

Studieplan 2010/2011

Tverrfaglig fordypning i Kroppskunnskaping

Studieprogramkode

VKROPPK

Innledning

Det nye studiet: Tverrfaglig fordypning i Kroppskunnskaping er utviklet som en konsekvens av et langvarig samarbeid mellom forskning og praksis. Nye teorier og modeller, pedagogiske metoder og verktøy er utprøvd for å styrke brukermedvirkning, mestring og helse i møte med mennesker som er rammet av sykdom og funksjonstap. Forskningsresultatene viser at pasienter/brukere utvikler ekspertise i å fremme egen mestring og helse gjennom den grunnleggende prosessen Kroppskunnskaping, og at prosessen kan styrkes av personen selv, helsepersonell og nære andre. Kroppskunnskaping er personens helsefremmende prosess der de lærer hva som fremmer mestring og bedring i eget liv. Det handler om å oppdage egne tålegrenser for aktivitet, fysisk og psykososialt miljø, og utnytte muligheter for livsutfoldelse på tross av begrensninger.

Kroppskunnskaping® er et nytt konsept for mestring, helsefremmende arbeid og rehabilitering som er empirisk fundert i ulike pasientgruppers erfaringer. Konseptet gir mulighet for å arbeide systematisk med styrking av personers ressurser for mestring og helse på individuelt og relasjonelt nivå.

Konseptet består av tre deler:

1. Teorien og modellen Kroppskunnskaping
2. Et nytt pedagogisk helsetilbud
3. En utdanningsmodul for helsepersonell

De tre delene står i en nær sammenheng og kan anvendes i møte med ulike brukergrupper. I praksis innebærer dette at en tar utgangspunkt i prosessmodellen for Kroppskunnskaping og inviterer brukerne til å arbeide systematisk med prosessens faser. Prosessmodellen fungerer i denne sammenheng både som et redskap for tenkning, kartlegging og fasilitering av personers mestring og helse.

Teorien og modellen for Kroppskunnskaping er basert på et helhetlig menneskesyn. Ulike dimensjoner ved menneskelig eksistens gjøres gjeldende alt etter hva den enkelte person har behov for. Utprøvingen av prosessmodellen for Kroppskunnskaping som ramme for et nytt helsetilbud viser at dette bidrar til å styrke den indre rehabiliteringsprosessen, og styrker kraft og mot til å medvirke i egen behandling og rehabilitering.

Konsept Kroppskunnskaping er diagnoseuavhengig og profesjonsuavhengig, og kan anvendes som individuelt eller gruppebasert tilbud i ulike sammenhenger slik som for eksempel i rehabilitering, i poliklinikk, som kurs ved lærings- og mestringssenter, i kommunehelsetjenesten eller som tiltak ved arbeidstrettet rehabilitering. Konseptet er nå implementert som et pedagogisk helsetilbud i Sykehuset Innlandet HF, ved rehabiliteringsavdelingen på Gjøvik. Helse Sør-Øst har bidratt med økonomisk støtte til forsknings- og utviklingsarbeidet, og Det Nasjonale Kompetansesenteret for Læring og Mestring (NKLMS) har finansiert formaliseringen av studiemodulen.

Helsepersonell som gjennomfører studiet, får et solid kunnskapsbasert fundament for å styrke mestring,

brukermedvirkning og helse, og kompetanse i anvendelse av nye metoder og verktøy i praksis. Det handler om å bygge bro til og fra brukere og deres nærmeste for at de selv kan finne veien videre.

Studiets varighet, omfang og nivå

Studiet er tilrettelagt som et deltidsstudie over 1 år, med en forventet studieinnsats på 20 timer pr uke.

Studiet tilbys nå som en videreutdanning, men egner seg også som fordypningsmodul i ulike masterprogram, slik som for eksempel master i helsefremmende arbeid, master i psykisk helsearbeid, master i klinisk sykepleie, fysioterapi eller master i rehabilitering.

Forventet læringsutbytte

Studiet sikter mot å utvikle helsepersonellens kompetanse i å arbeide individuelt og relasjonelt med brukermedvirkning, mestring og helsefremmende prosesser, og som en del av dette, utvide brukeres muligheter for livsutfoldelse og deltagelse i samfunnet.

Etter endt utdanning skal studentene kunne:

- Identifisere og beskrive brukernes ressurser i helsefremmende prosesser.
- Vurdere teori og metode på en kritisk og reflektert måte.
- Kunne anvende prosessmodellen for Kroppskunnskaping som tenkningsgrunnlag og verktøy for brukermedvirkning, mestring og helse.
- Reflektere over og videreutvikle sin egen måte å arbeide på.
- Vise innsikt i endringarbeid ved egen arbeidsplass.

Flere konkretiseringer av læringsmål – se beskrivelser av læringsutbytte i emne VIU8381 og VIU8391.

Målgruppe

Studiet er en videreutdanning for tverrfaglig helsepersonell (sykepleiere, ergoterapeuter, fysioterapeuter, vernepleiere), leger og helsepedagoger som ønsker å studere hvordan mestring, helse og brukermedvirkning kan styrkes ved hjelp av ulike helsepedagogiske tilnærminger.

Opptakskrav og rangering

For opptak til studiet kreves minimum:

- Treårig fullført utdanning på høyskole-/universitetsnivå eller tilsvarende og
- To års relevant yrkespraksis.

Det forutsettes at studenten har tilknytning til et praksisfelt i den tiden man tar utdanningen, og det oppfordres til at flere søker opptak fra samme arbeidsplass/kommune. Tverrfaglighet i studentgruppen tilstrebes.

Studiets innhold, oppbygging og sammensetning

Studiet er et deltidsstudium over to semestre som gir 30 studiepoeng og består av to emner à 15 studiepoeng.

- Emne 1: Pasientens ekspertise i helsefremmende prosesser er basert på 2 fellessamlinger av 4- 5 dagers varighet.
- Emne 2: Kroppskunnskaping - prosessorientert tilnærming til mestring og helse er basert på 3 fellessamlinger av 4 - 5 dagers varighet.

Det forutsettes IKT-støttet, individuelt og gruppebasert, arbeid mellom samlingene. Levering av studiekrav gjøres ved hjelp av høgskolens elektronisk læringsstøttesystem. Det anbefales at arbeidsgiver tilrettelegger for minst 2 studie dager mellom samlingene og 2 studie dager i forbindelse med eksamen.

Utdanningen som helhet innebærer en kvalifisering til å gjennomføre Kroppskunnskaping som helsetilbud ved eget arbeidssted.

Studiet gir en innføring i hvordan mestring og helse kan styrkes gjennom bevisst anvendelse av pasienters/brukers ressurser over tid. Prosessmodellen for Kroppskunnskaping som verktøy i praksis vil stå sentralt i denne sammenheng. Konseptet er teoretisk og forskningsmessig knyttet til sentrale begreper og teorier om kropp og kunnskap, mestring, salutogenese, recovery og empowerment. Dette danner et solid forskningsmessig og teoretisk fundament for å anvende ulike helsepedagogiske tilnærminger i praksis.

Det legges hovedvekt på:

- Studier av helsefremmende prosesser, mestring og empowerment.
- Helsepedagogiske tilnærminger.
- Hvordan prosessmodellen for Kroppskunnskaping kan anvendes som tenkningsgrunnlag og verktøy for å styrke mestring, helse og brukermedvirkning.
- Hvordan brukerens kunnskap om egen mestring og helse kan styrkes og integreres i praksis, f.eks i nettverksmøter, i arbeid med individuell plan, og i rehabilitering.
- Hvordan faglig identitet og flerfaglig samarbeid videreutvikles når brukeren har en likeverdig rolle i det helsefremmende teamet.
- Relasjonelle og samfunnsmessige faktorer og kontekstuelle forhold forøvrig som medvirker til mestring, helsefremmende prosesser og deltagelse.

Formålet med utdanningen er å bidra til økt kompetanse når det gjelder å arbeide slik at pasientenes/brukerens ressurser anvendes aktivt i en helsefremmende og rehabiliterende kontekst. Mestring og helse som prosess, salutogenese og recovery representerer viktige perspektiver for å belyse helsebringende muligheter og ressurser, og åpner for anvendelse av ulike metodiske tilnærminger. Dette blir gjenstand for studier via forskningsbasert litteratur og praktiske øvelser. Anvendelse av Kroppskunnskaping som diagnoseuavhengig og profesjonsuavhengig konsept vil stå sentralt i denne sammenheng.

Studentenes aktive medvirkning i studiet, både i og mellom samlinger vektlegges for å sikre gode læringsmuligheter. Mange av studentene vil sannsynligvis ha lang erfaring fra praksis og deres erfaringskunnskap må tydeliggjøres og knyttes til teori og forskning gjennom refleksjon og skriftlige arbeider. Arbeid med teoristudier og refleksjon over egen praksis, individuelt og i grupper, i og mellom samlingene, er en forutsetning for å nå studiets mål. Det ideelle er om flere fra samme arbeidsplass/kommune/foretak kan arbeide sammen og støtte hverandre i læringen underveis.

Lærer/fagansvarlig vil kombinere rollen som foreleser, veileder og samtalepartner underveis. Målet er at teori og egne erfaringer integreres hos den enkelte som en følge av individuell og kollektiv refleksjon og i dialog mellom studenter og lærere.

Undervisningen vil ta utgangspunktet i hovedemnene. Sentrale tema presenteres og utdypes via oppfølgende refleksjon og diskusjon i plenum og i grupper, og sentrale tema synliggjøres også i læremidlene. Studieplan med litteraturliste oversendes studenter som bekrefter studieplass.

Oppbygging

Studiet består av to hovedemner som står i en nær sammenheng. Alle studiekrav må være gjennomført og godkjent før studenten får tildelt studiepoengene, og blir kvalifisert som kursleder for program Kroppskunnskaping.

Studiet er erfaringsbasert slik at studentene knytter sammen teori, forskning, og egen praksiserfaring underveis. Undervisningen vil foregå i samlinger med (4-5 dager) for VIU8381 og tre samlinger (4-5 dager) for VIU8391. Arbeidskrav må være godkjent og eksamen bestått i VIU8381 før eksamen kan gjennomføres i VIU8391.

VIU8381 Pasientens ekspertise i helsefremmende prosesser (15 studiepoeng)

Emne 1 innebærer fordypning i teori og forskning om helsefremmende prosesser med hovedvekt på brukernes ressurser til mestring, og medvirkning. Relasjonenes og samfunnets betydning for saltuogenese og recovery vil bli vektlagt. Studier av helsepedagogiske tilnærminger er en del av emnet.

VIU8391 Kroppskunnskaping – prosessorientert tilnærming til mestring og helse (15 studiepoeng) bygger på VIU8381, og innebærer dybdestudier i hvordan helsefremmende prosesser, mestring og brukermedvirkning kan styrkes gjennom relasjonelt arbeid. Studentene får opplæring i å anvende prosessmodellen for Kroppskunnskaping som verktøy i møte med klienter i egen praksis. Øvelser i ulike metodiske tilnærminger blir en viktig del av emnet, blant annet øvelser i å tilrettelegge for åpen dialog, løsningsorientert tilnærming og øvelser som bidrar til å økt bevisstgjøring på egen kropp og livssituasjon.

Arbeidsmåter

Det legges opp til en kombinasjon av forelesninger, individuell refleksjon, tverrfaglig gruppearbeid og plenumsdiskusjoner. Fortløpende veiledning og tilbakemeldinger fra medstudenter og lærere vil bli praktisert. Studentenes egne erfaringer fra praksis (problemstillinger/utfordringer) vil være sentrale, og anvendes aktivt for å oppøve evnen til kritisk refleksjon. Praktiske øvelser i dialog og studier av gruppeprosesser, vil bli vektlagt.

Læringsaktivitetene gjennomføres både individuelt og i refleksjonsgrupper som samarbeider mellom samlingene om obligatoriske studiekrav og erfaringsutveksling. Det anbefales at studenter fra samme arbeidssted/kommune/helseforetak, danner studiegruppe fra starten av og samarbeider om planlegging og gjennomføring av program Kroppskunnskaping i VIU8391.

Ferdighetstrening i å være veileder/kursleder for en gruppe/individuelle pasienter som ønsker å delta i Kroppskunnskaping som helsetilbud vektlegges i VIU8391.

Studentenes egne erfaringer fra praksis er sentrale, og knyttes sammen med brukererfaring, aktuell teori og forskning. Studiemodulen er IKT-støttet, og arbeidskrav leveres via høgskolens læringsplattform, Fronter.

Tekniske forutsetninger

Studiet er basert på at studentene har tilgang til pc og internett.

Sensorordning

Oppgaver som karakterettes vurderes av to sensorer; en intern og en ekstern sensor.

Internasjonalisering

Ikke aktuelt for dette studieprogrammet ennå.

Klar for publisering

Ja

Godkjenning

Studieplanen er godkjent av Studienemnda 09.02.2010

Utdanningsnivå

Etter- og videreutdanning

Emnekode	Emnets navn	O/V *)	Studiepoeng pr. semester	
			S1(H)	S2(V)
VIU8381	<u>Pasientens ekspertise i helsefremmende prosesser</u>	O	15	
VIU8391	<u>Kroppskunnskaping – en prosessorientert tilnærming til mestring og helse.</u>	O		15
		Sum:	15	15

*) O - Obligatorisk emne, V - Valgbare emne

Emneoversikt

VIU8381 Pasientens ekspertise i helsefremmende prosesser - 2010-2011

Emnekode:

VIU8381

Emnenavn:

Pasientens ekspertise i helsefremmende prosesser

Faglig nivå:

Bachelor (syklus 1)

Studiepoeng:

15

Varighet:

Høst

Varighet (fritekst):

1/2 år

Språk:

Norsk

Forventet læringsutbytte:

Etter fullført emne skal studentene:

1. Kunne gjenkjenne, beskrive og diskutere faser i helsefremmende prosesser, spesielt fasene i den helsefremmende prosessen Kroppskunnskaping, relatert til pasient/brukersituasjoner.
2. Kunne beskrive og diskutere aktuelle helsepedagogiske utfordringer knyttet til å styrke mestring og helsefremmende prosesser i møte med brukere.
3. Ha kunnskap om, og se viktigheten av, brukermedvirkning som tilnærming, og vise ferdigheter i å inkludere brukernes kunnskap i praksis.
4. Analysere forholdet mellom teori og praksis når det gjelder å ivareta pasienters/brukeres perspektiv og ressurser til mestring og bedring.
5. Integrere kunnskap om salutogenese og helsefremmende prosesser med kritisk refleksjon over utfordringer i møte med pasienter/brukere i egen praksis.
6. Utvise selvstendighet i tenkningen omkring helsefremmende prosesser, og selv kunne formulere aktuelle problemstillinger for videre fagutvikling og forskning.
7. Reflektere over egen rolle i møte med personer som lever med funksjonsutfordringer.

Emnets temaer:

- Ressursperspektivet i møte med mennesker som lever med langvarige helsemessige utfordringer og/eller tap av funksjon.
- Integrert perspektiv på kropp, kunnskap, sykdom og helse
- Kroppskunnskap som teori og modell for mestring og helsefremmende prosesser
- Teori og forskning om salutogenese, helsefremmende prosesser og recovery
- Pasienter som eksperter på egen mestring og helse
- Rettslig og etisk grunnlag for pasienters/brukeres medvirkning
- Empowerment og brukermedvirkning
- Helsepedagogikk
- Gruppemetode

Pedagogiske metoder:

Annet

Pedagogiske metoder (fritekst):

Forelesninger, gruppearbeid, refleksjon over egen praksis. Studier av litteratur, lesegrupper, litteratursøk, rollespill og veiledning i grupper. Øvelser som fremmer bevisstgjøring av egne kroppsreaksjoner.

Det forutsettes IKT- støttet, individuelt og gruppebasert arbeid mellom samlingene. Levering av studiekrav ved hjelp av høgskolens elektroniske læringsstøttesystem, Fronter. Det anbefales at arbeidsgiver tilrettelegger for minst 2 studiedager mellom samlingene og 2 studiedager i forbindelse med eksamen.

Vurderingsformer:

Hjemmeeksamen, annet (se tekstfelt)

Vurderingsformer:

Individuell hjemmeeksamen over tre uker.

Karakterskala:

Bokstavkarakterer, A (best) - F (ikke bestått)

Sensorordning:

Hjemmeeksamen vurderes av to sensorer; en intern og en ekstern.

Utsatt eksamen (tidl. kontinuasjon):

Innen 4 uker etter sensur, etter nærmere avtale med emneansvarlig.

Tillatte hjelpemidler:**Obligatoriske arbeidskrav:**

- 1 individuelt refleksjonsnotat, med utgangspunkt i en pasient-/pårørendesituasjon fra egen praksis
- 1 arbeid i gruppe (2-4 studenter) med utgangspunkt i litteratursøk innenfor ett av temaområdene i emnet for å belyse en valgt problemstilling
- Minimum 80 % frammøte i studiesamlingene

Ansvarlig avdeling:

Avdeling for helse,omsorg,sykepleie

Emneansvarlig:

Dr. polit Kristin Heggdal

Læremidler:

Læremidler: ca 800 - 1000 sider pensum. Litteraturliste gjøres tilgjengelig for studenter som bekrefter opptak.

Klar for publisering:

Ja

VIU8391 Kroppskunnskaping – en prosessorientert tilnærming til mestring og helse. - 2010-2011

Emnekode:

VIU8391

Emnenavn:

Kroppskunnskaping – en prosessorientert tilnærming til mestring og helse.

Faglig nivå:

Bachelor (syklus 1)

Studiepoeng:

15

Varighet:

Vår

Varighet (fritekst):

1/2 år

Språk:

Norsk

Forutsetter bestått:

VIU8381 Pasientens ekspertise i helsefremmende prosesser

Forventet læringsutbytte:

Etter fullført emne skal studentene:

1. Kunne planlegge, og gjennomføre, det pedagogiske helsetilbudet Kroppskunnskaping i tråd med etisk og forskningsbasert grunnlag.
2. Integrere teori om salutogenese, recovery og brukermedvirkning i egen praksis. Anvende pedagogiske metoder for å styrke pasienters/brukeres helsefremmende prosess over tid.
3. Reflektere systematisk over egen utvikling som fagperson. Studenten utviser profesjonell relasjonskompetanse i møte med pasienter/brukere og kolleger

Emnets temaer:

- Å arbeide ut fra et integrert perspektiv på kropp, mestring og helse.
- Kroppskunnskaping som pedagogisk helsetilbud.
- Helsepedagogikk med spesiell vekt på dialog som grunnleggende tilnærming.
- Løsningsorientert tilnærming i helsefremmende arbeid.
- Basal Kroppskjennskap som metodisk tilnærming for å styrke Kroppskunnskaping.
- Konsept Kroppskunnskaping relatert til andre aktuelle pedagogiske helsetilbud, og relatert til arbeidet med individuell plan og nettverksmøter.
- Rettslige og etiske overveielser i arbeidet med å styrke helsefremmende prosesser og pasient/brukeres ekspertise i praksis
- Praktiske øvelser i å gjennomføre program Kroppskunnskaping ved eget arbeidssted.
- Endringsarbeid i egen organisasjon.

Pedagogiske metoder:

Annet

Pedagogiske metoder (fritekst):

Forelesningene blir i dette emne mer fokusert i retning av å belyse de metodiske aspektene med å styrke mestring, brukermedvirkning og helse. Praktiske øvelser vektlegges i studiesamlingene for å tilrettelegge for egen-erfaring med de helsepedagogiske metodene underveis. Studentene får trening i å lede grupper og individuelle samtaler med pasienter med tema mestring og bedring, og erfaring i å anvende konsept Kroppskunnskaping som helsetilbud i praksis. Planlegging, organisering og gjennomføring av programmet i egen praksis vil stå sentralt. Veiledning i gjennomføring på eget praksissted blir gitt underveis ved hjelp av telefon eller videokonferanser. Oppsummeringer, og kritisk refleksjon over erfaringer vektlegges. Egen funksjon som fagperson i relasjon til brukere og kollegaer i gjennomføring av det nye helsetilbudet står sentralt.

VIU8391 Kroppskunnskaping - prosessorientert tilnærming til mestring og helse er basert på 3 fellessamlinger av 4 - 5 dagers varighet.

Det forutsettes IKT-støttet, individuelt og gruppebasert, arbeid mellom samlingene. Levering av studiekraav gjøres ved hjelp av høgskolens elektronisk læringsstøttesystem, Fronter. Det anbefales at arbeidsgiver tilrettelegger for minst 2 studiedager mellom samlingene og 2 studiedager i forbindelse med eksamen.

Vurderingsformer:

Hjemmeeksamen, annet (se tekstfelt)

Vurderingsformer:

- Individuell hjemmeeksamen med utgangspunkt i prosessnotatene fra praksis, der man evaluerer gjennomføringen av helsetilbudet og reflekterer i lys av teori og forskning.
- Vurdering av studentens kompetanse som kursleder i program Kroppskunnskaping inngår som del av en helhetlig vurdering.

Karakterskala:

Bokstavkarakterer, A (best) - F (ikke bestått)

Sensorordning:

Hjemmeeksamen sensureres av én ekstern og én intern sensor.

Utsatt eksamen (tidl. kontinuasjon):

Innen 4 uker etter sensur, etter avtale med emneansvarlig.

Tillatte hjelpemidler:**Obligatoriske arbeidskrav:**

- 1 gruppeoppgave der studenter (fortrinnsvis fra samme arbeidsplass) utarbeider en plan for gjennomføring av program Kroppskunnskaping i egen praksis
- 2 og 2 studenter samarbeider om å gjennomføre det pedagogiske helsetilbudet Kroppskunnskaping. Prosessnotat skrives etter hvert møte med pasient/gruppe etter oppgitt mal.
- Minimum 80 % frammøte i studiesamlingene

Ansvarlig avdeling:

Avdeling for helse,omsorg,sykepleie

Emneansvarlig:

Dr. polit Kristin Heggdal

Læremidler:

ca 800 - 1000 sider.

Litteraturliste gjøres tilgjengelig for studenter som bekrefter opptak.

Klar for publisering:

Ja