

Kursanalys (kursutvärdering)

Kurskod 2XX077	Kurstitel Mindfulnessbaserad stresshantering, MBSH - SVK	Högskolepoäng 7,5
Termin (vt/ht-år) Vt26	Tidsperiod 26/1 – 29/4, 2026	

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

Antal registrerade studenter vid treveckorskontrollen 25	Antal godkända vid sista kursdatum 25	Svarsfrekvens kursvärderingsenkät 88%
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

Canvas har uppdaterats och omstrukturerats. En informationsvideo har spelats in för att vara tillgänglig (i Drupal) innan studenternas kursval, eftersom kursintroduktionen ligger när valet redan är gjort.

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.)

Läkarprogrammet: 100%

Antal studenter: 25

Antal svar: 22

Svarsfrekvens: 88/%

I nedan tabell anges andelen studenter av de som svarat och som skattar – 5 eller 6, där 6 = instämmer helt och 1 = instämmer inte alls

Frågeställning	Andel studenter ht25/vt26
Kursen var utformad på ett sätt som gav mig möjlighet till aktivt lärande. Exempelvis: seminarier med diskussioner, grupparbeten, projekt, studentpresentationer, rollspel, peer learning, praktiska övningar, laborationer, verksamhetsintegrerat lärande etc.	82/73%
Jag kände mig inkluderad och respekterad under kursen. Exempelvis: Jag var bekväm med att samarbeta med andra studenter, tala inför gruppen, svara på lärares frågor och jag blev lyssnad på (inte avbruten, förlöjligad eller liknande).	82/86%
Kursen som helhet var bra.	82/64%
Mina förkunskaper var tillräckliga för att kunna tillgodogöra mig undervisningen på kursen.	82/86%
Jag har haft en klar bild av vad jag förväntades lära mig under kursen.	64/59%
Kraven på att ansvara för att organisera mitt eget lärande var rimliga.	91/82%
Kraven på att på egen hand söka information var rimliga.	82/82%
Jag kunde lätt hitta den informationen jag behövde/letade efter i Canvas.	64/73%
Kraven på att arbeta tillsammans med andra studenter var rimliga.	91/91%
Jag fick användbar återkoppling på mina prestationer under kursen.	64/68%
Arbetsinsatsen var rimlig i förhållande till kursens antal högskolepoäng.	73/86%
Kursens examinationer var relevanta i förhållande till kursens lärandemål.	82/91%
Jag skulle rekommendera kursen.	73/73%
Jag anser att följande stämmer in på kursen... "Fördjupning på avancerad nivå: Temanära kurser på avancerad nivå avser fördjupning av ett medicinskt område inom läkarprogrammet. De fokuserar därför på att träna högre kompetenser som analys och värdering utifrån ett professionellt och vetenskapligt förhållningssätt, men med en tydlig klinisk förankring."	64/45%
Jag bedömer att jag kommer att kunna tillämpa min ökade kunskap och förståelse från kursen i ditt kliniska arbete som läkare.	73/50%

Jag uppfattar att kontakten med kursledningen (kursansvarig och kursadministratör) var enkel och lättillgänglig.	91/86%
Jag uppfattar att den psykosociala arbetsmiljön under kursen var bra (t.ex trygghet, tillit, trivsel, mångfald, inklusion).	91/95%
Jag bedömer att kursansvarig skapade en atmosfär som främjade lärande och utveckling.	82/91%
Jag uppfattar att lärarna visade god pedagogisk kompetens.	82/95%
Jag uppfattar att balansen mellan de upplevelsebaserade och teoretiska delarna i kursen var värdefulla och förstärkte varandra.	82/95%
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.	64/68%
Vilket är ditt helhetsintryck av kursen? 4 och 5, där 5 = mycket givande och 1 = inte alls givande	82/68%

3. Kursansvarigs reflektioner kring kursens genomförande och resultat

Kursens styrkor: 68% skattar helhetsintrycket av kursen mellan 4 och 5. Där 5 = mycket givande. 41% har bidragit med kommentarer. Hjälpsamma och värdefulla verktyg för framtida yrkesliv, bra upplägg kring seminarium och gruppträffar, givande och intressant tyst retreatdag, inkluderande och pedagogisk kurs, bra kursledare - mycket pedagogisk och fint bemötande.

Kursens svagheter: 36% har även bidragit med kommentarer kring förbättringar. Tydligare klinisk förankring och gärna med någon specialistläkare (psykiatriker, från palliativ vård) som föreläser kring detta och hur man arbetar med mindfulness i vården idag och kanske göra ett studiebesök, gärna seminarium D (leda varandra) på plats istället för online, att kursen inte krockar med programmets största tenta.

3. Övriga synpunkter

Över lag väldigt bra kurs, bra introduktion och kontinuitet med samma huvudlärare.

4. Kursansvarigs slutsatser och eventuella förslag till förändringar

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

- Denna kurs kommer fortsättningsvis att erbjudas som programöverskridande valbar kurs och inte specifikt för läkarstudenter även om de fortsättningsvis är varmt välkomna! Vi har sedan 2007 prövat olika upplägg på kursen och landat i att gruppträffarna kvällstid spritt över åtta veckor och teoridelen de fem sista veckorna på terminen är det format som fungerat för flest och det format vi kommer att fortsätta med.