



**LUNDS**  
UNIVERSITET

Samhällsvetenskapliga fakulteten

## **PSYE27, Psykologi: Att prestera under stress - teori och tillämpningar, 15 högskolepoäng**

*Psychology: Performance under Stress, 15 credits*

Grundnivå / First Cycle

---

### **Fastställande**

Kursplanen är fastställd av Styrelsen vid institutionen för psykologi 2013-11-12 och senast reviderad 2016-09-14 av Ledningsgruppen för fristående kurser vid institutionen för psykologi. Den reviderade kursplanen gäller från och med 2017-01-16, vårterminen 2017.

### **Allmänna uppgifter**

Kursen ges som fristående kurs och kan ingå i kandidatexamen med psykologi som huvudområde eller i ett program enligt utbildningsplan.

*Undervisningsspråk:* Svenska

*Huvudområde*

Psykologi

*Fördjupning*

G1N, Grundnivå, har endast gymnasiala förkunskapskrav

### **Kursens mål**

Efter genomgången kurs ska studenten visa

#### **Kunskap och förståelse**

- Kunskap om relevanta teorier som beskriver sambandet mellan olika typer av akut stress och olika former av mänsklig prestation
- Kunskap om aktuell stressforskning, samt metoder för hur man mäter olika aspekter av stress och prestation
- Kunskap om begrepp, relevanta för att förstå relationen mellan stress och prestation, så som uppmärksamhet, minne, motorik och beslutsfattande
- Förståelse för hur individuella skillnader i kognitiv kapacitet och personlighet är relaterat till prestation i allmänhet och prestation under stress i synnerhet
- Förståelse för hur olika yrkeskategorier påverkas av högstressituationer i sin yrkesutövning och faktiska prestation

- Kunskap om begreppet risk och dess relation till stress
- Förståelse för hur organisationskultur och felaktig kommunikation ökar risken för att olyckor och katastrofer skall uppkomma
- Förståelse för hur interventioner på individ- och organisationsnivå kan användas för att hantera och bearbeta prestationshämmande stress
- Förståelse för i vilka situationer stress befrämjar prestation och när det inverkar negativt

## **Färdighet och förmåga**

- förmåga att urskilja hur olika former av stress får olika effekter på prestation
- förmåga att integrera de på kursen belysta perspektiven på stress och effekterna av stress
- förmåga att applicera kunskaper om stress i tillämpade situationer inom yrkeslivet, genom att:
  - planera träning/utbildning i stresshantering
  - upptäcka onödiga risker som kan uppstå i högstressituationer

## **Kursens innehåll**

Delkurs 1. Grundläggande teorier om stress, prestationspsykologi och beslutfattande (6 hp)

Under delkursen tillägnar studenten sig grundläggande psykologisk kunskap om begreppen stress och prestation. Olika sätt att definiera stress kommer att presenteras och sättas i samband med prestationsmått av olika slag däribland sociala, fysiologiska och kognitiva. Vidare kommer sambandet mellan fysiologiska responser på stress och prestation att belysas. Därtill kommer studenten att få kunskap i grundläggande teorier om beslutsfattande och relationen mellan beslutsfattande och prestation under stress. Utöver detta kommer studenten att få utbildning i hur individuella skillnader i personlighet och kognitiv kapacitet är relaterat till förmågan att prestera under stress. Slutligen kommer studenten att få kunskap om den effekt extrema former av stress kan ha på kognitiv prestation.

Delkurs 2. Stress och dess effekter i tillämpning (6 hp)

Kursen behandlar begreppen risk och stress och dess koppling till arbetsorganisationen, främst inom yrken som arbetar med riskverksamhet eller i s.k. högstressmiljöer. Under delkursen kommer studenten att tillägna sig grundläggande kunskaper om vilka faktorer som ökar risken för fel, misstag och olyckor i arbetsorganisationen samt strategier för att motverka dessa. Vidare kommer studenten att få en introduktion till ledarskap under stress, olycksanalys och hur man bygger en motståndskraftig organisation. Studenten kommer även att tillägna sig kunskaper om olika interventioner på individ, grupp och organisationsnivå som kan användas för att hantera och bearbeta risker och prestationshämmande stress.

Delkurs 3: Projektarbete (3hp)

Studenten genomför ett fördjupande projektarbete, inom ett för kursen relevant område där teori kopplas till praktiska exempel.

## Kursens genomförande

Undervisningen består av föreläsningar, seminarier och gruppövningar. Deltagande är obligatoriskt i seminarier och gruppövningar om inte särskilda skäl föreligger. Komplettering av obligatoriska moment erbjuds studenter som utan egen förskyllan, till exempel olycksfall, plötslig sjukdom eller liknande händelser, inte kunnat genomföra det obligatoriska momentet. Detta gäller också studenter som har missat undervisning på grund av ett förtroendeuppdrag som studentrepresentant. Vid sådan frånvaro åligger det studenten själv att kontakta kursansvarig.

## Kursens examination

Examinationen består av skriftliga prov samt skriftlig rapport baserad på grupparbete och redovisning av grupparbetet. I samband med kursen erbjuds tre provtillfällen: ordinarie prov, omprov och uppsamlingsprov. Inom ett år efter att kursen genomgått en större förändring eller upphört erbjuds minst två ytterligare provtillfällen på samma kursinnehåll. Därefter erbjuds studenten ytterligare provtillfällen men i enlighet med då gällande kursplan.

*Prov/moment för denna kurs finns i en bilaga i slutet av dokumentet.*

## Betyg

Betygsskalan omfattar betygsgraderna Underkänt, E, D, C, B, A.

Som betyg används någon av beteckningarna A, B, C, D, E eller Underkänd. Högsta betyg betecknas med A och lägsta betyg för godkänt resultat med E. Betyg för icke godkänt resultat betecknas med Underkänd. Studentens resultat bedöms utifrån kursens lärandemål. För betyget E ska studenten visa ett tillräckligt resultat. För betyget D ska studenten visa ett tillfredsställande resultat. För betyget C ska studenten visa ett bra resultat. För betyget B ska studenten visa ett mycket bra resultat. För betyget A ska studenten visa ett utmärkt resultat. För betyget Underkänd har studenten visat ett otillräckligt resultat.

Vid kursens start informeras studenterna om kursplanens lärandemål samt om betygsskalan och dess tillämpning i kursen.

För helkursbetyg görs en sammanvägning av delkursbetygen, baserad på ett medelvärde av de ingående betygen (där A = 5, B = 4, C = 3, D = 2, och E = 1) för moment med graderat betyg. För att få godkänt betyg (minst E) på hel kurs måste studenten ha fått minst E på alla graderade moment och ha varit närvarande på obligatoriska moment.

## Förkunskapskrav

Grundläggande behörighet samt Samhällskunskap 1b/1a1 + 1a2 eller Samhällskunskap A (områdesbehörighet 5/A5)

Prov/moment för kursen PSYE27, Psykologi: Att prestera under stress - teori och tillämpningar

Gäller från H13

- 1301 Prestation under stress - perspektiv och tillämpningar, 6,0 hp  
Betygsskala: Underkänt, E, D, C, B, A
- 1302 Stress och effekter i tillämpning, 6,0 hp  
Betygsskala: Underkänt, E, D, C, B, A
- 1303 Projektarbete, 3,0 hp  
Betygsskala: Underkänt, E, D, C, B, A