

Pedagogiskt Utvecklingsprojekt 2018

Nya delkurser på psykologprogrammet:
studieresa för att förbereda färdighetsträning

Learning Helping Skills

PSYC 433: BASIC HELPING SKILLS: RESEARCH AND PRACTICE

—

Vårt besök hos Clara Hill Maryland University

Joakim Norberg & Jan Carlsson

Örebro universitet



Helping Skills

Facilitating Exploration, Insight, and Action

Fourth Edition

Clara E. Hill





Kursmål: Learning Helping Skills

PSYC 433 BASIC

1. Att få kunskap om hjälpsamma färdigheter.
2. Att få träna hjälpsamma färdighet.
3. Att få undersöka de viktigaste/huvudsakliga teoretiska approacher till hjälpsamma färdigheter.
4. Att lära sig utvärdera och granska forskning om hjälpsamma färdigheter.
5. Att göra design för en studie om hjälpsamma färdigheter.

PSYC 700 Advanced

1. Att få en generell förståelse för några av de huvudsakliga teorierna inom counseling och psykoterapi.
2. Att lära om psykopatologi/dysfunktionellt beteende ur det olika teoretiska perspektiven.
3. Att lära sig använda hjälpsamma färdigheter.
4. Att bli bekant med den terapeutiska situationen, att bli en professionell.
5. Att undersöka effekten av dina interventioner.
6. Att öka själv-medvetenhet och reflekterande förmåga



Upplägg av kursen: Learning Helping Skills

PSYC 433 BASIC

- **Föreläsningar/diskussioner:**
 - 2 timmar per vecka
- **Labb-övningar:**
 - 2 timmar per vecka
 - + tre sessioner med kurskamrat.
- **Forskningsdel**

PSYC 700 Advanced

- **Diskussioner/seminarium.**
 - 3 timmar per vecka
- **Förberedelse för praktik (Pre-practicum):**
 - 3 timmar per vecka.
- **Handledning**
 - Handledaren observerar sessioner, sedan 1 timme handledning per vecka

Examinationer: Learning Helping Skills

PSYC 433 BASIC

- Närvaro
- Självvärdering
 - 5 – 10 sidor
- Grupp-presentation av forskningsstudie
 - 2-3 studenter, andra halvan av föreläsningen/diskussionen
- Forskningsgranskning
- Lab Report
 - Rapport om träningssessionerna, 10-15 sidor
- Mitt-termins examinering
- Slutexaminering

PSYC 700 Advanced

1. Närvaro
2. Självvärdering
 - 1. 15 – 30 sidor
3. Forskningsrapport
 - 1. Processforskning av studenten om själv som behandlare (sessionerna med frivillig klient från Psych 433), 25-30 sidor
4. Muntlig tenta - final exam
5. Skriftlig rapport från handledare

Vårt Schema på Maryland University

➤ Måndag Sept 24

- Observation i Clara Hill's Psyc 700 class (avancerad nivå) Lab/Seminarium
 - Deltagande observation kring att arbeta med lärande av utmaningar.

➤ Tisdag Sept 25

- Möte med Clara Hill och 4 studenter
 - diskutera om kursen i hjälpsamma färdigheter samt om forskning.

➤ Onsdag Sept 26

- Observera undergraduates (Psyc 433, nybörjare) i laborationer
 - 3 olika labbgrupper som tränar färdigheten reflektioner kring känslor.
- Möte med 5-6 undergraduate students (nybörjare)
 - diskutera med studenter kring deras erfarenheter av kursen i hjälpsamma färdigheter.

➤ Torsdag Sept 27

- Möte med lärare ansvarig för kursen (Psyc 433) för att diskutera kring att vara lärare på kursen (examinering etc).
- Lunchmöte med Clara Hill för att diskutera idéer kring kursen och forskning om hjälpsamma färdigheter.

Färdighetsträning i seminarieform

- Optimal storlek: 6-8 deltagare
- Fokus på en färdighet per träff
- Börjar med teoretisk genomgång samt övningar (rationalen för färdigheten, videos, brainstorming)
- Därefter: turas om att vara klient (verkliga problem)
- Första rundan alltid utforskande
- Därefter rundor med fokus på dagens färdighet

Exempel på inledande övningar

- **Checkin in** – Lista (Emotion word checklist) på känslor. "Describe an emotion you are feeling. Select from the list. Choose different words. Explain why"
- **Diskussion** kring dagens färdighet.
- Seminarieläsnaren läser en **vinjett** och studenterna får skriva ned förslag på hur interventionen kan göras.
- De får **lista** på exempel på hur interventionen kan göras
- Skriva ned hur de vill intervjua **innan runda ("Large Group Helping Session") startas**
 - Först runda med öppna frågor
 - Sedan runda med den färdighet som var aktuell
- **Generell diskussion** som avslutning

Fördelar seminarium vs. rollspel

Rollspel	Seminarium
Skådespeleri	"Skarpt läge"
Feedback utifrån att situationen bygger på skådespeleri	Feedback från klientens äkta upplevelse
	Pröva på att vara klient (jmf egenterapi)
	Modellinläarning via lärare och andra duktiga studenter



Generella lärdomar om seminariegrupperna

- Ju **mindre** grupper desto bättre
- Det tar ca **2 veckor** för gruppen att värma upp och kunna prata om sig själva; dessa veckor av avgörande betydelse
- Bra med erfarna seminarieledare 😊
- Vad är en bra labbledare: struktur men ändå going with the flow, tar bort upprepningar,
- När studenter på avancerad nivå hade svårigheter lät CH det vara tyst så att studenten fick tänka
- Ju mer man fokuserar på examinationerna, desto mer kommer studenterna fokusera på boken snarare än på färdigheterna
- De inleder kursen med att prata om vilka typer av problem som är rimliga att ta upp; de kan inte ta upp sånt som måste anmälas. Studenterna skriver även på kontrakt om konfidentialitet.
- De lyfter frågor om prestationsångest i grupperna

Kostnads kalkyl Psykologprogrammet

Antal grupper	8 (6 studenter per grupp; kan funka med upp till 8)
Antal träffar	10 (CH: 13)
Längd på träffarna	2 h (avancerad nivå: 3h)
Summa timmar per termin	160 h

➤ OBS: seminarieledare kan vara amanuenser



Övning intervjuer ("Labbövnningar")

- Syfte: **integrera** de färdigheter som man lär sig separat i seminarierna.
- Genomför själv **3** intervjuer (20 min, 30 min, 40 min)
 - På avancerad nivå 9 intervjuer om 45min vardera, samt 1 h handledning
- (Även observatör och informant i andra intervjuer)
- Intervjuerna skattas enligt **standardiserade formulär** i avseende på vilka **färdigheter** som används
- Även **utfallet** skattas enligt **standardiserade formulär** (fylls även i av klient)
- Intervjuerna **transkriberas** och analysen av interventioner **tabuleras**.



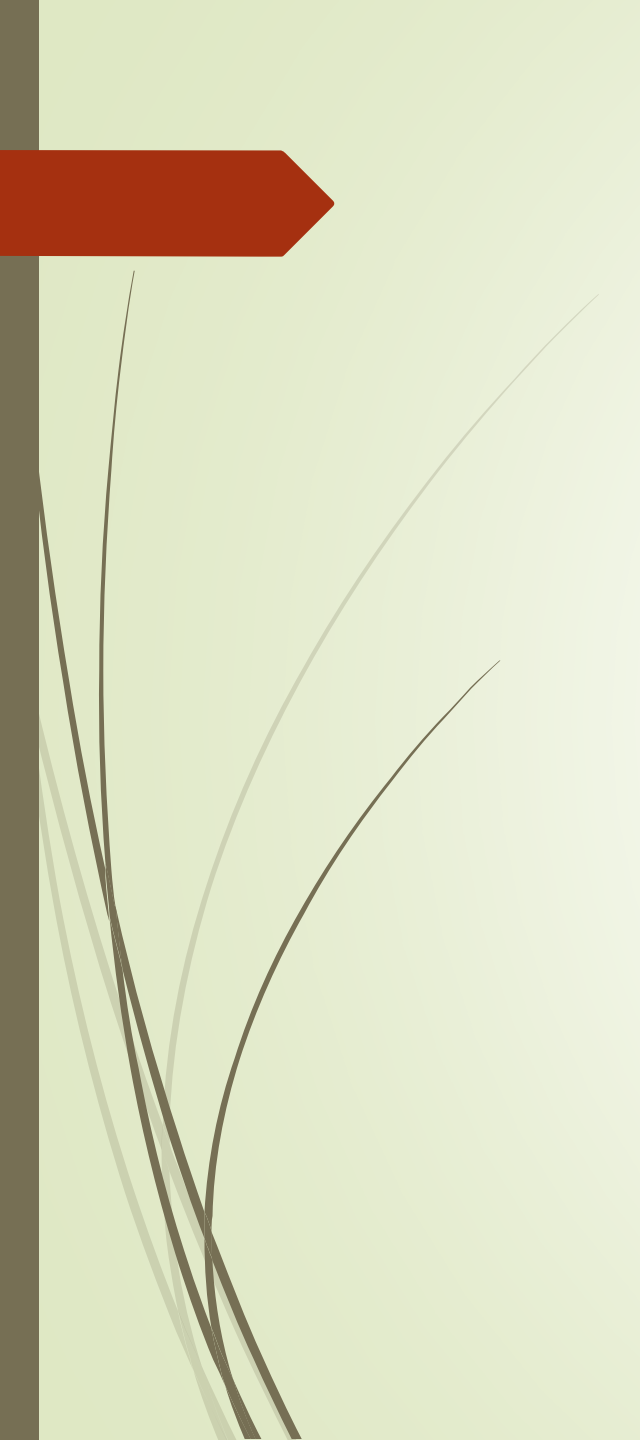
Självreflektion

- 5-10 sidor (dubbelt radavstånd)
- Välstrukturerad utifrån specifika frågor som täcker:
 - Vem jag är (inklusive **kultur**)
 - Vad som gör att jag vill bli en **hjälpare**
 - Vilka **styrkor**, **svagheter** och **fördomar** (biases) jag tar med er till en situation där jag ska hjälpa någon.
 - På avancerad nivå: **privata teorier** om förändringsprocesser och min egen roll i dem.
- Kan ersätta aspekter av egenterapin? Korresponderar mot examensmål för psykologprogrammet?

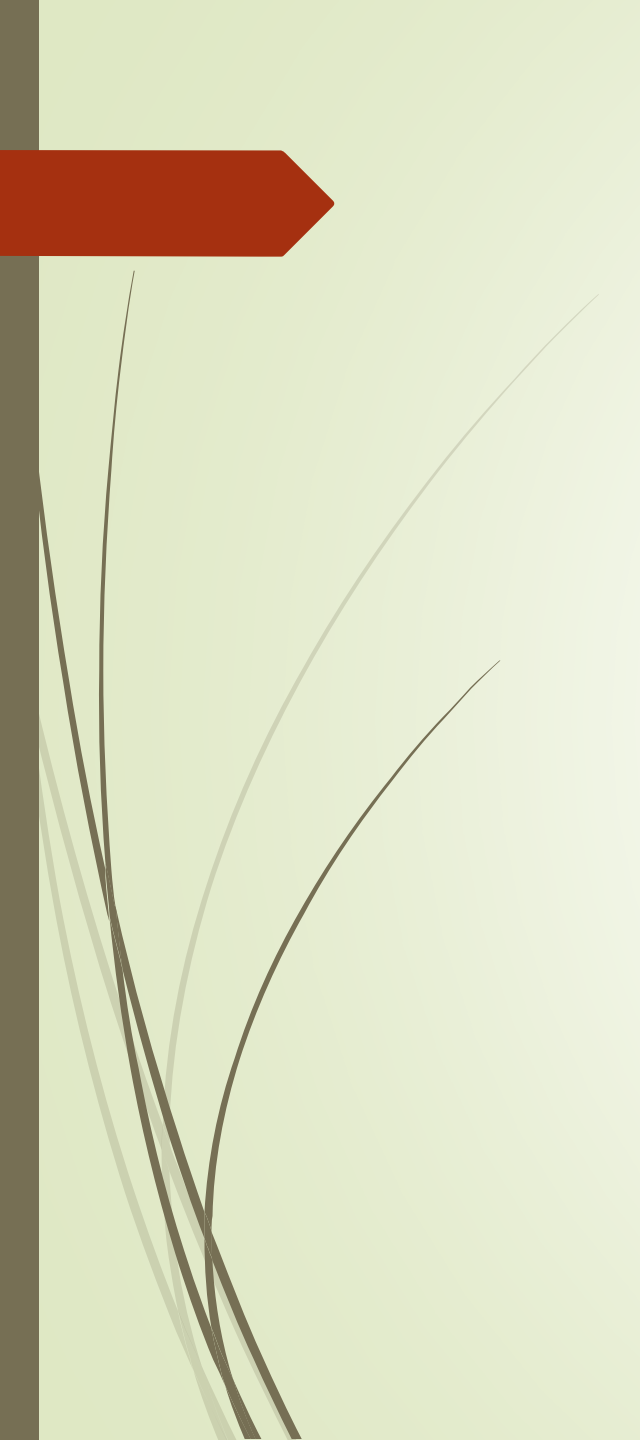


Föreläsningar?

- Var inte uppskattade av någon av de studenter vi pratade med
- Stora problemet verkade vara att föreläsningarna inte var helt synkade med seminarierna (som upplevdes mycket givande); de uppfattades också som enkla (flera studenter hade dock läst liknande kurser tidigare på teoretisk nivå)
- CH ville själv inte ha föreläsningar i kursen utan skulle föredra att det teoretiska innehållet var integrerat med seminarierna.



Återrapportering i Sverige till lärarlag



Tack!