

## Sensorveiledning for eksamen i PSYC2502 Vår 2023

Dette er en hjemmeeksamen der studentene har fått 72 timer til å besvare en essayoppgave med temaet livskvalitet og «hverdagsgledens fem» i kommunen. I sensorveiledningen fokuseres det på hvordan temaene i oppgaveteksten er dekket i pensum. Dette betyr ikke at alle disse momentene må være med i en enkelt besvarelse. Tvert imot bør kandidaten helst begrense oppgaven tydelig i introduksjonen slik at noen av temaene blir mer relevante enn andre. Det finnes også andre kilder, i og utenfor pensum, som kan benyttes der det bidrar til å belyse oppgavens problemstillinger.

### 1. Selve oppgaven

Oppgaven består av tre deler. Den første delen går ut på at kandidaten velger seg en kommune hvor som helst i Norge og redegjør for hvordan kommunen ligger an på ulike faktorer som er viktige for innbyggernes livskvalitet (dvs. f.eks., økonomi, helse, oppvekst- og levekår, nærmiljø, arbeid, skolegang, ulikhet, osv.). Kandidaten bør begynne med å si noe om hva begrepet livskvalitet betyr, siden dette er sentralt for å svare på oppgaven. I det minste bør kandidaten få frem at livskvalitet omfatter både objektive faktorer som økonomi og boforhold, og subjektive faktorer som opplevelser av glede, mening, mestring og engasjement. Oppgaven spesifiserer at redegjørelsen skal ha et empirisk fokus basert på offentlig tilgjengelige kilder som ungdomsdata og folkehelseprofil. Denne delen bør være relativt kort og presis (ca. 900-1100 ord). Kandidaten bør legge frem fakta uten for mye personlig «syning». Kandidaten bør gi et helhetlig bilde av vilkårene for livskvalitet i kommunen, men kan godt velge å fokusere på visse deler av livskvalitet som for eksempel økonomisk trygghet eller trivsel og tilhørighet. Denne avgrensingen bør i så fall komme frem allerede i introduksjonen slik at det er tydelig at dette er et bevisst valg fra kandidatens side. Det er ikke nødvendig med en begrunnelse for hvorfor kandidaten valgte den kommunen de valgte.

Videre i oppgaven skal kandidaten legge frem to til tre spesifikke tiltak som kan virke helsefremmende eller forebyggende i forhold til livskvaliteten i kommunen gjennom å fremme innbyggernes mulighet til å oppleve en eller flere av «hverdagsgledens fem» (å knytte bånd, være fysisk aktiv, fortsette å lære, være oppmerksomt til stede, og/eller å gi til andre). Det er viktig at de foreslåtte tiltakene både logisk henger sammen med de spesifikke utfordringene som har blitt identifisert i del 1 av oppgaven, samt at det kommer tydelig frem hvordan tiltakene vil bidra til å fremme innbyggernes mulighet til å oppleve en eller flere av «hverdagsgledens fem». Det bør redegjøres kort for hva «hverdagsgledens fem» er, men kandidaten kan gjerne velge å fokusere på en eller et par av disse fremfor alle fem. Innholdet i tiltakene bør beskrives i såpass detalj at en som ikke er spesielt kjent med helsefremmende og forebyggende arbeid kan forstå hva de går ut på og hvorfor de gjennomføres. Det er også viktig at kandidaten konkret beskriver hvordan de foreslåtte tiltakene vil kunne øke innbyggernes mulighet til å oppleve «hverdagsgledens fem». Tiltakene kan være eksisterende tiltak som allerede har blitt prøvd ut andre steder eller det kan være noe kandidaten har tenkt på selv. Anbefalte lengde for ca. antall ord er 1200 til 2000, men hva som er passende lengde vil avhenge av hvilke tiltak som beskrives.

Til slutt skal kandidaten drøfte i hvilken grad alle innbyggerne i den valgte kommunen har like muligheter til å oppleve god psykisk helse, hvordan strukturelle forhold i samfunnet og nærmiljøet påvirker psykisk helse, og i hvilken grad dette forholdet kan hjelpe oss å forstå sosial ulikhet i psykisk helse. Det er viktig at alle delene av spørsmålet dekkes, og at studentene demonstrerer evne til kritisk tenkning og nyanse i sin drøfting. Her er det også viktig at kandidaten ikke bare presenterer

sin personlige mening, men at argumentasjonen har et tydelig teoretisk eller empirisk belegg (se punkt 4 for utdyping).

## 2. Omfang og formkrav

Studentene fått følgende beskjed om omfang og formkrav: Oppgaven skal ha et omfang på 3500-4000 ord, ikke inkludert forside, sammendrag, referanser og eventuelle figurer/tabeller. Vi godtar kun APA 7 formatet for kildehenvisning (ikke andre stiler som f. eks. Chicago, Harvard osv.). Utover dette er det ikke spesifisert krav til formatering. Oppgaven skal ha en ryddig struktur med tydelig introduksjon (som avgrenser oppgaven), hoveddel (beskrivelse/vurdering av behov, redegjørelse av og begrunnelse for tiltak, og drøfting av sammenhengen mellom strukturelle faktorer i samfunn/nærmiljø, og individers psykiske helse) og avslutning/oppsummering. Kandidatens evne til å skrive om disse temaene på en måte som er lett å forstå, også for personer utenfor fagfeltet, er en del av vurderingen.

## 3. Pensum

Avhengig av hvordan kandidaten velger å vinkle oppgaven er det mye ulikt materiale fra pensum som kan være relevant. Artikler som vil være relevante for de fleste kommer blant annet fra forelesningen om forebygging og helsefremming i kommunen:

- Norsk Psykolog Forening. (2015). Psykisk helse i alt vi gjør – men hvordan? Hvordan kan psykologer bidra i lokalt folkehelsearbeid for å utvikle god helse i befolkningen.
- Utdanningsdirektoratet. PP-tenesta arbeider førebyggjande. <https://www.udir.no/kvalitetog-kompetanse/samarbeid/pp-tjenesten/kvalitetskriterium-i-pp-tenesta/pp-tenestaarbeider-forebyggjande/>.
- Ekstra ressurs (frivillig): Psykolog i kommunen. (2016). Nasjonalt kompetansesenter for psykisk helsearbeid.
- Ekstra ressurs (frivillig): Les mer om psykolog i kommunen på <https://www.psykologforeningen.no/medlem/psykolog-i-kommunen>

Andre svært relevante ressurser fra pensum når det gjelder tiltak i kommunen inkluderer blant annet:

- Arne Holte. Syv prinsipper og tjue grep for et psykisk sunnere Norge. Publisert i Barn i Norge 2018: Ung og psykisk syk. Oslo: Voksne for Barn.
- Psykisk helse og trivsel i folkehelsearbeidet. (2014). Helsedirektoratet
- Folkehelseinstituttet. (2018). Barn og unges psykiske helse: Forebyggende og helsefremmende folkehelseiltak. En kunnskapsoversikt.

Også mange av ressursene fra de to innledende forelesningene om forebyggingsteori være relevante. Blant annet følgende artikler:

- Rose, G. (1993). Mental disorder and the strategies of prevention. *Psychological Medicine*, 23, 553-555.

- Heckman, J. J. (2006). Skill formation and the economics of investing in disadvantaged children. *Science*, 312(5782), 1900-1902.
- Mackenbach, J.P., Lingsma, H.F., van Ravesteyn, N.T., og Kamphuis, C.B.M. (2012). The population and high-risk approaches to prevention: quantitative estimates of their contribution to population health in the Netherlands, 1970–2010. *The European Journal of Public Health*, 23, 909–915.
- Brugha, T.S., Morrell, C.J., Slade, P. og Walters, S.J. (2011). Universal prevention of depression in women postnatally: cluster randomized trial evidence in primary care. *Psychological Medicine*, 41, 739–748.

I tillegg til delene av pensum nevnt over vil også andre artikler være relevante avhengig av hvordan kandidaten har valgt å vinkle oppgaven.

Andre relevante kilder som ikke er en del av pensum, men som det har blitt opplyst om i forelesning og i oppgaveteksten:

- Ungdata undersøkelsen: <http://www.ungdata.no/Fylker-og-kommuner/>
- Folkehelseprofil: <https://www.fhi.no/folkehelse/folkehelseprofil/>

#### 4. Det faglige innholdet

Kandidatene står relativt fritt i valg av spesifikke tiltak, men hvilke tiltak som legges frem bør tilpasses kommunens behov (basert på informasjon de legger frem selv i del 1) og målene tiltakene er ment å adressere (hverdagsgledens fem). Mange ulike arenaer er relevante for å fremme innbyggernes mulighet til å oppleve «hverdagsgledens fem», slik som arbeid, skole, økonomi, ulikhet, nærmiljø og fritid, og alle disse kan derfor diskuteres. Kandidaten bør imidlertid ikke legge frem tiltak innenfor helsevesenet da dette handler om behandling ikke forebygging/helsefremming. I tillegg til at tiltaket skal være relevant for «hverdagsgledens fem» bør det vises til empiriske data redegjort for i deloppgave 1 som viser hvorfor valgte tiltak er relevant for den valgte kommunen. Utover det er det ikke nødvendigvis så viktig akkurat hvilke tiltak som legges frem; det viktigste er at tiltakene er godt redegjort for og at det er tydelig faglig belegg for forslaget.

I del 3 av oppgaven skal kandidaten ta for seg sammenhengen mellom strukturelle faktorer i samfunnet og individers psykiske helse. Her vil det være relevant å redegjøre noe for sosioøkonomisk ulikhet i helse og gradientutfordringen. Samtidig er det viktig at kandidaten ikke bruker for mye plass på generell redegjørelse, da oppgaven spesifikt ber kandidaten om å drøfte flere konkrete spørsmål. I denne drøftingen er det viktig at argumentasjonen ikke bare består av personlige meninger eller «common sense», men har tydelig empirisk eller teoretisk belegg. Ulike forklaringsmodeller for sammenhengen mellom strukturelle faktorer og individers psykiske helse ble diskutert i forelesning 1 – Introduksjon til sentrale temaer. Disse inkluderte blant annet familiestressmodellen, den materialistiske forklaringsmodellen, helseadferdsteori, psykososiale perspektiver og kontekstuelle forklaringer. Styrker og svakheter ved disse forklaringene kan gjerne trekkes frem. Ole Jacob Madsen sin forelesning om kritiske perspektiver er også svært aktuell. Der satt han blant annet spørsmålstegn ved om helsefremmende og forebyggende tiltak i visse tilfeller være med på å videreføre sosiale forskjeller i helse og uhelse fordi de som allerede har mest ressurser får størst utbytte av tiltakene, samt faren for å legge ansvaret for samfunns- og systemproblemer over på individet (f.eks. i forhold til livsmestring i skolen). Spørsmål rundt språk, diskriminering og kultur (blant annet diskutert i

forelesningen om samiske perspektiver) er også svært aktuelle å drøfte i forhold til spørsmålet om alle innbyggerne i kommunen har like muligheter til å oppleve god psykisk helse.

## **5. Begrunnelse for stryk**

Studentene skal skrive en sammenhengende tekst som dekker alt det blir spurt etter i teksten. Hvis deler av oppgaven ikke er dekket i det hele tatt (for eksempel dersom kandidaten ikke legger frem to-tre spesifikke tiltak) skal besvarelsen strykes. Hvis alle spørsmålene er besvart, men det mangler noe av den konkrete informasjonen som det spørres om i oppgaveteksten vil det selvfølgelig påvirke evalueringen negativt, men det behøver ikke bety at besvarelsen skal strykes (for eksempel hvis beskrivelsen av et foreslått tiltak er kort og upresis). I slike tilfeller må det gjøres en helhetsvurdering av hvor god resten av besvarelsen er.

Alle kandidater må demonstrere en grunnleggende forståelse for sentrale begreper og teorier innen forebygging og helsefremmende arbeid. Besvarelser som ikke reflekterer dette (f. eks. ved å foreslå behandlingstiltak fremfor forebyggende tiltak) skal strykes. I drøftingsdelen må kandidaten demonstrere evne til selvstendig kritisk tenking og aktivt bruk av pensum (eller andre akademiske kilder). Mangel på evne til å reflektere rundt tematikken vil kunne være begrunnelse for stryk. I totalvurderingen skal det også tas hensyn til i hvilken grad besvarelsen er pedagogisk skrevet, språket er akademisk og teksten er godt strukturert.