

Nya utbildningar!
(Ämnesspecifika moduler för snabb inlärnig.)

Kursplan: Psykologiska moduler



Jourhavande terapeut för vännerna?

Är det till dig man vänder sig när livet krisar? Ofta räcker det då med att bara finnas där. Men söker du verktyg för att hjälpa din vän komma till insikt, eller kunna gå vidare, är det en god idé att skaffa sig utökad kompetens inom ett eller flera specifika ämnesområden.

Läs psykologiska moduler

Modulerna 1-7 bygger på självstudier och gruppövningar under ledning av Kristina Sigvardsson, legitimerad psykolog och legitimerad psykoterapeut. Samtliga moduler innehåller verktyg som även är lämpliga för eget arbete med sig själv.

Tryckt utbildningsbevis

När du genomfört samtliga uppgifter som ingår i respektive modul utfärdas ett utbildningsbevis i ditt namn. Detta trycks på tjockt papper och postas till dig.

Praktisk info

Ange vilken modul du vill läsa i samband med att du anmäler dig. Till exempel: "Nr 4 Missbruk". Har du läst hos tidigare behåller du inloggningen via din registrerade e-post. I annat fall skapas ett nytt användarkonto åt dig.

Vardera modul kostar 1 995 kr inkl moms.

OBS! **15% rabatt** när du beställer två moduler eller fler.



Psykologiska moduler, 1-7

1: Relationer

Utforska bland annat anknytningsmönster och hur de påverkar hur vi interagerar tillsammans med andra. Detta blir en god hjälp för dig som vill leva vuxenliv fullt ut.

2: Destruktiva relationer

Varför stannar vi kvar och hur kommer det sig att vi på nytt hamnar i mindre lyckade sammanhang? Få hjälp att se mönster i dina relationer och att sätta gränser i tid.

3: Personlighetstyper

Utforska olika personligheter och begrepp som impuls kontroll, känsloreglering, självskadebeteende, narcissism, psykopati, emotionell instabilitet (borderline) etc. Du läser som ett stöd för dig själv eller för att hjälpa någon annan.

4: Missbruk

Varför fastnar vissa i destruktiva mönster medan andra klarar sig utan de kickar eller det lugn spel, droger och alkohol etc kan ge för stunden? Identifiera och utforska mekanismerna bakom och få kunskap om beroendesjukdomar. Utmärkt till exempel för dig som är medberoende.

5: ADHD

Hur sätts diagnoser och vad innebär de för den enskilda individen? Vi tittar på verktyg som underlättar vardagen för den som fått en diagnos och nu vill arbeta med sig själv. Dessutom: skillnaden mellan att få diagnosen som barn eller som vuxen samt vad du kan göra som anhörig.

6: Stressrelaterad ohälsa

Få inblick i vad som händer i kroppen vid för hög belastning långvarigt och vad du kan göra tidigt för att motverka skadlig stress. Du får verktyg för att hjälpa dig själv och andra.

7: Separationsterapi:

Se hur du kan hjälpa någon annan hantera förlusten av en relation man satt stort värde på. Eller kanske handlar det om ett förlorat arbete, eller om något helt annat. Studierna kan även bli ett stöd för egen del.



Avdelningen med [Psykologiska moduler](#) är tänkt för dig med ett specifikt specialintresse inom beteendevetenskap, eller närbesläktade områden, som du nu vill få ökad kompetens inom.



Handledare Kristina Sigvardson, legitimerad psykolog och legitimerad psykoterapeut, har drygt 20 års erfarenhet av att hjälpa klienter med vitt skilda utmaningar. Kristina är även handledare på distansutbildningen [Framtid efter utmattning](#) samt driver privat mottagning i Malmö med Region Skåne som största uppdragsgivare. Det går också bra att boka ett enskilt samtal med [Kristina](#), digitalt eller på plats i det fysiska samtalsrummet.

Premiär 2025!

Läs mer om oss på:
www.e-Universitetet.se

