



## Kursplan

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

4VÅ107 Livsstil och hälsa, 7,5 högskolepoäng  
Lifestyle and Health , 7.5 credits

### Huvudområde

Vårdvetenskap

### Ämnesgrupp

Omvårdnad/omvårdnadsvetenskap

### Nivå

Avancerad nivå

### Fördjupning

A1N

### Fastställande

Fastställd 2025-06-09.

Kursplanen gäller från och med vårtermin 2026.

### Förkunskaper

Kandidatexamen i vårdvetenskap eller motsvarande

Yrkesverksamhet som legitimerad sjuksköterska motsvarande minst 12 månaders heltidstjänstgöring

Svenska 3

Engelska 5

### Mål

*Kunskap och förståelse*

Efter avslutad kurs förväntas studenten kunna:

A.1 Analysera teorier och metoder för hälsofrämjande arbete nationellt, internationellt och globalt.

A.2 Diskutera hälsofrämjande arbete i relation till ledarskap, personcentrerad vård, etiska aspekter och våld i nära relationer.

A.3 Motivera hälsofrämjande arbete i relation till hälsans bestämningfaktorer.

### *Färdighet och förmåga*

Efter avslutad kurs förväntas studenten kunna:

B.1 Utifrån vetenskaplig evidens initiera, planera, utarbeta och utvärdera en hälsofrämjande intervention i syfte att främja fysisk, psykisk, social och existentiell hälsa.

B.2 Identifiera och analysera distriktssköterskans roll och ansvar inom ledarskap för att främja hälsa och levnadsvanor.

### *Värderingsförmåga och förhållningssätt*

Efter avslutad kurs förväntas studenten kunna:

C.1 Jämföra och kritiskt diskutera olika samtalsmetoder.

C.2 Reflektera över och kritiskt granska hållbar utveckling inom hälsofrämjande arbete ur ett socialt och ekonomiskt perspektiv.

## Innehåll

- distriktssköterskans ledarskap
- hälsoteorier och hälsomodeller
- samtalsmetoder
- hälsans bestämningfaktorer
- hälsofrämjande arbete
- hållbar utveckling
- personcentrerad vård
- etik
- vårdpedagogik
- informatik

## Undervisningsformer

Föreläsning

Enskilt arbete

Arbete i grupp

Seminarier

## 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 tentamen och seminariet (Examination 1) samt VG på den

individuella skriftliga hemtentamen (Examination 2).

Omexamination ges i enlighet med Lokala regler för kurs och examination på grundnivå och avancerad nivå vid Linnéuniversitetet. I det fall student med funktionsnedsättning har rätt till särskilt pedagogiskt stöd beslutar examinator om anpassad eller alternativ examination.

## Måluppfyllelse

Examinationen av kursen delas in i följande moment:

Modul 2601 Examination 1- Individuell skriftlig tentamen och seminarium 2,5 hp med betygsskalan UG

Modul 2602 Examination 2- Individuell skriftlig tentamen 5,0 hp med betygsskalan UV

Examinationsmomenten kopplas till lärandemålen enligt följande:

Modul 2601 kopplar till lärandemål: A.2, B.2, C.2

Modul 2602 kopplar till lärandemål: A.1, A.2, A.3, B.1, C.1

## Kursvärdering

Kursvärdering genomförs under kursen eller i nära anslutning till kursens avslutning. Resultat och analys av genomförd kursvärdering ska skyndsamt återkopplas till de studenter som genomfört kursen. Studenter som deltar vid nästa kurstillfälle ska senast vid kursstart informeras om föregående kursvärderingsresultat och genomförda förändringar i kursen.

## Överlappning

Kursen kan inte ingå i examen med annan kurs, vars innehåll helt eller delvis överensstämmer med innehållet i följande kurs/kurser:  
4VÅ105 och 4VÅ106, 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. (ca 150s)

Edberg, A-K., Ehrenberg, A., Friberg, F., Wallin, L., Wijk, H., Öhlén, J. (senaste upplaga). *Omvårdnad på avancerad nivå - kärnkompetenser inom sjuksköterskans specialistområden*. Studentlitteratur. (ca 300s)

Hultgren, E.K. (senaste upplaga). *Distriktssköterskan specialistområden*. Studentlitteratur. (ca 300s)

Klinga, C., & Söderhielm, T. (senaste upplaga). *Ledarskap i vård och omsorg*. Liber. (ca 156s)

Miller, W. R., & Rollnick, S. (senaste upplaga). *Motiverande samtal: att hjälpa människor till förändring och utveckling* (häftad). Natur Kultur Läromedel och Akademi. (ca 200s)

Sandman, L., & Kjellström, S. (senaste upplaga). *Etikboken. Etik för vårdande yrken*. Studentlitteratur. (ca 300s)

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

Studentlitteratur. (ca 200s)

Socialstyrelsen (senaste upplaga). Nationella riktlinjer för prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor. Stöd för styrning och ledning. Tillgänglig [www.socialstyrelsen.se](http://www.socialstyrelsen.se).

Wiklund Gustin, L (senaste upplaga). *Vårdande vid psykisk ohälsa - på avancerad nivå*. Studentlitteratur. (ca 300s).

Lagar, författningar, styrdokument och vetenskapliga artiklar, (ca 100s)