



Kursplan för

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

Self awareness and clinical skills, 4.5 credits

Denna kursplan gäller från och med höstterminen 2015.

Observera att kursplanen finns i följande versioner:

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

Kurskod	2PS017
Kursens benämning	Självkännedom och kliniska färdigheter
Hp	4.5 hp
Utbildningsform	Högskoleutbildning, 2007 års studieordning
Huvudområde	Psykologi
Nivå	AV - Avancerad nivå
Betygsskala	Underkänd (U) eller godkänd (G)
Kursansvarig institution	Institutionen för klinisk neurovetenskap
Beslutande organ	Programnämnd 8
Datum för fastställande	2010-05-21
Reviderad av	Programnämnd 8
Senast reviderad	2015-05-07
Kursplanen gäller från	Höstterminen 2015

### **Särskild behörighet**

Godkänt resultat från psykologprogrammets termin 1-5 omfattande 150 högskolepoäng samt minst 7,5 högskolepoäng från ordinarie kurs på termin 6.

### **Mål**

Studenten förväntas efter genomgången kurs kunna:

*Vad gäller 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)
- reflektera utifrån såväl behandlar- som klientperspektiv kring kliniska situationer
- 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 en klient

- visa förmåga till reflektion kring jämställdhets- och mångfaldsaspekter av relevans för psykoterapeutiskt arbete
- visa förmåga att beakta vikten av att visa en klient omtanke och respekt i enlighet med Patientsäkerhetslagen (2010:659)

#### *Vad gäller värderingsförmåga och förhållningssätt*

- tillämpa ett professionellt förhållningssätt genom att vara medveten om egna värderingar och visa acceptans för en klients värderingar
- tillämpa ett professionellt förhållningssätt genom att på ett empatiskt sätt arbeta utifrån en klients mål och värderingar
- visa färdighet att tillämpa medveten närvaro och acceptans av egna och en klients upplevelser i terapirummet

Sammantaget syftar kursen till att studenten skall kunna visa förmåga att fortlöpande utveckla självkännedom och empatisk förmåga.

## Innehåll

### *Tema 1: Egnerfarenhet av beteendeförändring på ett arbetsområde relaterat till det dagliga livet.*

Studenten kommer tillsammans med gruppledaren att formulera ett arbetsområde inom vilket studenten under kursen får tillämpa förändringstekniker med utgångspunkt i inlärningsteori/beteendeanalys och kognitiva processer och tekniker. Detta innebär att studenten identifierar ett avgränsat område i livet som hen 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, att öka hälsoinriktade beteenden (till exempel fysisk aktivitet) eller att minska användande av sociala medier. Inom ramen för detta moment får studenten möjlighet att med konkreta kognitiva/beteendeinriktade terapeutiska metoder arbeta med till exempel 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. 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/beteendeinriktade terapeutiska metoder kan praktiseras i gruppformat.

### *Tema 2: Färdighetsträning och klinisk tillämpning av terapeutiska tekniker och medveten närvaro.*

Under detta moment får studenten möjlighet till klinisk praktisk övning vad gäller färdigheter relaterade till klientarbete (till exempel professionellt förhållningssätt, att skapa en terapeutisk allians med en klient, validera och bemöta klienter i olika situationer, bedöma suicidalitet samt arbete med kommunikationsfärdigheter).

### *Tema 3: Medveten närvaro 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 som en 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. Kursen 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

Kursen innefattar ett inledande individuellt möte mellan gruppledaren och studenten samt 12 kurstillfällen i smågrupper bestående av ca sex studenter/grupp som träffas kontinuerligt under en

längre tid (utspritt över en termin). Omfattningen bedöms motsvara ca 50 timmar (à 45 min). Undervisning och handledning sker av lärare som både är legitimerad psykolog och legitimerad psykoterapeut. Innehållet knyter an till och fördjupar på ett kliniskt – praktiskt sätt kursen *Klinisk psykologi 2*, som ges parallellt. Föreläsningar kan förekomma (till exempel vid kursintroduktionen). Samtliga undervisningstillfällen är obligatoriska.

*Tema 1:* Studenten arbetar aktivt med hemuppgifter relaterade till de tekniker som är aktuella inom det egna självvalda arbetsområdet.

*Tema 2:* Studenterna får genom till exempel 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 avseende de kliniska övningarna. Utöver dessa schemalagda uppgifter tillkommer hemuppgifter. Läsning av litteratur tillkommer enligt gruppleadarens anvisningar.

*Tema 3:* Praktiska övningar vid gruppövningar och hemuppgifter. Medveten närvaro under kursen. Övningar och hemuppgifter bestäms och följs upp av gruppleadaren.

Kursansvarig, tillsammans med examinator, bedömer om och i så fall hur frånvaro från obligatoriska utbildningsinslag kan tas igen. Innan studenten deltagit i de obligatoriska utbildningsinslagen eller tagit igen frånvaro i enlighet med kursansvarigs anvisningar kan inte studieresultaten slutrapporteras. Frånvaro från ett obligatoriskt utbildningsinslag kan innebära att den studerande inte kan ta igen tillfället förrän nästa gång kursen ges.

## Examination

Kursen examineras löpande genom inlämningsuppgifter och muntliga reflektioner över de olika kapitlen i kursboken samt aktiv närvaro på 90 % av gruppträffarna (bedöms av gruppleadaren). Dessutom sker en examination i form av ett rollspel vid session 11.

Betyg ges med antingen Godkänd eller Underkänd.

Student som ej är godkänd på examinationen får tillfälle att examineras i samråd med kursledare. Student som ej är godkänd efter ordinarie provtillfälle har rätt att delta vid ytterligare fem provtillfällen. Om studenten genomfört sex underkända prov ges inte något ytterligare tentamenstillfälle. Som provtillfälle räknas de gånger studenten deltagit i ett och samma prov. Inlämning av blank skrivning räknas som provtillfälle. Provtillfälle till vilket studenten anmält sig men inte deltagit räknas inte som provtillfälle.

## Övergångsbestämmelser

Övergångsreglerna följer KI:s lokala riktlinjer för examination.

## Övriga föreskrifter

Kursutvärdering sker enligt KI:s lokala riktlinjer. Resultat och eventuella åtgärder återförs till studenterna på kurswebben.

## Litteratur och övriga läromedel

### Obligatorisk litteratur

**Experiencing CBT from the inside out : a self practice/self-reflection**

*Bennett-Levy, James.; Thwaites, Richard; Haarhoff, Beverly; Perry, Helen*

New York : Guilford, 2015. - xvi, 278 pages

ISBN:1462518893 LIBRIS-ID:17851919

[Sök i biblioteket](#)