betyget Godkänd).

Mål

Studenten skall 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

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 slutuppgift. Studieuppgifterna syftar till att studenterna ska bearbeta litteraturen och uppnå kursens mål. Virtuella diskussioner är vanligt förekommande i studier på distans så även i den här kursen. För varje uppgift finns instruktioner för hur diskussionerna skall genomföras, vilken litteratur som skall ha studerats till varje avsnitt samt tidsramar för diskussionerna. Studenterna skall i diskussionerna vara aktiva och skriva inlägg. Inläggen skall vara förankrade i litteraturen.

Kursen är uppdelat i tre huvudsakliga delar.

1. Presentation av lärare och kursdeltagare samt en introduktion (onlineföreläsning) 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 appliceringar 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.

Arbetsformer

Den initiala onlineföreläsningen innehåller i huvudsak muntligt förmedlad faktainformation. Faktablocket om hälsopsykologi illustreras via PowerPoint-illustrationer. I samband med föreläsningen startas ett diskussionsforum på undervisningsplattformen PingPong där deltagarna uppmanas och får möjlighet till att komma med frågor riktade till föreläsaren samt diskutera frågor kopplade till kursen.

Till gruppdiskussionerna presenteras ett antal texter och frågeställningar. Studenterna uppmanas att själv söka litteratur inom ramen för diskussionsämnet och att efter inläsning presentera en individuell skriftlig sammanställning, samt därefter diskutera och reflektera med andra kursdeltagare över innehållet av texterna och kritiskt problematisera kring fördelar och nackdelar med den teori eller modell som diskuterats. Anledningen till att använda sig av denna pedagogiska teknik är för att uppmuntra deltagarna till eget tänkande, stimulera dem att reflektera över hur kunskapen kan appliceras och omsättas i praktik.

Den sista studieuppgiften består i ett projektarbete där studenterna själva väljer ett område för beteendeförändring som är av relevans ur ett hälsoperspektiv. Därefter fördjupar sig studenter i en vald modell, kritiserar och problematiserar kring modellen samt konstruerar sin egen modell utefter de kunskaper och idéer som väckts under kursens gång. Modellen appliceras på det valda beteendet/problemet och för en specifik målgrupp. Studenterna får därefter möjlighet att diskutera och kritiskt granska andra medstudenters arbeten.

Examination

Examinerade moment är aktivt deltagande i diskussionsforumet som initieras i samband med föreläsningen och i onlinediskussioner. Kursen avslutas också med en examinerande studieuppgift där studenten visar förmåga till reflekterade kring och applicering av hälsopsykologiska teorier och modeller i en skriftlig inlämningsuppgift samt därpå följande diskussion med andra kurskamrater.

Övriga föreskrifter

Kursen är nedlagd och gavs för sista gången HT12. Examination enligt denna kursplan ges sista gången VT15 för studenter som inte fullföljt kursen med godkänt resultat.

Litteratur och övriga läromedel

Obligatorisk litteratur

Rydén, Olof; Stenström, Ulf

Hälsopsykologi : psykologiska aspekter på hälsa och sjukdom

3. uppl. : Stockholm : Bonnier Utbildning, 2008 - 224 s.

ISBN:91-622-8809-1 LIBRIS-ID:10582201

[Sök i biblioteket](#)

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

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

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

Miller, G; Chen, E; Cole, SW

Health Psychology : Developing Biologically Plausible Models Linking the Social World and Physical Health.

2009

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-](#)

60 (2009) s. 501-524

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

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

Rekommenderad litteratur

MODELLER KRING ORSAKER TILL HÄLSORELATERAT BETEENDE

Health behavior and health education : theory, research, and practice

Glanz, Karen

2. ed. : San Francisco : Jossey-Bass, cop. 1997 - xxx, 496 s.

ISBN:0-7879-0310-8 LIBRIS-ID:5639449

Valda kapitel

[Sök i biblioteket](#)

Janz, NK; Becker, MH

The health belief model : a decade later

1984 Ingår i:

Health education quarterly.

New York : Wiley, 1980-1996

ISSN:0195-8402 LIBRIS-ID:3542998

11 (1984) s. 1-47

Ajzen, I

Perceived behavioral control, self-efficacy, locus of control, and the theory of planned behaviour.

2002 Ingår i:

Journal of applied social psychology.

Washington : 1971-

ISSN:0021-9029 LIBRIS-ID:3416128

32 (2002) s. 665-683

Schwarzer, R; Renner, B

Social-cognitive predictors of health behavior : action self-efficacy and coping self-efficacy

2000 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

19 (2000) :5, s. 487-95

Price, V; Archbold, J

Development and application of social learning theory

1995

URL: <http://www.internurse.com/>

Ingår i:

British journal of nursing : the fortnightly journal promoting excellence in nursing

London : Mark Allen, 1992-

ISSN:0966-0461 LIBRIS-ID:3996797

4 (1995) :21, s. 1263-8

Luszczynska, A; Schwarzer, R

Multidimensional health locus of control : comments on the construct and its measurement

2005

URL: <http://hpq.sagepub.com/>

Ingår i:

Journal of health psychology : an interdisciplinary, international journal

London : Sage, 1996- - v.

ISSN:1359-1053 LIBRIS-ID:4311542

10 (2005) :5, s. 633-42

MODELLER KRING BETEENDEFÖRÄNDRING

Health behavior and health education : theory, research, and practice

Glanz, Karen

2. ed. : San Francisco : Jossey-Bass, cop. 1997 - xxx, 496 s.

ISBN:0-7879-0310-8 LIBRIS-ID:5639449

Valda kapitel

[Sök i biblioteket](#)

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

Rodgers, RW

A protection motivation theory of fear appeals and attitude change

1975 Ingår i:

The journal of psychology : the general field of psychology

Provincetown, Mass. : 1936-

ISSN:0022-3980 LIBRIS-ID:8257899

91 (1975) s. 93-114

Gollwitzer, PM

Implementation intentions and effective goal pursuit

1997 Ingår i:

Journal of personality and social psychology.

Washington,D.C. : American Psychological Association, 1965-

ISSN:0022-3514 LIBRIS-ID:8257894

73 (1997) s. 186-199

MODELLER KRING STRESS OCH STRESSHANTERING, LIVSKVALITET OCH KOPPLING TILL HÄLSA

Health behavior and health education : theory, research, and practice

Glanz, Karen

2. ed. : San Francisco : Jossey-Bass, cop. 1997 - xxx, 496 s.

ISBN:0-7879-0310-8 LIBRIS-ID:5639449

Valda kapitel

[Sök i biblioteket](#)

Folkman, S; Moskowitz, JT

Coping: pitfalls and promise

2004 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-](#)

55 (2004) s. 745-774

Ryan, RM; Deci, EL

Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being

2000 Ingår i:

The American psychologist : journal of the American psychological association

Washington : 1946-

ISSN:0003-066X LIBRIS-ID:3403410

55 (2000) s. 68-78

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

HÄLSA OCH SAMHÄLLE**Health behavior and health education : theory, research, and practice***Glanz, Karen*

2. ed. : San Francisco : Jossey-Bass, cop. 1997 - xxx, 496 s.

ISBN:0-7879-0310-8 LIBRIS-ID:5639449

Valda kapitel[Sök i biblioteket](#)*Reppucci, ND; Woolard, JL; Fried, CS***Social, community, and preventive interventions**

1999 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-](#)

50 (1999) s. 387-418

Diffusion theory and knowledge dissemination, utilization, and integration in public health*Green, LW; Ottoson, JM; Garcia, C; Hiatt, RA*

2009 Ingår i:

Annual review of public health.

Palo Alto : 1980-

ISSN:0163-7525 LIBRIS-ID:3512649

30 (2009) s. 151-174

*Trickett, EJ***Community psychology: individuals and interventions in community context**

2009 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-](#)

60 (2009) s. 395-419