



Kursplan för

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

Self awareness and clinical skills, 4.5 credits

Denna kursplan gäller från och med höstterminen 2019.

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
Reviderad av	Utbildningsnämnden CNS
Senast reviderad	2019-04-10
Kursplanen gäller från	Höstterminen 2019

### **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 medvetenhet om betydelsen av och färdigheter i både icke-verbala och verbala beteenden vid kommunikation med andra,
- visa acceptans, omtanke och respekt för en klient och klientens upplevelser,
- på ett empatiskt sätt arbeta utifrån en klients mål och värderingar,
- visa fördjupade kliniska, praktiska färdigheter (t.ex. hur man tar emot en klient för ett första samtal, hur man sätter agenda, använder sokratisk frågeteknik, gör överenskommelser om hemuppgifter, introducerar till exponering och beteendexperiment, genomför bedömning av självmordsnära tankar och beteenden), samt

- ha kunskap om samt erfarenhet av tillämpning av medveten närvaro.

### *Vad gäller värderingsförmåga och förhållningssätt*

- reflektera utifrån såväl behandlar- som klientperspektiv kring kliniska situationer,
- visa medvetenhet om och reflektera kring etiska och juridiska aspekter i kliniska situationer,
- tillämpa ett professionellt förhållningssätt genom att vara medveten om och reflektera kring egna värderingar och antaganden och hur dessa kan påverka det terapeutiska arbetet, samt
- reflektera kring jämställdhets- och mångfaldsaspekter av relevans för psykoterapeutiskt arbete.

Sammantaget syftar kursen till att studenten ska kunna visa förmåga att fortlöpande utveckla självkänedom 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 inläringsteori/ 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 tema 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 temat 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*

Inom detta tema får studenten möjlighet till klinisk praktisk övning vad gäller färdigheter relaterade till klientarbete (till exempel hur man tar emot en klient för ett första samtal, validerar och bemöter klienter i olika situationer, gör överenskommelser om hemuppgifter och uppföljning av dessa, introducerar till exponering och beteendexperiment, bedömer suicidalitet), i kombination med att skapa en terapeutisk allians med en klient. Studenten får även reflektera kring hur tillämpa ett professionellt förhållningssätt i enlighet med juridiska och etiska aspekter och utifrån ett jämställdhets- och mångfaldsperspektiv.

### *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-åtta studenter/ grupp som träffas kontinuerligt under en längre tid (utspritt över en termin). Omfattningen bedöms motsvara ca 50 timmar (å 45 min). Undervisning och handledning sker av lärare som är legitimerad psykolog. 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 gruppleddaren 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 gruppleddarens anvisningar.

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

Kursansvarig 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 samt aktiv närvaro på 90 % av gruppträffarna (bedöms av gruppleddaren). 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 fått godkänt 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.

Om det föreligger särskilda skäl, eller behov av anpassning för student med funktionsnedsättning, får examinator fatta beslut om att frånga kursplanens föreskrifter om examinationsform, antal examinationstillfällen, möjlighet till komplettering eller undantag från obligatoriska utbildningsmoment m.m. Innehåll och lärandemål samt nivån på förväntade kunskaper, färdigheter och förhållningssätt får inte ändras, tas bort eller sänkas.

## Övergångsbestämmelser

Övergångsreglerna följer KIs lokala riktlinjer för examination.

## Övriga föreskrifter

Kursutvärdering sker enligt KIs 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](#)