



Kursplan för

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

Self awareness and clinical skills, 4.5 credits

Denna kursplan gäller från och med höstterminen 2020.

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	2020-04-01
Kursplanen gäller från	Höstterminen 2020

### **Särskild behörighet**

Godkänt resultat från psykologprogrammets termin 1-5 omfattande 150 hp samt minst 7,5 hp 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

- visa kunskap om faktorer som påverkar yrkesverksamma psykologers välbefinnande i arbetslivet samt metoder som kan förstärka den egna motståndskraften mot stress och andra påfrestningar.

### *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, samt
- visa förmåga att fortlöpande utveckla självkännedom och empatisk förmåga.

## **Innehåll**

### *Tema 1, Egengenerering 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 eller att minska användande av sociala medier. Inom ramen för detta tema får studenten möjlighet att med konkreta kognitiva/ beteendeinriktade terapeutiska metoder arbeta med t.ex. 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*

Inom detta tema får studenten möjlighet till klinisk praktisk övning vad gäller färdigheter relaterade till klientarbete (t.ex. 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, Hållbarhet som behandlare*

Det tredje temat handlar om förutsättningar för välbefinnande i arbetslivet. Gruppen kommer att diskutera organisatoriska faktorer som kan verka som risk- respektive skyddsfaktorer för yrkesverksamma psykologers välbefinnande och fortsatta utveckling. Studenterna introduceras även till metoder som kan förbättra den egna motståndskraften mot stress och andra påfrestningar, till exempel medveten närvaro och självmedkänsla. Syftet är att dessa metoder ska kunna fungera som redskap att hantera vardagens små och stora händelser - både i den privata vardagen, i tillvaron som student och i den framtida yrkesrollen.

## **Arbetsformer**

Kursen innefattar ett obligatoriskt 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). Aktiv närvaro vid minst 90% av gruppträffarna, samt löpande inlämningsuppgifter är obligatoriska. Omfattningen bedöms motsvara ca 50 timmar (à 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.

*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:* Diskussioner samt praktiska övningar vid gruppövningar och hemuppgifter. Övningar och hemuppgifter bestäms och följs upp av gruppleddaren.

## Examination

Kursen examineras på följande sätt:

- obligatoriska veckovisa inlämningsuppgifter i förhållande till kursens tre teman
- obligatorisk aktiv närvaro (muntliga reflektioner och deltagande i rollspelsövningar) vid minst 90% av gruppträffarna
- avslutande inlämningsuppgift i vilken studenten reflekterar kring erfarenheter från kursen, främst det egna förändringsarbetet, men även kring andra inslag som rollspelsövningar, etiska ställningstaganden och resonemang kring hållbarhet som behandlare. Uppgiften ges betyget U eller G.

På kursen ges något av betygen U eller G.

För betyget G på kursen krävs fullgjorda obligatorier, samt betyget G på den avslutande inlämningsuppgiften c.

*Frånvaro från eller ej fullgörande av obligatoriska utbildningsinslag*

Examinator bedömer om och i så fall hur frånvaro från eller ej fullgörande av obligatoriska utbildningsinslag kan tas igen. Innan studenten deltagit i eller fullgjort de obligatoriska utbildningsinslagen, eller tagit igen frånvaro/ brister i enlighet med examinatorns anvisningar kan inte studieresultaten slutrapporteras. Frånvaro från eller ej fullgörande av ett obligatoriskt utbildningsinslag kan innebära att studenten inte kan ta igen tillfället förrän nästa gång kursen ges.

*Begränsning av antalet examinationstillfällen*

Antalet gånger en student har rätt att delta/ genomgå kursen är begränsat till två (2) gånger.

*Möjlighet till undantag från kursplanens föreskrifter om examination*

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 utbildningsinslag m.m. Innehåll och lärandemål samt nivån på förväntade färdigheter, kunskaper och förhållningssätt får inte ändras, tas bort eller sänkas.

## Övergångsbestämmelser

Om kursen läggs ner eller genomgår stora förändringar kommer information om övergångsbestämmelser att anges här.

## Övriga föreskrifter

Kursutvärdering sker enligt KIs lokala riktlinjer. Sammanställning av studenternas svar i kursenkät samt kursansvarigs analys av dessa publiceras på KI:s öppna kurswebb.

## 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](#)