

HENKILÖKOHTAINEN ERIKOISTUMISSUUNNITELMA: apukysymyksiä kirjoittamiseen

1. Opiskelu- ja työhistoria & nykyisen osaamisen arviointia, esimerkiksi:

- Miksi ja miten sinusta tuli lääkäri? Missä ja milloin olet opiskellut?
- Missä olet tehnyt lääkärin työtä; millaista työtä?
- Millainen oli tapasi tehdä lääkärin työtä urasi aluksi? Millä tavoin tapasi tehdä lääkärin työtä on kehittynyt uran alkuajoista?
- Miten päätit erikoistua juuri työterveyshuoltoon?
- Mitkä ovat mielestäsi vahvuutesi nimenomaan työterveyslääkäriksi?
- Miten muut aiemmat työsi tai opintosi hyödyttävät tämän erikoistumiskoulutuksen suorittamista?
- Mitä muita kuin lääkärin tietoja ja taitoja osaat, joista on hyötyä työterveyslääkärin työssä?
- Jos sinulla on jo kokemusta työterveyslääkärin työstä, pohdi, miten se eroaa aiemmista lääkärin töistäsi?

2. Oppimistavoitteiden suunnittelua, esimerkiksi:

Millaisia kehittymisen ja oppimisen tavoitteita asetat itsellesi erikoistumiskoulutuksen ajaksi? Selvitä lokikirjaan verraten, miten koulutukselle asetetut tavoitteet sopivat yhteen omien tavoitteidesi kanssa.

- Miltä lokikirjan osaamisalueilta sinulla on jo kokemusta ja osaamista?
- Mitkä osaamisalueet tuntuvat toistaiseksi vieraimmilta? Minkä sinulle uuden osaamisalueen tietoihin ja taitoihin on mielestäsi syytä perehtyä ensiksi? Perustele!
- Millaisessa työssä näkisit mielelläsi itsesi viiden vuoden päästä? Tarvitaanko siinä jotakin erityisosaamista, joka ei sisälly suoraan lokikirjan osaamisalueisiin? Miten tällaista osaamista voi hankkia?
- Mihin suuntaan työterveyshuollon työ on muuttumassa? Millaiset asiat ja osaaminen painottuvat työterveyslääkärin työssä tulevaisuudessa? Millaista osaamista kannattaisi erityisesti hankkia tai vahvistaa tulevaisuutta varten?
- Millainen opiskelija olet? Palauta mieleesi jokin viimeaikainen oppimasi työhön liittyvä tieto, taito tai asenteen muutos. Millä tavalla opit? Mitä opiskelutapoja käytit? Kannattaisiko samoja opiskelutapoja käyttää jatkossakin? Entä millaisia uusiakin opiskelutapoja voisit kokeilla jatkossa?
- Miten jaat oppimaasi muiden työyhteisön jäsenten kanssa?
- Miten seuraat ja arvioit oppimistasi ja ammatillista kehittymistäsi?
- Millaista palautetta olet saanut työstäsi ja keneltä? Miten palaute on hyödyttänyt oppimistäsi?

3. Opiskelun järjestämisen suunnittelua, esimerkiksi:

- Miten kokoat tutkintoon vaadittavat palvelut: sisällöt, ajanjaksot, koulutuspaikat?
- Miten suoritat lähijohtajakoulutuksen: aikataulu, mentor, kehittymistehtävät?
- Miten kokoat vaadittavan teoreettisen kurssimuotoisen koulutuksen: sisällön riittävä monipuolisuus?
- Miten henkilökohtainen ohjaus on järjestetty nykyisessä palvelupaikassasi? Millaista ohjausta toivot kouluttajalta ja muilta toimipaikan työntekijöiltä?
- Miten olet verkostoitunut: millaisiin yhdistyksiin tms. kuulut? Mitä toiminta on sinulle antanut?
- Miten huolehdit omasta hyvinvoinnistasi? Kuinka pidät tasapainossa työn, työajan ulkopuolisen opiskelun ja mahdollisen perheen sekä vapaa-ajan?
- Mitkä voivat olla suurimmat esteet tai vaikeudet erikoistumisessa? Miten ennakoit ja voitat nämä esteet?