

## Theorieën van gedragsverandering (D001479)

Wegens Covid19 kan mogelijk afgeweken worden van de onderwijs- en evaluatievormen. Dergelijke afwijkingen zullen via Ufora worden gecommuniceerd.

**Cursusomvang** *(nominale waarden; effectieve waarden kunnen verschillen per opleiding)*

**Studiepunten** 4.0      **Studietijd** 120 u      **Contacturen** 30.0 u

### Aanbodsessies en werkvormen in academiejaar 2021-2022

A (semester 1)	Nederlands	Gent	hoorcollege	15.0 u
			microteaching	5.0 u
			werkcollege: geleide oefeningen	7.5 u
			begeleide zelfstudie	2.5 u

### Lesgevers in academiejaar 2021-2022

Goubert, Liesbet	PP05	Verantwoordelijk lesgever
Lauwerier, Emelien	PP05	Medelesgever
Van Damme, Stefaan	PP05	Medelesgever

### Aangeboden in onderstaande opleidingen in 2021-2022

	stptn	aanbodssessie
<a href="#">Master of Science in de gezondheidsbevordering</a>	4	A
<a href="#">Master of Science in de gezondheidsvoorlichting en -bevordering</a>	4	A

### Onderwijstalen

Nederlands

### Trefwoorden

gezondheidspsychologie, gedragstheorieën, zelfregulatie

### Situering

Deze cursus heeft als doel de studenten een overzicht te geven van de belangrijkste constructen en theorieën als verklaring van (on)gezonde leefgewoonten en gedrag. Centraal staat een conceptuele en methodologische analyse van deze theorieën alsook een analyse van hun bruikbaarheid in de context van de ontwikkeling van gezondheidspromotie en interventies.

### Inhoud

In dit opleidingsonderdeel komen volgende onderwerpen aan bod:

- Introductie van Intervention Mapping als heuristisch model voor het ontwikkelen van een theoretisch gegronde gezondheidspsychologische interventie
- Introductie van het HAPA model als heuristisch kader voor het begrijpen van het initiëren en volhouden van gezondheidsgedrag
- Stadiamodelen van gedragsverandering met het transtheoretische model als prototype
- Motivationale modellen ter verklaring van gedragsverandering, zoals Health Belief Model, Protection Motivation Theory, Theory of Reasoned Action, Theory of Planned Behaviour, ASE-model, Sociaal-cognitieve theorie
- Zelfregulatietheorieën en -concepten, zoals zelfcontroleconflict, wilskracht, implementatie-intenties, actieplannen, expectancy-value theorie, zelfdeterminatietheorie, interdoelrelaties

### Begincompetenties

Het volgtijdelijkheidsrapport kan je downloaden op <https://oasis.ugent.be/oasis-web/curriculum/voorkennisvancursus?cursuscode=D001479&taal=nl>.

De student dient te voldoen aan de toelatingsvoorwaarden van de opleiding. Dit onderdeel dient gelijktijdig gevolgd te

worden met "Planning en ontwikkeling van interventies" en "Gezondheidsbevordering: algemene begrippen en beleid." We adviseren de studenten om het vak Gezondheidspsychologie uit het schakeljaar gelijktijdig te volgen of reeds gevolgd te hebben.

### **Eindcompetenties**

- 1 • Kunnen definiëren en beschrijven van de belangrijke theoretische constructen en theorieën van gedragsverandering.
- 2 • Kritisch kunnen benaderen van de gezondheidspsychologische verklaringsmodellen van (on)gezonde leefgewoonten en ziektegedrag.
- 3 • In staat zijn belangrijke theoretische constructen te operationaliseren.
- 4 • In staat zijn om originele vakliteratuur over theorieën van gedragsverandering kritisch te beoordelen.
- 5 • Zich bewust zijn van het belang van een theorie-gebaseerde interventie.
- 6 • Kunnen beoordelen en synthetiseren van originele vakliteratuur over theorieën van gedragsverandering.
- 7 • Het evalueren van de theoretische modellen op hun bruikbaarheid voor de verandering van (on)gezonde leefgewoonten en ziektegedrag.
- 8 • Actuele evoluties en recente theorievorming kunnen verbinden met gevestigde verklaringsmodellen van gezondheidsgerelateerde gedragingen.
- 9 • In staat zijn om geschikte theorieën betreffende determinanten van gedrag en gedragsverandering te selecteren en toe te passen op een gegeven gezondheidsprobleem en in het kader van een specifieke uitwerking van een interventie.
- 10 • Het kunnen argumenteren van de selectie van theoretische modellen bij de ontwikkeling van een interventie.

### **Creditcontractvoorwaarde**

Toelating tot dit opleidingsonderdeel via creditcontract is mogelijk mits gunstige beoordeling van de competenties

### **Examencontractvoorwaarde**

Dit opleidingsonderdeel kan niet via examencontract gevolgd worden

### **Didactische werkvormen**

Begeleide zelfstudie, hoorcollege, microteaching, werkcollege: geleide oefeningen

### **Toelichtingen bij de didactische werkvormen**

Hoorcolleges worden afgewisseld met begeleide zelfstudie, waarbij studenten online leerpaden met illustraties en zelftests doorlopen.

Daarnaast worden werkcolleges georganiseerd en microteaching. Aanwezigheid tijdens de werkcolleges en microteaching is verplicht. Tijdens deze sessies ontwikkelen studenten een interventie voor een welbepaald gezondheidsprobleem. Deze oefening is overkoepelend met het vak Planning van Interventies.

### **Leermateriaal**

- Er is een literatuurlijst met vakliteratuur (zowel Nederlandstalige als Engelstalige literatuur) beschikbaar.
  - Slides elektronisch beschikbaar via UFORA
  - Eigen nota's
- Het cursusmateriaal wordt digitaal ter beschikking gesteld; er is dus enkel een kostprijs als studenten het lesmateriaal wensen af te printen.

### **Referenties**

- Bartholomew, L.K., Parcel, G.S., Kok, G., Gottlieb, N.H., & Fernandez, M.E. (2011). Planning health promotion programs: An Intervention Mapping Approach (Third Edition). San Francisco: Jossey-Bass.
- Conner, M. & Norman, P. (2005). Predicting Health Behaviour. McGraw-Hill Education: Open University Press.
- Mann, T., de Ridder, D., & Fujita, K. (2013). Self-regulation of health behavior: Social psychological approaches to goal setting and goal striving. *Health Psychology, 32*, 487-498.
- Zhang, C.-Q., Zhang, R., Schwarzer, R., & Hagger, M. S. (2019). A meta-analysis of the health action process approach. *Health Psychology, 38*, 623-637.

### **Vakinhoudelijke studiebegeleiding**

Ondersteuning via UFORA

### **Evaluatiemomenten**

periodegebonden en niet-periodegebonden evaluatie

### **Evaluatievormen bij periodegebonden evaluatie in de eerste examenperiode**

Schriftelijk examen met open vragen

### **Evaluatievormen bij periodegebonden evaluatie in de tweede examenperiode**

Schriftelijk examen met open vragen

### **Evaluatievormen bij niet-periodegebonden evaluatie**

Participatie, werkstuk

### **Tweede examenkans in geval van niet-periodegebonden evaluatie**

Examen in de tweede examenperiode is enkel mogelijk in gewijzigde vorm

### **Toelichtingen bij de evaluatievormen**

De periodegebonden evaluatie bestaat uit een schriftelijk, gesloten boek, examen (1 kennisvraag, 2 inzichtsvragen, 1 toepassingsvraag).

De niet-periodegebonden evaluatie bestaat uit de evaluatie van de presentatie van een ontwikkelde interventie voor een welbepaald gezondheidsprobleem (1x) en de participatie aan de werkcolleges en de microteaching sessies (4x).

Er is voor de niet-periodegebonden evaluatie een alternatieve tweede examenkans voorzien.

Omschrijving: herwerken opdracht, en individuele presentatie.

Feedback bij de niet-periodegebonden evaluatie: Feedback wordt voorzien betreffende de voortgang van het leerproces, zowel op groepsniveau als op individueel niveau (indien problemen in het individuele leerproces worden waargenomen).

### **Eindscoreberekening**

De periodegebonden evaluatie telt mee voor 75% en niet-periodegebonden evaluatie voor 25% van de totaalscore.

Indien de totaalscore een cijfer van 9/20 of meer zou zijn, maar voor één onderdeel van de evaluatie minder dan het equivalent van 8/20 werd behaald, wordt de eindscore teruggebracht tot het hoogste niet-delibereerbare cijfer (8/20).

Indien de totaalscore een cijfer van 10/20 of meer zou zijn, maar voor één onderdeel van de evaluatie de student niet slaagt maar 8/20 of 9/20 werd behaald, wordt de eindscore teruggebracht tot het hoogste niet-geslaagde cijfer (9/20).

Deelresultaten waarop de student minstens de helft van de punten verworven heeft, kunnen overgedragen worden naar een volgende examenperiode binnen hetzelfde academiejaar. Deelresultaten worden nooit afgerond.