



Kursplan

Fakulteten för hälso- och livsvetenskap
Institutionen för hälso- och vårdvetenskap

4VÅ106 Livsstil och hälsa, 7,5 högskolepoäng
Lifestyle and Health, 7.5 credits

Huvudområde

Vårdvetenskap

Ämnesgrupp

Omvårdnad/omvårdnadsvetenskap

Nivå

Avancerad nivå

Fördjupning

A1N

Fastställande

Fastställd 2020-11-30.

Reviderad 2025-03-03. Har uppdaterat kurslitteratur då tidigare litteratur var inaktuell på grund av ålder.

Kursplanen gäller från och med vårtermin 2025.

Förkunskaper

Grundläggande behörighet för studier på avancerad nivå samt särskild behörighet:
Yrkesverksamhet som legitimerad sjuksköterska motsvarande minst 12 månaders
heltidstjänstgöring

Kandidatexamen i vårdvetenskap eller motsvarande

Svenska 3

Engelska 5

Mål

Kunskap och förståelse

Efter avslutad kurs förväntas studenten kunna:

- M.1 Analysera teorier och modeller för hälsofrämjande arbete nationellt, internationellt och globalt.
- M.2 Diskutera komplexiteten i hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande arbete i relation till personcentrerad vård, etiska aspekter samt mäns våld mot kvinnor.
- M.3 Motivera hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande arbete i relation till hälsans bestämningsfaktorer.

Färdighet och förmåga

Efter avslutad kurs förväntas studenten kunna:

- M.4 Utifrån vetenskaplig evidens initiera, planera, utarbeta och utvärdera en hälsofrämjande och/eller sjukdomsförebyggande intervention i syfte att främja fysisk, psykisk och social hälsa.

Värderingsförmåga och förhållningssätt

Efter avslutad kurs förväntas studenten kunna:

- M.5 Jämföra och kritiskt diskutera modeller för hälsosamtal.
- M.6 Reflektera över och kritiskt granska hållbarhet inom hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande arbete ur ett ekologiskt, socialt och ekonomiskt perspektiv.

Innehåll

- hälsoteorier och hälsomodeller
- hälsosamtal
- hälsans bestämningsfaktorer
- hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande arbete
- personcentrerad vård
- etik
- vårdpedagogik
- e-hälsa

Undervisningsformer

Arbete i grupp
 Enskilt arbete
 Seminarier

Föreläsningar
Samtalsövningar

Examination

Kursen bedöms med betygen Underkänd, Godkänd eller Väl godkänd.

Kursens betygskriterier framgår för varje examinationsuppgift och utgör underlag för betygssättning.

För betyget G ska kursens mål vara uppnådda. För VG som slutbetyg på kursen krävs G på den individuella skriftliga och muntliga reflektionen samt VG på den individuella skriftliga hemtentamen.

Omexamination 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.

Måluppfyllelse

Examinationen av kursen delas in i följande moment:

Modul 2401 Examinationsuppgift 1 - Individuell skriftlig och muntlig reflektion 2,5 hp med betygsskalan UG

Modul 2402 Examinationsuppgift 2 - Individuell skriftlig hemtentamen 5,0 hp med betygsskalan UV

Examinationsmomenten kopplas till lärandemålen enligt följande:

Modul 2401 kopplar till lärandemål: M.2, M.6

Modul 2402 kopplar till lärandemål: M.1, M.2, M.3, M.4, M.5

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. Kursvärdering genomförs anonymt.

Överlappning

Kursen kan inte ingå i examen med annan kurs, vars innehåll helt eller delvis överensstämmer med innehållet i följande kurs/kurser:

4VÅ105, 7,5 hp.

Kurslitteratur och övriga läromedel

Bagger- Sjöbäck, D. (senaste upplaga). *Det goda åldrandet - Vad du behöver veta om din kropp och hälsa*. Studentlitteratur

Edberg, A-K., Ehrenberg, A., Friberg, F., Wallin, L., Wijk, H., Öhlén, J. (senaste upplaga). *Omvårdnad på avancerad nivå - kärnkompetenser inom sjuksköterskans specialistområden*. Studentlitteratur.

Hultgren, E.K. (senaste upplaga). *Distriktssköterskan specialistområden*.

Studentlitteratur.

Miller, W. R., & Rollnick, S. (senaste upplaga). *Motiverande samtal: att hjälpa människor till förändring och utveckling* (häftad). Natur Kultur Läromedel och Akademi.

Sandman, L., & Kjellström, S. (senaste upplaga). *Etikboken. Etik för vårdande yrken*. Studentlitteratur.

Scriven, A. (senaste upplaga). *Ewles & Simnet Promoting Health: a practical guide*. Studentlitteratur.

Socialstyrelsen (Senaste upplaga). *Nationella riktlinjer för prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor. Stöd för styrning och ledning*. Tillgänglig www.socialstyrelsen.se.