

INSTRUKTIONER för att utarbeta en personlig studieplan (ISP)

Specialiseringsplanen för allmänmedicin utarbetas utifrån uppgifterna från Startseminariet och YES-kursen.

Skriv din plan i essäformat och använd de **angivna underrubrikerna** och undvik knapphändigt och listliknande uttryckssätt. Utarbeta planen utifrån Startseminariet och alla tidigare uppgifter och diskussioner från YES-kursen. Överskrid dock inte den angivna sidmängden. Använd typsnittet Times New Roman, storlek 12, med radavståndet 1,5. ISP:en ska vara 3–4 sidor lång. **Spara den slutligen som en rtf-, doc-, docx- eller pdf-fil.**

1. Din studie- och arbetshistoria hittills

- Beskriv dina studier och din arbetshistoria och reflektera över deras och dina livserfarenheters betydelse för din utveckling till specialistläkare i allmänmedicin.

- Berätta varför du är intresserad av allmänmedicin.

- Reflektera också över dig själv som inlärare.

2. Ditt kunnande i förhållande till kunskapsmålen för specialistläkarutbildningen i allmänmedicin

- Beskriv dina styrkor och utvecklingsbehov i relation till kunskapsmålen för specialistläkarutbildningen i allmänmedicin.

3. Utvecklingsmålen för närmaste framtiden och långsiktiga mål inom specialistläkarutbildningen i allmänmedicin

- Reflektera över de inlärningsbehov du har beskrivit tidigare och din framtida studieplan. Studieplanen bör motsvara dina personliga inlärningsbehov. Tänk också på studieplanen för hela din specialiseringstid.

- Vilka är dina utvecklingsmål för det kommande året baserade på dina inlärningsbehov?

Ett bra mål formuleras så att det är **SMART**: Specifikt, Mätbart, Accepterat, Realistiskt och Tidsatt.

- Beskriv detaljerat din plan för det kommande året; på vilka sätt kommer du att utveckla din kompetens?

- Hurdan specialistläkare i allmänmedicin vill du vara och hurdant arbete vill du göra som färdig specialistläkare?

- Beskriv en konkret tidsatt plan för hur du kommer att sträva mot dina mål under hela din specialistutbildning.

- Berätta hur du planerar att balansera arbetet och specialistutbildningen krav i förhållande till ditt övriga liv.