

Osebni načrt izobraževanja

Marija Petek Šter

Ljubljana, september 2015

Kaj je osebni načrt izobraževanja?

- Je **sistematičen pristop** k izobraževanju, ki je **prilagojen posamezniku**:
- **OSEBEN**: Posameznik se **sam odloči**, česa se želi naučiti
- **SISTEMATIČEN**: Vsebuje **elemente evaluacije**, kar poveča uspešnost zastavljene naloge
- **SPREMENLJIV**: Je **spremenljivo se orodje** in ga posameznik posodablja glede na potrebe
- **ZAHTEVA**:
 - **Iskrenost**
 - **dokumentiranje naučenega**

Zakaj je pomembno, da imamo osebni načrt izobraževanja?

- Je **dokaz** doseganja zahtevane stopnje znanja in večin
- **Spodbuja potrebo po izobraževanju za boljše in lažje delo z bolniki**
- **Predstavlja del vseživljenjskega učenja**

Osnovna struktura osebnega načrta izobraževanja

- Česa se želim naučiti?
- Zakaj se tega želim naučiti?
- Kakšne metode bom uporabil, da se bom tega naučil?
- Kakšna bo praktična vrednost naučenega?
- Dokazila
- Časovni okvir

Faze izdelave osebnega načrta izobraževanja

- Korak 1: Česa mislim, da se moram naučiti?**
- Področje, kjer menim, da mi predstavlja težave/nelagodje pri delu
- Korak 2: Zakaj mislim, da se moram na tem področju izpopolnjevati?**
- Kako sem prepoznal potrebo?
 - Kakšen je namen mojega učenja?
 - Katere specifične cilje želim doseči?
- Korak 3: Kako bom izpolnil zastavljanje cilje?**
- Načrt (vključno z metodami) s katerim bom izpolnil zastavljanje cilje?
- Korak 4: Kako bom vedel, da sem zastavljene cilje res dosegel?**
- Kako bom ocenil moj načrt izobraževanja?
 - Kako bom predstavil dosežke, ki bodo potrjevali, da sem načrt izobraževanja res izpolnil?
- Korak 5: Kakšen je časovni okvir za izvedbo načrta izobraževanja?**
- Ne daljši od enega leta

Korak 1: Česa mislim, da se moram naučiti?

- **Izberite področje, kjer imate težave, ne področja, kjer ste že sedaj zelo dobri!**
- Na katerih področjih se čutite negotove?
- Ali se je pojavila situacija, ki je niste obvladali?
- Na katerih področjih so vaši kolegi boljši od vas?
- Kaj vam gre dobro (in bi želeli, da bi bili še boljši)

Korak 1: Česa mislim, da se moram naučiti?

- Naštejte tri področja, kjer:
 1. Delate dobro
 2. Imate težave

Korak 2: Zakaj mislim, da se moram na tem področju izpopolnjevati-1 ?

- Komentarji sodelavcev/osebja
- Opažanja mentorja
- Priporobe kliničnih specialistov
- Zaupno priporočilo kolega
- Oskrba bolnikov ni bila optimalna - PUNS ("Patients' Unmet Needs")
 - znanje
 - veščine
 - stališča
 - viri

Korak 2: Zakaj mislim, da se moram na tem področju izpopolnjevati-2 ?

- Analiza opozorilno nevarnih dogodkov - SEA ("Significant event analysis")
 - Neustrezna klinična obravnava (pregled dokumentacije, strokovni nadzor)
 - Slaba organizacija dela/težave pri delu v timu
 - Neracionalno trošenje virov (čas, denar, kadri)

Korak 3: Kako bom izpolnil zastavljane cilje?

- Jasen načrt za doseg zastavljenih ciljev
- Načrt naj bo: (ang."SMART"):
 - **S:** Usmerjen k določenemu cilju (**specifičen**)
 - **M:** Rezultati morajo biti merljivi (**merljiv**)
 - **A:** Cilji morajo biti **dosegljivi**
 - **R:** Cilji morajo biti za osebo **relevantni**
 - **T:** **Časovni okvir** mora biti ustrezen

Primer cilja po načeli „SMART“

- **Opis težave:**
Večkrat se vam je dogodilo, da ste imeli v nujnih primerih težave z vzpostavitvijo intravenske poti. Vaši urgentni bolniki so bili zato večkrat brez intravenske poti ter ustrezne prehospitalne obravnave (komentar specialista, kolegov...)
- S: (specifičen): izboljšati zanesljivost pri uvajanju i.v. poti na (80%)
- M: (merljiv): delež poizkusov vstavitve iv. poti, ki je uspel prvič
- A: (dosegljiv): enostavna veščina
- R: (relevanten): za delo v urgenci
- T: (čas): npr. pol leta

Metode učenja

- **Udeležba na izobraževalnih dogodkih:**
 - Srečanja (predavanja)
 - Delavnice oz. "šole"
 - Tečaji
 - Spletno učenje – Medscape, E-medicina

Metode učenja-1

- **Individualno učenje:**
 - Branje literature
 - Priprava predavanja
 - Poročilo o bolniku ali družini
 - Analiza dogodka
 - Priprava članka
 - Izdelava navodila, uporabnih v ambulanti (navodila za paciente, smernice, protokoli)

Metode učenja-2

- **Ostale metode :**
 - Igranje vlog (učenje sporazumevanja)
 - Video (učenje sporazumevanja)
 - Pogovor v mali skupini (npr. Balintove skupine – oblikovanje stališč)
 - Krožki kakovosti
 - Obiski ustanov, ambulant, kolegov, specialističnih ordinacij

Korak 4: Kako bom vedel, da sem zastavljene cilje res dosegel?

učenje  ocenjevanje

- **Ocenjevanje naredi učenje bolj učinkovito**
- Smisel ocenjevanja osebnega načrta **ni kriterij opravi/ni opravi!**
- Ocenjevanje – koristna povratna informacija za učenca

OCENJEVANJE – VSAJ ENKRAT LETNO!

Vodilo pri ocenjevanju so naslednja širi vprašanja:

1. Katere stvari, ki ste se jih naučili so bile **najbolj koristne in zakaj?**
2. Katere stvari, ki ste se jih naučili so bile **najmanj koristne in zakaj?**
3. Kako boste pridobljeno znanje, večine ali stališča **uporabili v praksi?**
4. Katere še **neizpolnjene** izobraževalne potrebe boste **prenesli** v naslednji načrt izobraževanja?

Dokazila

○ Redni pogovori z mentorjem:

- Razprava o primeru (CBD)
- Ocenjevanje na osnovi opazovanja dela v ambulanti (COT)

○ Dokazila:

- Dokazilo o udeležbi
- Izdelki
- Posnetki
- Zapisi
- Izpiti...

- **Vpisovanje dokazil v e-list specializanta!**

Primer: osebni načrt izobraževanja

Potreba	Zakaj	Cilji	Metode	Dokazila	Časovni okvir
Kako bi izboljšal svoje PP prezentacije?	Ostali udeleženci kongresa, kjer sem nastopil kot predavatelj so imeli bolj izdelane prezentacije	Izboljšati pripravo PP projekcij	Udeležba na delavnici za pripravo PP Analiza nekaj primerov PP Povratna informacija na moj izdelek s strani ekspertov	Povratna povratna informacija s strani udeležencev Boljša ocena prezentacije s strani ocenjevalca	Eno leto

Vloga mentorja

- Mentor pomaga pri oblikovanju in spremljanju uspešnosti zastavljenih nalog

Pogoji, ki jih mora izpolnjevati mentor:

- Poznati kolega, ki mu je mentor
- Poznati okolje, kjer dela (opis ambulante)
- Poznati učenčeve delovne zadolžitve (delovni profil)

Nekaj namigov

- Priprave načrta izobraževanja se lotite **skupaj z mentorjem**
- Vaš prvi načrt izobraževanja naj bo **enostaven**
- Vsak teden namenite nekaj časa pripravi vašega načrta izobraževanja
- **Vsa dokazila vpišite v e-list specializanta**
- O svojem napredku se pogovorite z mentorjem in kolegi
- Vsaj enkrat letno naredite **evaluacijo in dopolnite** osebni načrt izobraževanja

Zaključek

- Osebni načrt izobraževanja je **mehanizem, ki omogoča, da so**
 - **izobraževalni cilji izpolnjeni**
 - **uspešnost izpolnjevanja ciljev pa ocenjena**
- E-list specializanta : omogoča vnos dokazil o izpolnjenih izobraževalnih ciljih!