



HÖGSKOLAN FÖR LÄRANDE
OCH KOMMUNIKATION
HÖGSKOLAN I JÖNKÖPING

Livskunskap, 20 poäng

Läraryrket

KURSPLAN OCH LITTERATURLISTA

Kurs LIVSKUNSKAP, 20 poäng
The knowledge of Life, 20 credit points

Kursid LLKB05

Poäng 20

Nivå B

Ämneskod ÖÄA

Utbildningsområde LU

Allmänt

Kursen kan läsas separat som specialisering inom lärarprogrammet.
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.

FN:s definition av hälsa (1947): ” Hälsa är ett tillstånd av fullständigt psykiskt, fysiskt och socialt välbefinnande och inte bara frånvaro av sjukdom”.

Kursens övergripande syfte är att studenterna skall få fördjupade kunskaper i 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.

Mål

Studenterna skall under kursen utveckla och fördjupa 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

Kursen består av fyra delkurser, vilka examineras var för sig
Innehållet i delkurserna är tvärvetenskapligt och globalt belyst.

Livskunskap, 5p

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

Hälsa och lärande, 5p

- Samband mellan hälsa och lärande
- Stress och stresshantering
- KASAM – Känsla av sammanhang
- Empowerment(bemyndigande/själv-makt) och action competence(handlingskompetens)

Grupprocesser och ledarskap, 5p

- Grupprocesser
- Kränkande behandling och mobbning
- Ledarskap
- Konflikt och konflikthantering
- Kritisk granskning av metoder och arbetssätt

Påverkan och påverkansprocesser, 5p

- Påverkan via media och reklam
- Sex- och samlevnad
- ANT-frågor och affektiva metoder
- Kost och motion
- Fördjupningsarbete inom valfritt område i kursen

Förkunskapskrav

Grundläggande behörighet samt kunskaper motsvarande AU 1 och en inriktning.

Kursuppläggning

Varierande arbetssätt och undervisningsformer används med syfte att

- stimulera olika sätt att lära
- utveckla metakognitiv förmåga
- exemplifiera olika undervisningsmetoder som kan användas i olika skolformer, PBL, värderingsövningar, föreläsningar, interaktiva lektioner, diskussionsgrupper, litteraturseminarier, didaktiska övningar samt eget fördjupningsprojekt

Examination	Flera olika examinationsformer används såsom litteraturseminarier, didaktiska tillämpningar, redovisning av papers, skriftliga tentamina samt ett större fördjupningsarbete av undersökande karaktär. 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	Förtecknas i bilaga

Livskunskap, 20 p Antal sidor

Delkurs 1 : Livskunskap

Schumacher (1986) <i>Vägledning för vilseförda</i> , Stockholm: Raben & Sjögren	212
Philipsson, Uddenberg mfl (1989) <i>Hälsa som livsmening</i> , Stockholm: Natur & kultur	184
Collste (1996) <i>Inledning till etiken</i> , Lund: Studentlitteratur	89
Heberlein (2004) <i>Den sexuella människan</i> , Lund: Studentlitteratur	173
Nordenfalk mfl (2004) <i>Etik i princip och praktik</i> , Värnamo: Fälth & Hässler	ca 100
Dyregrov (1997) <i>Barn och trauma</i> , Lund : Studentlitteratur	174
Kullberg (2003) <i>Kris och utveckling</i> , Stockholm : Natur & Kultur	185
Halander & Johansson (1999) <i>Ungdomsgrupper i teori och praktik</i> , Lund: studentlitteratur	170
Ohlsson & Svärd (1995) <i>Ungdom som samhällsproblem</i> ,Lund: Studentlitteratur	240

Delkurs 2 : Hälsa och lärande

Antonovsky (1999) <i>Hälsans mysterium</i> , Stockholm:Natur & Kultur	254
Ellneby, Y. (1999) <i>Om barn och stress</i> . Stockholm: Natur och Kultur	200s.
Lundberg & Wentz (2004) <i>Stressad hjärna, stressad kropp</i> ,Stockholm: W & W	220
Von Zweigbergk (2003) <i>Jämlikhet och hälsa i skolan</i> ,Stockholms läns landsting: Samhällsmedicin	63
Jensen & Schnack (1994) <i>Action and action competence as key concepts in critical pedagogy</i> , Köpenhamn: Royal Danish school of educational studies	ca 100
Nilsson mfl (1996) <i>Är Pippi Långstrump en hälsoupplysare eller hälsorisk?</i> Skolverket	193
Krauklis, Schenström (2002) <i>Utbrändhet - den nya folksjukdomen: orsaker, förebyggande åtgärder, behandling</i> , Johanneshov: Larson	222

Delkurs 3: Grupprocesser och ledarskap

Olsson (1998) <i>På spaning efter gruppens själ: gruppen i teori och praktik</i> , Lund: Studentlitteratur	274
Scherp (1998) <i>Utmanande eller utmanat ledarskap</i> , Göteborg: Acta universitatis Gothoburgensis	228
Wennberg, Norberg (2003) <i>Makt, känslor och ledarskap i klassrummet</i> , Stockholm: Natur & kultur	220
Edman, Ståhl (1999) <i>Det går att göra såhär – om att lösa vardagskonflikter</i> , Runa förlag	100
Eriksson mfl (2002) <i>Skolan – en arena för mobbing</i> , Skolverket	132

Berlin, Enqvist (2002) <i>Mobbningsboken: ingrip på jobbet</i> , Arbetsmiljöforum	185
Myndigheten för skolutveckling(2003) <i>Olikas lika värde – om arbetet mot mobbning och kränkande behandling</i>	ca 80
Skolverkets allmänna råd(2004) <i>Allmänna råd och kommentarer för arbetet med att motverka alla former av kränkande behandling</i>	

Delkurs 4: Påverkan och påverkansprocesser

Klein (2002) <i>No logo</i> , Stockholm: Ordfront	ca 300
Hagström, Redemo mfl (1999) <i>Låter sig skyddsänglar organiseras?</i> Fhi	165
Centerwall (2000) <i>"Kärlek känns! Förstår du"</i> , Skolverket	156
Nilsson mfl (1999) <i>Man vet inte var trappstegen är i livet</i> , Skolverket	264
Steinberg (1994) <i>Aktiva värderingar för 2000-talet</i> , Solna: Ekelund	150
Byreus-Hagen mfl (1998) <i>Steget, ett arbetsmaterial om hälsa, samlevnad och droger</i> , Fhi	100
Ej till salu, 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:

Hargreaves (1998) <i>Läraren i det postmoderna samhället</i> , Lund: Studentlitteratur	305
Prop. 2001/02 <i>"Hälsa, lärande och trygghet"</i>	
Länngren mfl (1998) <i>Fysiologi</i> , Lund : Studentlitteratur	ca 150
Cutler,Dalai Lama (2002) <i>Lycka! En handbok i konsten att leva</i> , Malmö: Richters	316
Jönsson (2002) <i>I tid och otid</i> , Stockholm : Bromberg	139
Levi (2002) <i>Stressen i mitt liv</i> , Stockholm: Natur & Kultur	348
Rosenberg (2003) <i>Plikten, profiten och konsten att vara människa</i> , Stockholm: Bonnier	270