



## Hälsa och livsstil 15 hp

Health and Lifestyle 15 credits

Avancerad nivå

Huvudområde: Hälsa och livsstil, avancerad nivå, har endast kurs/er på grundnivå som förkunskapskrav (AIN)

Kursplanen är fastställd av Forsknings- och utbildningsnämnden (2022-04-30) och gäller studenter antagna höstterminen 2023.

### Kursens inplacering i utbildningssystemet

Kursen ingår i masterprogrammet Hälsa och livsstil, men kan också läsas som fristående kurs.

### Behörighetskrav

Kandidatexamen i ett samhälls-, beteende- eller vårdvetenskapligt ämne eller annat ämne relevant för kursen.

### Kursens mål

Kursens mål är att studenten ska tillägna sig kunskaper om hälsa och livsstil utifrån ett interdisciplinärt perspektiv samt på individ-, grupp-, organisations- och samhällsnivå. Vidare är målet att studenten ska utveckla förmåga att urskilja, förklara och analysera bestämningsfaktorer och aspekter av betydelse för hur hälsa och livsstil kan påverkas, eller vidmakthållas utifrån ett genus- och mångfaldsperspektiv.

Efter avslutad kurs ska studenten kunna:

#### Kunskap och förståelse

- redogöra för hur hälsa förstås med utgångspunkt från olika perspektiv
- beskriva teorier om hälsa och livsstil
- beskriva och diskutera hälsans bestämningsfaktorer på individ-, grupp-, organisations- och samhällsnivå

#### Färdighet och förmåga

- diskutera hälsa och livsstil utifrån genus och mångfaldsperspektiv
- analysera förhållandet mellan levnadsvillkor, levnadsvanor, livsstil och hälsa

#### Värderingsförmåga och förhållningssätt

- kritiskt reflektera över teorier om hälsa och livsstil
- reflektera över hur hälsa och livsstilsfrågor kommer till uttryck i samhället utifrån ett etiskt perspektiv.

### Kursens huvudsakliga innehåll

Kursen behandlar olika perspektiv på hälsa och livsstil, vilket belyses genom att olika teorier presenteras. Kursen behandlar hälsans bestämningsfaktorer sett ur ett individ-, grupp-, organisations- och samhällsperspektiv och relationer mellan dessa faktorer problematiseras.

### Undervisning

Kursens undervisning sker i form av föreläsningar, seminarier och i huvudsak via högskolans lärplattform.

Undervisningen bedrivs normalt på svenska men undervisning på engelska kan förekomma.

### Examination

Som betyg för hel kurs används något av uttrycken Underkänd, Godkänd eller Väl godkänd.

Kursen examineras genom en individuell skriftlig hemtentamen, litteraturstudie i grupp som sker skriftligt samt en avslutande individuell rapport- fältstudie som redovisas såväl skriftligt som muntligt. För samtliga examinationsmoment ingår seminarier med obligatoriskt deltagande.

För kursbetyget väl godkänt (VG) krävs VG på examinationsmomentet Rapport - fältstudie (8 hp), godkänt (G) på resterande examinationer samt aktivt deltagande vid samtliga obligatoriska moment.

| Examinationsmoment |      | Betyg  |
|--------------------|------|--------|
| Hemtentamen        | 4 hp | U/G    |
| Litteraturstudie   | 3 hp | U/G    |
| Rapport fältstudie | 8 hp | U/G/VG |

Om särskilda skäl finns får examinator göra undantag från angiven examinationsform och medge att en student examineras på annat sätt. Särskilda skäl kan t.ex. vara beslut om särskilt pedagogiskt stöd.

För elitidrottande studenter enligt Riktlinjer för kombinationen studier och elitidrott vid Högskolan i Halmstad, dnr: L 2018/177, har examinator rätt att besluta om ett anpassat examinationsmoment eller låta studenten genomföra

examinationen på ett alternativt sätt.

dokumenteras och redovisas för studenterna.

### **Kursvärdering**

I kursen ingår kursvärdering. Denna ska vara vägledande för utveckling och planering av kursen. Kursvärderingen ska

---

### **Kurslitteratur och övriga läromedel**

Bringsén, Åsa & Nilsson Lindström Petra (red). *Hälsopromotion i teori och praktik - olika arenor och målgrupper*. Liber, 2019. (valda delar)

Brülde, Bengt & Tengland Per-Anders. *Hälsa och sjukdom - en begreppslig utredning*. Studentlitteratur, 2003/2011. Tillgänglig via Internet.

Green, Jackie, Cross, Ruth, Woodall, James & Tones, Keith. *Health promotion - planning and strategies*. 4.uppl. Sage, 2019.

Huber, Machteld et al. How should we define health? *British Medical Journal (BMJ)*, 343:d4163 doi: 10.1136/bmj.d4163, 2011

Korp, Peter. *Vad är hälsopromotion?* Studentlitteratur, 2016.

Marmot, Michael. Social determinants of health inequalities. *Lancet*, Mar 19-25; 365 (9464):1099-104, 2005. (Tillgänglig via <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov> )

Tengland, Per-Anders. A Two-Dimensional Theory of Health. *Theoretical Medicine and Bioethics*, 28(4); 257-284, 2007.

Tengland, Per-Anders. Health and capabilities: a conceptual clarification. *Medicine, Health Care and Philosophy*, 23:25–33 <https://doi.org/10.1007/s11019-019-09902-w>, 2020

### **Referenslitteratur**

Eriksson, Monica. *Salutogenes: Om hälsans ursprung*, Liber, 2015.

Ytterligare litteratur och vetenskapliga artiklar tillkommer.