

Institutionen för Hälsovetenskaper

TENTAMEN

Kurs Hållbar Livsstil: Sociala Problem, Utredning och Beteendepåverkan VT24

Examinationsmoment: Salstentamen

Kurskod SD307G1F Högskolepoäng för examinationsmomentet: 4.5

Datum 21/3 2024 Tentamenstid 14.15-18.30

Ansvarig lärare Sakarias Bank

Berörda lärare

Hjälpmedel/bilagor

Övrigt

- Anvisningar
- ☐ Ta nytt blad för varje lärare
 - ☐ Ta nytt blad för varje ny fråga
 - ☒ Skriv endast på en sida av papperet.
 - ☒ Skriv namn och personnummer på samtliga inlämnade blad.
 - ☒ Numrera lösbladen löpande.
 - ☒ Använd inte röd penna.
 - ☒ Markera med kryss på omslaget vilka uppgifter som är lösta.

Poänggränser

Skrivningsresultat bör offentliggöras inom 18 arbetsdagar

Lycka till!

Antal sidor totalt

Tentamen SD307: Hållbar Livsstil: Sociala Problem, Utredningar och Beteendepåverkan

Den här tentamen innehåller 25 frågor, varav 20 är flervalsfrågor och 5 är kortare essäfrågor. Ni ska inte behöva använda lösblad till några av frågorna, utan det bör räcka för er att använda de rader som finns i tentamensdokumentet. I flervalsfrågorna ska ni välja ett alternativ om inte det står explicit att ni kan välja flera.

Varje fråga är värd 2 poäng. Totalt max 50 poäng

Godkänt betyg: 30p

Väl godkänt: 40p

För betyget godkänd

- För betyg godkänt krävs 60% av poängen
- Påvisa förståelse för relevanta teorier och koncept
- Kunskap om olika socialpsykologiska interventionsmetoder
- Förmåga att redogöra för begreppet hållbar livsstil

För betyget väl godkänd

- För betyg väl godkänt krävs 80% av poängen.
- Förmåga att välja mellan och reflektera kring fördelar och nackdelar hos olika interventionsmetoder i olika kontexter, samt att kritiskt utvärdera interventioner
- Förståelse för de teoretiska koncept som ligger till grund för beteendeförändring
- En fördjupad förmåga att redogöra för barriärer och facilitatorer för en hållbar livsstil

Genom nämnda betygskriterier examineras följande kursmål:

- redogöra för begreppet hållbar livsstil utifrån ett socialpsykologiskt perspektiv,
- redogöra för och tillämpa metoder för social beteendepåverkan för positiv livsstilsförändring, samt
- utreda livsstilsmönster och kritiskt utvärdera olika interventionsinsatser

1. Vad är ett konstrukt

- En byggnad
- Värderingar som del av teorier
- Attityder som del av theory of planned behaviour
- En del av ett beteende

☐
☐
☐
☐

2. Vad är en determinant

- Ett konstrukt som förutspår beteende
- Ett konstrukt som påverkar beteende
- En teori som samlar beteenden
- En teori om nästa steg i beteende

☐
☐
☐
☐

3. Vad är en intervention

- Att samlas för att övertyga någon i gruppen
- Att avbryta ett samtal
- Att begränsa möjligheterna för någon att agera
- Att vidta åtgärder i syfte att åstadkomma något som kan leda till förändring

☐
☐
☐
☐

4. Vad är komponenterna i theory of planned behaviour?

- Attityder, sociala normer, upplevd beteendekontroll
- Attityder, värderingar, upplevd beteendekontroll
- Värderingar, sociala normer, upplevd beteendekontroll
- Attityder, värderingar, upplevd beteendekontroll

☐
☐
☐
☐

5. Beskriv "dual system models" kortfattat.

6. Vad handlar Social Learning Theory om?

- Vi observerar andra och lär oss
- Vi lär oss genom samtal med andra
- Att lära sig folkvett
- Vi lär oss genom att testa

☐
☐
☐
☐

7. Vad är en systematisk review?

- En systematisk översiktsstudie
- En systematisk intervjustudie
- En teoretisk inriktning
- En avancerad statistisk analys

☐
☐
☐
☐

8. Vad är en beteendeförändringsteknik?

- Metoder för att ändra beteenden eller de faktorer som påverkar beteende
- Arbetsverktyg för att kartlägga beteenden
- Arbetsverktyg för att motivera andra
- Arbetsverktyg för att implementera nya processer på en arbetsplats

☐
☐
☐
☐

9. Vilken av följande är ett exempel på beteendeförändringstekniker?

- Attitydändring
- Vanor
- Att gå på gym
- Att sätta specifika mål

☐
☐
☐
☐

10. Är det en fördel att använda flera beteendeförändringstekniker samtidigt?

11. Vad innebär problemet med Parsimony vs Variance?

- En avvägning mellan förklaringsstyrka och enkelhet
- En avvägning mellan förståbarhet och intention
- En avvägning mellan tydlighet och enkelhet
- En avvägning mellan teori och praktik

☐
☐
☐
☐

12. Vad är en beteendeförändringstaxonomi?

- En samling determinanter som försöker modellera beteende
- En samling beteendetyper som blir ett beteendemönster
- En samling arter, raser, genus och familjer
- En specifik förståelse för beteendetyper

☐
☐
☐
☐

13. När i processen behöver vi vara medvetna om teori?

- I alla stadier av interventionsarbete
- Enbart i behovsanalysen
- Enbart i designen
- Enbart i utvärderingen

☐
☐
☐
☐

14. Vilket av följande är ett bra sätt att välja vilket beteendeverktyg som passar?

- Att läsa tidigare litteratur
- Att gå på intuition
- Att göra en intervjustudie
- Att skriva en meta-analys

☐
☐
☐
☐

15. Beskriv kort skillnaden mellan att påverka beteende genom miljö eller policy

16. Vad är en outcome

- Ett beteenderesultat
- Varför beteendet påverkats
- Vad någon har för attityd
- Varför det gick som det gick

☐
☐
☐
☐

17. Vilka beteendeförändringstekniker ingår i Abraham och Michies 26 metoder?

- Nudging, stresshantering och motiverande samtal
- Motiverande samtal, feedback och social påverkan
- Generell uppmuntran, specifika mål och motiverande samtal
- Att påverka genom lagstiftning, generell uppmuntran och nudging

☐
☐
☐
☐

18. Vad är en pilotstudie?

- Den ledande studien som guidar andra försök
- Den största studien när det finns flera
- En utforskande kvalitativ studie
- En förstudie där man testar upplägget och sedan korrigerar

☐
☐
☐
☐

19. Vad betyder incentiv?

- Att locka med något, till exempel att beskriva fördelar eller belöna
- Att inte ha råd
- Att man kan ändra sina beteenden då man växt upp i goda socioekonomiska kontexter
- Att man får betalt för att genomföra beteendeförändringsinterventioner

☐
☐
☐
☐

20. Namnge två exempel på beteendeförändringstekniker.

21. Vad innebär valarkitektur?

- Att förändra olika konstrukt så att människor kan göra som deras intentioner
- Att byggnader ska vara mer anpassade för människor med begränsad rörlighet
- Att förändra miljön på ett sätt så att den kan påverka val och beteenden
- Att beteende bygger på kognition

☐
☐
☐
☐

22. Vad innebär system 1- och system 2-tänkande?

- Ett mer reflekterande och ett mer impulsivt tänkande
- Att vissa är mer motiverade att agera hållbart
- Höger- eller vänster-politik
- Ett välvilligt och ett mer egoistiskt

☐
☐
☐
☐

23. Vad är ett exempel på beteendepåverkan genom policy?

- Motiverande samtal
- Kognitiv beteendeterapi i grupp
- Lagstiftning om bilbälte
- Gamerfication

☐
☐
☐
☐

24. Vad är ett exempel på beteendepåverkan genom miljö?

- Skyltar med information
- Att bestraffa otillåtna beteenden
- Att locka med belöningar
- Att göra något mer hållbart

☐
☐
☐
☐

25. Beskriv kort skillnaden mellan direkta och indirekta påverkan på beteende
