

Karolinska Institutet Uppdragsutbildning

Kompetensutveckling för personal inom vård, omsorg och hälsa i region, kommun och företag

ACT inom fysioterapi och arbetsterapi

7,5 hp, distans, VT 2021

Karolinska Institutet erbjuder nu den första poänggivande utbildningen i Acceptance and Commitment Therapy (ACT) tillämpad för fysio- och arbetsterapeuter. Du kommer att lära dig hur du kan anpassa ACT:s underbyggande terapeutiska processer för beteendeförändring och hur du kan implementera dem inom ditt område. Kursen kommer att utveckla dina kliniska färdigheter i arbetet med patienter med stressrelaterade och kroniska sjukdomar.

OM ACT

Intresset för ACT ökar inte bara bland psykologer utan även bland fysio- och arbetsterapeuter. I den nya definitionen för fysioterapi (2016), nämns ACT som en av de terapeutiska modellerna (se sid. 25).

Om kursen

Du kommer att förstå hur de terapeutiska processerna bakom ACT ska anpassas och tillämpas inom ditt område. Du kommer att lära dig ACTiveRehab, ett evidensbaserat arbetssätt utvecklad utifrån ACT:s empiriskt testade verkningsmekanismer som svarar för effektiva och varaktiga beteendeförändringar. Modellen är speciellt anpassad för rehabilitering/behandling av patienter med kroniska tillstånd. Du kommer även lära dig hur du kan systematiskt bedöma och planera interventioner som är i linje med ACT.

Målgrupp

Kursen riktar sig till fysio- och arbetsterapeuter. Om ni arbetar i team, rekommenderas att minst två i teamet deltar. Andra professioner är välkomna i mån av plats.

Kursupplägg

Distansundervisning via Zoom och lärplattformen Canvas. Arbetsformerna är: föreläsningar, litteraturstudier, gruppuppgifter, seminarier, workshops som inkluderar rollspel. Därutöver tillkommer ett projekt för egen livsstilsförändring för att förbättra hälsan.



Efter kursen

- Du får en unik struktur för att omorganisera dina egna metoder och för att bättre förstå deras verkningsmekanismer.
- Du får ökad kunskap om funktionsbedömning av rehabiliteringsbehov hos patienter med en eller flera kroniska tillstånd
- Din ökade förståelse för ACT-principerna kommer att förbättra ditt samarbete med psykologer; ni delar ett gemensamt språk och arbetsmodell men har olika verktyg och sätt att implementera.

Kursledning

"ACTiveRehab har gett mig de verktyg som jag letade efter för att strukturera och vidareutveckla mina interventioner. På köpet hjälpte metoden mig att utvecklas som medmänniska." **Graciela Rovner**



Graciela Rovner, med.dr. i rehabiliteringsmedicin, leg fysioterapeut, smärtspecialist. Karolinska Institutet, Institutionen för neurobiologi, vårdvetenskap och samhälle, Sektionen för fysioterapi, Ordförande i ACT-föreningen (ACBS Sweden). Graciela är den enda internationella ACT- utbildare (s.k. *peer-reviewed ACT trainer*) som är fysioterapeut.



Gabriele Biguet, leg sjukgymnast, med.dr. och adjunkt, Karolinska Institutet, Institutionen för neurobiologi, vårdvetenskap och samhälle, Sektionen för fysioterapi.

Datum: Kursstart vecka 5, 2021 med inläsning. Kursträffar online: 15–16 februari, 8 mars, 29 mars, 19 april och 10 maj 2021. Däremellan, videomöten med din arbetsgrupp, uppgifter och handledning.

Tid: Alla dagar 9.00-16.00

Plats: Interaktiva föreläsningar och grupparbeten via videokommunikationstjänsten Zoom och studier på lärplattformen Canvas.

Pris: 19 500 kr exkl. moms.

Sagt om kursen

"Det är en mycket givande kurs både på det personliga planet och i kliniskt arbete."

"Jag använder det jag lärt mig varje dag. Jag tycker att grundprinciperna som finns i ACT är något som kan genomsyra hela vardagen. Jag har även blivit tydligare i min kommunikation och därigenom har vi som team på min arbetsplats blivit tydligare i rehabiliteringen av våra patienter totalt sett."

Kursen syfte och innehåll

- Effektiva motivationstekniker som leder till varaktiga beteendeförändringar.
- Tillämpa evidensbaserad bedömning av förändringsförmåga tillsammans med patienten.
- Förstå och uppvisa det terapeutiska förhållningssättet i ACT och dess implementering i din profession och arbetsfält.
- Effektiv hantering av de vanligt förekommande utmaningarna i arbetet med ACT.
- Genomföra ett eget beteendeförändringsprojekt för att öka egen hälsa samt stötta andra kursdeltagare i deras projekt.
- Redogöra för teorin bakom ACT och forskningen kring anpassning till rehabiliteringsprofessionerna.
- Öva och implementera kollegial handledning.

Mer information

Vid administrativa frågor:
Ulla Finati, projektkoordinator
E-post: ulla.finati@ki.se

Vid frågor om kursinnehållet:
Graciela Rovner, kursansvarig
E-post: graciela.rovner@ki.se

Anmälan

Anmälan görs på www.ki.se/uppdagsutbildning.

Sista anmälningsdag är **2020-12-18**.

Karolinska Institutet förbehåller sig rätten att ställa in kursomgång vid för få sökande.

Anmälan är bindande. Vid avbokning senare än sex (6) veckor innan utbildningens start debiteras 50 procent av kurskostnaden och vid avbokning senare än tre (3) veckor innan utbildningens start debiteras hela kurskostnaden. Deltagare antas till kursen efter principen "först till kvarn". Tidpunkt för anmälan registreras när anmälningsbekräftelse signerat av ansvarig chef kommit in till KI Uppdragsutbildning. För fullständiga villkor se våra allmänna avtalsvillkor: www.ki.se/uppdagsutbildning.

Karolinska Institutet är ett av världens ledande medicinska universitet. I Sverige står Karolinska Institutet för drygt 40 procent av den medicinska akademiska forskningen och har det största utbudet av medicinska utbildningar. Sedan 1901 utser Nobel-församlingen vid Karolinska Institutet mottagare av Nobelpriset i fysiologi eller medicin. Karolinska Institutet Uppdragsutbildning levererar kompetensutveckling för landsting, kommun och företag – framför allt inom vård, omsorg och hälsa – och verkar för utveckling i hälso- och sjukvården samt för ett friskare samhälle.

