

Kursanalys (kursutvärdering)

Kurskod 2XX077	Kurstitel Mindfulnessbaserad stresshantering, MBSH	Högskolepoäng 7,5
Termin (vt/ht-år) Vt24	Tidsperiod 15/2 – 31/5, 2024	

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

Antal registrerade studenter vid treveckorskontrollen 13	Antal godkända vid sista kursdatum 10	Svarsfrekvens kursvärderingsenkät 100%
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 fortsatt med en mer omfattande introduktion om de två blocken i kursen som visat sig hjälpsamt och vi visar en film som studenterna har tyckt varit väldigt inspirerande. Vi fortsätter även att stimulera vetenskapligheten genom att involvera studenterna i val av artiklar för att skapa intresse, fördjupning, analys och bedömning av fältet kring mindfulness. Detta har visat sig i att studenternas skattningar kring vetenskapligheten har ökat (se tabell nedan).

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:

Psykolog: 100%

I nedan tabeller anges andelen studenter som skattar – ”stämmer i hög eller i mycket hög grad”

Obligatoriska frågor

Frågeställning	Andel/samtliga 13 studenter vt23/ht23/vt24
Jag uppfattar att jag genom denna kurs utvecklat värdefulla kunskaper/färdigheter.	84/82/92%
Jag bedömer att jag har uppnått kursens alla lärandemål.	79/100/92%
Jag uppfattar att det fanns en röd tråd genom kursen – från lärandemål till examination.	90/94/92%
Jag uppfattar att kursen har stimulerat mig till ett vetenskapligt förhållningssätt (till exempel analytiskt och kritiskt tänkande, eget sökande och värdering av information).	68/71/77%
Jag uppfattar att lärarna varit tillmötesgående under kursens gång för idéer och synpunkter på kursens utformning och innehåll.	79/88/85%

Programspecifika frågor

Frågeställning	Andel/samtliga 13 studenter
Mina förkunskaper var tillräckliga för att kunna tillgodogöra mig undervisningen på kursen.	74/82/92%
Jag har haft en klar bild av vad jag förväntades lära mig under kursen.	68/82/62%
Kraven på att ansvara för att organisera mitt eget lärande var rimliga.	79/77/85%
Kraven på att på egen hand söka information var rimliga.	95/76/92%
Jag kunde lätt hitta den informationen jag behövde/letade efter i Canvas.	79/82/39%
Kraven på att arbeta tillsammans med andra studenter var rimliga.	90/88/100%

Jag fick användbar återkoppling på mina prestationer under kursen.	61/77/85%
Arbetsinsatsen var rimlig i förhållande till kursens antal högskolepoäng.	84/71/62%
Kursens examinationer var relevanta i förhållande till kursens lärandemål.	95/98/92%
Jag uppfattar att kontakten med kursledningen (kursadministratör och -ansvarig) var enkel och lättillgänglig.	89/94/92%
Jag uppfattar att den psykosociala arbetsmiljön under kursen var bra (t.ex trygghet, tillit, trivsel, mångfald, inklusion).	84/94/92%
Jag bedömer att kursansvarig skapade en atmosfär som främjade lärande och utveckling.	84/88/100%
Jag uppfattar att lärarna visade god pedagogisk kompetens.	79/88/100%
Jag uppfattar att balansen mellan de upplevelsebaserade och teoretiska delarna i kursen var värdefulla och förstärkte varandra.	79/81/77%

SVK-specifika frågor

Frågeställning	Andel/samtliga 13 studenter
Jag bedömer att kursen ökade min kunskap kring insatser för att främja patienters hälsa och förebygga sjukdom genom metoder för att stödja och komplettera sedvanlig sjukvårdande behandling.	74/81/77%
Skulle du rekommendera kursen?	79/81/85%
I vilken omfattning anser du att följande stämmer in på kursen? "Fördjupning på avancerad nivå: Kurser på avancerad nivå avser fördjupning av ett område inom ditt program. De fokuserar därför på att träna högre kompetenser som analys och värdering utifrån ett professionellt och vetenskapligt förhållningssätt, men med en tydlig klinisk förankring."	58/75/85%
Bedömer du att du kommer att kunna tillämpa din ökade kunskap och förståelse från kursen i ditt kliniska arbete?	68/75/69%
Vilket är ditt helhetsintryck av kursen? (skattat mellan 1-5, 1 = inte alls givande och 5 mycket givande.	-/94/85% skattar 4-5

3. Kursansvarigs reflektioner kring kursens genomförande och resultat

Kursens styrkor: 85% skattar helhetsintrycket av kursen som givande eller mycket givande. 62% har bidragit med kommentarer. Flera upplever att det är en bra balans mellan praktik och teori och att det är en styrka att praktiken kommer före teorin. Att man lär sig mycket utan att man känner sig pressad, att miljön är trygg och understödjer att man vågar dela med sig.

Kursens svagheter: Någon enstaka uttryckte att arbetsinsatsen var för stor i relation till antalet hp. Annars handlade svagheter om uteslutande om önskemål om att schemat i Canvas skulle ligga i kalendern i Canvas istället för som en pdf i moduler. Någon student upplevde dessutom att det var svårt att hitta i Canvas generellt. Denna termin hade vi två uppehåll under MBSR-programmet vilket flera uttryckte som mindre bra, svårare att hålla motivationen. En student kom med mer specifika tips på förbättringar såsom t.ex att någon tidigare student kommer och berättar sina upplevelser under introduktionen, att jag som lärare läser något inspirerande från den obligatoriska litteraturen osv. Tack för dessa konkreta tips!

3. Övriga synpunkter

Skattningen om hur lätt det är att hitta informationen i Canvas har plötsligt gått ner från 82% till 39%. Svagheter som handlar om Canvas denna termin handlar uteslutande om att studenterna upplever att schemat ligger på fel ställe i Canvas.

4. Kursansvarigs slutsatser och eventuella förslag till förändringar

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

- Vi kommer att lägga in schemat i Canvas kalender-funktion till ht24.
- Vi kommer också att se om vi till ht24 kan bjuda in en tidigare student att dela med sig av sina upplevelser av kursen.

Bilagor: 1 – kursutvärdering vt24