



## Kursplan

Fakulteten för hälso- och livsvetenskap

Institutionen för psykologi

4PS556 Tillämpad hälsopsykologi, 7,5 högskolepoäng

4PS556 Applied health psychology, 7.5 credits

### Huvudområde

Psykologi

### Ämnesgrupp

Psykologi

### Nivå

Avancerad nivå

### Fördjupning

A1N

### Fastställande

Fastställd av Fakulteten för hälso- och livsvetenskap 2023-01-16

Kursplanen gäller från och med höstterminen 2023

### Förkunskaper

180 hp inom huvudområdet psykologi inklusive följande kurser: 1PS523 Introduktion till psykologi, 7,5 hp; 1PS533 Introduktion till hälsopsykologi, 7,5 hp; 1PS521 Introduktion till biopsykologi 7,5 hp; 1PS532 Integrering av kognition och emotion samt hjärnfunktion 7,5 hp; 1PS531 Psykiatriska tillstånd, 15 hp; 2PS534 Psykologisk behandling, teori om kognitiv beteendeterapi, 7,5 hp; 2PS535 Psykologisk behandling, teori om psykodynamisk terapi, 7,5 hp; 2PS537 Verksamhetsförlagd utbildning för psykologer, 22,5 hp; 4PS550 Psykologisk behandling metoder 1, 15 hp, eller motsvarande.

### Mål

Efter avslutad kurs ska studenten kunna:

### Kunskap och förståelse

- Förklara hur stressrelaterade problem, insomni och sömnproblem uppstår och vidmakthålls.
- Förklara betydelsen och tillämpningen av psykologiska perspektiv vid somatiska tillstånd och symtom.

### **Färdighet och förmåga:**

- Göra individanpassade fallkonceptualiseringar och ge motiverade förslag på behandlingsinterventioner för stressrelaterade problem, insomni och sömnproblem.
- Ur ett hälsopsykologiskt perspektiv ge motiverade förslag på individanpassade interventioner vid långvarig smärta.
- Anpassa fallkonceptualiseringar och interventioner för hälsopsykologiska problem utifrån vårdnivå (specialistvård eller primärvård).
- Uppmärksamma, bemöta och initiera åtgärder för personer utsatta för våld i nära relationer.

### **Värderingsförmåga och förhållningssätt:**

- Resonera kring etiska aspekter i förhållande till hälsopsykologisk fallkonceptualisering och behandling.

### **Innehåll**

#### **Kursen innehåller följande moment:**

- Etiologi, vidmakthållande och interventioner för stressrelaterade problem, insomni och sömnproblem.
- Psykologiska perspektiv vid somatiska tillstånd och symtom.
- Hälsopsykologiska interventioner vid långvarig smärta.
- Primärvårdsanpassade fallkonceptualiseringar och interventioner vid hälsopsykologiska problem.
- Våld i nära relationer.

### **Undervisningsformer**

Undervisningen sker genom föreläsningar och grupparbeten.

### **Examination**

Kursen bedöms med betygen Underkänd eller Godkänd.

Examination sker genom tre examinerande seminarier om sammantaget 4 hp och en skriftlig tentamen om 3,5 hp. För att få godkänt på kursen måste samtliga examinationsmoment vara godkända.

Förnyad examination ges i enlighet med Lokala regler för kurs och examination på grundnivå och avancerad nivå vid Linnéuniversitetet.

Om universitetet beslutat att en student har rätt till särskilt pedagogiskt stöd på grund av funktionsnedsättning, har examinator rätt att ge ett anpassat prov eller att studenten genomför provet på ett alternativt sätt.

### **Kursvärdering**

Under kursens genomförande eller i nära anslutning till kursen genomförs kursvärdering. Resultat och analys av genomförd kursvärdering ska skyndsamt

återkopplas till de studenter som genomfört kursen. Studenter som deltar vid nästa kurstillfälle erhåller återkoppling vid kursstart.

## Övrigt

Kursen ingår i psykologprogrammet.

## Kurslitteratur och övriga läromedel

Långvarig smärta. Smärtmedicin vol.2. (senaste upplagan). Emmanuel Bäckryd och Mads U. Werner (red.). Liber AB, Stockholm. (Läses i urval, ca 120 s).

Manber, R. & Carney, C. (senaste upplagan). KBT vid Sömnproblem Terapeutmanual för individanpassad behandling. Natur & Kultur. (384 s).

Nationellt centrum för kvinnofrid. En introduktionskurs om mäns våld mot kvinnor och våld i nära relationer. Webbaserat utbildningsmaterial, finns på <https://webbkursomvald.se/>

Region Stockholm - Kompetenscentrum psykisk ohälsa - Gustavsbergs vårdcentral. Kognitiv beteendeterapi för stress- och utmattningsproblematik – En självhjälpsbehandling. (senaste upplagan). Region Stockholm, (155 s). Boken finns att beställa på: <https://www.kompetenscentrumpsykiskohalsa.se/aktuella-publikationer/bestall/>.

Vetenskapliga artiklar enligt kursledarens anvisningar (ca 300 s).

### Referenslitteratur

Almén, N. (senaste upplagan) Stress och Utmattningsproblem – Kognitiva och beteendeterapeutiska metoder. Studentlitteratur, (564 s).

Linton, S., & Flink, I. (senaste upplagan). Hälsopsykologi i vården. Stockholm: Natur & Kultur, (258 s).

Morrison, V., & Bennett, P. (senaste upplagan). Introduction to Health Psychology. Pearson, (705 s).