

OHJE henkilökohtaisen opintosuunnitelman (HOPS) laatimiseksi

Yleislääketieteen erikoistumissuunnitelma laaditaan Starttiseminaarin ja YES-kurssin tehtävien pohjalta.

Kirjoita suunnitelmasi esseemuotoon **käyttäen annettuja väliotsikkoja** välttäen niukkaa, luettelonomaista ilmaisutapaa. Laadi se Starttiseminaarin ja kaikkien YES-kurssilla aiemmin tekemiesi tehtävien ja keskustelujen pohjalta. Älä kuitenkaan ylitä ohjeistettua sivumäärää. Käytä tekstissäsi fonttia Times New Roman koko 12, riviväli 1,5. HOPSin pituus on 3-4 sivua. Tallenna se lopuksi **joko rtf-, doc-, docx- tai pdf-tiedostona.**

1. Tähänastinen opiskelu- ja työhistoria

- Kuvaa opintojasi ja työhistoriaasi sekä pohdi niiden ja elämäkokemuksesi merkitystä yleislääketieteen erikoislääkäriksi kehitymisessä.
- Kerro, miksi olet kiinnostunut yleislääketieteestä.
- Pohdi myös, millainen oppija olet.

2. Osaamisesi suhteessa yleislääketieteen erikoislääkärikoulutuksen osaamistavoitteisiin

- Kuvaa omia vahvuuksiasi sekä kehittymistarpeitasi suhteessa yleislääketieteen erikoislääkärikoulutuksen osaamistavoitteisiin.

3. Lähiajan kehittymistavoitteet ja pitkän tähtäyksen päämäärät yleislääketieteen erikoislääkärikoulutuksessa

- Mitkä ovat seuraavan vuoden kehittymistavoitteesi?

Hyvä tavoite muotoillaan siten, että se on **SMART: Saavutettava, Mitattava, Ajallisesti järkevä, Realistinen, Tarkoin määritelty.**

- Kuvaa yksityiskohtaisesti tulevan vuoden suunnitelmasi
- Millainen yleislääketieteen erikoislääkäri haluat olla ja millaista työtä haluat tehdä valmistuttuasi erikoislääkäriksi?
- Kuvaa konkreettinen aikaan sidottu suunnitelmasi, miten pyrit kohti päämääriäsi koko erikoistumisen aikana
- Kerro, kuinka aiot sovittaa yhteen työn ja erikoistumisen vaatimukset suhteessa muuhun elämään