

Schema Hälsopsykologi 7,5 hp, Psykologprogrammet vt 2024

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 231221

Tid, lokal	Grupp	Ämne	Lärare	Kommentarer, förberedelser
Vecka 3 (kursvecka 1)				
Måndag 15/1				
9:00-11:30	Alla	Introduktion till hälsopsykologi * Översikt hälsopsykologiområdet. Info om kursen, uppstart gruppuppgift sjukdomslära, info om auskultation m.m.	SJ, LA, CN	*Obligatorisk närvaro. OBS att grupparbete kring sjukdomslära påbörjas vid detta tillfälle.
11:30-12:00	VG- skrivare	VG-uppgiftsintroduktion	SJ	Info för potentiella VG- skrivare <i>Missar du detta tillfälle är det inte säkert att du kan göra VG-uppgiften</i>
12:00-13:00		Lunch		
13-15	Alla	TBD	MLe	
15:15-16:30	Alla	Modeller kring hälsopsykologi och beteendeförändring	RB	Förinspelad. Titta på denna före modell- seminariet tisdag.
16:15-18		<i>Eget arbete</i>		
18:00 Inlämning av plan för sjukdomsläregrupparbete				
Tisdag 16/1				
8:30-10:00	Alla	Kost och hälsa	AC	
10:15-12:00	Alla	Fysisk aktivitet och hälsa	JN	
12:00-13:00		Lunch		
13-15	Alla	Seminarium: Modeller kring hälsopsykologi och beteendeförändring	SJ & RB	<i>Förberedelser krävs, se kurshemsidan.</i> Titta på Richards inspelade föreläsning innan!
15-17:30		<i>Eget arbete</i>		
18:00 Anmälan VG-uppgift				

Onsdag 17/1				
9:00-16:00 inkl lunch	Alla	Workshop: Beteendeförändring* <i>Del 1 av ifyllt dokument kring beteendeförändringsarbetet lämnas in på kurshemsidan senast kl 18:00 (mjuk deadline).</i>	SW	*Obligatorisk närvaro.
16-18		<i>Eget arbete, inläsning</i>		
18:00	Inlämning av del 1 eget beteendeförändringsarbete			

Torsdag 18/1				
9-12		<i>Eget arbete, inläsning</i>		
12-13		Lunch		
13-16	VG-skrivare	Seminarium VG-ämnen	EFO, PB & SJ	Obligatoriskt för VG-skrivare.
13-18		<i>Eget arbete, inläsning</i>		
Fredag 19/1				
9-12		<i>Eget arbete, inläsning, inklusive egen repetition av immunsystemet, ANS och HPA vid behov</i>		
10-12	Alla	Subjektiv och objektiv hälsa och ohälsa, och Mind-body-dualism	MLe	Poddavsnitt: Psykologisk forskning "Mind body dualism"
12-13		Lunch		
13-16	Alla	Seminarium: Stressbegreppet, modeller kring stress och mätning av stress	BK, SJ & LA	<i>Förberedelser krävs, se kurshemsidan.</i>
16-18		<i>Eget arbete, inläsning</i>		

Vecka 4 (2)				
Måndag 22/1				
9-12	Alla	Sjukdomsrespons, stress, stressrespons och immunsystem (PNI)	MLe & LA	
12-13		Lunch		
13-16		Forts PNI etc	MLe & LA	
16-18		<i>Eget arbete, inläsning</i>		
Tisdag 23/1				
9-11	Alla	Smärta	MLa	
11:15-12:00	Alla	Placebo	MP	Podden Psykologisk forskning Säsong 2 Avsnitt 7 Placebo och nocebo
12-13		Lunch		
13:00-13:45	Alla	Fortsättning Placebo	MP	
14:00-15:30	Alla	Komplementär och alternativ medicin	MLe	
15:30-18		<i>Eget arbete, inläsning</i>		
Onsdag 24/1				
9-13 inkl lunch		<i>Eget arbete, t ex förberedelser inför stresseminarium</i>		
13-16	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 25/1				
9:00-10:30	Alla	Psykologisk behandling av hälsoångest – varför och hur?	SÖ	
10:45-12:00	Alla	Global hälsa	JAA	
12-13		Lunch		
13-15	Alla	Seminarium: Evidens och studiedesign inom hälsopsykiatriområdet	EFo & SJ	<i>Förberedelser krävs, se kurshemsidan.</i>
15-18		<i>Eget arbete, inläsning t ex inför seminariet i Reproductiv hälsopsykiatri</i>		

Fredag 26/1				
9-10:30		<i>Eget arbete</i>		
10:30-12	Alla	Preventivt arbete – hälsobeteenden	JG & PK	
12-13		Lunch		
13-16	Alla	Psykologisk behandling vid somatisk sjukdom – varför och hur?	SJ & JS	
16-18		<i>Eget arbete</i>		
Vecka 5 (3)				
Måndag 29/1				
Sista anmälningdag ordinarie tentamen				
8:30-10:30	Alla	Seminarium: Reproduktiv hälsopsykologi	EFr	<i>Förberedelser krävs, se kurshemsidan.</i>
10:45-12:15	Alla	Könsdysfori hos barn och unga	LF	
12:15-13:15		Lunch		
13:15-15:00	Alla	HBTQ-hälsa	RB	Podden Psykologisk forskning Sexuell läggning, social trygghet och minoritetsstress.
15-17:30		<i>Eget arbete, inläsning</i>		
Tisdag 30/1				
9-18 inkl lunch	Alla	<i>Eget arbete, t ex med gruppuppgift sjukdomslära. "Ämnesparen" synkar sig inför morgondagen.</i> <i>(9-13 Omtentamen utvecklingspsykologi moment 1)</i>		Möjlighet till frågestund med Lotta, boka tid i Canvas
Onsdag 31/1				
8:30-12	Redovisningsgrupp 1-6	Sjukdomsläreredovisningar* FM redovisningar	LA	Redovisningsgrupperna är tvärgrupper med medlemmar från olika arbetsgrupper
12-13		Lunch		
13-17		Sjukdomsläreredovisningar* EM uppdatering av dokument för inskick	LA	
17-17:30		<i>Eget arbete</i>		
18:00	Inlämning av slutdokument (ett per redovisningsgrupp) för sjukdomsläran			

Torsdag 1/2				
9-18		<i>Eget arbete, inläsning</i>		
Fredag 2/2				
9:00-11:45	Alla	Sömnfysiologi + sömn, immunfunktion och hälsa	JA	
11:45-12:45		Lunch		
12:45-14:00		Forts från förmiddagen	JA	
14:15-16		Psykologisk behandling av insomni – varför och hur?	SJ	
16-18		<i>Eget arbete, inläsning</i>		
18:00 Inlämning del 2 eget beteendeförändringsarbete				
Vecka 6 (4)				
Måndag 5/2				
9:00-12:00		Sjukdomslära: Uppföljning och fördjupning	LA & MG	
12-13		Lunch		
13:00-16:00		Beteendeförändringsdiskussioner*	SJ, PB & Efo	<i>Förberedelser krävs – gör del 2 av uppgiften, presentera. Närvarouppgift efteråt.</i>
16:00-18:00		<i>Eget arbete, inläsning</i>		
Tisdag 6/2				
9-18 <i>Inkl lunch</i>		<i>Eget arbete, inläsning</i>		
18:00 MOMENT 2 Inlämning inför auskultation HÅRD DEADLINE				
Onsdag 7/2				
9-10		<i>Eget arbete</i>		
10-12	Grupp 1-12	Journal club*	JA & SJ	*Obligatorisk närvaro. <i>Förberedelser krävs.</i>

				<i>Instruktioner se kurshemsidan</i>
12-13		Lunch		
13-14	Alla	Forts JC: Gemensam artikelgenomgång*	JA & SJ	*Obligatorisk närvaro. <i>Förberedelser krävs. Instruktioner se kurshemsidan</i>
14:15-15:00	Alla	Inför auskultation*	SJ & CN	*Obligatorisk närvaro. <i>Förberedelser krävs, se kurshemsidan.</i>
15-18		<i>Eget arbete, inläsning</i>		
18:00	<i>Inlämning VG-uppgift</i>			
Torsdag 8/2				
9-18		<i>Eget arbete, inläsning</i>		
13-16	VG-skrivare	Seminarium: VG-uppgift	SJ, PB, EFo	Obligatoriskt för VG-skrivare, anmälan och förberedelser krävs, info ges vid kursstart
Fredag 9/2				
8:15-12:15		Tentamen <i>Skriftlig salstentamen (Sjukdomslära och hälsopsykologi)</i>		OBS Sista anmälningdag 29/1
12:15-18 Inkl lunch		<i>Eget arbete, t ex förberedelser för auskultation (inläsning om verksamheten m.m.)</i>		

Vecka 7 (5)				
Måndag 12/2 – Torsdag 15/2				
6 tim per dag (i vissa fall 3 dagar à 8h)	Alla	Auskultation* Reflektionsbladsskrivande Inlämningsuppgift moment 2		Obligatorisk närvaro på auskultationsplatsen mån- tors. Medtag närvarointyg för underskrift på auskultationsplatsen. Lämna in digitalt i Canvas.
Torsdag 15/2 18:00		Inlämning Beskrivning Auskultationsplats		
Fredag 16/2				
8-9:30		<i>Eget arbete</i>		
9:30-12:30 Petrén Grupprum Petrén	Alla	Auskultationsgenomgång*	SJ, CN	Obligatorisk närvaro.
12:30-17:00 <i>Inkl lunch</i>		<i>Eget arbete</i>		
18:00		Inlämning Reflektionsblad		
Omtenta- och Kompletteringsdatum				
Tisdag 27/2 el ons 28/2 9-12	<i>Komplettering sjukdomsläredovisningar</i>			
Fredag 22/3 8:15-12:15	<i>Skriftlig omtentamen – Sista anmälningsdag 11/3</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. Missad auskultation tas igen med om-auskultation som du måste ordna själv. Ibland kan ordinarie auskultationsplats ta emot vid ett senare tillfälle. Diskutera med kursledningen.

OBS! Du måste själv anmäla dig till tentamen senast 10 kalenderdagar före tentatillfället, det gäller även ordinarie tentamenstillfälle. Är du inte anmäld i tid kan plats inte garanteras. För att kunna anmäla dig till tentamen behöver du vara registrerad på aktuell kursgivning i Ladok.

Har du resursintyg behöver du inkomma med dessa till examinator senast 10 kalenderdagar innan tentamen för att kunna få beviljat stöd.

Lärare: Jhon Álvarez Ahlgren (JAA), Lotta Arborelius (LA), John Axelsson (JA), Richard Bränström (RB), Anne Christensson (AC), Emma Fransson (Efr), Erik Forsell (EFo), Louise Frisén (LF), Johanna Gripenberg (JG), Milou Gamage (MG), Susanna Jernelöv (SJ), Bianka Karshikoff (BK), Göran Kecklund (GK), Pia Kvillemo (PK), Maria Lalouni (MLa), Mats Lekander (MLE), Jessica Norrbom (JN), Moa Pontén (MP), Josefin Särholm (JS), Sigrid Salomonsson (SS), Sara Widén (SW), Susanna Österman (SÖ)