

# Studieplan 2022/2023

## Støtte etter krise

Studiepoeng: 10

### Studiets nivå og organisering

Studiet er nett- og samlingsbasert på bachelornivå, og gjennomføres på deltid over ett semester. Studiet finansieres gjennom egenbetaling.

### Bakgrunn for studiet

Hensikten med studiet er å gi de som jobber i nødetater, frivillige hjelpeorganisasjoner og i yrker som krever kollega- og/ eller kameratstøtte mer kunnskap om traumers virkning på mennesker og å bidra til holdningsutvikling, slik at disse blir tryggere i relasjons- og kommunikasjonsarbeid. Utdanningen tar sikte på å være praksisnær og ha fokus på både økt forståelse og handlingskompetanse.

### Læringsutbytte

En kandidat med fullført kvalifikasjon skal ha følgende totale læringsutbytte definert i kunnskap, ferdigheter og generell kompetanse:

#### Kunnskap

Kandidaten

- har kjennskap til ulike typer traumer og hvilke reaksjoner dette kan gi akutt og på sikt
- har kjennskap til individuelle og kulturelle faktorer som påvirker den traumeutsattes og egne reaksjoner i etterkant av hendelser
- har kjennskap til relasjonens og kommunikasjonens betydning i møte med mennesker som har vært utsatt for traumer

## Ferdighet

Kandidaten

- kan tilrettelegge for støttesamtaler med medarbeidere/kolleger etter hendelser
- kan reflektere over egen kompetanse og egne reaksjoner på hendelser og etter støttesamtaler
- kan finne, vurdere og formidle relevant informasjon og fagstoff

## Generell kompetanse

Kandidaten

- er bevisst egen kompetanse og holdninger som hjelper i møte med traumer og traumeutsatte
- kan forstå og anerkjenne egne reaksjoner i møte med traumer og traumeutsatte
- er bevisst behovet for å arbeide med forebyggende egenomsorg i rollen som hjelper

## Målgruppe

Primærmålgruppen er alle som jobber profesjonelt eller som frivillig, med mennesker i ulike situasjoner preget av kriser eller katastrofer. Dette kan for eksempel være ansatte i nødetater, frivillige i hjelpeorganisasjoner og mennesker i ulike roller som arbeider med kollega- eller kameratstøtte.

## Relevans for arbeidsliv og videre studier

Dette er et studietilbud som har til hensikt å dekke behovet for kompetanse hos profesjoner, personell og frivillige som i sitt virke står i hendelser knyttet til kriser eller katastrofer, der kunnskap om traumer og relasjonens og kommunikasjonens betydning er nødvendig for å møte traumer og traumeutsatte på en trygg og hensiktsmessig måte.

## Opptakskrav og rangering

Generell studiekompetanse eller realkompetanse på tilsvarende nivå.

## Arbeids- og undervisningsformer

Det anvendes nettbaserte forelesninger, gruppearbeid, selvstudium, plenumsdiskusjon og arbeid med case. Det legges vekt på studentaktive læringsmetoder og nettbasert undervisning. Canvas benyttes som digital læringsplattform.

## Vurderingsformer

Studiet vil være en kombinasjon av samlings- og nettbasert studie, og det er derfor satt et krav om tilstedeværelse med 80% på de digitale samlingene. For å sikre at studentene når læringsmålene er det også satt opp obligatoriske innleveringer av et refleksjonsnotat og en studieoppgave med obligatorisk medstudentvurdering.

Eksamen i studiet vil være en individuell hjemmeeksamen over 10 dager som vurderes til bestått/ikke bestått.

## Forskningsbasert undervisning

Undervisningen vil bygge på forskningsbasert kunnskap. Å arbeide kunnskapsbasert er et gjennomgående tema i studieprogrammet.

## Internasjonalisering

Utveksling til utlandet er ikke relevant for dette studiet. Det kan bli benyttet noe utenlandsk litteratur.

## Studiets oppbygging og innhold

Studiet består av ett emne på 10 studiepoeng, som går over ett semester.

Studiet vil gjennomføres nettbasert med digitale samlinger.

## Kull

2021

### Emneoversikt

Emnekode	Emnets navn	S.poeng	O/V *	Studiepoeng pr. semester
				S1(H)
STØ1000	Støtte etter krise	10	O	10
			Sum:	10

\*) O - Obligatorisk emne, V - Valgbare emne

# Emneoversikt

## STØ1000 Støtte etter krise

Emnekode: STØ1000

Studiepoeng: 10

Semester

Vår / Høst

Språk

Norsk

Krav til forkunnskaper

Ingen spesielle krav.

Læringsutbytte

En kandidat med fullført kvalifikasjon skal ha følgende totale læringsutbytte definert i kunnskap, ferdigheter og generell kompetanse:

**Kunnskap**

Kandidaten

- har kjennskap til ulike typer traumer og hvilke reaksjoner dette kan gi akutt og på sikt
- har kjennskap til individuelle og kulturelle faktorer som påvirker den traumeutsattes og egne reaksjoner i etterkant av hendelser
- har kjennskap til relasjonens og kommunikasjonens betydning i møte med mennesker som har vært utsatt for traumer

## Ferdighet

Kandidaten

- kan tilrettelegge for støttesamtaler med medarbeidere/kolleger etter hendelser
- kan reflektere over egen kompetanse og egne reaksjoner på hendelser og etter støttesamtaler
- kan finne, vurdere og formidle relevant informasjon og fagstoff

## Generell kompetanse

Kandidaten

- er bevisst egen kompetanse og holdninger som hjelper i møte med traumer og traumeutsatte
- kan forstå og anerkjenne egne reaksjoner i møte med traumer og traumeutsatte
- er bevisst behovet for å arbeide med forebyggende egenomsorg i rollen som hjelper

## Innhold

- Ulike typer traumer (komplekse traumer, utviklingstraumer og relasjonstraumer)
- Ulike reaksjoner i møte med traumer og traumeutsatte
- Resiliens, patogenese og salutogenese
- Individuelle og kulturelle faktorer
- Psykoedukasjon
- Hjelperens kompetanse og hjelperens egne reaksjoner på hendelser
- Empati, speilneuroner og smitte
- Belastninger ved å være hjelper
- Den ufullførte hjelperrolla.
- Kontinuum fra sliten, til handlingslammelse og sykdom
- Individuell forebygging
- Samtaler under hendelser, etter hendelser og på sikt

## Arbeids- og undervisningsformer

- Digitale forelesninger
- Videoforelesninger (opptak av digitale forelesninger og videoforelesninger om

- spesifikke tema til fordypning)
- Gruppearbeid
  - Muntlige og skriftlige oppgaver
  - Selvstudium

## **Obligatoriske krav som må være godkjent før eksamen kan avlegges**

- Minst 80% tilstedeværelse på digitale samlinger
- Refleksjonsoppgave
- Skriftlig studieoppgave

## **Eksamen**

Hjemmeeksamen over 10 dager, individuell. Oppgaven vurderes til Bestått/Ikke bestått.

## **Tillatte hjelpemidler til eksamen**

Alle hjelpemidler.

## **Ansvarlig fakultet**

Fakultet for helse- og sosialvitenskap