



Behandlingspedagogutbildningen

År 2 2026-2027

Forsa Folkhögskola

Varmt välkommen till folkhögskolans värld!

Folkhögskola är en frivillig utbildningsform. Det finns inga centralt styrda läroplaner. Innehållet anpassas efter deltagarnas behov och förutsättningar. Dina och andras livserfarenheter har betydelse. Genom t.ex. samtal, diskussioner och grupparbeten lär du tillsammans med andra. Du är en aktiv och viktig del av lärandet, därför kallas du inte elev på folkhögskola utan kursdeltagare.

Statens syften med stödet till folkhögskolor är:

- Att stödja verksamhet som bidrar till att stärka och utveckla demokratin
- Att bidra till att göra det möjligt för en ökad mångfald människor att påverka sin livssituation och skapa engagemang att delta i samhällsutvecklingen
- Att bidra till att utjämna utbildningsklyftor och höja bildnings- och utbildningsnivån i samhället
- Att bidra till att bredda intresset för och öka delaktigheten i kulturlivet.

Läsårstider

Hösttermin 17 augusti-18 december (4 fysiska träffar)

Vårtermin 11 januari -4 juni (4 fysiska träffar samt LIA-period)

För mer info se skolans hemsida [För dig som studerar här - Region Gävleborg](#)

Fasta tider på Teams:

Varje måndag 10–12 veckoupptakt

Varje torsdag 10–12 veckocheck

Examination sista onsdagen i blocket 13.00-15.00 (om inte annat står)

Grupparbeten där ni bestämmer datum och tid för träffarna i studiegruppen

Du har ett ansvar att kolla Teams varje vardag

Tider för kursveckor på skolan:

Måndagar 10.00–16.00

Tisdagar 8.30- 16.00

Onsdagar 8.30–18.00 (Praktisk socialpedagogik kl.15–18)

Torsdagar 8.30-15.30

Trivselregler för kursveckor på skolan:

Mobilfria lektioner

Inga mobiler eller tobak på borden

Endast vatten och frukt får medtagas till klassrummet

Inga parfymer

Forsa Folkhögskola är en alkohol- och drogfri skola. För att alla på skolan (kursdeltagare, personal och gäster) ska känna sig trygga, är det viktigt att alla är solidariska och gemensamt bidrar till att upprätthålla skolans regler.

Detta innebär att varken kursdeltagare eller personal använder eller innehar alkohol eller droger på skolan. Våra regler gäller även övrig verksamhet som bedrivs i skolans namn, till exempel studieresor och studiebesök.

Kostnader

Studielitteratur. Senaste aktuell upplaga gäller.

Visst studiematerial och kostnader för kortare resor vissa kursveckor på skolan.

Terminsavgift 200 kr/termin. Avgiften täcker visst studiematerial, och kostnader vid skolans gemensamma aktiviteter.

OBLIGATORISKT att närvara under kursveckorna på skolan, studiegruppsträffar och lektioner på nätet samt att lämna in alla uppgifter i tid.

Sjukanmälan och VAB

Du sjukanmäler dig och ansöker om sjukpenning hos Försäkringskassan för alla dagar du är sjuk. Kom ihåg att meddela Försäkringskassan när du är frisk igen.

Meddela även kursansvarig om du är sjuk och när du är frisk igen.

Vid vård av sjuka barn rapporterar du till CSN.

Meddela även kursansvarig.

Kom ihåg att meddela CSN när du inte vabbar längre.

För mer info se på skolans hemsida. [För dig som studerar här - Region Gävleborg](#)

Kontaktuppgifter

Kursansvariga

Emma Liw emma.liw@fhskgavleborg.se

Stina Gustavsson Jensen stina.jensen.sj@fhskgavleborg.se

Lärare

Anna-Lena Bertils anna.lena.bertils@regiongavleborg.se

Tel 0650/36766

Administrationen

Anna Larsson anna.m.larsson@regiongavleborg.se

Tel 0650–36778

Kurator och samordnare för boende

Katarina Larsson katarina.a.larsson@regiongavleborg.se

Tel 072/7 425 135

Varmt välkomna till år 2 i behandlingspedagogutbildningen!

/Stina, Emma och Anna-Lena Forsa folkhögskola

Behandlingspedagogutbildningens syfte

Utbildningen leder till specialiserade yrkeskunskaper i socialpedagogiskt och behandlingspedagogiskt arbete. Nedan följer andra årets block och mål.

Kursmoment HT 2026

Vid blockens start läggs individuell hemuppgift och gruppuppgift ut i "Uppgifter" i Teams. Allt material läggs ut i blockets modul i "Klassarbete" i Teams.

Block 1 Vetenskap och metod – del 1

Vad är en vetenskaplig text och hur skrivs en uppsats? Introduktion till vad vetenskap är och en orientering i olika vetenskapliga metoder.

Vi tittar närmare på källkritik och källhänvisning samt analyserar uppsatser på svenska och engelska för att förstå deras form och upplägg (disposition) och undersöker om texterna är trovärdiga eller ej. En förberedelse inför uppsatsskrivningen i slutet av året

Period 17/8–4/6 (Löper under året fram till redovisning av fördjupningsarbetet)

Upprop och introduktionsföreläsning 17/8 kl. 10-12

Ingen kursvecka på skolan

Löpande grupparbete på Teams

Examination på teams 2/9 kl.13-15 samt fördjupningsarbetet som lämnas in senast 14/5–27 och redovisning av fördjupningsarbetet 24–25/5–27

Litteratur:

Davidson Bo, Patel Runa, *Forskningsmetodikens grunder: att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: Studentlitteratur

Akterin, Alexander, *Socialt arbete i samhället -Samhällsvetenskap och juridik för arbete med människor*. Helsingborg: Komlitt (Kapitel 4 och 5)

Uppsatser som vi tillhandahåller

Mål för blocket Vetenskap och metod

Efter avslutat block ska deltagaren ha kunskap om:

- Vetenskapsteori, metod och forskningsetik
- Källkritik och källhantering

Efter avslutat block kan deltagaren:

- Läsa och förstå vetenskapliga texter
- Granska vetenskapliga texter och bedöma deras trovärdighet och relevans
- Planera socialpedagogiska och behandlingspedagogiska insatser med utgångspunkt i vetenskaplig information

Efter avslutat block har deltagaren kompetens att:

- Självständigt söka, tillgodogöra sig och tillämpa vetenskaplig information i det löpande behandlings- och socialpedagogiska arbetet.

Block 2 Det sociala arbetets organisation del 2 – politik och samverkan

I blocket tittar vi på olika organisationsformer för socialt arbete. Vi fördjupar oss i vad en evidensbaserad praktik innebär. Vi undersöker kopplingen politik – lagstiftning – verksamhet inom beroendefältet. Hur har svensk narkotikapolitik sett ut och förändrats?

Vi undersöker också samverkans betydelse och brukarens möjlighet att påverka insatser.

Period 7/9–2/10

Kursvecka på skolan är vecka 37

Löpande grupparbete på Teams

Examination på Teams 30/9 kl.13-15

Litteratur:

Svensson, Bengt. *Narkotikapolitik* Lund: Studentlitteratur

Akterin, Alexander, *Socialt arbete i samhället -Samhällsvetenskap och juridik för arbete med människor*. Helsingborg: Komlitt

Artiklar som vi tillhandahåller

Referenslitteratur om du vill fördjupa dig ytterligare:

Axelsson Bilari Susanna, Axelsson Runo (red.) *Om samverkan* Lund: Studentlitteratur AB

Karlsson Magnus, Börjesson Martin, *Brukarmakt – i teori och praktik* Stockholm: Natur Kultur Läromedel och Akademi

Mål för blocket Det sociala arbetets organisation del 2 – politik och samverkan

Efter avslutat block har deltagaren kunskap om:

- Olika modeller för organisering av socialt arbete
- Evidensbaserad praktik
- Svensk narkotikapolitik och hur den påverkat/påverkar verksamheter och insatser
- Brukarmakt
- Samverkan

Efter avslutat block kan deltagaren:

- Delta i den narkotikapolitiska debatten
- Använda samhällsvetenskap för att resonera om hur individer påverkas av strukturer
- Tänka kritiskt kring samhällsvetenskapliga frågor och formulera åsikter som underbyggs av empiri
- Lösa uppgifter som går ut på att vägleda andra i samhället

Efter avslutat block har deltagaren kompetens att:

- Självständigt använda samhällsvetenskapliga teorier för att utveckla och förstå processer inom socialt arbete
- Självständigt problematisera socialt arbete som fokuserar på individnivå

Block 3 Motiverande samtal MI

Vad är Motiverande samtal och hur används det? Blocket inleds med en fyradagars grundkurs där vi varvar teori och praktiska samtalsövningar. Därefter övas samtal via Teams samt transkribering av eget mi-samtal där vi övar kodning och feedback.

Period 5/10–6/11

Kursvecka på skolan är vecka 41

Höstlov vecka 44

Löpande grupparbete på Teams

Examination inlämning av mi-samtal 4/11

Litteratur:

Holm, Barbro, Ortiz Liria & Wirbing, Peter, *MI-Motiverande samtal _ Praktisk handbok för socialt arbete*. Upplaga 4:1. Gothia kompetens AB.

Eller

Holm, Barbro *MI-Motiverande samtal _ Praktisk handbok för skola*. Upplaga 4:1. Gothia kompetens AB.

Uppsats

<https://lup.lub.lu.se/luur/download?func=downloadFile&recordId=9102936&fileId=9102937>

Referenslitteratur om du vill fördjupa dig ytterligare:

Miller, William & Rollnick, Steven *Motiverande samtal – Att hjälpa människor till förändring och utveckling*. Upplaga 4:1. Natur & Kultur

Barth Tom, Näsholm Christina, *MI- samtal och förhållningssätt: Att framkalla, förädla och förankra motivation*. Lund: studentlitteratur

Ortiz och Ödman Fäldt *Motiverande samtal med grupper*

Mål för blocket Motiverande samtal

Efter avslutat block har deltagaren kunskap om:

- Framväxten av MI
- MI-andan
- Ambivalens
- BÖRS, F-G-F, skalfrågor
- Förändringsprat och bibehållandeprat
- Evidens för MI

Efter avslutat block kan deltagaren:

- Hålla samtal där MI-tekniker ingår
- Uppmärksamma ambivalens hos en individ
- Förstå skillnaden mellan yttre och inre motivation

Efter avslutat block har deltagaren kompetens att:

- Understödja och medverka i arbetet med psykologiska behandlingsmetoder
- Arbeta inkluderande med personer i samsjuklighet

Block 4 ACT (Acceptance and commitment training)

Vad är acceptance and commitment training och hur används det?

En introduktion till ACT där vi fokuserar på att uppleva vad ACT kan vara. För att hjälpa andra med denna metod, behöver du själv utöva den och detta block utmanar dig att göra precis detta.

Vi övar på att leda varandra i olika övningar. Detta varvat med teoretiska delar för att få kunskap om syftet och tanken med denna behandlingsform.

Period 9/11–4/12

Kursvecka på skolan är vecka 46

Löpande grupparbete på Teams

Examination på Teams 2/12 kl.13-15

Litteratur:

Harris Russ, *Lyckofällan* (andra utgåvan) Stockholm: Natur&Kultur, läromedel och akademi

Referenslitteratur om du vill fördjupa dig ytterligare:

Harris Russ, *ACT helt enkelt* (andra utgåvan) Natur och kultur läromedel och akademi

Kjelgaard, Rikke, *Samtal som förändrar - en guide till ACT i praktiken*, Lund: Studentlitteratur AB

Mål för blocket ACT

Efter avslutat block ska deltagaren ha kunskap om:

- Kärnprocesserna i ACT
- Hur olika övningar stärker olika kärnprocesser
- Psykologisk flexibilitet.
- Vad en upplevelsebaserad övning är

Efter avslutat block kan deltagaren:

- Hålla ett samtal där minst en övning från ACT ingår
- I sin roll som behandlare förstå och känna igen då en fastnat i någon av kärnprocesserna.

Efter avslutat block har deltagaren kompetens att:

- Tillämpa relevanta delar av ACT på sitt eget liv
- Understödja och medverka i arbetet med psykologiska behandlingsmetoder
- Arbeta inkluderande med personer i samsjuklighet

Block 5 Återfallsprevention utifrån KBT och MI

En introduktion till återfallsprevention genom Ortiz och Wirbings manual. Konkret övning genom inläsning av alla lektioner. Därefter leda och delta i ÅP- lektionerna.

Period 7/12–11/12

Kursvecka på skolan är vecka 50

Jullov

Inget seminarium, kursveckan är examinerande.

Litteratur:

Ortiz Liria, Wirbing Peter *Återfallsprevention utifrån KBT och MI: vid problem med alkohol och narkotika* Lund: Studentlitteratur

Mål för blocket Återfallsprevention

Efter avslutat block ska deltagaren ha kunskap om:

- Återfallsarbetets utveckling
- Återfallsprocessen
- Postakut abstinens

Efter avslutat block kan deltagaren:

- Återfallsmanualen utifrån KBT och MI

Efter avslutat block har deltagaren kompetens att:

- Planera och leda manualbaserad återfallsprevention

Kursmoment VT 2027

Block 6 Hjälp, makt och normer

Vad skapar egentligen samhällets strukturer? En del människor inkluderas och andra exkluderas. Hur hänger det här ihop med makt och normer? Hur påverkar hjälp och hjälpare dessa strukturer och osynliga regler?

Period 14/12–21/1

Kursvecka på skolan är vecka 3

Löpande grupparbete på Teams

Examination: Examineras i samband med LIA-uppgiften.

Litteratur:

Bodestad Lina, *Med normglasögon i behandlarrollen – Utforskandet i gränslandet mellan normer, makt och psykisk hälsa*. Lund: Studentlitteratur

Skau Greta Marie, *Mellan makt och hjälp: Om det flertydiga förhållandet mellan klient och hjälpare*. Stockholm: Liber

Mål för blocket Hjälp, makt och normer

Efter avslutat block har deltagaren kunskap om:

- Intersektionalitet
- Normpyramiden
- Minoritetsstress
- Stereotypot
- Hedersproblematik
- Normaliseringsprocessen vid våld
- Diskrimineringsgrunderna
- Mänskliga rättigheterna och barnkonventionen
- Yrkesetik
- Värdegrund

Efter avslutat block kan deltagaren:

- Lägga märke till sina egna “normglasögon” och vad som påverkar dessa.
- Använda normkritiskt förhållningssätt för att resonera om hur individer påverkas av strukturer i samhället
- Tänka kritiskt kring samhällsvetenskapliga frågor och formulera åsikter som underbyggs av empiri
- Lösa uppgifter som går ut på att vägleda andra i samhället
- Problematisera och diskutera yrkesrelaterade situationer från olika etiska perspektiv

Efter avslutat block har deltagarens kompetens att:

- Självtständigt använda normkritiskt förhållningssätt för att utveckla och förstå processer inom socialt arbete
- Självtständigt problematisera socialt arbete som fokuserar på individnivå
- Bemöta andra med respekt och empati inom ramen för socialt arbete
- Självtständigt resonera om etiska dilemman inom socialt arbete

Block 7 Lärande i arbete LIA

Deltagaren omsätter teoretiska kunskaper om behandlings- och/eller socialpedagogiskt arbete till praktiska färdigheter.

Momentet innefattar att planera och genomföra socialpedagogiska insatser tillsammans med en handledare. Genom att möta klienter och ta del av professionellas erfarenheter inom fältet utvecklar deltagaren strategier för eget handlande.

Deltagaren får kännedom om lagstiftning, organisation och lokala rutiner på praktikplatsen. Deltagaren gör självständiga uppgifter utifrån vad som är passande för verksamheten och i överenskommelse med handledare.

Veckorna 4–11

Vecka 10 sportlov (då ni ej har LIA)

Examination: Intyg från handledare som lämnas till kursansvariga på skolan vecka 12. LIA-uppgiften som är sammankopplad med Sorg och trauma och lämnas in 19/3.

Litteratur och videor till blocket, som läses under LIA-perioden:

Sandström Stefan, *Missbruk, trauma och samsjuklighet – bemöta och behandla*. Stockholm: Gothia fortbildning

Titta på:

[UR Samtiden - Att bearbeta sorg: Del 1 | UR Play](#)

[UR Samtiden - Att bearbeta sorg: Del 2 | UR Play](#)

[UR Samtiden - Att bearbeta sorg: Del 3 | UR Play](#)

Mål för LIA

Efter avslutad LIA-period har deltagaren kunskap om:

- Praktiska socialpedagogiska insatser
- Organisation, rutiner och relevant lagstiftning
- Hur sorg och trauma kan påverka hjälpbehövande de möter i LIA-verksamheten

Efter avslutad LIA-period kan deltagaren:

- Skapa konstruktiva relationer med klienter och kollegor
- Utföra klientnära arbetsuppgifter
- Reflektera kring arbetsmiljö och egen hållbarhet som personal i socialt arbete

Efter avslutad LIA-period har deltagaren kompetens att:

- Självständigt ansvara över klientnära arbete
- Agera med etisk och normkritisk medvetenhet i förhållande till målgruppen

Block 8 Sorg och trauma

Hur påverkas vi människor av sorg och av trauma? Hur kan vi bemöta reaktioner av sorg och trauma i behandlings- och socialpedagogiskt arbete?

Period 22/3–25/3

Kursvecka på skolan är vecka 12

Examination: Examineras i samband med LIA-uppgiften.

Litteratur: se LIA-period ovan

Mål för blocket Sorg och trauma

Efter avslutad block har deltagaren kunskap om:

- Traumatisk stress, komplext trauma och PTSD
- Hur trauma påverkar hjärnan och nervsystemet.
- Metoder för att arbeta med trauma

- Sorg och sorgbearbetning
- B-L-I-R modellen

Efter avslutat block kan deltagaren:

- Reflektera kring hur eventuella sorger och trauman påverkar en själv i behandlarrollen.
- Reflektera kring hur kreativa och kroppsbaserade metoder påverkar egna stressreaktioner.
- Förstå skillnaden mellan ett utagerande av trauma och trots
- Bemöta stressreaktioner genom kroppsbaserade övningar
- Förstå och bemöta sorgereaktioner

Efter avslutat block har deltagaren kompetens att:

- Agera med etisk medvetenhet i förhållande till människor med starkt stresspåslag, trauma och sorg
- Understödja och medverka i arbetet med psykologiska behandlingsmetoder
- Arbeta inkluderande med personer i samsjuklighet

Block 9 Den anhörige och hjälparens perspektiv

Att hjälpa är en sak men hur hjälper en den som hjälper? Vad är det som driver en till att vilja arbeta med att hjälpa? I detta block tittar vi närmare på processer som kan väckas i anhöriga och hjälpare. Vi undersöker vad vi behöver göra för att orka arbeta med människor som är i ett stort hjälpbehov.

Period 5/4–30/4

Påsklov vecka 13

Kursvecka på skolan är vecka 16

Examination på Teams 28/4 kl.13-15

Litteratur:

Swartz Madeleine, *Res dig – läk ditt medberoende* Stockholm: Nya steget

Lork, Ursula *Hjälparens bok* Hudiksvall: Lundén information. (Tillhandahålls som PDF av oss pedagoger.)

Referenslitteratur om du vill fördjupa dig ytterligare:

van der Kolk, Bessel *Kroppen håller räkningen Stockholm*: Akademius förlag

Gilman, Sarri *Transform your boundaries*, Island bound Publishing

Löwenbok, Veronica *Nervsystemsreglering – Kroppens nyckel till motståndskraft Kalibrera din inre kompass* förlag

Mål blocket Den anhörige och hjälparens perspektiv

Efter avslutat block har deltagaren kunskap om:

- Hur anknytningsstil kan påverka hjälparrelationer
- Framväxandet av begreppet medberoende
- Organisationer för anhöriga (barn och vuxna)
- Metoden Craft
- Medberoendets triangel
- Processtrappan
- Gränsarbete

Efter avslutat block kan deltagaren:

- Beskriva negativa copingstrategier som en hjälpare eller anhörig till någon med hjälpbehov kan utveckla
- Reflektera kring hur negativa copingstrategier kan påverka en själv i behandlarrollen
- Reflektera kring medberoendebegreppet både på en individuell och strukturell nivå

Efter avslutat block har deltagaren kompetens att:

- Uppmärksamma barn och vuxna som lever i slutna familjesystem, använder sig av negativa copingstrategier kopplat till en hjälpbehövande anhörig och/eller psykosocialproblematik
- Ge stöd samt kunna vägleda till insatser och stödorganisationer

Block 10 Vetenskap och metod – del 2 Fördjupningsarbete

I detta sista block är det ni kursdeltagare som står för innehållet. Ni ska skriva en uppsats i temat "Framtidens behandling" som sedan redovisas inför resten av skolan. Ni söker själva litteratur och har handledning med pedagogerna.

Period 17/8 –4/6

Kursvecka på skolan är vecka 21

Examination: Uppsatserna lämnas in i Uppgifter. Tider för handledning av era uppsatser kommer att finnas under våren. Redovisning under måndag-tisdag vecka 21.

Litteratur:

Davidson Bo, Patel Runa, *Forskningsmetodikens grunder: att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: Studentlitteratur

Litteratur ni själva söker upp

Mål för blocket Fördjupningsarbete

Efter avslutat block ska deltagaren ha kunskap om:

- Vetenskapsteori, metod och forskningsetik
- Källkritik och källhantering
- Evidensbaserat socialt arbete

Efter avslutat block kan deltagaren:

- Läsa och förstå vetenskapliga texter
- Granska vetenskapliga texter och bedöma deras trovärdighet samt relevans
- Planera behandlings- och/eller socialpedagogiska insatser med utgångspunkt i vetenskaplig information

Efter avslutat block har deltagaren kompetens att:

- Själständigt söka, tillgodogöra sig och tillämpa vetenskaplig information

Block Praktisk socialpedagogik löper över hela kurs tiden

Här övar vi metoder för praktiskt socialpedagogiskt arbete. I år 2 övar vi på att planera, leda och delta i socialpedagogiska aktiviteter. Reflekterar kring utmaningar och anpassar för att öka deltagande och praktiserar inkluderande processer.

Vi utforskar processer som uppstår i aktiviteterna och hur ledarskapet kan anpassas till gruppen. Vi provar och övar olika metoder för att skapa kontakt, relation och allians samt utforskande av människors intressen, önskningar, drömmar.

Mål Praktisk socialpedagogik

Efter praktisk socialpedagogik i år 2 har deltagaren kunskap om:

- Teoretisk socialpedagogik
- Praktisk socialpedagogik
- Existentiell hälsa
- Naturen som resurs
- Kroppen som resurs
- Aktiviteter utifrån tillgängliga resurser
- Betydelsen av eget förhållningssätt i aktiviteter

Efter praktisk socialpedagogik i år 2 kan deltagaren:

- Leda, delta och reflektera kring socialpedagogiska aktiviteter
- Reflektera kring anpassning av rolltagning i praktiska aktiviteter
- Förklara samband mellan vistelse i naturen, psykisk hälsa och utveckling av deltagande/samarbete
- Planera, utföra och utvärdera socialpedagogiska aktiviteter med skolans kursdeltagare
- Uppmuntra och inspirera till hälsofrämjande utveckling som rörelse, återhämtning, sömn, utevistelse, sociala behov, meningsfull vardag.

Efter avslutade studier har deltagaren kompetens att:

- Ta ansvar för aktiviteter utomhus med enskilda och mindre grupper
- Ta ansvar för aktiviteter inom ADL med enskilda och mindre grupper
- Ta ansvar för fritidsaktiviteter med enskilda och mindre grupper
- Nyfiken utforska andra människors intressen och önskningar genom /aktiviteter, övningar och samtal
- Samarbeta med andra i ovanstående aktiviteter
- Förstå reaktioner som kan uppstå då människor gör nya saker

Referenslitteratur:

Ottosson Åsa Ottosson Mats, *Närmare naturen* Stockholm: Bonnier fakta

Andersson Frida, Ek Daniel, Flodin Pär *Länge leve vänskap - Forskning och färdigheter för att stärka dina vänskapsrelationer* Natur Kultur Allmänlitteratur

Tebelius Bodin Anna *Pedagogiskt ledarskap- från hjärna till praktik* Hjärna utbildning

Tebelius Bodin Anna *Vad varje pedagog bör veta – om hjärnan, inläring och motivation* Stockholm:Hjärna utbildning

Existentiell hälsa <https://www.sv.se/avdelningar/sv-vastmanland/existentiell-halsa>

Cederlund Christer, Berglund Stig-Arne *Socialpedagogik – pedagogiskt socialt arbete*. Stockholm: Liber

Block “Hållbar pedagog” löper över hela utbildningstiden

Här utforskar vi strategier för självomsorg och kroppen som resurs. Vi använder oss av kroppsbaserade och kreativa metoder. Vi undersöker vad som ger återhämtning och vad som ger balans i var och ens liv. Vi utforskar personliga gränser och möjligheter kopplade till både person och yrkesroll.

Efter “Hållbar pedagog” har deltagaren utforskat och reflekterat kring:

- Gränser och reaktioner som kan uppstå då en gör nya saker
- Hur livserfarenheter kan påverka yrkesrollen
- Sin egen roll i grupp
- Lekens betydelse
- Metoder för återhämtning och livsbalans
- Naturen som resurs
- Kroppen som resurs

Referenslitteratur:

Lagerqrantz Marika, *Självmedkänsla- Hur du kan stoppa självkritik och förbättra relationen till dig själv och andra* Natur Kultur akademisk

Livhem Fredrik, Ek, Daniel, Hedensjö Björn *Tid att leva* Stockholm: Natur Kultur Akademiska

Harris Russ, *Lyckofällan* Stockholm: Natur Kultur läromedel och akademi

Ekvall Peter, *Krama Dracula och andra teaterövningar* Eget förlag

Sannum Anna, Cederhag Wiveka *Hur gör du när du rör dig?* Malmö: Sannum Karlsson i Malmö AB

Lundvik Gyllensten, Amanda Skoglund Kent, Wolff (2015) *Kroppskännedom: Den levda kroppen* Lund:Studentlitteratur

Åsa och Mats Ottosson (2020) *Närmare naturen* Stockholm:Bonnier Fakta

Wheelan Susan, Jacobsson Christian, Åkerlund Maria (2025) *Att skapa effektiva team: En handledning för ledare och medlemmar* Lund:Studentlitteratur

Johnstone, Keith (2018) *Impro* Bloomsbury Publishing PLC