



Kursplan för

## **Självkännedom och kliniska färdigheter, 4.5 hp**

Self awareness and clinical skills, 4.5 credits

Denna kursplan gäller från och med höstterminen 2010.

Observera att kursplanen finns i följande versioner:

HT10 , HT12 , HT13 , HT14 , HT15 , HT16 , HT18 , HT19 , HT20 , HT22 , HT23 , HT24

Kurskod	2PS017
Kursens benämning	Självkännedom och kliniska färdigheter
Hp	4.5 hp
Utbildningsform	Högskoleutbildning, 2007 års studieordning
Huvudområde	Psykologi
Nivå	AV - Avancerad nivå
Betygsskala	Godkänd, underkänd
Kursansvarig institution	Institutionen för klinisk neurovetenskap
Beslutande organ	Programnämnd 8
Datum för fastställande	2010-05-21
Kursplanen gäller från	Höstterminen 2010

### **Särskild behörighet**

Som tillträdeskrav till högre termin gäller att student får restera med högst 15 högskolepoäng från föregående termin och inga poäng får restera från terminer som föregått denna.

### **Mål**

Studenten förväntas efter genomgången kurs kunna: Färdighet och förmåga - visa fördjupade kliniska praktiska färdigheter (ex. hur man tar emot en klient för ett första samtal, strukturen för samtal, hur man sätter agenda, sokratisk frågeteknik, överenskommelse om hemuppgifter och uppföljning av dessa, genomföra bedömning av självmordsnära tankar och beteenden, ge och ta emot feedback) - diskutera erfarenheter i samband med träning/rollspel av grundläggande färdigheter (utifrån såväl behandlar- som klientperspektiv) - visa ökad medvetenhet om icke-verbala såväl som verbala aspekters betydelse vid kommunikation med andra. Detta innefattar även medvetenhet om sina egna antaganden och hur dessa antaganden kan påverka det terapeutiska arbetet med klienten. - visa förmåga till reflektion kring jämställdhets- och mångfaldsaspekter av relevans för psykoterapeutiskt arbete. - visa förmåga att beakta vikten av att visa en tänkt klient i t.ex. rollspelssituationer omtanke och respekt i enlighet med lagen om yrkesverksamhet på hälso- och sjukvårdsområdet (1998:531) Värderingsförmåga och förhållningssätt - visa färdighet vad gäller att tillämpa ett professionellt förhållningssätt (ex. att i rollspel eller annan övningsform tillsammans med gruppen bemöta en tänkt klient utifrån hans/hennes specifika behov utan att värdera eller försöka förändra klientens bild av den situation som han eller hon befinner sig i) - i en

övningssituation genom t.ex. rollspel tillämpa ett professionellt förhållningssätt genom att på ett empatiskt sätt arbeta utifrån en spelad/tänkt klients mål och värderingar - visa färdighet att tillämpa medveten närvaro och acceptans av såväl en tänkt/spelad klients upplevelser som sina egna - i terapirummet och utanför

## Innehåll

Tema 1: Färdighetsträning och klinisk tillämpning av terapeutiska tekniker och medveten närvaro (mindfulness) Under detta moment får studenterna möjlighet till klinisk praktisk övning vad gäller färdigheter relaterade till klientarbete (t.ex. professionellt förhållningssätt, att skapa en terapeutisk allians med en klient, validera och bemöta klienter i olika situationer, bedöma suicidalitet samt arbete med kommunikationsfärdigheter mm). Tema 2: Egnerfarenhet av beteendeförändring på ett arbetsområde relaterat till det dagliga livet. Studenten kommer tillsammans med gruppleadaren att formulera ett arbetsområde inom vilket studenten under kursen får tillämpa terapeutiska förändringstekniker med utgångspunkt i inlärningsteori/beteendeanalys och kognitiva processer och tekniker. Detta innebär att studenten identifierar ett avgränsat område i livet som han eller hon själv önskar förändra på ett sätt som leder mot ett i kursen specificerat mål. Exempel på arbetsområden kan vara att vilja öka sin förmåga att tala inför grupp, att kunna ge konstruktiv feedback, att kunna studera mer effektivt eller att minska t.ex. datorspelande eller användande av sociala medier. Inom ramen för detta moment får studenten möjlighet att med konkreta kognitiva/beteendeariktade terapeutiska metoder arbeta med t.ex. målformulering, självobservation, beteendexperiment, exponering, kognitiv omstrukturering och återfallsprevention i syfte att förändra beteenden inom det egna arbetsområdet. I momentet ingår att studenten aktivt arbetar med hemuppgifter relaterade till de tekniker som är aktuella inom det egna arbetsområdet enligt gruppleadarens anvisning. Studenten förväntas ta en aktiv och engagerad roll i de andra gruppdeltagarnas arbete vilket leder till en ökad insikt i hur man kan arbeta med beteendeförändring i grupp i en miljö där samma tekniker tillämpas på olika arbetsområden. Detta bidrar till en ökad kunskap om hur kognitiva/beteendeariktade terapeutiska metoder kan praktiseras i gruppformat. Tema 3: Medveten närvaro ("mindfulness") som verktyg i den kliniska vardagen för både klient och behandlare. Medveten närvaro introduceras och används som en bas för arbetet inom nämnda områden. Studenten får under kursen möjlighet att arbeta med förmågan att vara medvetet närvarande i stunden och på ett accepterande sätt ta emot det en tänkt/spelad klient vill förmedla och samtidigt vara medveten om sina egna antaganden och reaktioner. Detta kan vara till hjälp för studenten vad gäller att utveckla ett professionellt förhållningssätt till den tänkta klienten och sig själv i den framtida yrkesrollen. Inom ramen för detta tema beskrivs med hjälp av självstudier och praktiska övningar i gruppen hur modern neuropsykologi kan integreras med mindfulnessbaserade interventioner. Detta kan leda till en ökad förståelse för vad som händer i hjärnan när mindfulnessbaserade interventioner tillämpas. Momentet syftar också till att ge studenten redskap att hantera vardagens små och stora händelser både i den framtida yrkesrollen och i den privata vardagen.

## Arbetsformer

Momentet innefattar 12 sessioner i smågrupper bestående av ca 6 studenter/grupp som träffas kontinuerligt under en längre tid (minst en termin). Omfattning bedöms motsvara ca 50 timmar (å 45 min). Undervisning och handledning sker av legitimerad psykoterapeut. Innehållet knyter an till och fördjupar på ett kliniskt praktiskt sätt kursen Klinisk psykologi 2 som ges parallellt. Föreläsningar i helklass kan förekomma (t.ex. vid introduktionen) och även någon enstaka individuell session med gruppleadaren. Tema 1: Studenterna får genom t.ex. rollspel och diskussioner möjlighet att öva sina förmågor (se mål) under träffarna, men också via hemuppgifter. Dessutom får studenterna feedback av gruppleadaren och de andra deltagarna i gruppen för att lära känna sina styrkor och svagheter i den kliniska tillämpningen. Utöver dessa moment kommer arbetsformen att innefatta det praktiska livet. Läsning av litteratur tillkommer enligt gruppleadarens anvisningar. Tema 2: I momentet ingår att studenten aktivt arbetar med hemuppgifter relaterade till de tekniker som är aktuella inom det egna självvalda arbetsområdet enligt gruppleadarens anvisning. Tema 3: Självstudier och praktiska övningar vid gruppövningar och hemuppgifter.

## Examination

För godkänt resultat på kursen gäller följande: 1. Intyg om aktiv närvaro vid samtliga gruppträffar. (Med aktiv närvaro menas genomförda obligatoriska hemuppgifter anvisade av gruppledaren i samråd med examinator samt deltagande i gruppövningar, diskussioner och färdighetsträning, dvs de obligatoriska arbetsformer som fortlöpande förekommer under kursen.) Frånvaro vid ett tillfälle kan godkännas i samråd med kursledaren. Betygsnivåer: Godkänd/Underkänd 2. Skriftlig reflektion baserad på litteratur enligt examinatorns anvisning. Betygsnivå: Godkänd/Underkänd. Aktiv närvaro på undervisning och bedömning av uppnådda mål sker av gruppledare och utgör underlag för betyg som fastställs av examinator. Begränsning i rätten att genomgå examination: Antal provtillfällen är begränsade denna kurs till max två. Vid Underkänt ges möjlighet att en ytterligare gång gå kursen i sin helhet vid nästa kurstillfälle (nästa år). Gruppövningarna/träffarna är obligatoriska. Genomförandet av alla skriftliga arbetsuppgifter/arbetsformer är obligatoriska. I enstaka fall kan en gruppövning ersättas med skriftliga ersättningsuppgifter, då i samråd med examinator.

## Övriga föreskrifter

Om önskemål om psykoterapeutisk behandling blir aktuell för någon student under kursen hänvisas studenten till privat behandlare (legitimerad psykolog/ legitimerad psykoterapeut). Det finns möjlighet att kontakta kursledning/programansvariga för råd om vart man kan vända sig. Kursutvärdering sker enligt KIs lokala riktlinjer. Resultat och eventuella åtgärder återförs till studenterna på kurswebben.

## Litteratur och övriga läromedel

### Obligatorisk litteratur

*Farmer, Richard F.; Chapman, Alexander L.q (Alexander Lawrence)*

**Behavioral interventions in cognitive behavior therapy : practical guidance for putting theory into action**

Washington, DC : American Psychological Association, 2008 - 341 s.

ISBN:1--43380241-4 LIBRIS-ID:10664333

[Sök i biblioteket](#)

*Nilsson, Åsa*

**Mindfulness i hjärnan**

Stockholm : Natur & kultur, 2009 - 127, [1] s.

ISBN:978-91-27-12024-2 LIBRIS-ID:11305250

[Sök i biblioteket](#)

### Fördjupningslitteratur

*Chiles, John A.; Strosahl, Kirk D.*

**Clinical manual for assessment and treatment of suicidal patients**

Washington, DC : American Psychiatric Pub., 2004 - xxi, 333 s.

ISBN:1-58562-140-4 (pbk. : alk. paper) LIBRIS-ID:9495350

s. 17-28

[Sök i biblioteket](#)