



HX1006 Stress och stressrelaterade sjukdomar 7,5 hp

Stress and Stress Related Disorders

Fastställande

Kursplan för HX1006 gäller från och med VT09

Betygsskala

P, F

Utbildningsnivå

Grundnivå

Huvudområden

Medicinsk teknik, Teknik

Särskild behörighet

Undervisningsspråk

Undervisningsspråk anges i kurstillfällesinformationen i kurs- och programkatalogen.

Lärandemål

Studenten skall efter genomgången kurs ha grundläggande kunskaper om:

- stress, dess fysiologi och psykologi
- stressrelaterade sjukdomar och deras behandling
- stressprevention
- rehabilitering

Utifrån ovanstående kunskaper skall studenten kunna formulera ett individ- eller arbetslivsanpassat strategiprogram för prevention och hantering av stress.

Kursinnehåll

Kursen behandlar:

- begreppet stress
- stressens fysiologi och psykologi
- stressutlösta psykiska problem och sjukdomar
- stressrelaterade kroppsliga sjukdomar
- stressprevention och stresshantering på individ- och arbetslivsnivå

Kursupplägg

Kursen är en interaktiv webbaserad kurs med DVD-inspelade föreläsningar som väsentligen bygger på självstudier och lärarassistens via internet. Dessutom ingår tre fysiska seminarieträffar.

Vid seminarietillfälle två och tre gäller obligatorisk närvaro. Vid frånvaro hänvisas till till anvisningar i studiehandledningen. Arbete på nätmaterialet registreras med kontinuerlig uppföljning av studieprestationen.

Kurslitteratur

Obligatorisk litteratur:

- Rolf Ekman & Bengt Arnetz (red): STRESS-molekylerna-individen-organisation-samhället. Stockholm: Liber, 2002
- Robert M. Sapolsky: Varför zebror inte får magsår. Stockholm: Natur och kultur, 2003
- Peter Währborg: Stress och den nya ohälsan. Stockholm: Natur och kultur, 2002

Obligatoriska övriga läromedel: DVD-skivor med inspelade föreläsningar.

Fördjupningslitteratur:

B. Löfgren: Fånga dagen: Erfarenheter och lärdomar av utmattningstillstånd. Hälsokällan Mälardalen AB, 2004.

Christina Maslach & Michael P. Leiter: Sanningen om utbrändhet. Stockholm: Natur och kultur, 2002.

Examination

- SEM1 - Redovisning, 2,0 hp, betygsskala: P, F
- SEM2 - Redovisning, 2,5 hp, betygsskala: P, F
- RED1 - Redovisningar, 3,0 hp, betygsskala: P, F

Examinator beslutar, baserat på rekommendation från KTH:s handläggare av stöd till studenter med funktionsnedsättning, om eventuell anpassad examination för studenter med dokumenterad, varaktig funktionsnedsättning.

Examinator får medge annan examinationsform vid omexamination av enstaka studenter.

När kurs inte längre ges har student möjlighet att examineras under ytterligare två läsår.

Etiskt förhållningssätt

- Vid grupparbete har alla i gruppen ansvar för gruppens arbete.
- Vid examination ska varje student ärligt redovisa hjälp som erhållits och källor som använts.
- Vid muntlig examination ska varje student kunna redogöra för hela uppgiften och hela lösningen.