



Faculty of Arts and Social Sciences
Psychology

Course Reading

Positive Psychology and Health

Valid from 01/15/2024

Course Code: PSGB05

Course Title: Positive Psychology and Health

Credits: 15

Degree Level: Undergraduate level

Module 1 Positive Psychology

Books

Carr, Alan (2022). *Positiv psykologi: The science of wellbeing and human strengths* (Tredje upplagan). Abingdon: Routledge

Articles

Aronsson, G (2016). Gränslöst arbete, resiliens och kompensation. *Friska arbetsplatser för kvinnor och män i alla åldrar*, s. 22-36. Stockholm: Arbetsmiljöverket

Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M (2000). Positive psychology. An introduction. *American Psychologist*, Vol 55, 1, pp. 5-14

Reference material

Borg, Elisabet, Westerlund, Joakim (2020). *Statistik för beteendevetare : faktabok* (Senaste upplagan). Stockholm: Liber

Kjellberg, Anders, Sörqvist, Patrik (2020). *Experimentell metodik för beteendevetare* (Senaste upplagan). Lund: Studentlitteratur

Lyubomirsky, Sonja. (2008). *The how of happiness : a new approach to getting the life you want*. New York: Penguin Books Senaste upplagan. Svensk utgåva är ok att

använda.

Artiklar och kompendier tillkommer enligt kursledarens anvisningar.

Module 2 Stress, Health and Coping

Books

Ekman, Rolf, Arnetz, Bengt B. (2013). *Stress : gen, individ, samhälle*. Stockholm: Liber 3. uppl.

Linton, Steven James, Flink, Ida (2016). *Hälsopsykologi i vården*. Stockholm: Natur & kultur 1. utg.

Reference material

Borg, Elisabet, Westerlund, Joakim (2020). *Statistik för beteendevetare : faktabok* (Senaste upplagan). Stockholm: Liber

Kjellberg, Anders, Sörqvist, Patrik (2020). *Experimentell metodik för beteendevetare* (Senaste upplagan). Lund: Studentlitteratur

Artiklar och kompendier tillkommer enligt kursledarens anvisningar.

Approved by the Faculty Board of Arts and Social Sciences 01/03/2024