

Selvreguleret læring og feedback

UPL årsmøde

7. November 2024

Ulla Christensen

Disposition

1. Trends i medicinsk uddannelse
2. SRL-the basics
3. Socialkognitiv tilgang til SRL:
 - Baggrunden
 - Den cykliske model
 - Udfordringer
4. Feedback
 - Hvad er problemet?
 - Grundregler
 - Hvorfor er feedback så svært og hvordan får vi det til at virke?
5. Hvordan understøttes SRL?
6. Opsummering

Det store perspektiv - tre trends i medicinsk uddannelse

1.

Læring ansues som proces hvorigennem man udvikler sig **fra novice til ekspert** → læringsmål og kompetencevurdering.

2. SRL og refleksive læreprocesser

- Opmærksomhed på at kompetencevurdering ikke kan stå alene - patientcentreret tilgang, samarbejdsevner, organisatorisk forståelse og klinisk beslutningstagning er svære at lære, og svære at kompetencevurdere
- Den vigtigste kompetence er måske at **håndtere usikkerhed og kunne tilpasse sig nye situationer.**
- Kan understøttes af selvreguleret (livslang) læring og refleksive læreprocesser

3. Autonomi-understøttende supervision

- Underviseren motiverer den studerende og understøtter læring
- Feks gennem formativ feedback, og fokus på den enkelte studerendes læringspotentiale
- Selvstændigt arbejde i klinikken, f. eks i studenterklinikker eller egne patienter på afdelingen under supervision

Hvad er selvreguleret læring – SRL?

- Ingen entydig definition!
- Den lærende indgår i en reflekteret læreproces og
 1. Sætter mål og forstår betydningen af målsætning
 2. Monitorerer og regulerer egen forståelse og motivation
 3. Justerer sin egen adfærd i kraft af vurdering af læringsfremskridt
- De tre elementer påvirkes og stimuleres af feedback fra omgivelserne

Socialkognitiv tilgang til SRL

SRL sker i et samspil mellem

1. Den lærendes emotionelle og kognitive aktivitet
2. Den lærendes fysiske adfærd
3. Det miljø den lærende er en del af

Udspringer af socialkognitiv psykologi (Bandura) og pædagogisk psykologi (Zimmerman)

Baggrunden

Zimmerman (amerikansk pædagogisk psykolog, 1980erne):

- 1. Introspektion og selvmonitorering** forstærker den lærendes metakognitive bevidsthed (evne til at reflektere over egne tanker)
- 2. Essentielle elementer i læring:**
 - **Motivation og følelser** hos den lærende,
 - **Sociale interaktioner** i læringsmiljøet og
 - Den lærendes vilje til at påtage sig et **personligt ansvar** for sin akademiske læring

SRL ifølge Zimmerman:

SRL er den læring der

- initieres,
- kontrolleres og
- styres af den lærende selv

under indflydelse af feedback-loops fra læringsmiljøet

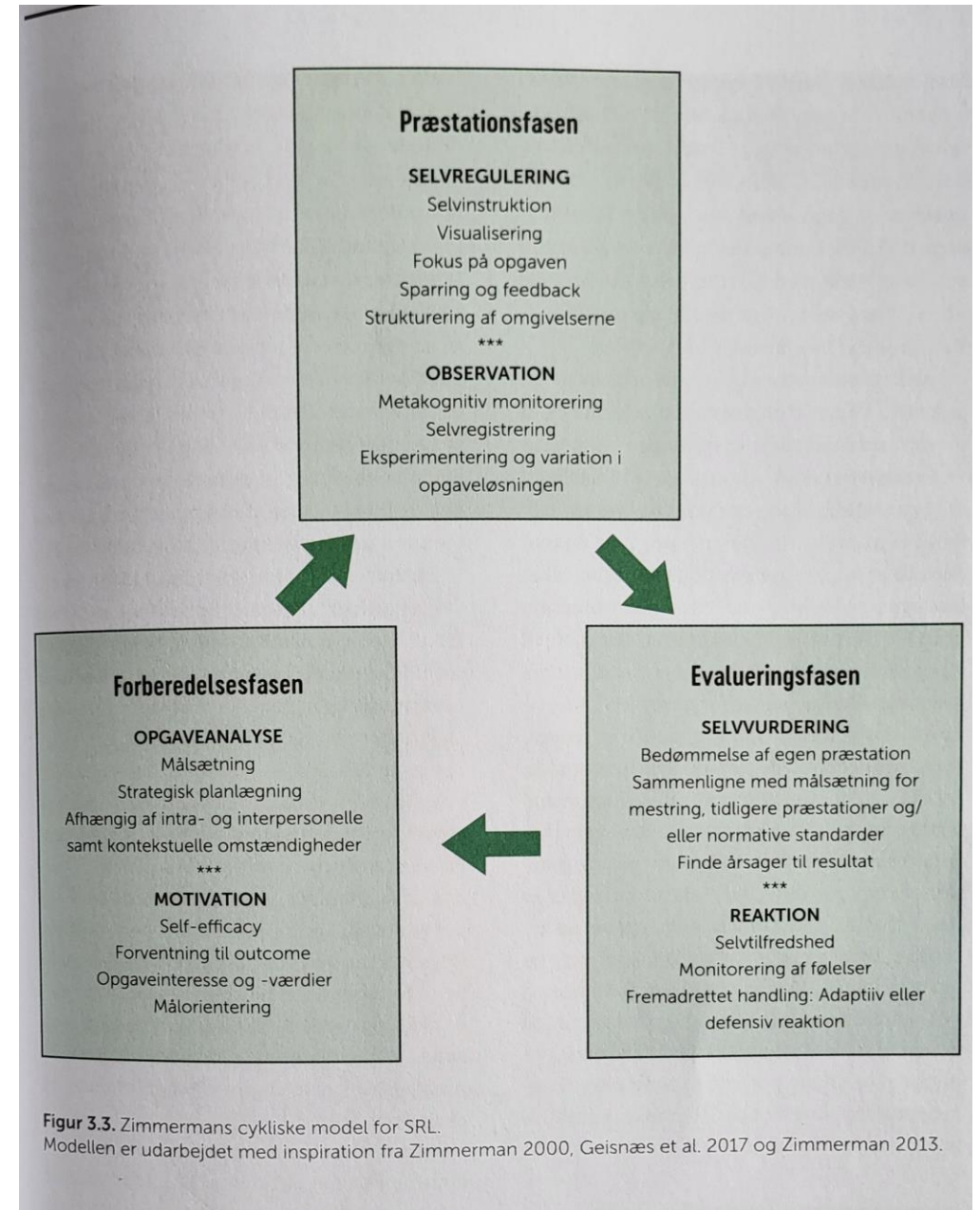
Zimmermans cykliske model:

Self-efficacy:

Individets følelse af mestringsevne (i forbindelse med specifik opgave)

Medicinsk Didaktik, kapitel 3: Selvreguleret læring, en strategi for livslang læring.

Rune Dall Jensen og Mette Krogh Christensen



SRL – livslang læring også for os selv

- Udbytte af kurser og kongresser kunne helt sikkert optimeres v h j a SRL
- Hvad med hverdagen – kunne 5 minutters forberedelsesfase og 5 minutters evaluering inden specifikke kliniske opgaver/en vanskelig samtale/undervisningsudfordring være gavnligt?
- Er vi selv gode forbilleder der er opmærksomme på vores næste udviklingspunkter?
- Hvad er det næste vi hver især rigtig gerne vil lære?

Udfordringer ved SRL

- Manglende motivation
- Lav følelse af mestringsevne
- Manglende sociale færdigheder
- Manglende interesse for faget
- Utilstrækkelig planlægning > opgaven føles uoverskuelig eller for let
- Manglende muligheder for hjælp og feedback

Feedback – hvad er problemet?

- Speciallæger er langt mere tilfredse med den feedback de giver, end uddannelseslæger er med den feedback de modtager
- Kun 10-20% af studerende og uddannelseslæger mener de hyppigt får feedback mens 80% af speciallæger mener de hyppigt giver feedback
- Rapport om Yls arbejdsmiljø 2019: Kun ca halvdelen af YL oplever at få konstruktiv feedback på udført arbejde
- Er du selv tilfreds med mængden og kvaliteten af den feedback du har givet den sidste uge?
- Har du modtaget feedback på arbejdet den sidste uge? Måned? Hvordan var det? Hvordan opfatter du selv generelt at få feedback?

Grundregler for feedback

- Giv feedback på baggrund af observation (førstehåndsviden)
- Vær objektiv, ikke dømmende
- Gå efter sagen, ikke personen
- Tag udgangspunkt i kendte, fælles mål
- Fokuser på specifik adfærd, ikke generaliseringer
- Giv feedback så tæt på situationen som muligt
- Brug "jeg" og ikke "du"
- Inviter til reflektiv dialog

Sammenskrivning af elementer fra en række modeller inspireret af bla Ende og Pendleton

Lynguide til de tre faser i feedback

- Før: Hvad vil du gerne have feedback på? *
- Under: Husk du skal være konkret – tag gerne noter
- Efter:
 - Den studerendes selv vurdering – hvordan synes du det gik, hvad fungerede, hvad fungerede ikke? *
 - Giv specifik, deskriptiv og præcis feedback
 - Del dine observationer og vurdering: "Jeg observerede at du.., det fungerede godt fordi..., for mig ville det være smartere at..."
 - Begræns din feedback til enkelte, klare pointer
 - Spørg de studerende hvad de tænker og hvad de vil arbejde videre med fremover *

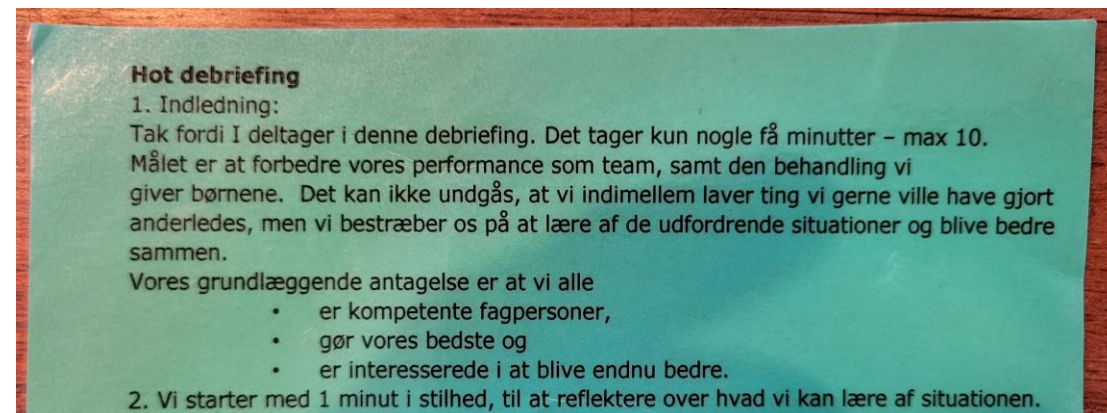
*Autonomi og selvrefleksion

Feedback – hvorfor er det så svært?

- Indeholder en **vurdering** af et andet menneskes adfærd og handlinger
- Afhængig af **relationen** mellem giver og modtager
- Afhængig af begge **kompetencer**, og position i **hierakiet**
- Afhængig af modtagerens **feedback literacy** - evne til at **bruge feedback**

Feedback – hvordan får vi det til at virke 1?

- Skab et rum af **tillid og tryghed – tal sammen inden** aktiviteten
- **Selvvurderingsfasen** vigtig at tage først fordi:
 - Mest virkningsfuldt hvis den studerende selv kan analysere hvad der fungerede og hvad der ikke gjorde
 - Feedbackgiver får et indtryk af den studerendes selvindsigt, så den efterfølgende feedback kan reguleres efter dette – ved høj selvindsigt skal selvvurderingen bekræftes; ved lav grad skal den korrigeres
- ”Indgangsbønnen” til inspiration:



Feedback – hvordan får vi det til at virke 2?

- Obs på **tidsrammen** - Vigtigt at nå den studerendes perspektiv!
- Ved kort tidsramme: Fx ”Hvad **tænker du selv** om knæundersøgelsen/kommunikationen med patienten” (indeholder både den studerendes perspektiv og det element man selv har udvalgt)
- **Vær eksplicit** når der gives feedback – særligt når feedback ikke er planlagt – hvorfor?
- Disguised feedback – hvad er det?
- **Feedback fra patienten** er også en mulighed fx i AP: Umiddelbart efter konsultationen spørger HU-lægen patienten hvad han/hun syntes om konsultationen (AMEE)

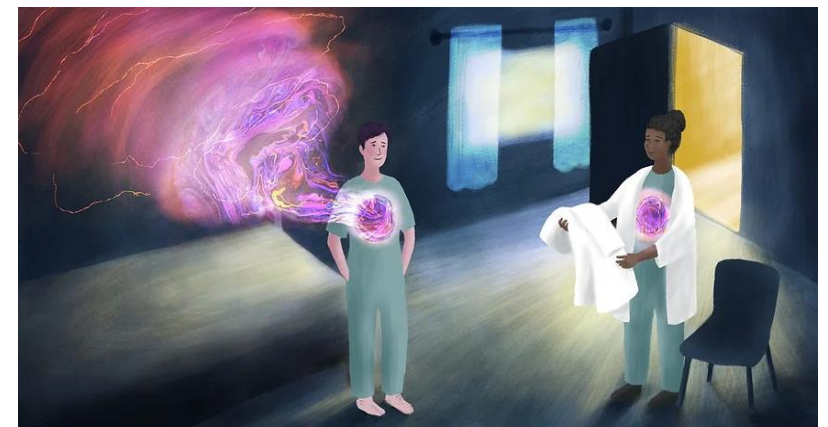
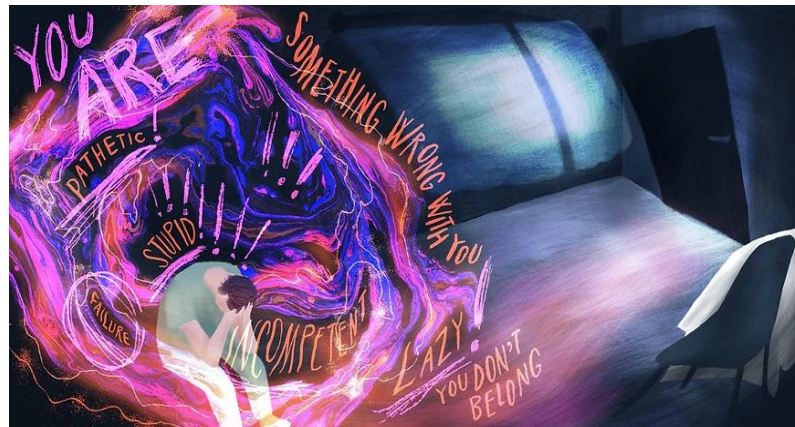
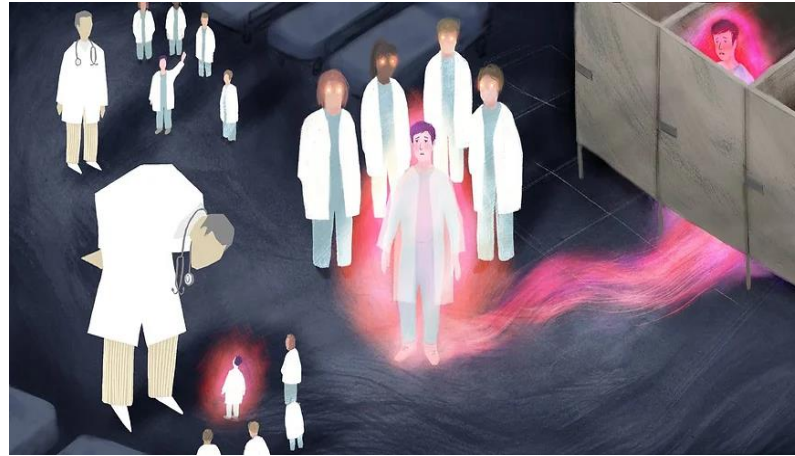
Feedback literacy (evne til at bruge feedback)

Det at modtage feedback er en **aktiv handling**. Kræver at man kan:

- 1. Værdsætte feedback** – forstå værdien, og modtagerens aktive rolle
- 2. Evaluere og bedømme egen indsats.** Hvis selvoverturdering: Giv uopfordret feedback (for modtageren efterspørger ikke feedback) – hvad er det svære her?
- 3. Håndtere følelsesmæssige reaktioner** (hjælpes af tydelige signaler om omsorg og tillid fra vejlederen) – inspiration ns
- 4. Handle** – giv mulighed og støtte til at implementere forbedringsforslag

The shamespace.com

- Shame awareness
- Shame resilience
- Shame sensitive practice



Følelser i feedback

- **Undervurder aldrig den følelsesmæssige reaktion hos feedbackmodtageren**
- Risikoen for at feedback opfattes som ”forkert” af modtageren mindskes ved at
 - **Aftale på forhånd** hvad der gives feedback på
 - Give feedback på baggrund af **konkrete observationer**
 - Være tydelig omkring at din feedback har et **godt formål**: At forbedre den studerendes præstationer. Den kommer fra et godt sted, og du vil feedbackmodtageren det bedste.

Understøttende for SRL 1

- Implementering af selvreguleret læring i klinikken er et **fælles ansvar** mellem den lærende og afdelingen
- **Refleksionsgrupper** – tid sat af i klinikken til at de studerende/læger kan sparre omkring læringsituationer (evt optaget på video) og mulige forbedringer af præstationer
- **Videoptagelse** – ideer og erfaringer?
- Effektiv SRL kræver mulighed for støtte til engagement og aktiv involvering (fex ikke nok at give folk optagelse af deres koloskopier, viden om SRL og tips&tricks)
- Underviseren skal derfor definere pædagogiske rammer for at den lærende kan monitorere og regulere sin læring

Tænkepause!

- Hvordan kan I hver især i jeres dagligdag øge selvreguleret læring hos de studerende i de tre faser:
 - Forberedelse
 - Præstation
 - Evaluering
- Har I gode ideer der kan øge de studerendes autonomi, motivation eller personlige ansvar, samarbejdsevne og organisatoriske forståelse i klinikken?

Skemaer til understøttelse for SRL

Skema til selvreguleret læring

Du skal udfylde skemaet før og efter, du over dig på opgaven. Diskuter dine svar med din vejleder eller en medstuderende, efter at du har skrevet dem ind i skemaet.

Forberedelse:
Hvad er opgaven?

Hvilken specifik del af opgaven vil jeg have fokus på?

Hvad er succeskriteriet?

Evaluering og refleksion:
Hvad skal jeg have fokus på næste gang, jeg skal lave øvelsen?

Hvad er delmålet for næste forsøg?

Fremadrettet handleplan:
Hvordan gik det med opgaven?

Hvorfor gik det, som det gjorde?

Figur 3.4. Skema til selvreguleret læring.

Forberedelse og refleksionsark til lægestuderendes (dyade) møde med patienten i ambulatoriet		
FORBEREDELSE (brug henvisningen)	FØR MØDET MED PATIENTEN	REFLEKSIONER EFTER MØDET MED PATIENTEN
<ul style="list-style-type: none">• Hvornår er patienten henvist?• Hvad er den eller de vigtigste årsager til, at patienten er henvist?• Hvilke objektive og parakliniske fund er gjort af den henvisende læge?• Har patienten fejlet noget tidligere?• Andre vigtige oplysninger i henvisningen?	<ul style="list-style-type: none">• Diagnose og differentialdiagnose i prioriteret rækkefølge• Hvad er vigtigt, at vi får spurgt om?• Hvilke undersøgelser vil vi udføre, og hvad vil vi kigge efter?• Hvilke udfordringer kan vi stå i (etiske, kommunikative, undersøgelser m.m.) og hvordan vil vi forsøge at løse disse udfordringer?	<ul style="list-style-type: none">• Hvad gik godt?• Hvad gik mindre godt?• Er der noget, vi vil gøre anderledes næste gang?• Hvordan tror I, patienten har det efter jeres konsultation (glad/tilfreds/forvirret/ utilfreds/bange/andet)?

Figur 5.2. Forberedelsesark til brug før og efter konsultationen.

Tanker om SRL i klinikken

- Tager vi det personlige ansvar fra de studerende i unødvendig grad ved at planlægge deres dag i detaljer?
- Kunne vi øge de studerendes motivation og udbytte af klinikken ved at give dem mere frihed til selv at bestemme om de f.eks. skal sidde og høre på 30-45 minutters middagskonference om højt specialiserede patienter – hvad gør I andre?
- Kunne tiden f.eks. være bedre brugt på at de laver deres egen refleksionsgruppe omkring deres "egne" patienter?
- Eller følges med en sygeplejerske og øge deres kompetencer i forhold til f.eks. samarbejdsevner/organisatorisk forståelse/patientcentrering?

Opsummering

- Ved at behandle de studerende som brikker på et skakbræt mindsker vi muligheden for at de selv tager ansvar for deres læring
- Vi skal se på de studerendes klinikophold ud fra et bredt perspektiv jvf Zimmermans cykliske model
- Feedback er stadig pokkers svært og der ligger en stor opgave i at sørge for opmærksomhed på feedback hos alle i afdelingen
- Vi skal arbejde på at normalisere feedback og se feedback som en gave
- Vi skal tage ansvaret for at lære de studerende at lære i klinikken
- Simple redskaber som udprintede skemaer kan understøtte SRL