

Mitt-i-ST – "Vi ska veta var vi står, för att veta vart vi ska gå"

Mittvärderingens syfte

Syftet med Mitt-i-ST är att ge dig som är ST-läkare hjälp och stöd för planering av den återstående delen av ST, grundat på en värdering av din kompetensutveckling så här långt. Utgångspunkten är målbeskrivningen för ST i allmänmedicin. En erfaren kollega med särskild utbildning för kompetensvärdering besöker din vårdcentral under en dag, tittar på hur du arbetar, och samtalar med dig och din handledare. Samtal med verksamhetschef och studierektor kan ge viktigt tillskott. Dagen ger grund för en bedömning av hur den återstående delen av ST kan ge bästa möjliga utbildning just för dig. Det är du som ska få återföring, och det är du som disponerar resultatet och bestämmer vad du vill dela med dig av.

Anmälan

Anmälningsblanketten finns på SFAMs hemsida www.sfam.se. Du kan anmäla dig **allra senast när du har 18 månader kvar av din ST**, men bäst är att göra Mitt-i-ST när du har 2-3 år kvar. Tänk på att det är många som anmäler sig, så det kan ta flera månader från anmälan till praktikdag.

Kostnad

Avgiften, som framgår av SFAMs hemsida, faktureras när du har fått en värderare utsedd. Om du avbryter återbetalas avgiften, förutom 1500 kr som är anmälningsavgift och täcker administrativa kostnader.

Kontakt med värderaren

När du har fått besked om värderare ska du omgående ta kontakt via e-post eller telefon för att komma överens om tid för praktikdag och annat som behöver planeras för ert samarbete. Minst två veckor före praktikdagen ska du skicka portfölj och videoinspelningar till värderaren. Efter praktikdagen ska du meddela Mitt-i-ST-koordinator, katarina.boltenstern@sfam.se, eller mittist@sfam.se att den har genomförts och när det var.

Följande moment ingår, eventuellt kompletterade enligt värderarens anvisningar:

Tänk på att Mitt-i-ST inte bara omfattar praktikdagen, utan också förberedelserna med portfölj och bearbetning av videoinspelning. Avsätt tid för det, till exempel inom den studietid du har i tidboken.

- **Portfölj** och **video** skickas senast **två veckor före** praktikdagen. Hur de utformas framgår av dokumentet *Mitt-i-ST Portfölj och video* här på SFAMs hemsida.
 - **Portföljen** skickas med **e-post**.
 - **Aktuell utbildningsplan** ska bifogas, både vad du hittills har gjort och vad som planeras.
 - **Handledarutlåtande** ska bifogas, se instruktion för portföljen.
 - **Videoinspelade konsultationer, med 2-4 patienter**, läggs på USB-sticka och skickas med **rekommenderat brev** tillsammans med självvärdering och journalkopior senast **två veckor före** praktikdagen. Se anvisningar i *Mitt-i-ST portfölj och video*. (Rekommenderat brev = lämna in på posten och få kvitto)
- **Medsittning**. Värderaren sitter med vid några patientbesök och diskuterar dem sedan med dig.
- **Samtal** mellan värderaren, dig, handledaren och verksamhetschefen samt om möjligt studierektor.
- **Avslutande samtal** där du och värderaren gör en sammanfattning av vad dagen betytt och vad den leder till för den fortsatta planeringen av din tjänstgöring och kompletterande utbildning.
- **Efter praktikdagen**: Värderaren skickar inom tre veckor en skriftlig **rapport**, 1-2 sidor, till dig. Du får också ett **intyg** om att du har genomfört Mitt-i-ST.

Förslag till schema för en Mitt-i-ST-dag:

Schemat kan behöva anpassas till värderarens restider och andra praktiska omständigheter. Alla moment ska ingå, men tider kan ändras.

Förmiddag t ex kl. 9 – 12

- Visa den egna arbetsplatsen. Gå igenom dagsprogrammet.
- Medsittning med 4-6 patienter. Välj så att det blir så mycket variation som möjligt – olika åldrar, akut/planerat, typ av sjukdom osv. Försök få med någon äldre patient med flera kroniska sjukdomar och något barn. Boka glesare än vanligt så att det finns tid att prata några minuter mellan patienterna.

Lunch cirka kl 12 – 13 tillsammans med värderaren.

Eftermiddag t.ex. kl. 13 – 16

- Eventuellt fortsatt medsittning med 1-2 patienter.
- Genomgång av portföljdokumentet.
- Samtal med handledare och chef samt i förekommande fall studierektor.
- Avslutande genomgång
 - Sammanfattning av dagen
 - Diskussion om utbildningsplanen för återstående del av ST.
 - Ömsesidig återföring om hur dagen varit.

Ansvariga för Mitt-i-ST

Från SFAMs kompetensvärderingsråd:

Ulf Måwe, ordförande

ulf@mawe.se

tel 0730-71 19 58

Kirsten Nilsson, samordnare för Mitt-i-ST

kirsnils@gmail.com

0708 - 18 02 34

SFAMs Mitt-i-ST-kansli:

Mitt-i-ST-koordinator Katarina Boltenstern

katarina.boltenstern@sfam.se (eller mittist@sfam.se)

tel 076-139 44 04, säkrast må-fre kl 9-12.