



HÖGSKOLAN FÖR LÄRANDE
OCH KOMMUNIKATION
HÖGSKOLAN I JÖNKÖPING

**Kursplanen fastställd av FUN 2007-12-18,
rev. 2008-11-25**
Gäller vt-09

Kurskod : LLKB18
Ämnesnivå: B
Utb.omr.: LU
Ämneskod: ÖÄA

Livskunskap, 30 högskolepoäng

The knowledge of life, 30 higher education credits

Grundnivå, B

Allmänt

Kursen kan läsas separat som specialisering inom lärarprogrammen. Kursen är utformad så att den griper in i flera samhälls- och naturvetenskapliga ämnesområden. Innehållet skall belysa begreppen hälsa och livskvalitet ur biologiska, etnologiska, filosofiska, medicinska, psykologiska, socialantropologiska samt sociokulturella perspektiv. Kursens övergripande syfte är att studenterna skall få fördjupade kunskaper om de faktorer som styr folkhälsa och livskvalitet samt utveckla kompetensen att hantera dessa faktorer bland barn och ungdomar. Dessa faktorer är till sin natur ämnesövergripande och förutsätter ett holistiskt tänkesätt. Kursen syftar också till att fördjupa sambanden mellan lärande, värdegrund och hälsa.

Lärandemål

Efter avslutad kurs förväntas studenterna ha utvecklat och fördjupat sina kunskaper om

- hälsa ur ett ekologiskt, filosofiskt, medicinskt, psykologiskt och pedagogiskt perspektiv
- vilka faktorer som påverkar utvecklingen av livskvalitet och livsstil ur ett filosofiskt, historiskt och kulturellt perspektiv och betydelsen av val av livsstil
- hur samhällsutvecklingen påverkar synsättet på hälsa och livskvalitet och betydelsen av estetiska, fysiska och sociala upplevelser
- olika etiska ställningstaganden i förhållande till deras konsekvenser

Innehåll

Livskunskap, 7,5 högskolepoäng

The knowledge of life, 7,5 higher education credits

Innehåll

Filosofiska samt idé- och lärdoms historiska perspektiv på hälsa och livskvalitet
Eitk och livsfrågor ur vuxnas såväl som barns perspektiv
Kris och krishantering
Barn och ungdomskulturer
Kulturalisering och lärande

Lärandemål

Efter avslutad delkurs förväntas studenterna

- ha insikt och förståelse för hur olika perspektiv på hälsa, livskvalitet, etik, livsfrågor, kriser och krishantering, samt barn- och ungdomskulturer påverkar den enskilde och samhället såväl i nutid som i ett historiskt perspektiv
- ha insikt och förståelse för hur ovanstående perspektiv ingår i en kulturalisering och lärandesituation i skola och samhälle

Examination

Delkursen examineras fortlöpande genom aktivt deltagande i diskussioner i undervisning och seminarier, samt ett antal skriftliga uppgifter som bedöms sammantaget. Som betyg på delkursen används något av uttrycken Godkänd eller Underkänd.

Hälsa och lärande, 7,5 högskolepoäng

Learning and Health, 7,5 higher education credits

Innehåll

Samband mellan hälsa och lärande

Stress och stresshantering

KASAM-känsla av sammanhang

Empowerment (bemyndigande/självakt) och action competence

Lärandemål

Efter avslutad delkurs förväntas studenterna

- kunna identifiera och förklara sambanden mellan hälsa och lärande
- ha insikt och förståelse av olika typer av stress och deras kortsiktiga och långsiktiga konsekvenser samt kunna använda stresshantering
- kunna exemplifiera och utveckla KASAM-begreppet och relatera detta till sin framtida profession
- kunna använda och organisera olika undervisningsformer som främjar hälsa och lärande

Examination

Delkursen examineras fortlöpande genom aktivt deltagande i diskussioner i undervisning och litteraturseminarier, en praktisk hälsofrämjande aktivitet, skriftlig uppgift samt produktion av kognitiv karta. Som betyg på delkursen används något av uttrycken Godkänd eller Underkänd.

Grupprocesser och ledarskap 7,5 högskolepoäng

Group processes and leadership, 7.5 higher education credits

Innehåll

Grupprocesser

Kränkande behandling och mobbning

Ledarskap

Konflikt och konflikthantering

Kritisk granskning av metoder och arbetssätt

Lärandemål

Efter avslutad delkurs förväntas studenterna

- ha insikt och förståelse för de processer och utvecklingsstadier som finns inom en grupp
- kunna identifiera mobbningssituationer, samt ha insikt i de processer som kan leda fram till dessa
- ha kunskap om hur mobbning och kränkande behandling kan motverkas
- ha kunskap om olika leddarroller och ledarskapets betydelse för gruppen
- känna till olika typer av konflikter, hur dessa uppstår samt ha kännedom om hur de hanteras

Examination

Examination sker genom litteraturseminarier samt en enskild skriftlig inlämningsuppgift. Som betyg på delkursen används något av uttrycken Godkänd och Underkänd.

Påverkan och påverkansprocesser 7,5 högskolepoäng

Influence and Influence processes, 7,5 higher education credits

Innehåll

Påverkan via media och reklam

Sex och samlevnad

ANT-frågor och affektiva metoder

Kost och motion

Lärandemål

Efter avslutad delkurs förväntas studenterna

- ha insikter och förståelse för hur påverkan och påverkansprocesser förändrar individer och samhälle
- ha insikter och förståelse för betydelsen av sex- och samlevnadsundervisning och ANT-undervisning väl grundad på vetenskap och beprövad erfarenhet
- kunna använda affektiva metoder, PBL och andra för ämnesområdet relevanta och verkningsfulla undervisningsmetoder

Examination

Delkursen examineras fortlöpande genom aktivt deltagande i undervisningsdiskussioner och seminarier. Slut-examination sker genom att teoretiska och didaktiska kunskaper omsätts i ett stort helt igenom PBL-baserat arbete. Gruppvis läggs här upp ett större tema på detaljnivå kring något av kursens ämnesområden, anpassat för elever av en bestämd åldersgrupp. Temaaarbetet redovisas utförligt för övriga kurskamrater. Som betyg på delkursen används något av uttrycken Godkänd och Underkänd.

Förkunskapskrav

Godkända kurser i Lärande 1, 30 hp, eller motsvarande och genomförd inriktning om 60 hp.

Kursuppläggning/lärandets former

Varierande arbetssätt och undervisningsformer med syfte att

- stimulera olika sätt att lära
- utveckla metakognitiv förmåga

- exemplifiera olika undervisningsmetoder som kan användas i olika skolformer, PBL, värderingsövningar, forumspel, föreläsningar, interaktiva lektioner, diskussionsgrupper, lärande samtal, litteraturseminarier, didaktiska övningar samt fördjupningsprojekt.

Examination och betyg

Flera olika examinationsformer används – se respektive delkurs. Eftersom kursen handlar mycket om bearbetning av värdegrundsfrågor och egna attityder används som betygsbedömning något av uttrycken Godkänd eller Underkänd

Kursvärdering

Kursvärdering sker enligt anvisningar i utbildningsplanen.

Kurslitteratur

Kurslitteratur förtecknas i särskild bilaga.

Livskunskap, 30 högskolepoäng

Antal sidor

Livskunskap, 7,5 hp

Collste, Göran (1996). <i>Inledning till etiken</i> . Lund: Studentlitteratur	89
Cullberg, Johan (2003). <i>Kris och utveckling</i> . Stockholm: Natur & Kultur	185
Dyregrov, Atle (1997). <i>Barn och trauma</i> . Lund: Studentlitteratur	174
Herberlin, Ann (2004). <i>Den sexuella människan</i> . Lund: Studentlitteratur	165
Lalander, Philip (2007). <i>Ungdomsgrupper i teori och praktik</i> . Lund: Studentlitteratur	170
Pettersson, Svensson, Addo (2003). <i>Ungdomar i vardagens väv</i> . Lund: Studentlitteratur	240
Philipsson, Sten, Uddenberg, Nils m fl (1989). <i>Hälsa som livsmening</i> . Stockholm: Natur & kultur	184
Schumacher, Ernst F. (1986). <i>Vägledning för vilseförda</i> . Stockholm: Raben & Sjögren	212

Hälsa och lärande, 7,5 hp

Antonovsky, Aaron (1999). <i>Hälsans mysterium</i> . Stockholm: Natur & Kultur	254
Cederblad, Marianne (2004). <i>Från barndom till vuxenliv</i> . Stockholm: Förlagshuset Gothia (valda delar i samråd m. lärare)	
Ellenby, Ylva (1999). <i>Om barn och stress</i> . Stockholm: Natur & Kultur	200
Lundberg, Ulf & Wentz, Görel (2004). <i>Stressad hjärna, stressad kropp</i> . Stockholm: W & W	220
Nilsson, Agneta m fl (2001). <i>Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk?</i> Skolverket	193
Ogden, Terje (2006). <i>Skolans mål och möjligheter</i> . Folkhälsoinstitutet (www.fhi.se)	124
Sundell, Knut, Forster, Martin (2005). <i>En grund för att växa</i> . FoU-rapport, Socialtjänstförvaltningen, Stockholms stad, 1404-3351; 2005:1	52
Wilkinson, Richard G. (2004). <i>Tänk på avståndet</i> . Lund: Augusti	88

Grupprocesser och ledarskap, 7,5 hp

Berlin, Eva, Enqvist, Jan (2002). <i>Mobbningsboken: ingrip på jobbet</i> . Arbetsmijöforum	185
Edman, Ståhl (1999). <i>Det går att göra såhär – om att lösa vardagskonflikter</i> . Hässelby: Runa förlag	100
Juul, Jesper & Jensen, Helle (2003). <i>Relationskompetens – I pedagogernas värld</i> . Hässelby: Runa Förlag AB	285
Nilsson, Björn (2005). <i>Samspel i grupp</i> . Lund: Studentlitteratur	169
Skolverkets allmänna råd (2004). <i>Allmänna råd och kommentarer för arbetet med att motverka alla former av kränkande behandling</i> . Wennberg, Bodil, Norberg, Sofia (2003). <i>Makt, känslor och ledarskap i klassrummet</i> . Stockholm: Natur & kultur	220

Valfri avhandling i **samråd med** kursansvarig (väljs i början av delkursen).

Påverkan och påverkansprocesser, 7,5 hp

Kärnlitteratur för alla:

Byreus-Hagen, Katrin, m. fl. (1998). <i>Steget, ett arbetsmaterial om hälsa, samlevnad och Droger</i> . Fhi	100
Centerwall, Erik (2000). <i>"Kärlek känns! Förstår du"</i> . Skolverket	156
Nilsson, Agneta m fl (1999). <i>Man vet inte var trappstegen är i livet</i> . Skolverket	150
Shape-up Europé (2006). <i>Mot en hälsosam och balanserad uppväxt</i> . www.shapeupeurope.net	60

Valbar litteratur i relation till fördjupningsområde:	
Klein, Naomi (2002). <i>No logo</i> . Stockholm: Ordfront	ca 300
Hagström, Ulf, Redemo, Eva m.fl. (1999). <i>Låter sig skyddsänglar organiseras?</i> Fhi	165
Forsberg, Margareta (2007). <i>Brunetter och blondiner</i> . Lund: Studentlitteratur	230
<i>Ej till salu</i> . Rapportserien Till varje pris. Statens ungdomsråd	
Konsumentverkets hemsida: www.konsumentverket.se	
Material från AV-centralen	
Skollagen, läroplaner lpf 94, lpo 94, lpfö 98 samt tillämpliga kursplaner.	
Artiklar, utdrag ur böcker och kompendier samt arbetsmaterial.	

Referenslitteratur

Cutler, Dalai Lama (2002). <i>Lycka! En handbok i konsten att leva</i> . Malmö: Richters	316
Hargreaves, Andy (1998). <i>Läraren i det postmoderna samhället</i> . Lund: Studentlitteratur	305
Jönsson, Bodil (2002). <i>I tid och otid</i> . Stockholm: Bromberg	139
Levi, Lennart (2002). <i>Stressen i mitt liv</i> . Stockholm: Natur & Kultur	348
Länngren, Jan m.fl. (1998). <i>Fysiologi</i> . Lund: Studentlitteratur	160
Rosenberg, Göran (2003). <i>Plikten, profiten och konsten att vara människa</i> . Stockholm: Bonnier	270
Prop. 2001/02 "Hälsa, lärande och trygghet"	