

Schema Hälsopsykologi 7,5 hp, Psykologprogrammet vt 2023

Kursansvarig och examinator: Susanna Jernelöv; susanna.jernelov@ki.se

Ansvarig för sjukdomslära: Lotta Arborelius; lotta.arborelius@ki.se

Ansvarig för auskultationsplaceringar: Camilla Norin; camilla.norin@ki.se

VERSION 221208

Tid, lokal	Grupp	Ämne	Lärare	Kommentarer, förberedelser
Vecka 3 (kursvecka 1)				
Måndag 16/1				
9:00-11:30	Alla	Introduktion till hälsopsykologi * Översikt hälsopsykiologiområdet. Info om kursen, uppstart gruppuppgift sjukdomslära, info om auskultation m.m.	SJ, LA	*Obligatorisk närvaro. OBS att grupparbete kring sjukdomslära påbörjas vid detta tillfälle.
11:30-12:00	VG- skrivare	VG-uppgiftsintroduktion*	SJ	Obligatoriskt för VG-skrivare Närvaro krävs för att kunna göra VG-uppgiften
12:00-13:00		Lunch		
13-15	Alla	Subjektiv och objektiv hälsa och ohälsa	MLe	
15:15-16:15	Alla	Modeller kring hälsopsykologi och beteendeförändring	RB	Förinspelad. Titta på denna före modell-seminariet.
16:15-18		<i>Eget arbete</i>		
Tisdag 17/1				
8:30-10:00	Alla	Fysisk aktivitet och hälsa	JN	
10:15-12:00	Alla	Kost och hälsa	AC	
12:00-13:00		Lunch		
13-15	Alla	Seminarium: Modeller kring hälsopsykologi och beteendeförändring	SJ/RB	<i>Förberedelser krävs, se kurshemsidan</i>
15-17:30		<i>Eget arbete</i>		
Onsdag 18/1				
9:00-16:00 <i>inkl lunch</i>	Alla	Workshop: Beteendeförändring* <i>Del 1 av ifyllt dokument kring beteendeförändringsarbetet lämnas in på kurshemsidan senast fredag kl 18:00.</i>	SW	*Obligatorisk närvaro.
16-18		<i>Eget arbete, inläsning</i>		

Torsdag 19/1				
9-12		<i>Eget arbete, inläsning</i>		
12-13		Lunch		
13-16	VG-skrivare	Seminarium VG-ämnena	SJ	Obligatoriskt för VG-skrivare.
16-18		<i>Eget arbete, inläsning</i>		
18:00 Inlämning av "del 1" för eget beteendeförändringsarbete				
Fredag 20/1				
9-12	Alla	Stress, ANS och HPA axeln - repetition.	LA	
12-13		Lunch		
13-16	Alla	Seminarium: Modeller kring stress, stressbegreppet och mätning av stress	BK, SJ & LA	<i>Förberedelser krävs, se kurshemsidan.</i>
16-18		<i>Eget arbete, inläsning</i>		

Vecka 4 (2)				
Måndag 23/1				
9-10 Zoom	Alla	Immunförsvaret (repetition)	BK	
10:15-12:00	Alla	Sjukdomsrespons, stress och immunsystem (PNI)	MLe	
12-13		Lunch		
13-16		Forts PNI	MLe	
16-18		<i>Eget arbete, inläsning</i>		
Tisdag 24/1				
8-10	Alla	Smärta	MLa	
10:15-12:15	Alla	Placebo	MP	
12:15-13:15		Lunch		
13-17		<i>Eget arbete, inläsning</i>		
Onsdag 25/1				

9-13 inkl lunch		<i>Eget arbete, t ex förberedelser inför stresseminarium</i>		
13:00-16:00	Alla	Stresseminarium* Diskussioner i smågrupper, därefter paneldiskussion i helklass.	LA, GK, SS, MLe, SJ	*Obligatorisk närvaro. <i>Förberedelser krävs, se kurshemsidan.</i>
16-18		<i>Eget arbete</i>		
Torsdag 26/1				
9-10:30		<i>Eget arbete</i>		
10:30-12	Alla	Preventivt arbete – hälsobeteenden	JG, TE	
12:00-13:00		Lunch		
13-16	Alla	Psykologisk behandling vid somatisk sjukdom – varför och hur?	BL, JS	
16:00-18:00		<i>Eget arbete, inläsning t ex inför seminariet Evidens och studiedesign</i>		
Fredag 27/1				
9-10:30		<i>Eget arbete</i>		
10:30-12	Alla	Komplementär och alternativ medicin	MLe	
12-13		Lunch		
13-15	Alla	Seminarium: Evidens och studiedesign inom hälsopsykologiområdet	SJ	<i>Förberedelser krävs, se kurshemsidan.</i>
15:15-16:00	Alla	Inför auskultation*	SJ	*Obligatorisk närvaro. <i>Förberedelser krävs, se kurshemsidan.</i>
16-18		<i>Eget arbete, inläsning t ex inför seminariet i Reproduktiv hälsopsykologi</i>		
Vecka 5 (3)				
Måndag 30/1				
8:30-10:30	Alla	Seminarium: Reproduktiv hälsopsykologi	EF	<i>Förberedelser krävs, se kurshemsidan.</i>
10:45-12:15	Alla	Psykosexuell hälsa	LF	
12:15-13:15		Lunch		
13:15-15:00	Alla	HBTQ-hälsa	RB	
15-17:30		<i>Eget arbete</i>		

Tisdag 31/1				
8-17 inkl lunch	Alla	Arbete med gruppuppgift sjukdomslära, inläsning (9-13 Omtentamen utvecklingspsykologi moment 1)		
10-11:30 Q-huset	HLR gr 1		YL	
13-14:30 Q-huset	HLR gr 2		YL	
17:00 Inlämning av presentation sjukdomslära				
Onsdag 1/2				
8:30-11:30 Zoom	Grupp 1-3	Redovisningar gruppuppgift sjukdomslära* Redovisningar sker i tvärgrupper, se separat schema. Övrig tid eget arbete, inläsning, HLR	Flera lärare	*Obligatorisk närvaro. Förberedelser krävs, info ges vid kursstart.
13-16 Zoom	Grupp 4-6	Som ovan		
8-17 inkl lunch	Grupp 7-12	Eget arbete, inläsning		
10-11:30 Q-huset	HLR gr 3		YL	
13-14:30 Q-huset	HLR gr 4		YL	
Torsdag 2/2				
8-17 inkl lunch	Grupp 1-6	Eget arbete, inläsning		
10-11:30 Q-huset	HLR gr 5		YL	

8:30-11:30 Zoom	Grupp 7-9	Redovisningar gruppuppgift sjukdomslära* Redovisningar sker i tvärgrupper, se separat schema. <i>Övrig tid eget arbete, inläsning, HLR</i>	Flera lärare	*Obligatorisk närvaro. <i>Förberedelser krävs, info ges vid kursstart.</i>
13-16 Zoom	Grupp 10-12	<i>Som ovan</i>		

Fredag 3/2

9:00-12:00	Alla	Sjukdomslära: Uppföljning och fördjupning	LA & RC	
12-13		Lunch		
13-14:30	Alla	Psykologisk behandling av hälsoångest – varför och hur?	SÖ	
15-16:30	Alla	Global hälsa	MW	This lecture will be given in English.
15:00-18:00		<i>Eget arbete, inläsning</i>		

Vecka 6 (4)

Måndag 6/2

9:00-11:45	Alla	Sömnfysiologi + sömn, immunfunktion och hälsa	JA	
11:45-12:45		Lunch		
12:45-14:00		Forts från förmiddagen	JA	
14:15-15:45		Psykologisk behandling av insomni – varför och hur?	SJ	
15:45-18:00		<i>Eget arbete, inläsning</i>		
18:00	<i>Inlämning reviderad presentation sjukdomslära</i>			

Tisdag 7/2

9-11:30		<i>Eget arbete, t ex förberedelser eftermiddagens Journal club</i>		
11:30-12:30		Lunch		
12:30-16:00	Alla	Journal club*	JA, SJ	*Obligatorisk närvaro. <i>Förberedelser krävs. Instruktioner se kurshemsidan</i>
16-18		<i>Eget arbete, inläsning</i>		
18:00	<i>Inlämning VG-presentation</i>			

Onsdag 8/2				
9-12		<i>Eget arbete, inläsning för icke-VG-skrivare</i>		
9-12	VG-skrivare grupp 1	Seminarium: VG-uppgift	SJ & LA	<i>Obligatoriskt för VG-skrivare, anmälan och förberedelser krävs, info ges vid kursstart</i>
12-13		Lunch		
13-16	Alla	Beteendeförändringsdiskussioner*	SJ	<i>Förberedelser krävs, se kurshemsidan</i>
16-18		<i>Eget arbete, inläsning</i>		
Torsdag 9/2				
8-12 inkl lunch		QUIZ-förmiddag <i>Eget arbete, quiz-skrivning, inläsning</i>		
8:00		Obligatoriskt sjukdomslärequiz öppnar Frivilligt Hälsopsykologiquiz öppnar		
12:00 Quizen stänger				
13-16	VG-skrivare grupp 2	Seminarium: VG-uppgift	SJ & LA	<i>Obligatoriskt för VG-skrivare, anmälan och förberedelser krävs, info ges vid kursstart</i>
16-18		<i>Eget arbete, inläsning</i>		
Fredag 10/2				
8-17 inkl lunch		Hemtentamensdag		
8:00		<i>Hemtentamen öppnar</i>		
17:00 Inlämning hemtentamen				

Vecka 7 (5)				
Måndag 13/2 – Torsdag 16/2				
6 tim	Alla	Auskultation* Reflektionsbladsskrivande Inlämningsuppgift moment 2		Obligatorisk närvaro på auskultationsplatsen mån-tors. Medtag närvarointyg för underskrift på auskultationsplatsen. Lämna in digitalt i Canvas.
Torsdag 16/2 20:00		Inlämning reflektionsblad		
Fredag 17/2				
8-9:30		<i>Eget arbete</i>		
9:30-12:30	Alla	Auskultationsgenomgång*	SJ	Obligatorisk närvaro.
12:30-17:00 13:30-17:00		<i>Eget arbete.</i>		
17:00		Inlämning beteendeförändringsuppgift (moment 1) och inlämningsuppgift moment 2		
Omtenta- och Kompletteringsdatum				
Tisdag 28/2 el ons 1/3 9-12	<i>Komplettering sjukdomsläroredovisningar</i>			
Fredag 10/3 8:00	<i>Om-quizfrågor kommer upp på kurshemsidan</i>			
Lördag 11/3 8:00 17:00	<i>Om-hemtentauppgifter kommer upp på kurshemsidan</i> <i>Inlämning Omhemtenta</i>			

* = **Obligatorisk närvaro.** Om du inte kan närvara vid obligatoriska tillfällen **måste du höra av dig till kursansvarig i förväg.** Ev ersättningsuppgifter kommer upp på Kurshemsidan efter det obligatoriska tillfället. OBS att ersättningsuppgift ej kan göras för auskultation.

Lärare: Anne Christensson (AC), Bianka Karshikoff (BK), Brjánn Ljótsson (BL), Emma Fransson (EF), Göran Kecklund (GK), Jessica Norrbom (JN), Johanna Gripenberg (JG), John Axelsson (JA), Josefin Särholm (JS), Lotta Arborelius (LA), Louise Frisé (LF), Maike Winters (MW), Maria Lalouni (MLa), Mats Lekander (MLe), Moa Pontén (MP), Richard Bränström (RB), Sara Widén (SW), Sigrid Salomonsson (SS), Susanna Jernelöv (SJ), Susanna Österman (SÖ), Tobias Elgán (TE), Yvonne Lundin (YL)

OBS! Ska du skriva **omtenta** måste du anmäla dig senast en vecka före omtentatillfället till tentaanmalan@cns.ki.se Är du inte anmäld i tid kan plats inte garanteras. Anmälan ska ske även för omquiz och omhemtenta – är det ingen anmäld kommer det inte att finnas något quiz eller någon tenta att skriva.