

Kursanalys (kursutvärdering)

Kurskod 2XX077	Kurstitel Mindfulnessbaserad stresshantering, MBSH - SVK	Högskolepoäng 7,5
Termin (vt/ht-år) Vt25	Tidsperiod 13/3 – 30/4, 2025	

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

Antal registrerade studenter vid treveckorskollen 13	Antal godkända vid sista kursdatum 12	Svarsfrekvens kursvärderingsenkät 92%
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 studenter synpunkter

Vi har tydliggjort blocken i introduktionen ytterligare och den verkar nu fungera bra. Vi har ännu inte spelat in någon eller ett par studenter som delar sina upplevelser från tidigare kurser, men det är vår intention till kommande termin. Vetenskapligheten skattas lägre denna termin trots att studenterna själva har fått vara involverade. Detta kan vara en tillfällighet och vi kommer att hålla detta under uppsikt.

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.)

Psykologprogrammet: 100%

Antal studenter: 13

Antal svar: 11

Svarsfrekvens: 85%

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

Obligatoriska frågor

Frågeställning	Andel i %/samtliga 13 studenter vt23/ht23/vt24/vt25
Jag uppfattar att jag genom denna kurs utvecklat värdefulla kunskaper/färdigheter.	84/82/92/73
Jag bedömer att jag har uppnått kursens alla lärandemål.	79/100/92/91
Jag uppfattar att det fanns en röd tråd genom kursen – från lärandemål till examination.	90/94/92/82
Jag uppfattar att kursen har stimulerat mig till ett vetenskapligt förhållningssätt (till exempel analytiskt och kritiskt tänkande, eget sökande och värdering av information).	68/71/77/55
Jag uppfattar att lärarna varit tillmötesgående under kursens gång för idéer och synpunkter på kursens utformning och innehåll.	79/88/85/82

Programspecifika frågor

Frågeställning	Andel/samtliga 13 studenter
Mina förkunskaper var tillräckliga för att kunna tillgodogöra mig undervisningen på kursen.	74/82/92/82
Jag har haft en klar bild av vad jag förväntades lära mig under kursen.	68/82/62/55
Kraven på att ansvara för att organisera mitt eget lärande var rimliga.	79/77/85/64
Kraven på att på egen hand söka information var rimliga.	95/76/92/100
Jag kunde lätt hitta den informationen jag behövde/letade efter i Canvas.	79/82/39/55
Kraven på att arbeta tillsammans med andra studenter var rimliga.	90/88/100/91

Jag fick användbar återkoppling på mina prestationer under kursen.	61/77/85/55
Arbetsinsatsen var rimlig i förhållande till kursens antal högskolepoäng.	84/71/62/64
Kursens examinationer var relevanta i förhållande till kursens lärandemål.	95/98/92/73
Jag uppfattar att kontakten med kursledningen (kursadministratör och -ansvarig) var enkel och lättillgänglig.	89/94/92/91
Jag uppfattar att den psykosociala arbetsmiljön under kursen var bra (t.ex trygghet, tillit, trivsel, mångfald, inklusion).	84/94/92/64
Jag bedömer att kursansvarig skapade en atmosfär som främjade lärande och utveckling.	84/88/100/82
Jag uppfattar att lärarna visade god pedagogisk kompetens.	79/88/100/100
Jag uppfattar att balansen mellan de upplevelsebaserade och teoretiska delarna i kursen var värdefulla och förstärkte varandra.	79/81/77/82

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.	74/81/77/73
Skulle du rekommendera kursen?	79/81/85/64
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."	58/75/85/64
Bedömer du att du kommer att kunna tillämpa din ökade kunskap och förståelse från kursen i ditt kliniska arbete?	68/75/69/82
Vilket är ditt helhetsintryck av kursen? (skattat mellan 1-5, 1 = inte alls givande och 5 mycket givande.	-/94/85/82 skattar 4-5

3. Kursansvarigs reflektioner kring kursens genomförande och resultat

Kursens styrkor: 82% skattar helhetsintrycket av kursen som givande eller mycket givande. 62% har bidragit med kommentarer. De flesta tyckte det var bra med upplevelse före teori och ett par uttryckte att det var lättare att förstå teorin efter att själv ha fått ta del av det upplevelsebaserade MBSR-programmet. Föreläsningarna var varierande och relaterade till hur mindfulness kan tillämpas inom vården. Kursen gav många insikter och en student skrev "Att hela kursens fokus inte bara låg på att klara av den utan att lära sig viktiga saker". De flesta upplevde läraren som trygg, inkännande, medkännande och motiverande.

Kursens svagheter: 54% har även bidragit med kommentarer till förbättringar. Ett par studenter hade önskat att introduktionen låg innan man gjorde sitt kursval och någon gav förslag på att man skulle kunna spela in och lägga en informations-video på kurswebben. Flera kommenterade det jobbiga med att kursen låg på kvällstid och att retreat-dagen ligger på en helgdag. Några önskade också att samtliga inlämningsuppgifter och seminarium blir synliga direkt när kursen startar.

3. Övriga synpunkter

Enstaka studenter upplevde: "jobbigt att vara sårbar inför framtida kollegor", blev lite för intensivt och personligt"

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 spela in en informationsvideo om vad man kan förvänta sig om man väljer denna kurs
- Vi kommer också intervjua några tidigare studenter som får dela med sig av sina erfarenheter, som vi sedan delar med nya studenter
- Vi kommer att pröva att synliggöra samtliga inlämningsuppgifter och seminarium direkt när kursen startar

Bilagor: 1 – kursutvärdering vt25