



KURSPLAN

Aktivitetsbalans och dess betydelse för hälsa och välbefinnande, 3 högskolepoäng

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

Kurskod:	HHVN10	Utbildningsnivå:	Grundnivå
Fastställd av:	Utbildningsrådet 2018-10-23	Utbildningsområde:	Vård
Reviderad av:	Utbildningsrådet 2020-04-21	Ämnesgrupp:	TR1
Gäller fr.o.m.:	2021-01-25	Fördjupning:	G2F
Version:	3	Huvudområde:	Arbetsterapi
Diarienummer:	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

- sammanställa 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 relaterad till aktivitetbalans och hälsa.

Undervisningsformer

Kursen ges som distanskurs 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. (2019). Occupational balance, work and life satisfaction in working cohabiting parents in Sweden. *Scandinavian Journal of Public Health*, 47(3) 366-374. doi:10.1177/1403494819828870
- Lund, A., Mangset, M., Wyller, T. B., & Sveen, U. (2015). Occupational transaction after stroke constructed as threat and balance. *Journal of Occupational Science* 22(2), 146-159. 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. (2019). Occupational balance from the interpersonal perspective: A scoping review. *Journal of Occupational Science*, 26(4), 537-545. 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