

**KURSPLAN**

# **Arbetsmiljö och stress 7,5 högskolepoäng M0021H**

**Work Environment and Stress**

**Kursplan antagna: Höst 2023 Lp 1 - Tills vidare**

**BESLUTSDATUM  
2020-08-19**

# Arbetsmiljö och stress 7,5 högskolepoäng M0021H

## Work Environment and Stress

### Grundnivå, M0021H

<b>Utbildningsnivå</b>	<b>Fördjupningskod</b>	<b>Betygsskala</b>	<b>Ämne</b>	<b>Ämnesgrupp (SCB)</b>
Grundnivå	G1N	U G VG *	Medicinsk vetenskap	Medicin

## Behörighet

Grundläggande behörighet

## Urval

Urvalet grundas på betyg och högskoleprov

## Mål/Förväntat studieresultat

Den studerande skall efter genomgången kurs kunna:

1. Redogöra för fysiologiska processer vid stress
2. Beskriva hur människor påverkas av psykosociala och stressrelaterade faktorer
3. Förklara sambandet mellan privatliv-arbete-samhälle och stress
4. Ge förslag på och genomföra lämpliga strategier för stresshantering på individ-, grupp och organisationsnivå

## Kursinnehåll

- Centrala begrepp inom stressteorin
- Fysiska, psykiska och emotionella stressreaktioner
- Strategier för stresshantering på individ, grupp och organisationsnivå

## Genomförande

Kursens undervisningsspråk samt undervisningsform anges för varje kurstillfälle och framgår av kurssidans på Luleå tekniska universitets hemsida.

Studierna utgår från eget aktivt arbete som omfattar litteraturstudier, individuella uppgifter och ett flertal arbeten i grupp. Ett aktivt deltagande i kursen är därför nödvändigt. Kursen ges också som en delkurs i hälsovägledarprogrammet. Programmet har genomgående en pedagogisk grundsyn som stimulerar till ett eget aktivt lärande, där teamutveckling, karriärplanering och skapande av en personlig portfolio är återkommande inslag i kurserna. Arbetet i grupp syftar till att utveckla färdigheter som endast kan tränas genom interaktion och erfarenhetsutbyte med andra.

## Examination

Om det finns beslut om särskilt pedagogiskt stöd, i enlighet med Riktlinjen Studentens rättigheter och skyldigheter vid Luleå tekniska universitet, finns möjlighet till anpassad eller alternativ examinationsform.

Målen i kursen examineras enligt följande:

Mål 1-4 skriftliga inlämningsuppgifter individuellt och i grupp.

Betygskriterier för G och VG finns beskrivet i studiehandledningen

## Otillåtna hjälpmedel vid prov och bedömning

Om en student, genom användande av otillåtna hjälpmedel, försöker vilseleda vid prov eller när en studieprestation ska bedömas, får disciplinära åtgärder vidtas.

Uttrycket "otillåtna hjälpmedel" betyder de hjälpmedel som lärare i förväg inte uppgett som tillåtna hjälpmedel och som kan vara till hjälp vid lösandet av examinationsuppgiften. Detta innebär att alla hjälpmedel som inte uppgetts som tillåtna är otillåtna.

## Övrigt

Utbildningen är organiserad som distansutbildning med fördröjd studietakt. Studiehandledning finns i kursrummet i Canvas.

## Överlappning

Kursen M0021H motsvarar kursen HVM603

Ersätter HVM603.

## Kursgivare

Institutionen för hälsa, lärande och teknik

## Moduler

Kod	Benämning	Betygsskala	Hp	Tillstånd	Gäller från	Titel
0001	Inlämningsuppgifter individuellt/grupp	U G VG *	7,5	Obligatorisk	H07	

## Revidering fastställd

av Prefekt vid Institutionen för hälsovetenskap 2020-08-19

# Kursplanen fastställd

av Prefekt vid Institutionen för hälsovetenskap 2007-05-15