

Kursanalys (kursutvärdering)

Kurskod 2XX077	Kurstitel Mindfulnessbaserad stresshantering	Högskolepoäng 7,5
Termin (vt/ht-år) Ht22	Tidsperiod 3 oktober – 13 januari	

Kursansvarig Camilla Sköld	Examinator Camilla Sköld
Momentansvariga lärare Camilla Sköld	Övriga medverkande lärare Inbjudna föreläsare och inspelade webbföreläsningar

Antal registrerade studenter vid treveckorskollen 29	Antal godkända vid sista kursdatum 27	Svarsfrekvens kursvärderingsenkät 86%
Övriga metoder för studentinflytande (utöver avslutande kursvärdering) Via samtal och email		
Återkoppling av kursvärderingsresultat till studenterna Mailad återkoppling		

Observera att...

Analysen ska (tillsammans med sammanfattande kvantitativ sammanställning av studenternas kursvärdering) delges utbildningsnämnd vid kursgivande institution samt för programkurser även programansvarig nämnd.

Analysen har delgivits utbildningsnämnd följande datum:

Analysen har delgivits programansvarig nämnd följande datum:

1. Beskrivning av eventuellt genomförda förändringar sedan föregående kurstillfälle baserat på tidigare studenters synpunkter

Vi har under flera år arbetat med att förtydliga information och struktur och under kursintroduktionen även visat hur man hittar i Canvas på just vår kurs. Vi är nu glada över att andelen studenter som upplever att det fungerar väl eller mycket väl är 85% jämfört med 30% ht20, 50% vt21, 52% ht21, 60% vt22 (se nedan tabell (fråga 6, under punkt 2). Enligt önskemål erbjöd vi kursen helt på plats denna termin med möjlighet att vara med online vid sjukdom, VAB eller liknande. Vi har också försökt att stimulera engagemang och vetenskapligt tänkande på olika sätt och skattningen ökade från 65% (fråga 4, under punkt 2) till 76% från förra terminen.

2. Kortfattad sammanfattning av studenternas värderingar av kursen

(Baserad på studenternas kvantitativa svar på kursvärderingen och centrala synpunkter ur fritextsvar. Kvantitativ sammanställning och ev. grafer bifogas.)

Följande program deltog i kursen:

Audionom: 16 %

Läkar: 44%

Sjuksköterske: 40%

Skattningen - stämmer i hög grad eller i mycket hög grad

Frågeställning	Andel/samtliga 25 studenter
1. Utvecklat värdefulla kunskaper och färdigheter	80%
2. Uppnått kursens alla lärandemål	96%
3. Röd tråd från lärandemål till examination	92%
4. Stimulerat till vetenskapligt tänkande	76%
5. Lärarna tillmötesgående kring idéer och synpunkter på utformning och innehåll	88%
6. Administration och information har fungerat väl	84%
7. Psykosociala arbetsmiljön (t.ex trygghet, tillit, trivsel, mångfald, Inklusion)	88%
8. Läraren skapade en atmosfär som främjade lärande och utveckling	92%
9. Läraren visade god pedagogisk kompetens	84%
10. Rimliga krav i relation till lärandemål	92%
11. Problem och frågeformuleringar kändes motiverande och realistiska	88%
12. Balansen mellan upplevelse och teori var värdefulla och förstärkte varandra	96%
13. Värdefull i förhållande till min framtida yrkesroll	76%
14. Ökad kunskap kring att främja patienters hälsa och förebygga sjukdom genom metoder för att stödja och komplettera sedvanlig behandling	88%
15. Genomsnittlig nedlagd tid på studier – 20 tim/v eller mer	64%

16. Skulle du rekommendera kursen	80%
17. Fördjupning på avancerad nivå: fördjupning av medicinskt område, träna högre kompetenser som analys och värdering utifrån ett professionellt och vetenskapligt förhållningssätt med tydlig klinisk förankring (frågan hade blivit fel i web-enkäten)	76%
18. Bedömer du att du kommer kunna tillämpa din ökade kunskap och förståelse från kursen i ditt kliniska arbete inom ditt program	80%
19. Vilket är helhetsintrycket av kursen? 5=mycket givande till 1=inte alls givande. Skattningen 4 = 8% och 5 = 68%	76%

3. Kursansvarigs reflektioner kring kursens genomförande och resultat

Kursens styrkor: Kursen gavs för första gången helt på plats efter pandemin med möjlighet att vara med online vid sjukdom. Alla som kommenterade helhetsintrycket av kursen var positiva. Vissa uttryckte att kursen var oerhört viktig, bästa kursen under hela KI-utbildningen och att kunskapen borde vara obligatorisk på samtliga program på KI. 85% uttryckte sig positivt om lärandemiljö och lärare och upplevde en accepterande stämning, trygghet i gruppen, fantastisk lärare, att man fick tänka fritt och att man vågade dela med sig.

Kursens svagheter: Den stora majoriteten av studenterna var nöjda eller mycket nöjda med bemötande från kursledningen men en enskild student uttryckte missnöje med detta. Delningarna i mindre grupper både online och på plats upplevs av vissa som ett sårbart moment där vissa valde att inte dela med sig.

3. Övriga synpunkter

Ett återkommande tema är att ett fåtal studenter beskriver att dem skulle önska teoridelen före den upplevelsebaserade delen av kursen och att det skulle hjälpa dem med motivationen. Andra skriver att den upplevelsebaserade delen hjälpte med en djupare förståelse av teori-delen.

Vissa studenter tycker att vi inte borde erbjuda möjlighet att vara med via zoom vid sjukdom, VAB osv eftersom det går att missa två träffar under den upplevelsebaserade delen och ändå bli godkänd på den delen.

4. Kursansvarigs slutsatser och eventuella förslag till förändringar

(Om förändringar föreslås, ange vem som är ansvarig för att genomföra dessa och en tidsplan.)

- Kursen grundar sig bland annat i Kolbs "Experiential Learning" där man börjar med upplevelse som man sedan förankrar i teori som de flesta studenter verkar uppskatta. Vi kommer att fortsätta med detta upplägg och har sedan tidigare terminer gått studenterna till mötes delvis genom att visa en film om mindfulness och forskning som studenterna upplever ger inspiration och motivation. Vi informerar också kring intentionen med upplägget under introduktionen.

- En av grunderna i det upplevelsebaserade programmet är att få lov att avstå från att dela med sig, att få dela så mycket eller lite som man önskar. Vi kommer att pröva att använda oss av triader lite oftare än parvis för att underlätta att både dela och att avstå.
- Det är första gången sedan denna kurs startade 2007 som en student uttrycker att hen upplever kursansvarig som "tråkig, oprofessionell och till och med kränkande". Jag som kursansvarig känner mig väldigt ledsen över personens upplevelse och bedömning och skulle gärna vilja förstå mer. Kursansvarig hoppas att personen vill ta kontakt och berätta lite mer, så vi kan undvika liknande i framtiden. Jag som kursgivare skulle också vilja få möjligheten att be om ursäkt om jag ovetandes har gjort hen illa.
- Flera uttrycker att hybrid-formatet inte är bra. Vi kommer från och med kommande termin att ta bort möjligheten att vara med online via zoom om man är sjuk eller av annan anledning inte kan vara med på en träff.

Bilagor: 1 – kursutvärdering ht22