

## **Psykologiskt hållbart och framgångsrikt yrkesliv inom högprestationsmiljöer**

Psychological Sustainability for Professionals Working in High-  
performance Environments

7.5 hp

Programkurs

735G95

Gäller från: 2025 VT

<b>Fastställd av</b>	<b>Huvudområde</b>	
Filosofiska fakultetens nämnd för kurs- och utbildningsplaner	Psykologi	
<b>Fastställandedatum</b>	<b>Utbildningsnivå</b>	<b>Fördjupningsnivå</b>
2024-09-11	Grundnivå	G2F
<b>Reviderad av</b>	<b>Utbildningsområde</b>	
	Samhällsvetenskapliga området, Vårdområdet	
<b>Revideringsdatum</b>	<b>Ämnesgrupp</b>	
	Psykologi	
<b>Gavs första gången</b>	<b>Gavs sista gången</b>	
VT 2025		
<b>Institution</b>	<b>Ersätts av</b>	
Institutionen för beteendevetenskap och lärande		

## Kursen ges för

- Psykologprogrammet

## Förkunskapskrav

- Godkänd på alla kurser från termin 1, Psykologprogrammet enl programplan 2021.
- Godkänd på alla kurser från termin 2, Psykologprogrammet enl programplan 2021.
- Arbets- och organisationspsykologi 1 - Grunder och teorier, grundkurs, 7,5 hp.
- Kognitionspsykologi 2 Neuropsykologi och kognitiv neurovetenskap, grundkurs, 7,5 hp.
- Utvecklingspsykologi 2 Spädbarn och förskoleålder, grundkurs, 7,5 hp.
- Grupp- och socialpsykologi Tillämpning, fortsättningskurs, 15 hp.
- Klinisk psykologi 2 Psykopatologi och diagnostik, grundkurs, 7,5 hp.
- Klinisk psykologi 3 Förenande och särskiljande behandlingsprinciper, grundkurs, 7,5 hp.
- Godkänt delmoment Testmetodik 2 hp från kursen Utvecklingspsykologi 3 Skolår och tonår, grundkurs.
- Godkänt delmoment Intervju 1 hp från kursen Utvecklingspsykologi 4 Vuxenliv och åldrande, fördjupningskurs.

## Lärandemål

Efter avslutad kurs ska den studerande kunna:

- analysera och kritiskt reflektera kring de psykologiska och sociala företeelser och processer som förekommer vid yrkesutövning inom högprestationsmiljöer
- identifiera individuella och sociala psykologiska risker och påfrestningar samt psykologiska och sociala faktorer som främjar hälsosam prestation och utveckling inom högprestationsyrken
- kritiskt diskutera och reflektera kring hur psykologisk kunskap och social hållbarhet systematiskt kan appliceras på yrkesgrupper som verkar i högprestationsmiljöer
- utforma och presentera professionsanpassade strategier för att på olika nivåer t ex. individuell, social, organisatorisk nivå främja både psykisk hälsa och prestation inom högprestationsmiljöer
- kritiskt värdera och reflektera kring olika tillämpningsmodeller, traditioner och litteratur som inriktar sig mot psykologiska förutsättningar för prestationsutveckling

## Kursinnehåll

I kursen behandlas psykologiska, sociala och organisatoriska aspekter av relevans för yrkesutövare inom högprestationsmiljöer som, exempelvis, elitidrott, scenkonst, akademi och andra liknande yrkesområden där prestation är en central del av yrket. I kursen kombineras vetenskaplig kunskap från prestationspsykologi och klinisk psykologi. Kursen inriktas främst mot psykosociala faktorer som skapar förutsättningar för utveckling, prestation och psykisk hälsa. Exempel på teman som berörs under kursen är psykologiska principer för yrkesgrupper inom högprestationsmiljöer, motivationsteorier och deras tillämpning, mental uthållighet och motståndskraft i pressade situationer och prestationskulturer, ledarskap, sociala faktorer påverkan på individuell prestation samt balansen mellan yrkesprestation, psykisk hälsa och privatliv för hållbart yrkesutövande över tid.

## Undervisnings- och arbetsformer

Undervisningen består av föreläsningar, seminarier, gruppuppgifter och övningar. Utöver detta ska den studerande utöva självstudier.

## Examination

Kursen examineras genom:

- aktivt deltagande i grupparbeten och redovisningar i grupp, betygsskala: UG
- individuell muntlig redovisning, betygsskala: UG
- individuell skriftlig examination, betygsskala: UV

För Godkänt slutbetyg krävs minst Godkänt på samtliga moment. För Väl godkänt krävs dessutom Väl Godkänd på den individuella skriftliga examinationen.

Detaljerad information om examinationen återfinns i studiehandledningen.

Om det finns särskilda skäl, och om det med hänsyn till det obligatoriska momentets karaktär är möjligt, får examinator besluta att ersätta det obligatoriska momentet med en annan likvärdig uppgift.

Om LiU: s koordinator för studenter med funktionsnedsättning har beviljat en student rätt till anpassad examination vid salstentamen har studenten rätt till det.

Om koordinatören har gett studenten en rekommendation om anpassad examination eller alternativ examinationsform, får examinator besluta om detta om examinator bedömer det möjligt utifrån kursens mål.

Examinator får också besluta om anpassad examination eller alternativ examinationsform om examinator bedömer att det finns synnerliga skäl och examinator bedömer det möjligt utifrån kursens mål.

Studerande, vars examination underkänts två gånger på kursen eller del av kursen, har rätt att begära en annan examinator vid förnyat examinationstillfälle.

Den som godkänts i prov får ej delta i förnyat prov för högre betyg.

## Betygsskala

Tregradig skala, U, G, VG

## Övrig information

Planering och genomförande av kurs ska utgå från kursplanens formuleringar. Den kursvärdering som ska ingå i varje kurs ska därför behandla frågan om hur kursen överensstämmer med kursplanen.

Kursen bedrivs på ett sådant sätt att likvärdiga villkor råder med avseende på kön, könsöverskridande identitet eller uttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning, sexuell läggning och ålder.

Om det föreligger synnerliga skäl får rektor i särskilt beslut ange förutsättningarna för, och delegera rätten att besluta om, tillfälliga avsteg från denna kursplan.

### **Om undervisnings- och examinationsspråk:**

Undervisningsspråk visas på respektive kurstillfälle på fliken "Översikt".  
Examinationsspråk relaterar till undervisningsspråk enligt nedan:

- Om undervisningsspråk är "Svenska" kan kursen ges i sin helhet på svenska eller helt eller delvis på engelska. Examinationsspråk är svenska, men delar av examinationen kan ske på engelska.
- Om undervisningsspråk är "Engelska" ges kursen i sin helhet på engelska. Examinationsspråk är engelska.
- Om undervisningsspråk är "Svenska/Engelska" ges kursen i sin helhet på engelska om studenter utan tidigare kunskap i svenska språket deltar. Examinationsspråk följer undervisningsspråk.