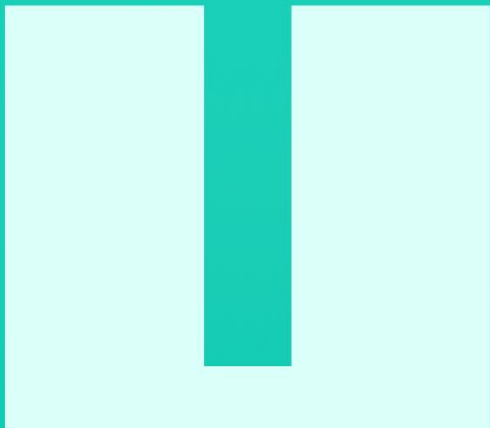


Studieplan for årsstudium i forebygging, samfunn og psykisk helse

Godkjent: juni 2025

Studiepoeng: 60



Innholdsfortegnelse

1.0 Årsstudium i forebygging, samfunn og psykisk helse	2
1.1 Mål og innhold	2
1.2 Studiets organisering og innhold	2
1.3 Læringsutbytte	3
1.4 Arbeidsomfang.....	4
1.5 Arbeids- og undervisningsformer	4
1.6 Vurderingsformer	7
1.7 Opptakskrav.....	9
1.8 Relevans for arbeidsliv og videre studier.....	10
2.0 Emnebeskrivelser.....	10
2.1 PSY2282 Samfunnspsykologi.....	11
2.2 PSY2283 Psykisk helse og forebygging	12
2.3 PSY3290 Kommunikasjon og relasjonsforståelse i organisasjoner	14
2.4 PSY2284 Utenforskap og inkludering.....	16
2.5 PSY6170 Psykisk helse i skolen	17
2.6 DML2230 Prosjektledelse	19



1.0 Årsstudium i forebygging, samfunn og psykisk helse

1.1 Mål og innhold

Innledning

Årsstudiet i forebygging, samfunn og psykisk helse er et nettstudium.

Årsstudiet gir studentene en innføring i samfunnspsykologi med særlig vekt på forebyggende arbeid innen psykisk helse. Studenten vil særlig lære om folkehelsearbeid og forhold som fremmer og hemmer utvikling av god psykisk helse og livskvalitet. Kunnskapsgrunnlaget er forankret i samfunnspsykologisk teori og empiri. Årsstudiets tittel, *forebygging, samfunn og psykisk helse*, reflekterer at studiet omfatter 37,5 studiepoeng innen forebygging, samfunn og psykisk helse som skal gi studenten kunnskaper som er relevante for arbeid med befolkningens helse og livskvalitet. I tillegg inneholder studiet 22,5 studiepoeng innen kommunikasjon og relasjonsarbeid i organisasjoner og prosjektledelse, da disse emnene er relevante for de samfunnspsykologiske og forebyggende praksisfeltene. Med fokus på hvordan vitenskapelig kunnskap kan omsettes til praksis er studiets ambisjon at studentene tilegner seg kunnskap, ferdigheter og generell samfunnspsykologisk kompetanse som gjør dem rustet både til videre studier og arbeidsliv.

1.2 Studiets organisering og innhold

Innhold

Obligatoriske emner

De obligatoriske emnene i *årsstudium i forebygging, samfunn og psykisk helse* består av emner som er knyttet til grunnleggende tema i samfunnspsykologiens og emner relevante for anvendt arbeid med psykisk helse, i tillegg til emner innen kommunikasjon og prosjektledelse.

- PSY2282 – Samfunnspsykologi
- PSY2283 – Forebygging og psykisk helse
- PSY3290 – Kommunikasjon og relasjonsforståelse i organisasjoner
- PSY6170 – Psykisk helse i skolen
- PSY2284 – Utenforskap og inkludering
- DML2230 – Prosjektledelse

Sammensetningen gir studentene både en innføring innen samfunnspsykologiens tematiske områder, og et fokus på teori, forskning og praksisrelevante tema innen forebygging og helsefremming. Fordi studiet er begrenset til 60 studiepoeng er det ikke lagt opp til valgmenner.



Studieplan for årsstudium i forebygging, samfunn og psykisk helse 2025/2026

1.2.1 Oppbygning av studiet

Undervisningsåret er delt inn i to semestre med en eksamensperiode i hvert semester.

Studiet har følgende anbefalte rekkefølge:

	7,5 studiepoeng	7,5 studiepoeng	15 studiepoeng
Første semester	PSY2282 – Samfunns-psykologi	PSY2283 – Psykisk helse og forebygging	PSY3290 – Kommunikasjon og relasjonsforståelse i organisasjoner
Andre semester	PSY2284 – Utenforskap og inkludering	DML2230 - Prosjektledelse	PSY6170 – Psykisk helse i skolen

1.3 Læringsutbytte

Etter fullført årsstudium i forebygging, samfunn og psykisk helse, forventes det at studenten har tilegnet seg følgende læringsutbytte:

Kunnskap

- Har innsikt i fag- og yrkesetiske problemstillinger med relevans for arbeid med forebygging og psykisk helse generelt og sårbare grupper spesielt
- Har kunnskap om sentrale temaer, teorier, begreper og problemstillinger innen kultur- og samfunnspsykologi
- Har kjennskap til forskning og utviklingsarbeid innen psykologifaget som er særlig relevant for å forstå hva som fremmer og/eller hemmer psykisk helse
- Har kjennskap til skolen som en viktig arena for barn og unges psykiske utvikling

Ferdigheter

- Har utviklet ferdigheter som er nødvendige for å identifisere endringsbehov og kan reflektere over intervensjoner og tiltak som bidrar til å fremme individers og gruppers funksjon
- Kan bidra i planleggingen og videreutviklingen av forebyggende tiltak og behandlingstiltak for å bedre psykisk helse og livskvalitet hos ulike befolkningsgrupper
- Har en reflektert holdning til egen profesjonelle rolle og har respekt for at årsakene til at folk fungerer ulikt er komplekse
- Kan oppdatere og anvende psykologisk kunnskap i møte med ulike samfunnsbehov og spesielt i arbeid med psykisk helse
- Kan anvende psykologisk kunnskap på både tenkte problemstillinger og problemstillinger hentet fra praksis, særlig knyttet til helsefremmende og forebyggende arbeid
- Kan utøve grunnleggende kommunikasjonsferdigheter



Generell kompetanse

- Har forståelse av sammenhengen mellom helse, trivsel og læring
- Kan utveksle faglige synspunkter og erfaringer med andre på en saklig og respektfull måte, og derigjennom kunne bidra til utviklingen av god praksis
- Kan identifisere og vurderer faglige og etiske problemstillinger knyttet til ulike tema i årsstudiet
- Kan anvende fagkunnskap reflektert og kritisk i skriftlige besvarelser
- Kan bidra i arbeidet med forebyggende og helsefremmende tiltak og strategier for å bedre psykisk helse hos ulike befolkningsgrupper

1.4 Arbeidsomfang

Årsstudiet i samfunnspsykologi er et fulltidsstudium, og det legges til grunn at studenten vil ha et arbeidsomfang tilsvarende 1600 timer per studieår. Studieåret går over ti måneder.

Deltidsstudier eller enkeltemnestudent

Det er også mulig å ta studiet på deltid, eller kun studere enkeltemner. Arbeidsomfanget vil da avhenge av antallet studiepoeng som tas per år. Et fulltidsstudium tilsvarer 60 studiepoeng per år.

1.5 Arbeids- og undervisningsformer

Som liten høyskole kan vi hjelpe studenten til å identifisere et realistisk ambisjonsnivå som øker muligheten for at studenten skal få oppleve mestring og motivasjon. Studenten selv skal utvikle en forståelse for forholdet mellom egen innsats i studiene og resultatet studenten oppnår. Studentene stimuleres til å reflektere over dette forholdet knyttet til de ressursene studentene har tilgjengelig i form av tidligere erfaringer, kunnskaper og tilgjengelig arbeidskapasitet.

Læring er en aktiv prosess, derfor legges opp til studentaktive metoder i undervisningen hvor studentene stimuleres til aktivt å søke kunnskap. I tillegg til selvstudium er de tilrettelagte arbeids- og undervisningsformene varierte og inkluderer:

Ulike undervisningsformer

I tillegg til selvstudium er de tilrettelagte arbeids- og undervisningsformene varierte og inkluderer følgende:

Forelesninger/videoforelesninger

Det foreleses over sentral tematikk i pensum. Faglærer veileder og tilrettelegger forelesningene i henhold til hvor studentene er i sin faglige utvikling. Nettstudentene tilbys digital undervisning, med undervisningsvideoer tilgjengelig på vår læringsplattform.

Seminarer/webinarer

Frivillige seminarer/webinarer organiseres i mindre grupper hvor det gis rikelig anledning til å stille spørsmål og diskutere fagstoff med medstudenter og faglærere. Deler av pensum som tidligere har vært belyst i undervisningen tematiseres. Sentrale problemstillinger blir belyst og diskutert. Seminarer/webinarer kan i enkelte emner ha et mer spesifikt fokus på



forskningsbaserte eller forskningslignende prosjektarbeid eller ha ferdighetsfokus som for eksempel akademisk skrivetrening.

Automatiserte oppgaver

I samtlige emner som inngår i studiet tilbyr vi via vår digitale læringsplattform en rekke automatiserte oppgaver hvor oppgavetype, vanskelighetsgrad og kognitivt nivå er knyttet til de sentrale temaene og læringsutbyttene i aktuelle emner. Disse oppgavene er forhåndsprogrammert og studentene kan selv bestemme om og når de vil utføre dem. Studenten får umiddelbart tilbakemelding basert på en programmert fasit, og kan gjenta oppgavene på et hvilket som helst tidspunkt.

Digital læringsplattform – tekst, lyd og bilde

Hvert emne i studiet har et digitalt læringsrom i vår læringsplattform hvor studentene får tilgang til pedagogisk gjennomtenkte læringsløp som er satt sammen av læringsmaterieill i form av tekster, bilder, videoer og lydfiler, samt automatiserte oppgaver og digitale kurs. Disse læringsressursene er lagt i en rekkefølge som er ment å støtte studentenes selvstendige læringsprosess. Kort oppsummert er tanken at læringsmateriellet, gir korte introduksjoner til læringsmål, særlig sentrale felt i emnet, forklaringer på særlig vanskelige områder, og viser studentene mulige veier inn i pensumlitteraturen og alternative kilder. Digitale kurs og automatiske oppgaver omtales i egne punkter under.

Digitale kurs/nettbaserte kurs

Et digitalt kurs er et nettkurs med tekster, videoer og oppgaver som følger hverandre i en bestemt rekkefølge og er presentert i vår digitale læringsplattform. Oppgavene som dukker opp innimellom tekstene og videoene forutsetter at studenten har tilegnet seg stoffet i de foregående læremidlene. Etter endt kurs vil studenten få vite hvor mange prosent riktige svar som er avlagt. Når det digitale kurset fungerer som et obligatorisk arbeidskrav vil kurset kreve 80 % riktige svar for at arbeidskravet vurderes som bestått. Studenten vil kunne ta kurset så mange ganger vedkommende ønsker. Ved obligatoriske arbeidskrav vil denne muligheten være åpen frem til et gitt tidspunkt før eksamen, og arbeidskravet må være bestått før studenten kan melde seg opp til eksamen.

Automatiserte oppgaver

I samtlige emner som inngår i studiet tilbyr vi via vår digitale læringsplattform en rekke automatiserte oppgaver hvor oppgavetype, vanskelighetsgrad og kognitivt nivå er knyttet til de sentrale temaene og læringsutbyttene i aktuelle emner. Disse oppgavene er forhåndsprogrammert og studentene kan selv bestemme om og når de vil utføre dem. Studenten får umiddelbart tilbakemelding basert på en programmert fasit, og kan gjenta oppgavene på et hvilket som helst tidspunkt.

Veiledning

Alle studenter ved årsstudiet vil få veiledning i de ulike emnene i forbindelse med for eksempel skriftlige innleveringer eller prosjektarbeid. Veiledning kan foregå både individuelt og i gruppe, og både ansikt til ansikt eller i digitale rom.



Digitale klasserom

Vårt digitale klasserom er et samhandlingsrom i vår digitale læringsplattform som både faglærere og studenter har tilgang på. Hvert emne har sitt eget digitale klasserom hvor både stedlige- og nettstudenter lett kan kommunisere og jobbe sammen. Det stimulerer til faglige diskusjoner knyttet opp mot undervisningen i hvert emne, tidsaktuelle faglige nyheter og til organisering av kollokviégrupper. De andre studentene i klassen vil få opp et varsel om aktiviteten som har foregått siden sist de var logget på, med mulighet for å kommentere, like eller diskutere det som er lagt ut av medstudenter eller faglærer både synkront og asynkront.

Tabellen nedenfor viser hvilke undervisningsformer som brukes i de ulike emnene:

Første året	Emne	Nett/Sted
	PSY2282 Samfunnspsykologi	Forelesninger – nettbasert Digital læringsplattform Seminarer – webinar Obligatorisk undervisning (digital) Digitalt kurs Automatiserte oppgaver Veiledning Digitale klasserom
	PSY2283 – Psykisk helse og forebygging	Forelesninger – nettbasert Digital læringsplattform Seminarer - webinar Digitale kurs Automatiserte oppgaver Veiledning Digitale klasserom
	PSY3290 – Kommunikasjon og relasjonsforståelse i organisasjoner	Forelesninger – nettbasert Digital læringsplattform Seminar – webinar Ferdighetstrening – obligatorisk samling Digitalt kurs Automatiserte oppgaver Veiledning Digitale klasserom Flipped-classroom



Studieplan for årsstudium i forebygging, samfunn og psykisk helse 2025/2026

	PSY6170 – Psykisk helse i skolen	Forelesninger – nettbasert Digital læringsplattform Obligatorisk undervisning (digital) Digitalt kurs Automatiserte oppgaver Veiledning Digitale klasserom
	PSY2284 – Utenforskap og inkludering	Forelesninger – nettbasert Digital læringsplattform Seminarer - webinar Automatiserte oppgaver Veiledning Digitale klasserom
	DML2230 - Prosjektledelse	Forelesninger – nettbasert Digital læringsplattform Seminar – webinar Digitalt kurs Automatiserte oppgaver Veiledning Digitale klasserom

1.6 Vurderingsformer

Studentene vil møte ulike vurderingsformer gjennom studiet. Vurderingsformene skal ivareta en kontinuerlig prosess med et tosidig formål; fremme læring og dokumentere studentenes kompetanse som tilstrekkelig i forhold til gjeldende læringsutbytte. Vurdering av eksamener gjennomføres etter gjeldende regler i lov om universiteter og høyskoler og forskrift om opptak, studier og eksamen ved Oslo Nye Høyskole.

Ny og utsatt eksamen gjennomføres på samme måte som ordinær eksamen. Utover eksamen har alle emner arbeidskrav som må være bestått før studenten har anledning til å fremstille seg for eksamen.

Utover eksamen har alle emner arbeidskrav som må være bestått før studenten har anledning til å fremstille seg for eksamen.

Her følger en oversikt over eksamensformene og arbeidskravene for de enkelte emnene som årsstudiet inneholder:



Obligatoriske emner				
Anbefalt plassering (semester)	Emnekode og emnenavn	Sp	Eksamensform Vurderingsuttrykk: Gradert skala A-F	Arbeidskrav Vurderingsuttrykk: bestått/ikke-bestått
1	PSY2282 Samfunnspsykologi	7,5	Individuell skriftlig oppgave over 48 timer, 1500 ord (+/- 10 %) i henhold til oppgitte formkrav og APA-mal for referering. 10% av eksamenskandidatene vil bli tilfeldig trukket til muntlig å forsvare sin eksamensbesvarelse.	Aktiv deltakelse på obligatorisk undervisning
1	PSY2283 Psykisk helse og forebygging	7,5	Karakteren i dette emnet består av innlevering av en gruppeeksamen på 3000 ord (+/- 10%).	- Godkjent nettbasert kurs
1	PSY3290 Kommunikasjon og relasjonsforståelse i organisasjoner	15	Karakteren i dette emnet består av en individuell muntlig eksamen.	- Godkjent nettbasert kurs - Godkjent skriftlig innlevering - Godkjent ferdighetstrening
2	PSY6170 Psykisk helse i skolen	15	Karakteren i dette emnet består av en individuell muntlig eksamen.	- Skriftlig innlevering - Aktiv deltakelse på obligatorisk undervisning
2	DML2230 Prosjektledelse	7,5	Eksamen i dette emne består av en skriftlig gruppeoppgave over 3 uker på 3,000 ord (+/- 10 %) i henhold til oppgitte formkrav og mal for referering	- Godkjent skriftlig innlevering - Godkjent nettbasert kurs
2	PSY2284 Utenforskap og inkludering	7,5	Karakteren i dette emnet består av en individuell muntlig eksamen.	- Refleksjonsnotat (800 ord +/- 10)



Den graderte bokstavkarakterskalaen er som følger:

Karakter	Betegnelse	Generell (ikke fagspesifikk) beskrivelse av vurderingskriterier
A	Fremragende	Fremragende prestasjon som klart utmerker seg. Kandidaten viser svært god vurderingsevne og stor grad av selvstendighet.
B	Meget god	Meget god prestasjon. Kandidaten viser meget god vurderingsevne og selvstendighet.
C	God	Jevnt god prestasjon som er tilfredsstillende på de fleste områder. Kandidaten viser god vurderingsevne og selvstendighet på de viktigste områdene.
D	Nokså god	En akseptabel prestasjon med noen vesentlige mangler. Kandidaten viser en viss grad av vurderingsevne og selvstendighet.
E	Tilstrekkelig	Prestasjonen tilfredsstiller minimumskravene, men heller ikke mer. Kandidaten viser liten vurderingsevne og selvstendighet.
F	Ikke bestått	Prestasjon som ikke tilfredsstiller de faglige minimumskravene. Kandidaten viser både manglende vurderingsevne og selvstendighet.

Ved skriftlig eksamen kan studenten be om begrunnelse for sensur, og sensuren kan påklages, jf. Universitet- og høyskoleloven § 5-3, og forskrift om opptak, studier og eksamen ved Oslo Nye Høyskole § 4-18.

1.7 Opptakskrav

Opptaksgrunnlaget for Årsstudiet i samfunnspsykologi er generell studiekompetanse eller realkompetanse, jf. *Forskrift om opptak til høgre utdanning* og jf. *Forskrift om opptak, studier og eksamen ved Oslo Nye Høyskole*.

Det kan søkes om opptak på grunnlag av realkompetanse etter § 3-1 i *Forskrift om opptak til høyere utdanning*. Følgende minstekrav for realkompetansesøkere til Årsstudiet i samfunnspsykologi er gjeldende:

- a) du fyller 25 år eller mer det året du søker om opptak.
- b) du har minimum 5 års utdanning og/eller praksis omregnet til 100 % stilling.
- c) med utdanning menes utdanning på nivå med videregående skole. Allmennfag/studiespesialisering regnes alltid som relevant. Fagbrev, relevante linjer på folkehøyskole og høyere utdanning er også relevant.
- d) med praksis menes lønnet eller ulønnet arbeid. Praksis må dokumenteres med attest/diplom. Attester må informere om ansettelsestid og stillingsprosent eller timeantall, signeres og stemples av arbeidsgiver.
 - a. Eksempler på praksis er lønnet arbeid, lærlingtid, tillitsverv og organisasjonsarbeid.
 - b. Inntil 1 år med praksis kan dekkes av omsorg for egne barn. (Dette dokumenteres ved fødselsattest).



Studieplan for årsstudium i forebygging, samfunn og psykisk helse 2025/2026

- e) du har sendt oss et motivasjonsbrev der du gjør rede for hvordan du har tenkt til å klare studiet du søker på uten generell studiekompetanse.
- f) for søkere med utdanning fra utlandet gjelder språkkrav fastsatt av Kunnskapsdepartementet.

I tillegg kommer studiespesifikke minstekrav tilsvarende:

- Norsk, minimum 112 timer
- Engelsk, minimum 84 timer
- Matte, minimum 84 timer
- Samfunnsfag, minimum 56 timer

1.8 Relevans for arbeidsliv og videre studier

Videre studier

Årsstudiet er en døråpner til videre studier innen samfunnsvitenskapelige fag samt videre studier innen psykologi, folkehelsearbeid og psykisk helse. 45 av studiepoengene fra årsstudiet kan inngå i bachelorgraden i psykologisk helsearbeid ved Oslo Nye Høyskole.

Arbeidslivet

Årsstudiet i forebygging, samfunn og psykisk helse kvalifiserer ikke isolert til en yrkestittel eller grad, men er først og fremst et supplement til annen utdanning. Årsstudiet er relevant for personer som ønsker å jobbe med psykologi med et særlig fokus på folkehelsearbeid, forebygging og helsefremming. For deg som er ny i høyere utdanning vil studiet gi relevant kunnskap for mange ulike sammenhenger. Kunnskap om forebygging, samfunn og psykisk helse er nyttige perspektiver på arbeidsplasser hvor man jobber med mennesker på individ- og/eller gruppenivå eller med utvikling av tiltak, tjenester og lokalsamfunn. Læringsutbyttet fra dette årsstudiet kan være spesielt relevant for: miljøarbeid på skoler, frivillige organisasjoner, ulike tilbud til barn og unge, de som jobber med veiledning og utvikling av tiltak i Nav, kommunalt folkehelsearbeid eller annet arbeid for å forebygge utenforskap og fremme ulike befolkningsgruppers deltagelse, helse og livskvalitet. Innholdet i årsstudiet er satt sammen spesielt med tanke på kompetansebehovet i for eksempel kommuner eller frivillige organisasjoner som bidrar i forebyggende og helsefremmende arbeid på ulike arenaer.

2.0 Emnebeskrivelser

Årsstudiet består av grunnleggende emner som gir studentene en innføring i bredden av forebygging, samfunn og psykisk helse, og mer anvendte emner som prosjektledelse og psykisk helse i skolen. De neste sidene vil presentere emnene som inngår i årsstudiet. I emnebeskrivelsen vil studenten finne mer detaljert informasjon om emnet, læringsutbyttet, undervisningsform, innhold og vurderingsform.

Alle emnene er obligatoriske og utgjør til sammen 60 studiepoeng. Den faglige sammensetningen er som følger:



	7,5 studiepoeng	7,5 studiepoeng	15 studiepoeng
Første semester	PSY2282 – Samfunns-psykologi	PSY2283 – Psykisk helse og forebygging	PSY3290 – Kommunikasjon og relasjonsforståelse i organisasjoner
Andre semester	PSY2284 – Utenforskap og inkludering	DML2230 - Prosjektledelse	PSY6170 – Psykisk helse i skolen

2.1 PSY2282 Samfunnspsykologi

Emne:	PSY2282
Tittel:	Samfunnspsykologi
Type:	Obligatorisk
Plassering:	1. semester
Studiepoeng:	7,5 sp

Dette emnet gir en innføring i samfunns- og kulturpsykologi, og danner grunnlaget for å forstå hvordan mennesker påvirker og blir påvirket av sine omgivelser.

Emnet legger vekt på betydning av sosial kontakt og fellesskap for helse og livskvalitet. Det gir kunnskap om utsatte grupper og forhold som skaper ulikhet i menneskers livsbetingelser. Videre tar emnet opp betydningen av myndiggjøring, medvirkning og deltagelse samt hvordan det kan legges til rette for dette i endringsarbeid.

Innhold

- Oversikt over grunnleggende elementer i samfunnspsykologi som fagfelt
- Kulturpsykologiske perspektiver på hvordan normer og verdier påvirker individer
- Relevante forskningsmetoder i samfunnspsykologi
- Innføring i hvordan samfunnsforhold påvirker psykososial fungering
- Betydningen av menneskers mulighet til å påvirke eget liv og egne livsbetingelser

Læringsutbytte

Kunnskap

- Har god kjennskap til samfunns- og kulturpsykologisk teori og empiri
- Har kjennskap til ulike forskningstilnærminger i samfunns- og kulturpsykologi
- Har kunnskap om betydningen av sosial kontakt og fellesskap for helse og livskvalitet
- Har kunnskap om utsatte grupper, maktforhold og hva som skaper ulikhet i menneskers livsbetingelser

Ferdigheter



Studieplan for årsstudium i forebygging, samfunn og psykisk helse 2025/2026

- Kan anvende sentrale samfunns- og kulturpsykologiske begreper og teorier for å forstå psykisk helse i et samfunnsperspektiv
- Kan foreta selvstendige, faglig baserte refleksjoner om samspillet mellom kontekstuelle forhold og psykologisk fungering

Generell kompetanse

- Har forståelse for hvordan mennesker både former og formes av samfunnsmessige forhold
- Har innsikt i betydningen myndiggjøring, medvirkning, og deltagelse har for helse og livskvalitet og hvordan man legger til rette for dette i endringsarbeid

Arbeidskrav

Godkjent arbeidskrav er en forutsetning for å kunne gå opp til eksamen. Arbeidskravene i dette emnet er:

- Aktiv deltakelse på obligatorisk undervisning

Eksamen

Karakteren i dette emnet består av en individuell eksamen:

- Individuelt skriftlig oppgave over 48 timer, 1500 ord (+/- 10 %) i henhold til oppgitte formkrav og APA-mal for referering.

Eksamensinnholdet er læringsutbyttene. Eksamensbesvarelsen sensureres og gis gradert karakter, A – F.

2.2 PSY2283 Psykisk helse og forebygging

Emne:	PSY2282
Tittel:	Psykisk helse og forebygging
Type:	Obligatorisk emne
Plassering:	1. semester
Studiepoeng:	7,5 studiepoeng

Innhold

Dette emnet gir en innføring i forebygging av psykiske vansker og lidelser. Emnet gir grunnlag for å forstå hvordan mennesker blir påvirket av sine livsbetingelser, og hvordan slik kunnskap kan være viktig i forebyggingssammenheng.

Emnet gir også en innføring i folkehelsearbeid og kunnskap om tiltak og strategier for å forebygge psykiske lidelser og fremme god psykisk helse og livskvalitet.

Emnet gir kunnskap om befolkningens helse og livskvalitet, relevante helsetjenester og velferdssystemet.



Innhold:

- Oversikt over befolkningens psykiske helse og livskvalitet
- Forhold som påvirker psykisk helse og livskvalitet
- Lære om sammenhenger mellom sosial ulikhet og psykisk helse
- Ulike forebyggende og helsefremmende tiltak og strategier
- Oversikt over relevante helse- og velferdstjenester
- Folkehelsearbeid i Norge og andre land
- Hvordan samfunnsutvikling, politikk og psykisk helse henger sammen

Læringsutbytte

Kunnskap

- Har kunnskap om sentrale perspektiver på forebygging og helsefremming og kjenner til forebyggende og helsefremmende strategier relevante for psykisk helse
- Har kjennskap til velferdssystemet og relevante helsetjenester
- Har oppdatert kunnskap om befolkningens helse og livskvalitet, og kan knytte dette til forebyggende arbeid innen psykisk helse
- Har kunnskap om sårbare grupper og om faktorer som påvirker psykisk helse og livskvalitet

Ferdigheter

- Kan bidra i arbeidet med forebyggende og helsefremmende tiltak og strategier
- Kan redegjøre for hva folkehelsearbeid er og hvordan det er relevant for psykisk helse
- Kan identifisere faglige og etiske problemstillinger knyttet til forebyggende og helsefremmende arbeid

Generell kompetanse

- Har innsikt i sammenhenger mellom levekår og psykisk helse

Arbeidskrav

Godkjent arbeidskrav er en forutsetning for å kunne gå opp til eksamen. Arbeidskrav i dette emnet er:

- Godkjent nettbasert kurs

Eksamen

Karakteren i dette emnet består av innlevering av en gruppeeksamen på 3000 ord (+/- 10%).



Eksamensinnholdet er læringsutbyttene. Eksamensbesvarelsen sensureres og gis gradert karakter, A – F.

2.3 PSY3290 Kommunikasjon og relasjonsforståelse i organisasjoner

Tittel:	Kommunikasjon og relasjonsforståelse i organisasjoner
Type:	Obligatorisk
Plassering:	1. semester
Studiepoeng:	15 studiepoeng
Emnekode:	PSY3290

Emnet dekker ulike forståelsesmodeller og ulike kommunikativ praksis sett opp mot menneskelige muligheter og utfordringer i en arbeidslivskontekst. Grunnleggende og mer avanserte kommunikative ferdigheter som utøver av organisasjonspsykologifaget er fokus i emnet.

Emnet i sin helhet tar sikte på å gi studentene en grundig innføring i kommunikasjonsferdigheter. Emnet skal gjøre studenten i stand til å forstå en kommunikativ prosess, og å utvikle noen av de ferdighetene som er nødvendige for å være en effektiv forvalter av organisasjonspsykologiske tjenester overfor individer og grupper.

Emnet dekker også sentrale etiske utfordringer omkring rollen som forvalter av organisasjonspsykologisk ekspertise.

Praktisk bruk av psykologiske metoder og kunnskaper for å fremme hensiktsmessig kommunikasjon i arbeidslivets interpersonlige møter vil være en viktig del av emnets fokus.

Innhold

- Kommunikasjonsferdigheter
- Kommunikasjonens ulike formål i en organisasjonspsykologisk kontekst
- Ulike tilnærminger til endringsarbeid og formidling av vanskelige budskap
- Ulike perspektiver på menneskelig utvikling og endring i arbeidslivet
- Interpersonlige prosesser i kommunikasjon
- Overbevisende kommunikasjon overfor en gruppe
- Etiske og profesjonelle utfordringer omkring rollen som forvalter av organisasjonspsykologiske tjenester



Læringsutbytte

Kunnskaper

- Har kunnskap om kommunikasjon som fagområde
- Har kjennskap til aktuell og historisk kunnskapsutvikling innen arbeidslivsrelatert kommunikasjon.
- Har kunnskap om grunnlaget for evidensbasert endringsarbeid.
- Har kunnskap om ulike tilnærminger til og sentrale mekanismer i endringsarbeid.
- Har kunnskap om hensiktsmessig formidling av budskap overfor en gruppe.
- Har kunnskap om relasjon og allianse.
- Har kunnskap om etiske og profesjonelle utfordringer omkring rollen som forvalter av organisasjonspsykologisk ekspertise.

Ferdigheter

- Kan grunnleggende kommunikasjonsferdigheter for å forvalte organisasjonspsykologisk ekspertise.
- Kan anvende faglig kunnskap til å utvikle tiltak for ulike menneskelige utfordringer i arbeidslivet.
- Kan bruke noen utvalgte verktøy i endringsarbeid.
- Kan kommunisere hensiktsmessig overfor en gruppe.
- Kan reflektere selvstendig over faglige og yrkesetiske problemstillinger knyttet til organisasjonspsykologi generelt, og egen fagutøvelse spesielt.

Generell kompetanse

- Kan utveksle faglige synspunkter med andre på en saklig og respektfull måte, og gjennom dette bidra til utvikling av god praksis.
- Kan formidle sentralt fagstoff både muntlig, gjennom ferdighetstrening, og skriftlig.

Arbeidskrav

Godkjente arbeidskrav er en forutsetning for å kunne gå opp til eksamen.

Arbeidskravene vil bestå av

- Godkjent nettbasert kurs
- Godkjent skriftlig innlevering
- Godkjent ferdighetstrening

Eksamen

Eksamen i dette emnet består av en individuell muntlig eksamen. Eksamen vurderes til bestått/ikke bestått.



2.4 PSY2284 Utenforskap og inkludering

Emne:	PSY2284
Tittel:	Utenforskap og inkludering
Type:	Obligatorisk emne
Plassering:	2. semester
Studiepoeng:	7,5 studiepoeng

Dette emnet gir en innføring i hvordan marginalisering og utenforskap påvirker psykisk helse og livskvalitet.

Emnet legger vekt på hvordan kategorier som etnisitet, alder, kjønn, seksualitet, funksjonsevne, arbeidsdeltakelse og sosioøkonomisk status kan ha betydning for selvforståelse, relasjoner, livskvalitet og psykisk helse. Videre tar emnet opp hvordan ulikhetsskapende prosesser på både mikro- og makronivå kan lede til ulike former for diskriminering og marginalisering, samt utforming av strategier for å motvirke dette og derved fremme inkludering og god psykisk helse.

Innhold

- Marginalisering og diskriminering
- Hvordan fremme psykisk helse og livskvalitet hos utsatte grupper
- Psykologiske mekanismer ved diskriminering og eksklusjon
- Perspektiver og verktøy for å håndtere kulturell og identitetsmessig kompleksitet
- Medvirkning og strategier som fremmer inkludering

Læringsutbytte

Kunnskap

- Har kunnskap om hvordan ulike former for marginalisering og utenforskap påvirker psykisk helse og livskvalitet
- Har kjennskap til relevante psykologiske forklaringsmodeller i diskriminering og utenforskap
- Har kjennskap til samfunnsmessige faktorer som hemmer og fremmer medvirkning, deltagelse og inkludering

Ferdigheter

- Kan beherske relevante verktøy for å håndtere kulturell kompleksitet i samfunn og arbeidsliv, knyttet blant annet til migrasjon og integrering
- Kan identifisere diskriminerende praksiser og forklare hvordan slike oppstår



Generell kompetanse

- Kan utvise respekt og sensitivitet for kulturell og identitetsmessig variasjon
- Kan bidra i arbeidet med å hindre eksklusjon og fremme inklusjon
- Kan utveksle faglige synspunkter og erfaringer med andre på en saklig og respektfull måte, og derigjennom kunne bidra til utviklingen av god, ikke-diskriminerende praksis

Arbeidskrav

Godkjent arbeidskrav er en forutsetning for å kunne gå opp til eksamen. Arbeidskrav i dette emnet er:

- Refleksjonsnotat (800 ord +/- 10)

Eksamen

Karakteren i dette emnet består av en individuell muntlig eksamen.

Eksamensinnholdet er læringsutbyttene. Eksamensbesvarelsen sensureres og gis gradert karakter, A – F.

2.5 PSY6170 Psykisk helse i skolen

Emne:	PSY6170
Tittel:	Psykisk helse i skolen
Type:	Obligatorisk emne
Plassering:	2. semester
Studiepoeng	15 studiepoeng

De siste årene har det vært et økende fokus på barn og unges psykiske helse. De som jobber tett med barn og unge, møter jevnlig personer som sliter med angst, depresjon, selvskading, utagering og som setter for høye krav til seg selv. Voksne som møter barn og unge der de er, har en unik mulighet til å bidra til å styrke deres psykiske helse, samt forebygge og fange opp begynnende problemer.

Emnet *psykisk helse i skolen* har som mål å gi studentene kunnskap og forståelse om god psykisk helse og vanlige psykiske vansker hos barn og unge. Emnet gir kunnskap om hvordan skolen og de ansatte kan fremme elevenes psykiske helse, oppdage psykiske vansker og håndtere disse på en god måte. En viktig del av faget er å gi kunnskap om hva skolen selv kan gjøre og når man skal henvise eleven videre. I tillegg gir emnet kunnskap om



hvordan man kan ta vare på seg selv i en hverdag preget av mange krav og en rekke ulike roller å fylle.

Emnet *psykisk helse i skolen* har som målsetting å gi studentene den kompetansen som skal til for å sørge for at elevene skal oppleve skoledagen som meningsfull og god – og dermed utvikle god psykisk helse, trivsel og læring.

Innhold

- Hvordan forstå og fremme psykisk helse hos elever
- Aktuelle teorier, perspektiver og forskning knyttet til barn og unges psykiske helse
- Hvordan skolen kan oppdage, forstå og håndtere problemer med psykisk helse
- Skolens mulighet til å forebygge psykiske vansker hos barn og unge
- Selvivaretagelse, rolleforståelse og grensesetting for den ansatte i skolen
- Systemforståelse: hvor og hvordan henvende seg ved ulike utfordringer
- Opplæringslovens betydning for elevenes psykiske helse
- Forståelse og håndtering av vanlige vansker hos barn og unge
- Læring og læreverskapers betydning for elevers psykiske helse
- Forståelse og håndtering av mobbing, vold og konflikter
- Nyttig kartleggingsmateriell

Læringsutbytte

Kunnskap

- Har kunnskap om aktuelle teorier, perspektiver og forskning knyttet til barn og unges psykiske helse
- Har kunnskap om relevante fremgangsmåter for å fremme psykisk helse hos barn og unge
- Har kunnskap om vanlige psykiske vansker hos barn og unge
- Har kunnskap om hvordan skolen kan oppdage, forstå og håndtere problemer med psykisk helse
- Har forståelse av mobbing, vold og konflikters betydning for den psykiske helsen
- Har kjennskap til tiltak som virker forebyggende
- Har forståelse av skolemiljøets betydning for den ansattes fungering og psykiske helse
- Har forståelse av skolemiljøet og hjemmets betydning for elevens psykiske helse
- Har kjennskap til hvilke utfordringer som kan håndteres i skolen, samt hva som bør henvises videre og til hvem
- Har forståelse av betydningen læring og læreverskaper har på elevers psykiske helse
- Har kjennskap til forskningsbaserte tiltak mot mobbing
- Har kjennskap til hva som skal til for å være en god og tydelig leder av klassen
- Har kjennskap til aktuelle kapitler i opplæringsloven



Ferdigheter

- Skal kunne benytte utvalgt kartleggingsmateriell knyttet til språkvansker og andre lærevansker
- Kan identifisere viktige tiltak for selvivaretagelse og grensesetting for den ansatte

Generell kompetanse

- Har forståelse av sammenhengen mellom helse, trivsel og læring
- Har innsikt og forståelse av den skoleansattes rolle, ansvar og mulighet til å påvirke elevenes psykiske helse
- Skal kunne utvise respekt for elevenes egenart og behov
- Skal være i stand til å gjøre selvstendige betraktninger knyttet til hvilke utfordringer dagens barn og unge står overfor

Arbeidskrav

Godkjente arbeidskrav er en forutsetning for å kunne gå opp til eksamen. Arbeidskravene i dette emnet består av:

- Skriftlig innlevering
- Obligatorisk undervisning (med aktiv deltakelse)

Eksamen

Karakteren i dette emnet består av en individuell muntlig eksamen. Eksamen avholdes stedlig eller digitalt.

Eksamensinnholdet er læringsutbyttene. Eksamensbesvarelsen sensureres og gis gradert karakter, A – F.

2.6 DML2230 Prosjektledelse

Emne: DML2230

Tittel: Prosjektledelse

Type: Obligatorisk emne

Plassering: 2. semester

Studiepoeng: 7,5 studiepoeng



Etter gjennomført emne kan du anvende prosjektmetodikk for å løse ulike oppgaver ved å identifisere og formulere problemstillinger, initiere og planlegge prosjekter, lede og bruke ulike styringsformer for å oppnå ønskede resultater.

Emnet gir deg kunnskap i hvordan arbeidsformen stiller krav til prosjektledere, uavhengig av bransje. Videre utvikler du forståelse for hvilke verktøy og lederstiler du som prosjektleder kan bruke for å fremme måloppnåelse og arbeidsinnsats. Vi setter et spesielt søkelys på prosjektlederens rolle som leder. Alle prosjekter er ulike, og du må som prosjektleder blant annet tilpasse din ledelsesform til forskjellige mennesker og situasjoner.

Du lærer viktigheten av å etablere prosjektteam og kultur som bidrar til at prosjektet lykkes, samt hvilke metoder du kan anvende for å engasjere, inkludere og lede avhengig av oppgavens og organisasjonens særtrekk.

Ledelse i og av prosjekter handler om hvordan effektivt prosjektarbeid fungerer, og om hva det innebærer å organisere og lede prosjektteam, prosjektprosesser og å skape resultater. I dette emnet får du en grunnleggende innføring i beste praksis innen prosjektmetodikk, herunder både styrings- og ledelsesrelaterte temaer. Du lærer også om hvordan god ledelse i prosjektarbeid kan skape merverdi for organisasjoner. Emnet er en del av et større utdanningsbilde som har sammenheng med flere av emnene i studiet, bl.a. organisasjon og ledelse, organisasjonspsykologi og HR, og digital transformation management.

Læringsutbytte

Kunnskap

- Har kunnskap om prosjekt som arbeids- og organisasjonsform, og sentrale rammeverk for prosjektledelse
- Har kunnskap om teorier og empiri innen prosjektledelse som vitenskapelig og praktisk fagområde
- Har forståelse av egen påvirkning på effektivt prosjektarbeid og hvordan det kan bidra til måloppnåelse
- Har kjennskap til ulike sider ved prosjektledelsesbegrepet og hvordan dette har utviklet seg over tid
- Har kjennskap til forsknings- og utviklingsarbeid innen prosjektledelse.

Ferdigheter

- Forstår verdien av teoretisk og praktisk kunnskap innen prosjektledelsesfaget
- Kan forklare hvordan prosjektledere innhenter og bruker informasjon, administrerer informasjonsflyt, og skaper prestasjonskultur
- Kan kartlegge og vurdere bruk av relevante prosjektverktøy knyttet til planlegging, organisering og ledelse av prosjekter
- Kan gjennomføre interessentanalyse og etablere kommunikasjonsplan, etablere en enkel tidsplan for interessertinvolvering og vurdere gjennomføringsrisiko.

Generell kompetanse

- Kan drøfte forutsetninger og antakelser innen prosjektledelsesteori og -praksis
- Kan drøfte implikasjoner av ulike ledelsesformer i en prosjektkultur og -struktur



Studieplan for årsstudium i forebygging, samfunn og psykisk helse 2025/2026

- Kan utveksle synspunkter og erfaringer med andre med bakgrunn innenfor fagområdet, og gjennom dette identifisere god prosjektledelsespraksis
- Kan drøfte implikasjoner for prosjekt som arbeidsform og hvilke krav dette stiller til prosjektlederen.

Arbeidskrav

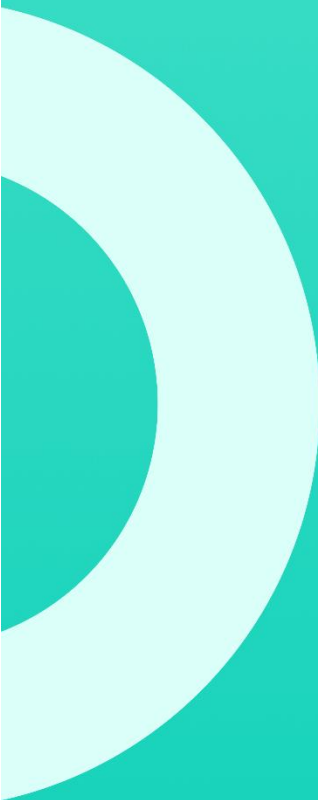
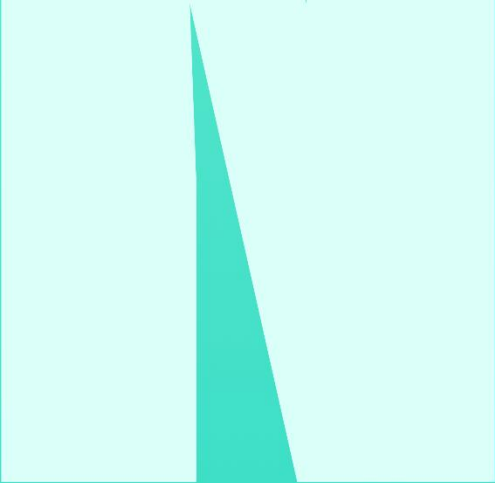
Godkjent arbeidskrav er en forutsetning for å kunne gå opp til eksamen. Arbeidskravene i dette emnet er:

- Godkjent skriftlig innlevering
- Godkjent nettkurs

Eksamen

Eksamen i dette emne består av en skriftlig gruppeoppgave over 3 uker på 3,000 ord (+/- 10 %) i henhold til oppgitte formkrav og mal for referering. Eksamensinnholdet er læringsutbyttene. Eksamensbesvarelsen sensureres og gis gradert karakter, A – F.





ONH Oslo Nye
Høyskole

Ullevålsveien 76
0454 Oslo

