

EXISTENTIELL VÄGLEDNING (30 HP)

Allt fler människor är idag stressade eller nedstämda och mår psykiskt dåligt. Men många som mår dåligt har inte psykiska problem utan snarare någon form av livsproblem. För dessa kan existentiell vägledning vara ett sätt att undersöka och hantera livsproblemet och därmed skapa ett bättre liv. Den här kursen ger dig som i ditt yrke regelbundet möter människor med livsproblem ökade möjligheter att möta, hjälpa och stödja dessa.

EXISTENTIELL VÄGLEDNING (counselling) handlar om att kunna *möta* en person med ett livsproblem som kan handla om en livskris eller konflikt, som upplever stress, oro eller nedstämdhet, eller att livet på annat sätt är svårt. Det handlar också om att *hjälpa* personen att undersöka och reflektera över hur denne har ordnat sitt liv och hur det hänger samman med livsproblemet. Det handlar slutligen om att *stödja* personen att återskapa ett egenvalt och mer hållbart liv där livsproblemet försvinner eller blir möjligt att hantera.

För att kunna genomföra existentiell vägledning måste man ha kunskaper i existensfilosofi samt humanistisk och existentiell psykologi. Med detta som bas utvecklas färdighet att hjälpa en person att utforska sitt liv med hjälp av fenomenologisk samtalsmetod. Existentiell vägledning är *inte* samma sak som psykoterapi. Vägledning handlar om att ge stöd till personer som själva klarar av att undersöka och ta ansvar för sina livsproblem i relation till deras livssituation. Psykoterapi handlar istället om att ge kvalificerad hjälp till personer som har ihållande och djupgående psykiska problem som de inte kan hantera själva.

KURSEN VÄNDER SIG TILL de som har ett yrke där det mänskliga mötet står i fokus. Det kan vara socionomer, beteendevetare, personalvetare, sjuksköterskor, fysioterapeuter, arbetsterapeuter eller motsvarande. Den lämpar sig även som vidareutbildning för psykologer, präster eller läkare. Andra yrkesgrupper kan också läsa kursen förutsatt att de uppfyller behörighetskraven.

KURSEN GES PÅ AVANCERAD NIVÅ som en fristående kurs om 30 hp och bygger på fyra delkurser som ges på halvfart under ett år. Under den första delkursen *Människan i världen* introduceras existensfilosofi som ett möjligt sätt att förstå människan i det nutida samhället. Under den andra delkursen *Humanistisk och existentiell psykologi* presenteras olika teorier och begrepp som är viktiga för att förstå människan som en varande, blivande och meningsskapande unik person i gemenskap med andra människor. Under den tredje delkursen *Existentiell vägledningsmetod* presenteras fenomenologiskt inriktad samtalsmetod och andra redskap som kan användas i existentiellt vägledningsarbete, samt perspektiv på återhämtning, hållbarhet och etik. Under den fjärde delkursen *Tillämpad existentiell vägledning*, slutligen, genomför den studerande ett eget existentiellt vägledningsarbete under grupphandledning. Delkurserna *Människan i världen* och *Humanistisk och existentiell psykologi* är möjliga att söka som fristående 7,5 hp kurser. Man läser dessa kurser samtidigt med dem som läser hela kursen *Existentiell vägledning* 30 hp.

FÖR ATT LÄSA HELA KURSEN eller delkurserna krävs kandidatexamen inom något av ämnesområdena socialt arbete, psykologi, sociologi, vårdvetenskap/omvårdnadsvetenskap, fysioterapi, folkhälsovetenskap, alternativt psykologexamen, teologie kandidatexamen, psykoterapeutexamen eller motsvarande.

Kurserna har tagits fram i samarbete med Sällskapet för existentiell psykoterapi (SEPT).

KONTAKT

.....
■ **TOMAS KUMLIN**, kursansvarig.
tomas.kumlin@mdh.se
tel: 021-10 70 66

LÄS MER PÅ
mdu.se/utbildning



Besöksadress: Hamngatan 15

Postadress: Box 325, 631 05 Eskilstuna

Tfn: 021-10 13 00

Besöksadress: Högscoleplan 1

Postadress: Box 883, 721 23 Västerås

Tfn: 021-10 31 05

Webb: www.mdu.se

E-post: info@mdh.se

Org.nr: 2021002916