



**LUNDS**  
UNIVERSITET

Samhällsvetenskapliga fakulteten

**PSYE20, Psykologi: Hälsa och välbefinnande, 15  
högskolepoäng**  
*Psychology: Health and Wellbeing, 15 credits*  
Grundnivå / First Cycle

---

### Fastställande

Kursplanen är fastställd av Styrelsen vid institutionen för psykologi 2021-11-16 och senast reviderad 2023-06-12 av Studierektor vid Institutionen för psykologi. Den reviderade kursplanen gäller från och med 2023-06-12, höstterminen 2023.

### Allmänna uppgifter

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

*Undervisningsspråk:* Svenska och Engelska

*Huvudområde*

-

*Fördjupning*

G1N, Grundnivå, har endast gymnasiala förkunskapskrav

### Kursens mål

Efter genomgången kurs ska studenten

#### Kunskap och förståelse

- visa förståelse för hur individuella, sociala och intersektionella faktorer är kopplade till olika aspekter av hälsa
- visa kunskap om olika typer av stress, stressreaktionernas psykologi och fysiologi samt patologiska aspekter av stress
- visa kunskap om psykologiska teorier som behandlar faktorer för främjande av hälsa och ökat välbefinnande
- visa kunskap om teorier rörande interventioner för främjande av hälsa och ökat välbefinnande
- visa kunskap om metoder och tekniker för att undersöka frågeställningar i relation till hälsa och ohälsa

## Färdighet och förmåga

- visa förmåga att, utifrån ett psykologiskt perspektiv, identifiera, formulera och föreslå möjliga lösningar gällande problem relaterade till hälsa och välbefinnande
- visa förmåga att relatera stress till uppkomsten av olika stressymptom
- visa förmåga att jämföra och relatera olika teorier och förklaringar till ohälsa, hälsa och välbefinnande i relation till individen och hens kontext
- visa förmåga att jämföra och relatera olika perspektiv kring förebyggande arbete i relation till ohälsa
- visa förmåga att söka vetenskaplig information avseende hälsa och välbefinnande
- förmåga att kommunicera kunskap om hälsa och välbefinnande till olika målgrupper

## Värderingsförmåga och förhållningssätt

- visa förmåga att reflektera över olika metoder och tekniker för att undersöka och hantera frågeställningar rörande hälsa och välbefinnande
- visa förmåga att göra kritiska bedömningar av information som berör hälsa och välbefinnande
- visa förmåga att kritiskt värdera vetenskaplig information avseende hälsa och välbefinnande

## Kursens innehåll

Kursen syftar till att ge deltagarna grundläggande kunskaper inom vissa områden av forskningsfältet hälsa och välbefinnande. Dessa områden inkluderar omständigheter och förklaringsmodeller för sambandet mellan individuella skillnader och hälsa, stress och stresshantering, psykologiska faktorer relaterade till hälsa och välbefinnande samt metoder och tekniker för att undersöka och hantera frågeställningar relaterade till hälsa och välbefinnande.

Kursen består av tre delkurser.

### *Delkurs 1. Psykologi och (o)hälsa (6 högskolepoäng)*

Delkursen ger grundläggande kunskaper om hur psykologisk teori och forskning kan användas för att förstå och förklara såväl hälsa som ohälsa

### *Delkurs 2. Positiv psykologi (6 högskolepoäng)*

Delkursen ger grundläggande kunskaper om teori, forskning och kritiska perspektiv kring faktorer som är relevanta för psykiskt välbefinnande och hälsa.

### *Delkurs 3. Temaarbete (3 högskolepoäng)*

Delkursen innebär genomförande av ett självständigt arbete med anknytning till ett självvalt tema inom området hälsa och välbefinnande.

## Kursens genomförande

Undervisningen beträffande de teoretiska momenten består av föreläsningar och gruppövningar. Ersättning eller alternativ tidpunkt för obligatoriska moment erbjuds studenter som utan egen förskyllan, till exempel olycksfall, plötslig sjukdom eller liknande händelser, inte kunnat genomföra obligatoriska momentet, eller om särskilda skäl föreligger. Detta gäller också studenter som har missat undervisning på grund av ett förtroendeuppdrag som studentrepresentant.

## **Kursens examination**

Alla tre delkurser examineras skriftligt. Utöver skriftliga examinationer krävs aktivt deltagande i obligatoriska seminarier om inte särskilda skäl föreligger. 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.

Om så krävs för att en student med varaktig funktionsnedsättning ska ges ett likvärdigt examinationsalternativ jämfört med en student utan funktionsnedsättning, så kan examinator efter samråd med universitetets avdelning för pedagogiskt stöd fatta beslut om alternativ examinationsform för berörd student.

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

## **Betyg**

Betygsskalan omfattar betygsgraderna Underkänd, Godkänd.

Betygsskalan omfattar betygsgraderna Underkänd, Godkänd. Som betyg används något av uttrycken Godkänd och Underkänd. För betyget Godkänd ska studenten visa ett tillräckligt resultat. För betyget Underkänd har studenten visat ett otillräckligt resultat. För betyget Godkänd på hela kursen krävs betyget Godkänd på samtliga delkurser.

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

## **Förkunskapskrav**

Grundläggande behörighet samt Samhällskunskap 1b eller 1a1 + 1a2.

## Prov/moment för kursen PSYE20, Psykologi: Hälsa och välbefinnande

Gäller från H22

- 2201 Delkurs 1. Psykologi och (o)hälsa, 6,0 hp  
Betygsskala: Underkänd, Godkänd
- 2202 Delkurs 2. Positiv psykologi, 6,0 hp  
Betygsskala: Underkänd, Godkänd
- 2203 Delkurs 3. Temaarbete, 3,0 hp  
Betygsskala: Underkänd, Godkänd
- 2204 Obligatoriska moment, 0,0 hp  
Betygsskala: Underkänd, Godkänd