



## KURSPLAN

# Aktivitetsbalans och dess betydelse för hälsa och välbefinnande, 3 högskolepoäng

*Occupational Balance and its Importance for Health and Wellbeing, 3 credits*

---

<b>Kurskod:</b>	HHVN10	<b>Utbildningsnivå:</b>	Grundnivå
<b>Fastställd av:</b>	Utbildningsrådet 2018-10-23	<b>Utbildningsområde:</b>	Vård
<b>Reviderad av:</b>	Avdelningschef 2019-05-06	<b>Ämnesgrupp:</b>	TR1
<b>Gäller fr.o.m.:</b>	2020-01-20	<b>Fördjupning:</b>	G2F
<b>Version:</b>	2	<b>Huvudområde:</b>	Arbetsterapi
<b>Diarienummer:</b>	Avdelningen för rehabilitering		

---

### Lärandemål

Efter genomgången kurs ska studenten, inom områden nedan, kunna:

#### Kunskap och förståelse

- beskriva aktivitetsbalans i relation till hälsa och välbefinnande på olika nivåer.

#### Färdighet och förmåga

- syntetisera relevanta forskningsresultat som förklarar aktivitetsbalans och dess betydelse för hälsa och välbefinnande
- diskutera aktivitetsbalans och dess betydelse för hälsa och välbefinnande.

#### Värderingsförmåga och förhållningssätt

- kritiskt granska och värdera sitt eget kunskapsinhämtande samt identifiera vad som behöver förbättras/utvecklas.

### Innehåll

Litteratursökning av aktuell forskning inom området.

### Undervisningsformer

Kursen ges som distanskurs via nätet i form av inspelade föreläsningar och självstudier.

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

### Förkunskapskrav

Grundläggande behörighet och avslutad kurs Arbetsterapi i yrke och forskning, 30 hp samt 30 hp från kurserna Aktivitet och utveckling genom hela livet, 30 hp och Arbetsterapi och aktivitetsproblem vid funktionsnedsättning och sjukdom, 30 hp (eller motsvarande kunskaper).

### Examination och betyg

Kursen bedöms med betygen A, B, C, D, E, FX eller F.

Kursen examineras i form av en individuell skriftlig inlämningsuppgift.

Kursen examineras av universitetsadjunkt.

Poängregistrering av examinationen för kursen sker enligt följande system:

Examinationsmoment	Omfattning	Betyg
Individuell skriftlig inlämningsuppgift	3 hp	A/B/C/D/E/FX/F

### Kurslitteratur

Borgh, M., Eek, F., Wagman, P., & Håkansson, C. (2018). Organisational factors and occupational balance in working parents in Sweden. *Scandinavian Journal of Public Health*, 46(3), 409-416. doi:10.1177/1403494817713650

Eklund, M., & Argentzell, E. (2016). Perception of occupational balance by people with mental illness: A new methodology. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 23(4), 304-313. doi:10.3109/11038128.2016.1143529

Eklund, M., Orban, K., Argentzell, E., Bejerholm, U., Tjörnstrand, C., Erlandsson, L.-K., & Håkansson, C. (2017). The linkage between patterns of daily occupations and occupational balance: Applications within occupational science and occupational therapy practice. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 24(1), 41-56. doi:10.1080/11038128.2016.1224271

Håkansson, C., Milevi, S., Eek, F., Oudin, A., & Wagman, P. Occupational balance, work and life satisfaction in working cohabiting parents in Sweden. *Scandinavian Journal of Public Health*, Early online. doi:10.1177/1403494819828870

Lund, A., Mangset, M., Wyller, T. B., & Svein, U. (2013). Occupational transaction after stroke constructed as threat and balance. *Journal of Occupational Science*. doi:10.1080/14427591.2013.770363

Stamm, T., Lovelock, L., Stew, G., Nell, V., Smolen, J., Machold, K., ... Sadlo, G. (2009). I have a disease but I am not ill: A narrative study of occupational balance in people with rheumatoid arthritis. *OTJR: Occupation, Participation and Health*, 29(1), 32-39.

Wada, M., Backman, C., Forwell, S. J., Roth, W.-M., & Ponzetti Jr, J. (2014). Balance in everyday life: Dual-income parents' collective and individual conceptions. *Journal of Occupational Science*, 21(3), 259-276. doi:10.1080/14427591.2014.913331

Wagman, P., & Håkansson, C. (2018). Occupational balance from the interpersonal perspective: A scoping review. *Journal of Occupational Science*, Early online. doi:10.1080/14427591.2018.1512007

Wagman, P., Håkansson, C., & Jonsson, H. (2015). Occupational balance – current research and identified knowledge gaps: A scoping study. *Journal of Occupational Science*, 22(2), 160-169.

doi:10.1080/14427591.2014.986512