

# RETTLEIING I PRAKSIS

## Handlings- og refleksjonsmodellen

Enhet for Læring  
Det medisinske fakultet  
Universitetet i Bergen  
2021

**Gjennom REFLEKSJON skal studenten/vegsøker lære noko om seg sjølv i ein situasjon ved å vurdere det som har skjedd og utforske handlingsalternativ.**

## Opne spørsmål →

*Opne spørsmål* som startar med spørreorda *kva, kvifor, korleis, kven, når, kvar*, er godt egna til bruk i rettleiing for å stimulere til refleksjon hos student/vegsøker.



Illustration by Freepik Storyset

- Be studenten førebu seg på ei hending frå praksis som har vore tankevekkande. Dette blir tema for samtalen
  - Oppfordre studenten å skrive og sende deg eit refleksjonsnotat i forkant av møtet
  - Set av god tid til møtet (30-60 min.) og finn eit skjerma rom
  - Gi studenten alt fokus. Ver interessert og nysgjerrig og skru av mobil.
  - Skap trygge rammar; Småprat, kaffe/te, bli kjend
  - Forklar formålet med samtalen
  - Still opne spørsmål
  - La studenten prate og reflektere mesteparten av tida
  - Spel vidare på det studenten seier. Døme: "Du seier du har tenkt mykje på denne hendinga i etterkant. Kva refleksjonar har du gjort deg?"
  - Ikkje snakk om kva du tenkjer, men kva studenten tenkjer
  - Mot slutten: få studenten/vegsøkaren til å fortelje korleis han/ho ser på hendinga no. Er det noko som har endra seg?
- 
- Kva refleksjonar har du gjort deg rundt dette?
  - Korleis hadde du det i den situasjonen?
  - Kva tenkte du?
  - Kva fekk deg til å tenke det?
  - Kva kunne du gjort annleis?
  - Kva føler du om denne situasjonen no? Kva er annleis?
  - Kva har du lært av dette?

# PRAKSIS



1

**Introduksjonssamtale** (forventingar, mål med praksis, gjennomgang av læringsutbyttebeskrivingar. Kva meiner studenten er hans/hennar styrker og svakheiter?)

2

**Rettleiingssamtale**

3

**Rettleiingssamtale**

4

**Rettleiingssamtale**

5

**Avsluttande samtale. Kva har studenten lært? Evaluering**



Visste du at vi skil mellom rettleiing og supervisjon?

Rettleiing er ein planlagd samtale om det som **HAR** skjedd i praksis. Supervisjon er råd og refleksjonar som skjer medan ein arbeider, altså I praksisen

## Til studenten:

- Rettleiingstimen er for at du skal lære og utvikle deg i yrket og som person. Det er ditt ansvar å kome med tema for rettleiingstimen og sende det til rettleiiaar i forkant av møtet. Du vel ei hending som du har opplevd i praksis og som du har tenkt mykje på.
- Det kan vere fornuftig å skrive eit refleksjonsnotat om hendinga før rettleiingstimen for å utfordre deg sjølv til å tenkje på denne hendinga frå ulike perspektiv.
- I refleksjonsnotatet bør du skrive noko om korleis du gjennomførte situasjonen, kva som gjekk bra i situasjonen, og kva du kan gjere neste gong du kjem i ein liknande situasjon. Kvifor gjekk det bra/dårleg?