

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.

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 används determinanter till?

- Att ändra attityder
- Att kartlägga värderingar
- Att förutspå och förstå beteende
- att förändra beteende

☐
☐
☐
☐

2. Vad är en intervention

- Att familj och vänner samlas för att överraska någon
- Att avbryta ett samtal
- Att begränsa möjligheterna för någon att agera
- Att vidta åtgärder i syfte att åstadkomma något som kan leda till förändring

☐
☐
☐
☐

3. Vad är en beteendeteori?

- En samling konstrukt
- En idé om något
- En idé som behöver testas
- Konstrukt som står i motsats

☐
☐
☐
☐

4. Till vilken socialpsykologisk tradition hör beteendeförändringsforskning?

- Sociologi
- Antropologi
- Behaviorismen
- Neuropsykologi

☐
☐
☐
☐

5. Beskriv "the intention behaviour gap" kortfattat.

6. Vad är en beteendeförändringsteknik?

Arbetsverktyg för att kartlägga beteenden

Metoder för att ändra beteenden eller de faktorer som påverkar beteende

Arbetsverktyg för att motivera andra

Arbetsverktyg för att implementera nya processer på en arbetsplats

☐
☐
☐
☐

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

Ja, fler tekniker leder till större effekter

Nej, fler tekniker förvirrar bara

Ja, men maximalt tre samtidigt

Nej, en teknik räcker alltid

☐
☐
☐
☐

8. Vad betyder incentiv?

Att inte ha råd

Att man kan ändra sina beteenden då man växt upp i goda socioekonomiska kontexter

Att locka med något, till exempel att beskriva fördelar eller belöna

Att man får betalt för att genomföra beteendeförändringsinterventioner

☐
☐
☐
☐

9. Vad betyder implementationsavsikt?

Att göra en specifik plan för hur man ska ändra sitt beteende

Avsikten att genomföra beteendet

Att vilja skriva en policy

Att man måste tänka över riskerna och fördelarna med en intervention

☐
☐
☐
☐

10. Namnge ett exempel på en beteendeförändringsteknik.

11. Varför behöver en intervention vara teoribaserad?

Ger klarhet för målgruppen

Guidar användaren och ökar sannolikheten att man träffar rätt

Ökar mängden verktyg man kan testa

Ökar effektstyrkan i statistisk analys

☐
☐
☐
☐

12. Varför är theory of planned behaviour begränsad som teoretisk modell för en intervention?

Den har för många komponenter

Den saknar konstruktet "värderingar"

Den saknar kopplingar mellan teori och beteendeförändringsverktyg

Den är för svår att använda

☐
☐
☐
☐

13. Vilka typer av beteendeförändringsverktyg kan man använda i en teoribaserad intervention?

Bara psykologiska verktyg

Bara sociologiska verktyg

Vi är inte begränsade

Bara politiska verktyg

☐
☐
☐
☐

14. Intervention Mapping är en etablerad metod för att utveckla evidensbaserade interventioner. Vad är några nackdelar med metoden?

Kostnad och tid

Den är alldeles för förenklad

Ingen förstår den

Den kräver alldeles för svår statistik

☐
☐
☐
☐

15. Ge några exempel på vilka risker det finns att inte basera sin intervention i teori och evidens.

16. Vad är en nackdel med att använda enkäter i interventionssammanhang?

De kan inte säga oss något om kausalitet, alltså t.ex. om interventionen haft en effekt

Man kan inte ställa fördjupande följdfrågor

De utgår ifrån positivistisk epistemologi

De kan användas i experiment

☐
☐
☐
☐

17. Varför är det viktigt att använda experimentella designar i interventionssammanhang?

Hög ekologisk och extern validitet

Forskaren påverkar inte människor i särskilt stor utsträckning

Vi kan förstå den oberoende variabeln

Vi kan se kausalitet och kontrollera att det är interventionen som har en effekt

☐
☐
☐
☐

18. Vad vill man ha ut av en interventionssyntes? (ni kan välja flera alternativ)

En sammanställning av tidigare forskning i ämnet

Statistik som AI tagit fram

Vägledning i vilka verktyg som kan fungera bra i just den här situationen

En tydlig design för sin intervention

☐
☐
☐
☐

19. Vad är en stor fördel med att göra observationsstudier i interventionssammanhang?

De har hög reliabilitet

Man stör inte deltagare

De har hög ekologisk validitet

Man får större effekter

☐
☐
☐
☐

20. I vilka stadier i en interventionsprocess behöver man använda metodologi?

21. Vad är ett exempel på direkt påverkan på beteende?

Nudging

Social policy

Mer läsning i skolor

Sociala normer

☐
☐
☐
☐

22. Vad är ett exempel på en indirekt påverkan på beteende?

Att höja skatt

Att hota med bestraffningar

Stopp-skyltar i trafiken

Sociala normer

☐
☐
☐
☐

23. Vad innebär valarkitektur?

Att förändra miljön på ett sätt så att den kan påverka val och beteenden

Att förändra olika konstrukt så att människor kan göra som deras intentioner

Att byggnader ska vara mer anpassade för människor med begränsad rörlighet

Att beteende bygger på kognition

☐
☐
☐
☐

24. Vad innebär "dual process model"?

Att vissa är mer motiverade att agera hållbart

Höger- eller vänster-politik

Ett mer automatiskt och ett mer impulsivt tänkande

Ett välvilligt och ett mer egoistiskt

☐
☐
☐
☐

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