



KBT för studie- och yrkesvägledare

Utveckla dina metoder i vägledningssamtalet

Som studie- och yrkesvägledare har du en viktig roll i att stötta elever att göra kloka val och fatta beslut inför framtiden. Uppdraget är brett och förväntningarna höga. Du ska vägleda, inspirera och stötta, och ofta blir du också inblandad i frågor som skolfrånvaro eller blir spindeln i nätet när flera aktörer ska samverka kring en elev.

Genom att använda evidensbaserade metoder och verktyg hämtade från kognitiv beteendeterapi (KBT) stärks dina förutsättningar att möta elever som tvekar, skjuter upp sina val eller känner oro inför framtiden. Psykologiakademien har utvecklat en KBT-utbildning särskilt anpassad för studie- och yrkesvägledarens uppdrag, med fokus på metoder som är direkt tillämpbara i yrkesvardagen.

Utbildningen ger både teoretisk fördjupning och praktiska färdigheter. Med stöd i samtalsmetodik, inlärningspsykologi, beteendeanalys och motivationsverktyg från ACT får du verktyg för att strukturera och fördjupa vägledningssamtalet, samt för att bemöta oro och ångest på ett professionellt och verkningsfullt sätt. Fokus ligger inte på behandling, utan på metoder som rymms inom ditt uppdrag.

Ur utbildningens innehåll

Under utbildningen arbetar vi bland annat med:

- Inlärningspsykologi – att förstå och förklara varför vi gör som vi gör
 - Struktur i vägledningssamtalet med stöd från KBT-verktyg
 - Samtalsmetodik när eleven svarar "vet inte"
 - Värderingar som grund för valet med ACT, piltavlan och ACT-samtalskort
 - Mål som eleven formulerar själv och som går att följa upp
 - Valångest, social ångest och skolångest, perfektionism och skam kopplad till lärande
 - Funktionell analys av uppskjutande
 - Problemlösning som metod för att göra eleven aktiv i sitt eget beslut
 - Vägledning för elever med skolfrånvaro, NPF eller avbrutna studier
 - Nätverksarbete och samverkan kring en elev
 - Gränsen mot elevhälsan och hur ett överlämnande kan gå till
-



Pedagogik och kursledare

Utbildningen leds av erfarna **legitimerade psykologer** med lång erfarenhet av att utbilda yrkesverksamma inom elevhälsa, skola och socialtjänst. Kursledarna har god förståelse för studie- och yrkesvägledarens uppdrag och de utmaningar som yrkesrollen innebär. Undervisningen är praktiskt orienterad och bygger på dialog, övningar och verklighetsnära exempel.

Detta ingår i utbildningen

- Kunniga och engagerade kursledare med gedigen erfarenhet
 - Två heldagar där teori varvas med praktiska övningar
 - Konkreta verktyg och metoder att använda i vägledningssamtal med elever
 - Boken *KBT för skolkuratorer – verktyg som förändrar* (Natur & Kultur, 2023)
 - Presentationer, övningsmaterial, filmer och artiklar
 - Signerat kursintyg efter avslutad utbildning
 - Möjlighet till reflektion och erfarenhetsutbyte med andra studie- och yrkesvägledare
-

Målgrupp

Utbildningen vänder sig till dig som arbetar som **studie- och yrkesvägledare** och vill stärka din metodik i vägledningssamtalet.