

# Studieplan for årsstudium i psykisk helse i skolen

Studieåret **2026/2027**

60 studiepoeng

Nettstudium

Institutt for psykologi

Årsstudiets akkreditering er hjemlet i NOKUTs akkreditering av Bachelor i psykologisk helsearbeid av 29.01.2020

Studieplanen er godkjent av studieutvalget ved ONH i desember 2025

## Innholdsfortegnelse

<b>1.0 Årsstudium i psykisk helse i skolen .....</b>	<b>2</b>
1.1 Mål og innhold .....	2
1.2 Studiets organisering og innhold .....	3
1.3 Læringsutbytter .....	3
1.4 Arbeidsomfang .....	4
1.5 Arbeids- og undervisningsformer .....	5
1.6 Vurderingsformer.....	6
1.7 Opptakskrav.....	8
1.8 Relevans for arbeidsliv og videre studier .....	9
<b>2.0 Emnebeskrivelser.....</b>	<b>11</b>
2.1 PSY6041 Pedagogisk psykologi .....	11
2.2 PSY6081 Traume, tilknytning og samspill .....	13
2.3 PSY3270 Konsulterende psykologi – relasjoner, kommunikasjon og endring.....	15
2.4 PSY6170 Psykisk helse i skolen .....	18

## 1.0 Årsstudium i psykisk helse i skolen

### 1.1 Mål og innhold

#### Innledning

Årsstudiet *Psykisk helse i skolen* har som målsetting å gi studentene innsikt i hva *psykisk helse* hos barn og unge innebærer. Denne innsikten vil gi studentene kompetanse til å fremme psykiske helse, samt forebygge og håndtere psykiske vansker. Innsikten vil hjelpe studentene til å avgjøre når de selv kan gi direkte hjelp – og når de skal søke bistand fra andre (for eksempel pedagogisk-psykologisk tjeneste, PPT).

Årsstudiet *Psykisk helse i skolen* består av fire emner. Sammen er disse emnene ment å gi studentene en bred kunnskap om barn og unges psykiske helse, samt hva som kan gjøres for å forebygge og håndtere vansker.

Årsstudiet *Psykisk helse i skolen* gir en grunnleggende innføring i de viktigste hovedområdene innen psykologien, med et spesifikt fokus på utviklingspsykologi. Studentene får med dette kunnskap om og oversikt over bredden og mangfoldet i moderne psykologi, som vil være nyttig i den videre spesialiseringen i årsstudiets mer anvendte emner. Studenten vil også tilegne seg kunnskap om utvikling som er på avveie, lære om hvordan møte mennesker, samt lære om spesifikke utfordringer i skolen.

Årsstudiet gir videre en innføring i traume-, tilknytnings- og samspillsteori. Dette vil gi studenten en forståelse av sammenhengen mellom traumer og barn og unges utvikling og fungering. Omsorgssvikt kan for eksempel skape et brudd i tilknytningen mellom barn og foreldre som i sin tur kan medføre betydelige psykiske helseplager hos den det gjelder. Ved at studenten får en innsikt i sammenhenger mellom tidlige traumer og senere psykisk helse, vil studenten stå godt rustet til å legge forholdene til rette for at barn og unge med slike problemer kan få riktig hjelp. I tillegg vil studenten få kunnskap om hva som fremmer trygg tilknytning.

Årsstudiet vil i tillegg gi studenten en innføring i kommunikasjonsferdigheter som er grunnleggende for å tilrettelegge for endring gjennom samtale. Studenten vil lære om etiske utfordringer knyttet til helper-rollen, hvordan inngå i gode mellommenneskelige relasjoner og om hvordan kommunisere for å skape en god relasjon, og dermed legge til rette for endringsarbeid. Kunnskap og ferdigheter studentene tilegner seg vil være rettet både mot samtaler med voksne og barn.

Årsstudiet *Psykisk helse i skolen* vil gi studentene kunnskap om hvordan skolen kan fremme psykisk helse hos elevene. Studentene vil få kunnskap om hvordan elevenes psykiske helse er avhengig av skolemiljøet – blant annet gjennom at de ansatte danner bærekraftige relasjoner til elevene. Studentene vil få kjennskap til hvordan bl.a. vold, mobbing, lærevansker og ulike typer tilknytningsvansker bidrar til å svekke elevenes psykiske helse – og hva som kan gjøres for å kartlegge og håndtere problemer. Studentene vil også få en solid innføring i viktige deler av opplæringsloven – og hvordan loven skal forvaltes for å fremme elevenes helse, trivsel og læring.

## 1.2 Studiets organisering og innhold

Overordnet skal årsstudiet *Psykisk helse i skolen* gi studentene grunnleggende kunnskap om barn og unges psykiske helse. Årsstudiet gir en innføring i aktuelle teorier, perspektiver, metoder og ferdigheter som er sentrale i møte med barn og unge.

Da studiet kun inneholder 60 studiepoeng, er det ikke lagt opp til valgemner.

### Studiets oppbygning

Årsstudiet er bygd opp med hensikt å ivareta både studentens behov for grunnleggende normalpsykologisk kunnskap, evne til tilegnelse av vitenskapelig kunnskap og ferdigheter knyttet til å omsette teori til praksis.

### Innhold

- PSY6041 Pedagogisk psykologi
- PSY6081 Traumer, tilknytning og samspill
- PSY3270 Konsulterende psykologi
- PSY6170 Psykisk helse i skolen

Undervisningsåret er delt inn i to semestre med to eksamensperioder. Studiet har en anbefalt, men ikke obligatorisk rekkefølge:

		15 studiepoeng	15 studiepoeng
Årsstudiet	Første semester	PSY6041 Pedagogisk psykologi	PSY6081 Traume, tilknytning og samspill
	Andre semester	PSY6170 Psykisk helse i skolen	PSY3270 Konsulterende psykologi

## 1.3 Læringsutbytter

Etter fullført årsstudium forventes det at studenten har lært følgende:

### Kunnskap

- Kunnskap om normalpsykologiske prosesser hos barn og unge
- Kunnskap om og forståelse av aktuelle teorier, perspektiver og metodiske tilnærminger som er relevante i forståelsen av barn og unges utvikling og psykiske helse

## Studieplan for årsstudium i psykisk helse i skolen 2026/2027

- Kjennskap til når og hvordan vi kan si at barn og unge avviker fra normalutviklingen
- Kunnskap om sentrale systemer omkring barnet og den unge og hvordan henvende seg til ulike systemer i ulike situasjoner
- Kjennskap til hvordan skolen bør tilrettelegge for barn og unge med ulike vansker og utfordringer
- Kunnskap om betydningen av selvivaretagelse, rolleforståelse og grensesetting for den voksne
- Forståelse for kommunikasjon som et endringsverktøy
- Kjennskap til relevante deler av lowverket
- Kjennskap til skolen som en viktig arena for barn og unges psykiske utvikling

### Ferdigheter

- Kan legge til rette for utvikling av god psykisk helse hos elevene i skolen
- Kan belyse praktiske problemstillinger og beskrive situasjoner ved å vise til teoretisk kunnskap
- Kan redegjøre og drøfte bekymringer omkring et barn og ungdoms utvikling og hvordan man som profesjonell utøver kan henvende seg til foreldre samt andre systemer omkring barnet
- Kan gjenkjenne tegn på ulike tilknytningsmønstre og si noe om hvordan dette kan påvirke samspill
- Kan kartlegge og innhente sentral informasjon
- Kan gjenkjenne tegn på symptomer knyttet til vanlige psykiske vansker
- Kan fremstille psykologisk teori og empiri på en nøktern og balansert måte samt referere i henhold til standarden definert av den amerikanske psykologforeningen (APA, nyeste utgave) (Publication manual of the American Psychological Association)
- Kan bruke ulike verktøy i endringsarbeid.

### Generell kompetanse

- Viser ansvar for egen læring og utvikler forståelse for sammenhengen mellom egen innsats og egen faglige utvikling.
- Har innsikt i og forståelse av skoleansattes rolle, ansvar og mulighet til å påvirke elevenes psykiske helse
- Kan delta i samarbeid og utveksle faglige synspunkter med andre på en saklig måte og delta i diskusjoner om utvikling av god praksis
- Forståelse av sammenhengen mellom helse, trivsel og læring

## 1.4 Arbeidsomfang

Årsstudiet *Psykisk helse i skolen* er et fulltidsstudium, og det legges til grunn at studenten vil ha et arbeidsomfang tilsvarende 1600 timer per studieår. Studieåret går over ti måneder.

### Deltidsstudier eller enkeltemnestudent

Det er også mulig å ta studiet på deltid eller kun studere enkeltemner. Arbeidsomfanget vil da avhenge av antallet studiepoeng som tas per år. Et fulltidsstudium tilsvarer 60 studiepoeng per år.

## 1.5 Arbeids- og undervisningsformer

*Psykisk helse i skolen* er et årsstudium som tilbys på nett. Det betyr at studenten kan studere når det måtte passe best i den enkeltes hverdag.

Som liten høyskole kan vi hjelpe studenten til å identifisere et realistisk ambisjonsnivå som øker muligheten for at studenten skal få oppleve mestring og motivasjon. Studenten selv skal utvikle en forståelse for forholdet mellom egen innsats i studiene og resultatet studenten oppnår. Studentene stimuleres til å reflektere over dette forholdet knyttet til de ressursene studentene har tilgjengelig i form av tidligere erfaringer, kunnskaper og tilgjengelig arbeidskapasitet.

Læring er en aktiv prosess, derfor legges det opp til studentaktive metoder i undervisningen hvor studentene stimuleres til aktivt å søke kunnskap. I tillegg til selvstudium er de tilrettelagte arbeids- og undervisningsformene varierte og inkluderer:

### Tekster

Studentene blir presentert for tekster på e-læringsplattformen som introduserer sentrale temaer innen hvert emne samt lengre tekster knyttet til særlige vanskelige områder innen de enkelte temaene. Tekstene vil kunne komplementeres med lydfiler og videoer.

### Praktiske samlinger

Enkelte emner har spesifikke læringsutbytter knyttet til ferdigheter som studentene vanskelig kan tilegne seg uten å delta på samling. Derfor vil det være obligatorisk samling på to av emnene i årsstudiet.

### Nettkurs

Et nettkurs er en sløyfe med tekster, videoer og oppgaver som følger hverandre i en bestemt rekkefølge. Oppgavene som dukker opp innimellom tekstene og videoene forutsetter at studenten har tilegnet seg stoffet i foregående læringsmidler. Etter endt kurs-sløyfe vil

studenten få vite hvor mange prosent riktige svar studenten har avlagt og hvilke oppgaver som eventuelt ikke er korrekt besvart. Når nettkurset fungerer som et obligatorisk arbeidskrav vil kurset kreve 80 % riktige svar for at arbeidskravet vurderes som bestått. Studenten vil kunne ta kurset så mange ganger studenten ønsker. Ved obligatorisk arbeidskrav vil den muligheten være åpen frem til et gitt tidspunkt før eksamen for at studenten skal kunne meldes opp til eksamen.

### Automatiserte oppgaver

Oppgaver i studiet er delt inn i automatiserte oppgaver og langvarsoppgaver. Automatiserte oppgaver er oppgaver som er forhåndsprogrammert, og som til enhver tid kan utføres. Studenten får umiddelbart tilbakemelding basert på en programmert fasit. Dette gir dermed mulighet til aktiv læring ved å primært repetere hovedpunktene i pensum. Alle temaer i hvert emne har en rekke oppgaver knyttet til seg, og skolen legger vekt på å tilpasse vanskelighetsgraden og oppgavetype i hvert emne opp mot læringsutbyttet i hvert tema. Som hovedmål vil alt riktig på alle oppgaver i et emne tilsi at en student har nådd de vesentlige kunnskaps- og delvis ferdighetsmålene i emnet. De automatiserte oppgavene finnes som flervalgsoppgaver («multiple choice»), ensvarsoppgaver («single choice»)-, gruppering av objekter, plassering av objekter i riktig rekkefølge og regneoppgaver. De automatiserte oppgavene vil studenten kunne løse så mange ganger studenten ønsker. Fasit gis ikke, men studenten får tilbakemelding på om besvarelsen er riktig eller gal. På denne måten stimuleres studenten til å repetere pensum en rekke ganger inntil alle oppgaver er løst med full poengsum. Noen oppgaver, i form av fritekstoppgaver, krever imidlertid at nettlærer leser og kommenterer. Dette er nødvendig for å sikre studentenes skriveferdigheter som er en viktig del av læringsutbyttet. Fritekstoppgaver kan være skriftlige innleveringer som kan representere et obligatorisk arbeidskrav i emnet.

## 1.6 Vurderingsformer

Studentene vil møte ulike vurderingsformer gjennom studiet. Vurderingsformene skal ivareta en kontinuerlig prosess med et tosidig formål; fremme læring og dokumentere studentenes kompetanse som tilstrekkelig i forhold til gjeldende læringsutbytte.

Vurdering av eksamener gjennomføres etter gjeldende regler i lov om universiteter og høyskoler og forskrift om opptak, studier og eksamen ved Oslo Nye Høyskole.

Ny og utsatt eksamen gjennomføres på samme måte som ordinær eksamen. Utover eksamen har alle emner arbeidskrav som må være bestått før studenten har anledning til å fremstille seg for eksamen.

Her følger en oversikt over eksamensformene og arbeidskravene for de enkelte emnene.

### Obligatoriske emner

Studieplan for årsstudium i psykisk helse i skolen 2026/2027

<b>Anbefalt plassering</b>	<b>Emnekode og emnenavn</b>	<b>Stp</b>	<b>Eksamensform</b> Vurderingsuttrykk: Gradert skala A-F	<b>Arbeidskrav</b> Vurderingsuttrykk: Bestått/ikke-bestått
1	PSY6041 Pedagogisk psykologi	15	Karakteren i dette emnet består av to eksamener som gir en samlet karakter i emnet:  - Individuell skriftlig oppgave, 1500 ord (+/- 10%) i henhold til oppgitte formkrav og APA-mal for referering. Denne delen teller 40 % av den totale karakteren. - Netteksamen. Denne delen teller 60 % av den totale karakteren.	- Godkjent skriftlig innlevering - Godkjent nettbasert kurs
1	PSY6081 Traume, tilknytning og samspill	15	Karakteren i dette emnet består av to eksamener som gir en samlet karakter i emnet:  - Individuell skriftlig oppgave, 1500 ord (+/- 10 %) i henhold til oppgitte formkrav og APA-mal for referering. Denne delen teller 40 % av den totale karakteren. - Netteksamen. Denne delen teller 60 % av den totale karakteren.	- Godkjent skriftlig innlevering over en kasusbeskrivelse - Godkjent nettbasert kurs om resiliens
2	PSY3270 Konsulterende psykologi	15	Karakteren i dette emnet består av to eksamener som gir en samlet karakter i emnet:	- Obligatorisk deltakelse på stedlig undervisning eller tilsvarende i webbasert løsning

## Studieplan for årsstudium i psykisk helse i skolen 2026/2027

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Individuell skriftlig oppgave, 1500 ord (+/- 10 %) i henhold til oppgitte formkrav og APA-mal for referering. Teller 40 %.</li> <li>- Netteksamen. Teller 60 %.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Godkjent et nettbasert kurs</li> </ul>
2	PSY6170 Psykisk helse i skolen	15	Individuell muntlig eksamen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Godkjent skriftlig innlevering</li> <li>- Obligatorisk undervisning (med aktiv deltakelse)</li> </ul>

Den graderte bokstavkarakterskalaen er som følger:

Karakter	Betegnelse	Generell (ikke fagspesifikk) beskrivelse av vurderingskriterier
<b>A</b>	Fremragende	Fremragende prestasjon som klart utmerker seg. Kandidaten viser svært god vurderingsevne og stor grad av selvstendighet.
<b>B</b>	Meget god	Meget god prestasjon. Kandidaten viser meget god vurderingsevne og selvstendighet.
<b>C</b>	God	Jevnt god prestasjon som er tilfredsstillende på de fleste områder. Kandidaten viser god vurderingsevne og selvstendighet på de viktigste områdene.
<b>D</b>	Nokså god	En akseptabel prestasjon med noen vesentlige mangler. Kandidaten viser en viss grad av vurderingsevne og selvstendighet.
<b>E</b>	Tilstrekkelig	Prestasjonen tilfredsstillende minimumskravene, men heller ikke mer. Kandidaten viser liten vurderingsevne og selvstendighet.
<b>F</b>	Ikke bestått	Prestasjon som ikke tilfredsstillende de faglige minimumskravene. Kandidaten viser både manglende vurderingsevne og selvstendighet.

### 1.7 Opptakskrav

Opptakskravet til årsstudium i psykisk helse i skolen er generell studiekompetanse eller realkompetanse, jf. forskrift om opptak til høgare utdanning §§ 2-1 og 3-1, samt forskrift om opptak, studier og eksamen ved Oslo Nye Høyskole § 2-2.

## Studieplan for årsstudium i psykisk helse i skolen 2026/2027

Søkere som har utdanning fra utlandet, må dokumentere utdanning på nivå med norsk 3-årig videregående opplæring som gir generell studiekompetanse. Videre må søkerne oppfylle språkkrav i norsk og engelsk, fastsatt av Kunnskapsdepartementet.

Søkere som ikke oppfyller kravene til generell studiekompetanse, kan etter § 3-1 i forskrift om opptak til høgare utdanning søke opptak på grunnlag av realkompetanse. For å kvalifisere til opptak på dette grunnlaget, må både *generelle* minstekrav og *studiespesifikke* minstekrav være oppfylte.

Følgende *generelle minstekrav* er gjeldende ved Oslo Nye Høyskole:

- Du har ikke generell studiekompetanse.
- Du fyller 25 år eller mer det året du søker om opptak.
- Du kan dokumentere minimum 5 års utdanning og/eller praksis omregnet til 100 %-stilling:
  - med utdanning menes utdanning på videregående skole-nivå og oppover, og inkluderer blant annet folkehøgskole, fagskole, videreutdanning og høyere utdanning
  - med praksis menes lønnet og ulønnet arbeid, lærlingetid, frivillig arbeid og organisasjonsarbeid
    - omsorg for egne barn, nedsatt funksjonsevne, militærtjeneste o.l. kan også dekke kravet til praksis

I tillegg til de generelle minstekravene, har hvert institutt *studiespesifikke minstekrav*, og disse er angitt under.

### *Institutt for psykologi*

- Norsk: minimum 112 årstimer/4 uketimer
- Engelsk: minimum 84 årstimer/3 uketimer
- Matte: minimum 84 årstimer/3 uketimer
- Samfunnsfag: minimum 56 timer/2 uketimer\*

\* eller tilsvarende kompetanse

## 1.8 Relevans for arbeidsliv og videre studier

### Arbeidslivet

Årsstudiet *Psykisk helse i skolen* gir et vitenskapelig fundament for forståelsen av utviklingen av psykisk helse og uhelse, samt hvordan man kan arbeide for å fremme den psykiske helsen til barn og unge.

Målgruppen til årstudiet *Psykisk helse i skolen* er alle som underviser i skolen, eksterne rådgivere og andre som har ansvar for barn og unge, for eksempel ledere av fritidsaktiviteter. Foreldre og politikere vil etter all sannsynlighet ha stor nytte av den kunnskapen som formidles i

## Studieplan for årsstudium i psykisk helse i skolen 2026/2027

årsstudiet *Psykisk helse i skolen*. Årsstudiet dekker barn og unge i skolealder, det vil si fra barneskolen og ut videregående skole.

### Videre studier

Det er viktig å legge til rette for overgangen fra årsstudiet til videre studier. For noen vil årsstudiet være et godt supplement til allerede fullførte studier. Andre kan tenkes å ville gå videre med mer studier.

Årsstudiet *Psykisk helse i skolen* ved Oslo Nye Høyskole følger nasjonalt kvalifikasjonsrammeverk for livslang læring når det gjelder nivå på læringsutbyttet og vil således kunne fungere som grunnlag for godkjenning som del av andre bachelorgrader, kanskje spesielt innenfor helse og sosialfag, samt samfunnsfagene.

## 2.0 Emnebeskrivelser

### 2.1 PSY6041 Pedagogisk psykologi

Emnekode:	PSY6041
Tittel:	Pedagogisk psykologi
Type:	Obligatorisk emne
Plassering:	1. semester
Studiepoeng:	15 studiepoeng
Undervisningsspråk:	Norsk

Pedagogisk psykologi handler om de psykologiske og pedagogiske prosessene som finner sted under læring og tilrettelegging for læring. Sentralt for den pedagogiske psykologien er forståelsen av hvordan mennesket utvikler seg og formes gjennom læring både på individ- og gruppenivå, samt hvilke personlige og kontekstuelle faktorer som fremmer og hemmer læring. Lærerens rolle og skolen som sosialiseringarena er gjenstand for fagområdets hovedinteresse.

Studentene vil møte ulike temaer som blant andre; sentral læringsteori, læringsmiljø, forebyggende tiltak, lærevansker, motivasjon, klasseledelse, samarbeid med foreldre, tverrfaglig samarbeid og pedagogisk-psykologisk arbeid.

Emnet har til formål å gi studentene kunnskap og forståelse for grunnleggende ideer, psykologiske teorier og forskning som forklarer enkeltstående fenomener innen den pedagogiske psykologien. Sentral kunnskapsutvikling innen fagområdet vil være en viktig del av emnets fokus.

### Innhold

- Aktuelle teoretiske, praktiske, etiske og forskningsbaserte problemstillinger knyttet til pedagogisk psykologi
- Skolens samfunnsoppdrag
- Sentrale pedagogiske psykologiske teorier for læring og utvikling
- Faktorer som fremmer og hemmer læring
- Vansker knyttet til læring
- Variasjonen i individuell fungering
- Sosialisering og relasjoner i skolen
- Inkludering i klasserommet
- Pedagogisk-psykologisk arbeid
- Motivasjon og måloppnåelse
- Undervisning og vurderingsmetoder

## Studieplan for årsstudium i psykisk helse i skolen 2026/2027

- Klasseledelse

### Læringsutbytte

#### Kunnskap

- Har kunnskap om den pedagogiske psykologiens historiske og vitenskapelige grunnlag
- Har kunnskap om barn og unges utvikling, og hvorfor dette er viktig i undervisningssammenheng
- Har kjennskap til fordeler og ulemper knyttet til den evidensbaserte tilnærmingen til læring
- Har kunnskap om sentrale temaer, personer, teorier, empiri og metoder innen pedagogisk psykologi.
- Har kunnskap om skolen som sosialiseringsarena.
- Har kunnskap om faktorer som fremmer og hemmer læring.
- Har kunnskap om tiltak i skolen, og tilrettelegging av undervisning og læringsmiljø
- Har kunnskap om pedagogisk-psykologisk tjeneste og deres arbeid i skolen, både på individ- og systemnivå

#### Ferdigheter

- Kan identifisere faktorer som fremmer og hemmer læring og utvikling i ulike læringssituasjoner.
- Kan vurdere behov for tiltak eller tilrettelegging for barn med ulike vansker tilknyttet læring.
- Kan drøfte ulike tilnærminger til læring

#### Generell kompetanse

- Kan reflektere over den pedagogiske psykologiens rolle og plass i samfunnet.
- Har utviklet forståelse for den rollen skolen har som utdanningsinstitusjon og sosial arena i individers livskvalitet, både på kort og lang sikt.

#### Arbeidskrav

Godkjent arbeidskrav er en forutsetning for å kunne gå opp til eksamen. Arbeidskravet i dette emnet består av:

- Skriftlig innlevering
- Nettbasert kurs

## Eksamen

Karakteren i dette emnet består av to eksamener som gir en samlet karakter i emnet.

Studenten må bestå begge eksamener for å bestå emnet:

- Individuell skriftlig, 1500 ord (+/- 10 %) i henhold til oppgitte formkrav og APA-mal for referering. Denne delen teller 40 % av den totale karakteren.
- Netteksamen. Denne delen teller 60 % av den totale karakteren.

Det er anledning til å ta opp kun den ene eksamenen i emnet dersom man ønsker det, eller begge.

Eksamensinnholdet er læringsutbyttene. Eksamensbesvarelsen sensureres og gis gradert karakter, A – F.

### 2.2 PSY6081 Traume, tilknytning og samspill

Emnekode:	PSY6081
Tittel:	Traume, tilknytning og samspill
Type:	Obligatorisk emne
Plassering:	1. semester
Studiepoeng:	15 studiepoeng
Undervisningsspråk:	Norsk

PSY6081 Traume, tilknytning og samspill er et sammensatt emne som gir en god innføring i både tilknytningsfeltet og traumefeltet.

Studenten vil lære om hvordan kvaliteten på samspillet mellom barn og omsorgsgiver påvirker tilknytningsrelasjonen, samt hvilke konsekvenser tilknytningskvalitet i tidlige år har for personens fungering senere i livet. Emnet gir også kjennskap til behandlingsmetoder for å hjelpe foreldre til å utvikle et bedre samspill med sine barn, blant annet gjennom programmet Circle of Security.

Innen traumefeltet vil studenten lære grunnleggende traumeforståelse, for eksempel hva traumer er, hvilke reaksjoner som er vanlige etter traumer og om ulike traumelidelser. Emnet gir en innføring i både enkeltstående og komplekse traumer. Toleransevinduet og det biologiske grunnlaget for traumer vektlegges. Innen traumefeltet vil det også være fokus på hvordan mennesker kan komme styrket ut av traumatiske opplevelser, hvor begreper som resiliens og posttraumatisk vekst vil være sentralt.

I emnet er det en egen modul om kulturelle aspekter ved traumer og tilknytning. Her vil studenten få en innføring i likheter og ulikheter i tilknytningsmønstre på tvers av kulturer,

## Studieplan for årsstudium i psykisk helse i skolen 2026/2027

kunnskap om traumer i et innvandringsperspektiv samt viktigheten av kultursensitiv traumebehandling.

### Innhold

- Traumepsykologi som fagområde
- Traumeforståelse i et samfunnsperspektiv
- Tilknytningsteori, opprinnelse og modifikasjoner
- Tilknytningens psykobiologi
- Hva fremmer trygg tilknytning
- Individuelle forskjeller i tilknytningsmønstre
- Metoder for å vurdere tilknytningens kvalitet
- Følgetilstander og konsekvenser av tidlig tilknytning
- Atypisk tilknytning og tilknytningsforstyrrelser
- Hva er traumer
- Hva betyr det å være traumatisert
- Årsaker og forekomst av traumer
- Ulike typer traumer
- Nevrobiologi og traumearbeid
- Dissosiasjon
- Faseorientert behandling
- Traumebevisst omsorg
- Terapeutens rolle i traumearbeid
- Kulturelle aspekter ved traumer, tilknytning og samspill
- Resiliens og posttraumatisk vekst

### Læringsutbytte

#### Kunnskaper

- Har bred kunnskap om tilknytningsteori og betydningen av tilknytning for barns utvikling
- Har kjennskap til ulike metoder for å vurdere tilknytningens kvalitet
- Har kunnskap om forebyggende virksomhet og intervensjoner for å fremme trygg tilknytning.
- Har kunnskap om ulike typer traumer, årsaker og potensielle konsekvenser ved traumer.
- Har kjennskap til faseorientert behandling av traumer og traumebevisst omsorg
- Har kunnskap om posttraumatisk vekst og ulike typer resiliens
- Har forståelse for kulturelle aspekter ved traumer og tilknytning

#### Ferdigheter

- Kan planlegge tiltak med utgangspunkt i traumebasert omsorg

## Studieplan for årsstudium i psykisk helse i skolen 2026/2027

- Kan identifisere ulike typer tilknytningsmønstre og vurdere forløpere til og følgetilstander til de ulike på bakgrunn av en kasusbeskrivelse.
- Kan anvende evidensbasert kunnskap om traumer og traumebevisst omsorg på praktiske og teoretiske problemstillinger.

### Generell kompetanse

- Har en forståelse for tilknytningsteori sin betydning i individers utvikling og utvikling av traumelidelser
- Kan drøfte hvordan tilknytningsstil og traumebelastning kan påvirke psykisk helse, relasjoner, kognitiv funksjon, foreldreskap og følelsesregulering
- Kan reflektere over psykologiske traumer som et folkehelseproblem
- Kan anvende kunnskap om psykologiske traumer til å drøfte verdien av ulike tiltak som igangsettes i eksempelvis barnevern, kriminalomsorg, psykisk helsevern og skole

### Arbeidskrav

Godkjent arbeidskrav er en forutsetning for å kunne gå opp til eksamen. Arbeidskrav i dette emnet er:

- Skriftlig innlevering over en kasusbeskrivelse
- Godkjent nettbasert kurs om resiliens

### Eksamen

Karakteren i dette emnet består av to eksamener som gir en samlet karakter i emnet.

Studenten må bestå begge eksamener for å bestå emnet:

- Individuell skriftlig, 1500 ord (+/- 10 %) i henhold til oppgitte formkrav og APA-mal for referering. Denne delen teller 40 % av den totale karakteren.
- Netteksamen. Denne delen teller 60 % av den totale karakteren.

Det er anledning til å ta opp kun den ene eksamenen i emnet dersom man ønsker det, eller begge.

Eksamensinnholdet er læringsutbyttene. Eksamensbesvarelsen sensureres og gis gradert karakter, A – F.

### 2.3 PSY3270 Konsulterende psykologi – relasjoner, kommunikasjon og endring

Emne: PSY3270

Tittel: Konsulterende psykologi

Undertittel: Relasjoner, kommunikasjon og endring

## Studieplan for årsstudium i psykisk helse i skolen 2026/2027

Type:	Obligatorisk emne
Plassering:	2. semester
Studiepoeng:	15 studiepoeng
Undervisningsspråk:	Norsk

Emnet dekker historiske perspektiver, ulike forståelsesmodeller og ulike terapeutisk praksis sett opp mot menneskelige utfordringer. Grunnleggende og mer avanserte ferdigheter i henhold til hjelperollen eller som annen utøver av psykologifaget er fokus i emnet. I emnet vil man også komme inn på ulike hjelperoller i møte med mennesker.

Emnet gir en overordnet innføring i sentrale psykologiske tilnærminger til endringsarbeid.

Emnet i sin helhet tar sikte på å gi studentene en grundig innføring i kommunikasjonsferdigheter som er grunnleggende for endring gjennom samtale. Emnet skal gjøre studenten i stand til å forstå en endringsprosess og å utvikle noen av de ferdighetene som er nødvendige for å være en effektiv hjelper.

Emnet dekker også sentrale etiske utfordringer omkring hjelperollen. Undervisningen vil i tillegg ta for seg oppbygningen av helsevesenet og Lov om Helsepersonell.

Emnet har til formål å gi studentene kunnskap om den konsulterende psykologiens plass i samfunnet. Praktisk bruk av psykologiske metoder og kunnskaper for å fremme god kommunikasjon i interpersonlige møter og dermed legge til rette for endringsarbeid, vil være en viktig del av emnets fokus.

### Innhold

- Den konsulterende psykologiens historie
- Evidensbasert terapi og behandlingsforskning
- Ulike tilnærminger til endringsarbeid
- Ulike perspektiver på menneskelig utvikling og endring
- Forskningsmetodikk innen konsulterende psykologi
- Kommunikasjonsferdigheter
- Terapeutrollen, terapeutisk relasjon og den terapeutiske alliansen
- Avslutning og evaluering av hjelpende relasjoner
- Klinisk veiledning
- Etiske og profesjonelle utfordringer omkring terapeutrollen
- Lov om helsepersonell

## Læringsutbytte

### Kunnskaper

- Har kunnskap om konsulterende psykologi som fagområde
- Har kjennskap til aktuell og historisk kunnskapsutvikling innen konsulterende psykologi.
- Har kunnskap om grunnlaget for evidensbasert endringsarbeid.
- Har kunnskap om ulike tilnærminger til endringsarbeid.
- Har kunnskap om sentrale mekanismer i endringsarbeid.
- Har kunnskap om relasjon og allianse, og ulike roller i konsulterende og hjelpende arbeid.
- Har kunnskap om organisering av helsetjenesten i Norge, og om Lov om Helsepersonell.
- Har kunnskap om etiske og profesjonelle utfordringer omkring terapeutrollen.
- Har kunnskap om metodologiske problemer knyttet til behandlingsforskning.

### Ferdigheter

- Kan anvende faglig kunnskap til å utvikle tiltak for ulike menneskelige utfordringer eller vansker.
- Kan bruke noen utvalgte verktøy i endringsarbeid.
- Kan grunnleggende kommunikasjonsferdigheter med henblikk på relasjonsbygging.
- Kan reflektere selvstendig over faglig og yrkesetiske problemstillinger knyttet til konsulterende psykologi generelt, og egen fagutøvelse spesielt.

### Generell kompetanse

- Kan utveksle faglige synspunkter med andre på en saklig og respektfull måte, og gjennom dette bidra til utvikling av god praksis.
- Kan formidle sentralt fagstoff både muntlig, gjennom ferdighetstrening, og skriftlig.

### Arbeidskrav

Godkjente arbeidskrav er en forutsetning for å kunne gå opp til eksamen. Arbeidskravene i dette emnet består av:

- Godkjent et nettbasert kurs
- Obligatorisk deltakelse på stedlig undervisning eller tilsvarende i webbasert løsning

### Eksamen

Karakteren i dette emnet består av to eksamener som gir en samlet karakter i emnet.

Studenten må bestå begge eksamener for å bestå emnet:

- Individuell skriftlig oppgave, 1500 ord (+/- 10 %) i henhold til oppgitte formkrav og APA-mal for referering. Denne delen teller 40 % av den totale karakteren.

## Studieplan for årsstudium i psykisk helse i skolen 2026/2027

- Netteksamen. Denne delen teller 60 % av den totale karakteren.

Det er anledning til å ta opp kun den ene eksamenen i emnet dersom man ønsker det, eller begge.

Eksamensinnholdet er læringsutbyttene. Eksamensbesvarelsen sensureres og gis gradert karakter, A – F.

### 2.4 PSY6170 Psykisk helse i skolen

Emnekode:	PSY6170
Tittel:	Psykisk helse i skolen
Type:	Obligatorisk emne
Plassering:	2. semester
Studiepoeng	15 studiepoeng
Undervisningsspråk:	Norsk

De siste årene har det vært et økende fokus på barn og unges psykiske helse. De som jobber tett med barn og unge, møter jevnlig personer som sliter med angst, depresjon, selvskading, utagering og som setter for høye krav til seg selv. Voksne som møter barn og unge der de er, har en unik mulighet til å bidra til å styrke deres psykiske helse, samt forebygge og fange opp begynnende problemer.

Emnet *psykisk helse i skolen* har som mål å gi studentene kunnskap og forståelse om god psykisk helse og vanlige psykiske vansker hos barn og unge. Emnet gir kunnskap om hvordan skolen og de ansatte kan fremme elevenes psykiske helse, oppdage psykiske vansker og håndtere disse på en god måte. En viktig del av faget er å gi kunnskap om hva skolen selv kan gjøre og når man skal henvise eleven videre. I tillegg gir emnet kunnskap om hvordan man kan ta vare på seg selv i en hverdag preget av mange krav og en rekke ulike roller å fylle.

Emnet *psykisk helse i skolen* har som målsetting å gi studentene den kompetansen som skal til for å sørge for at elevene skal oppleve skoledagen som meningsfull og god – og dermed utvikle god psykisk helse, trivsel og læring.

### Innhold

- Hvordan forstå og fremme psykisk helse hos elever
- Aktuelle teorier, perspektiver og forskning knyttet til barn og unges psykiske helse
- Hvordan skolen kan oppdage, forstå og håndtere problemer med psykisk helse

## Studieplan for årsstudium i psykisk helse i skolen 2026/2027

- Skolens mulighet til å forebygge psykiske vansker hos barn og unge
- Selvivaretagelse, rolleforståelse og grensesetting for den ansatte i skolen
- Systemforståelse: hvor og hvordan henvende seg ved ulike utfordringer
- Opplæringslovens betydning for elevenes psykiske helse
- Forståelse og håndtering av vanlige vansker hos barn og unge
- Læring og lærevanskers betydning for elevers psykiske helse
- Forståelse og håndtering av mobbing, vold og konflikter
- Nyttig kartleggingsmateriell

### Læringsutbytte

#### Kunnskap

- Har kunnskap om aktuelle teorier, perspektiver og forskning knyttet til barn og unges psykiske helse
- Har kunnskap om relevante fremgangsmåter for å fremme psykisk helse hos barn og unge
- Har kunnskap om vanlige psykiske vansker hos barn og unge
- Har kunnskap om hvordan skolen kan oppdage, forstå og håndtere problemer med psykisk helse
- Har forståelse av mobbing, vold og konflikters betydning for den psykiske helsen
- Har kjennskap til tiltak som virker forebyggende
- Har forståelse av skolemiljøets betydning for den ansattes fungering og psykiske helse
- Har forståelse av skolemiljøet og hjemmets betydning for elevenes psykiske helse
- Har kjennskap til hvilke utfordringer som kan håndteres i skolen, samt hva som bør henvises videre og til hvem
- Har forståelse av betydningen læring og lærevansker har på elevers psykiske helse
- Har kjennskap til forskningsbaserte tiltak mot mobbing
- Har kjennskap til hva som skal til for å være en god og tydelig leder av klassen
- Har kjennskap til aktuelle kapitler i opplæringsloven

#### Ferdigheter

- Skal kunne benytte utvalgt kartleggingsmateriell knyttet til språkvansker og andre lærevansker
- Kan identifisere viktige tiltak for selvivaretagelse og grensesetting for den ansatte

#### Generell kompetanse

- Har forståelse av sammenhengen mellom helse, trivsel og læring
- Har innsikt og forståelse av den skoleansattes rolle, ansvar og mulighet til å påvirke elevenes psykiske helse
- Skal kunne utvise respekt for elevenes egenart og behov

## Studieplan for årsstudium i psykisk helse i skolen 2026/2027

- Skal være i stand til å gjøre selvstendige betraktninger knyttet til hvilke utfordringer dagens barn og unge står overfor

### Arbeidskrav

Godkjente arbeidskrav er en forutsetning for å kunne gå opp til eksamen. Arbeidskravene i dette emnet består av:

- Skriftlig innlevering
- Obligatorisk undervisning (med aktiv deltakelse)

### Eksamen

Karakteren i dette emnet består av en individuell muntlig eksamen. Eksamen avholdes stedlig eller digitalt.

Eksamensinnholdet er læringsutbyttene. Eksamensbesvarelsen sensureres og gis gradert karakter, A – F.

ON

**ONH** Oslo Nye  
Høyskole

Ullevålsveien 76  
0454 Oslo