

Craft som sundhedsfremme

Det er et udbredt problem i samfundet, at mange mennesker er ramt af mental mistrivsel, stress, angst og depression eller lider af kroniske smerter, og problemet ser ud til at være stigende. Der er behov for nye indsatser, som kan afhjælpe disse udfordringer og give bedre trivsel og mental sundhed.

Craft er aktiviteter med håndværk og håndarbejde anvendt som terapeutisk middel til fremme sundhed og trivsel. Dette valgelement handler om den ergoterapifaglige indsats med craft til flere målgrupper, hvor mental trivsel er en udfordring. Ergoterapifaglige indsatser med craft som et væsentligt element, kan ud fra en craft-psykologisk tilgang tilrettelægges med et fagligt bevidst sundhedsfremmende formål.

Forløbet inkluderer nyeste forskningsbaserede viden om crafts sundhedseffekter og virkningsmekanismer, og den bagvedliggende psykologi. Der vil være introduktion til og træning i aktivitetsanalyse, som har fokus på crafts sundhedspotentiale, og på gradueringer af craft-aktiviteter. Undervisningen vil veksle mellem teoretiske oplæg, praktiske øvelser med craft, gruppearbejde, og instruktion af medstuderende i craft-teknikker. Der bliver rig mulighed for hands-on afprøvning med kobling til det teoretiske grundlag.

Prøve

Prøven er en intern, individuel, skriftlig prøve, der er ens for alle forløbene. Prøven gennemgås ved opstart på den fælles uge. Se i øvrigt særskilt dokument.