

# Psykisk helse og livsmestring i ungdomsskole og VGS 2025



Oppstart: Uke 35-2025

2-årig deltid, 60 studiepoeng

Emne 1: Etikk, kommunikasjon og relasjonskompetanse i ungdomsskole og VGS, 10 uker – 7,5 stp

Emne 2: Helsefremmende og forebyggende arbeid i ungdomsskole og VGS, 10 uker – 7,5 stp

Emne 3: Psykisk helse i ungdomsskole og VGS, 15 uker – 15 stp

Emne 4: Livsmestring i ungdomsskole og VGS, 10 uker – 7,5 stp

Emne 5: Praksis, egen arbeidsplass, 10 uker – 15 stp

Emne 6: Fordypningsoppgave, 10 uker – 7,5

**Vennligst merk:** Dette er en forenklet og foreløpig versjon av emneplanen. Emneplanen er et dynamisk dokument, og endringer kan forekomme.

| Uke | Emne                                                                                         | Emneeksamen + Arbeidskrav  | Annet                                                |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|------------------------------------------------------|
| 34  | <i>Oppstartsvideo fra administrasjon/utdanningsfaglig ansvarlig publiseres i itslearning</i> | Arbeidskrav publiseres     |                                                      |
| 35  | <b>Oppstart</b><br>Emne 1: Etikk, kommunikasjon og relasjonskompetanse i ungdomsskole og VGS |                            |                                                      |
| 36  |                                                                                              |                            |                                                      |
| 37  |                                                                                              | Innlevering Arbeidskrav    |                                                      |
| 38  |                                                                                              |                            | <b>Fysisk samling</b><br>Bli kjent – lørdag 20.09.25 |
| 39  |                                                                                              | Tilbakemelding arbeidskrav |                                                      |
| 40  | Høstferie                                                                                    |                            | Undervisningsvideo publiseres – selvstudium          |
| 41  | Høstferie                                                                                    |                            | Undervisningsfri                                     |
| 42  |                                                                                              |                            |                                                      |
| 43  |                                                                                              |                            |                                                      |
| 44  |                                                                                              | Publisering eksamen emne 1 |                                                      |
| 45  | Eksamensuke - undervisningsfri                                                               | Innlevering eksamen emne 1 |                                                      |
| 46  | <b>Emne 2:</b> Helsefremmende og forebyggende arbeid i ungdomsskole og VGS                   |                            |                                                      |
| 47  |                                                                                              |                            |                                                      |
| 48  |                                                                                              |                            | <b>Digital samling</b>                               |
| 49  |                                                                                              |                            |                                                      |
| 50  |                                                                                              |                            |                                                      |
| 51  |                                                                                              |                            | Undervisningsvideo publiseres – selvstudium          |

|          |                                                    |                            |                                             |
|----------|----------------------------------------------------|----------------------------|---------------------------------------------|
| 52       | Juleferie                                          |                            | Undervisningsfri                            |
| 1 (2026) | Juleferie                                          |                            | Undervisningsfri                            |
| 2        |                                                    |                            |                                             |
| 3        |                                                    |                            |                                             |
| 4        |                                                    | Publisering eksamen emne 2 |                                             |
| 5        | Eksamensuke - undervisningsfri                     | Innlevering eksamen emne 2 |                                             |
| 6        | <b>Emne 3:</b> Psykisk helse i ungdomsskole og VGS |                            |                                             |
| 7        |                                                    |                            |                                             |
| 8        | Vinterferie                                        |                            | Undervisningsvideo publiseres – selvstudium |
| 9        | Vinterferie                                        |                            |                                             |
| 10       |                                                    |                            |                                             |
| 11       |                                                    |                            | <b>Digital samling</b>                      |
| 12       |                                                    |                            |                                             |
| 13       |                                                    |                            |                                             |
| 14       | Påskeferie                                         |                            | Undervisningsfri                            |
| 15       | Påskeferie                                         |                            | Undervisningsfri                            |
| 16       |                                                    | Kontinuasjonseksamen       |                                             |
| 17       |                                                    |                            |                                             |
| 18       |                                                    |                            | <b>Digital samling:</b>                     |
| 19       |                                                    |                            |                                             |
| 20       |                                                    | Publisering eksamen emne   |                                             |
| 21       | Eksamensuke - undervisningsfri                     | Innlevering eksamen emne 3 |                                             |
| 22       |                                                    |                            |                                             |
| 23       |                                                    |                            |                                             |
| 24       |                                                    |                            |                                             |
| 25       | Sommerferie for studenter uke 25-34                |                            | Undervisningsfri                            |
| 35       | <b>Emne 4:</b> Livsmestring i ungdomsskole og VGS  |                            |                                             |
| 36       |                                                    |                            |                                             |
| 37       |                                                    |                            |                                             |
| 38       |                                                    |                            | <b>Digital samling</b>                      |
| 39       |                                                    |                            |                                             |
| 40       | Høstferie                                          |                            | Undervisningsvideo publiseres – selvstudium |
| 41       | Høstferie                                          |                            | Undervisningsfri                            |
| 42       |                                                    |                            |                                             |
| 43       |                                                    |                            |                                             |
| 44       |                                                    | Publisering eksamen emne 4 |                                             |
| 45       | Eksamensuke - undervisningsfri                     | Innlevering eksamen emne 4 |                                             |
| 46       | <b>Emne 5:</b> Praksis                             |                            |                                             |
| 47       |                                                    |                            |                                             |
| 48       |                                                    |                            |                                             |
| 49       |                                                    |                            |                                             |
| 50       |                                                    |                            |                                             |
| 51       |                                                    |                            |                                             |
| 52       | Juleferie                                          |                            | Undervisningsfri                            |
| 53       | Juleferie                                          |                            | Undervisningsfri                            |
| 1 (2027) |                                                    |                            |                                             |

|    |                                   |                                               |                  |
|----|-----------------------------------|-----------------------------------------------|------------------|
| 2  |                                   |                                               |                  |
| 3  |                                   |                                               | Fysisk samling   |
| 4  |                                   |                                               |                  |
| 5  |                                   | Innlevering praksisrapport og sluttevaluering |                  |
| 6  | Undervisningsfri                  |                                               |                  |
| 7  | Undervisningsfri                  |                                               |                  |
| 8  | Vinterferie                       |                                               | Undervisningsfri |
| 9  | Vinterferie                       |                                               | Undervisningsfri |
| 10 | <b>Emne 6: Fordypningsoppgave</b> |                                               |                  |
| 11 |                                   |                                               |                  |
| 12 | Påskeferie                        |                                               | Undervisningsfri |
| 13 | Påskeferie                        |                                               | Undervisningsfri |
| 14 |                                   |                                               |                  |
| 15 |                                   |                                               |                  |
| 16 |                                   | Kontinuasjoneksamen                           |                  |
| 17 |                                   |                                               | Fysisk samling   |
| 18 |                                   |                                               |                  |
| 19 |                                   |                                               |                  |
| 20 |                                   |                                               |                  |
| 21 | <b>Siste uke av studiet</b>       | Innlevering fordypningsoppgave                |                  |
| 22 |                                   |                                               |                  |
| 23 |                                   |                                               |                  |
| 24 |                                   | Sensur fordypningsoppgave                     |                  |
| 25 | Sommerferie                       |                                               |                  |

Sist oppdatert: 12.06.2025