

Vejledning og handouts til afholdelse af 3-timersmøde 2026



Tema 2026: Emnet er frit

Der skal være fokus på, hvad der kan gøre speciallægeuddannelsen ved Aalborg Universitetshospital endnu bedre - og på initiativer, der kan gøre en forskel i den kliniske hverdag. Derudover skal der følges op på initiativerne fra 2025

Formål med 3-timersmødet

3-timersmødet er en unik mulighed for, at I som uddannelseslæger kan påvirke og forbedre jeres egen uddannelse og hverdag – og medvirke til kontinuerligt at forbedre speciallægeuddannelsen ved Aalborg Universitetshospital.

Mødet giver uddannelseslæger tre timer i arbejdstiden til afdelingsvist at arbejde systematisk med uddannelsen ved at tage afsæt i eksisterende styrker og udvikle konkrete, lokale initiativer til forbedring af uddannelsesmiljøet. Det primære fokus er, hvilke uddannelsestiltag I selv kan iværksætte, men også hvad øvrige kolleger, afdelingen og hospitalet eventuelt kan bidrage med.

Det giver jer som uddannelseslæger mulighed for i fællesskab at sætte ord på og konkret planlægge, hvad I som enkeltpersoner og gruppe kan gøre for at løfte kvaliteten af jeres egen uddannelse. I kan i fællesskab bidrage med konstruktive og fremadrettede ideer til at løfte kvaliteten af uddannelsen.

Emnet for mødet 2026 er frit

Der skal være fokus på, hvad der kan gøre speciallægeuddannelsen ved Aalborg Universitetshospital endnu bedre - og på initiativer, der kan gøre en forskel i den kliniske hverdag. Derudover skal der følges op på initiativerne fra 2025.

Udgangspunktet for 3-timersmøderne skal være mødedeltagernes positive oplevelser, da intentionen bag metoden er, at ændringer gennemføres på baggrund af noget aktuelt fungerende.

Program for 3-timersmøde

1. Velkomst v/mødeleder
2. Præsentation af mødets forløb samt valg af referent
3. Status siden sidste 3-timersmøde drøftes
 - Skema "**status siden sidst**" udfyldes i fællesskab
4. Introduktion til årets tema: Temaet er frit
5. Individuelle refleksioner og 2-mandsgrupperne arbejder
6. Pause
7. Gruppediskussioner: Mindre grupper arbejder. **Gruppeark** udarbejdes
8. Plenum, hvor **uddannelseslægenes handlingsplan** udfærdiges i fællesskab

Dokumentationen af mødet laves i skabelonen, som mødeleder (UKYL) indsender umiddelbart efter mødet til _.hoelgaard@rn.dk. Skabelonen ligger på: <https://aalborguh.rn.dk/luf> under *3-timersmøder – instruktion til mødeleder*.

Uddybning af de enkelte punkter i dagsordenen

Ad 4: Status siden sidst

Status:

Beskriv de konkrete initiativer fra sidste møde fra **uddannelseslægenes handlingsplan**, hvor emnet dels var frit og dels handlede om flytning - hvordan er det gået med at få dem implementeret.

- 1) Havde initiativerne den ønskede effekt?
- 2) Er der nogen initiativer, der endnu ikke er iværksat og hvorfor?
- 3) Er de stadig relevante?

Ad 5: Individuelle refleksioner

1. Når du tænker tilbage på din tid i den afdeling, du er i nu – hvilke 2-3 gode oplevelser vil du så fremhæve?
2. Hvad gjorde du og hvad gjorde andre, der bidrog til, at det blev til gode oplevelser?
(ledelsen, den uddannelsesansvarlige overlæge, din vejleder, den uddannelseskoordinerende yngre læge, andre overlæger/afdelingslæger/uddannelseslæger)
3. Har du på den baggrund forslag til initiativer, som kan medvirke til at styrke uddannelsen af den enkelte uddannelseslæge - og arbejdsfællesskabet?
4. Hvilken effekt vil initiativerne få?

Gå sammen to og to.

Først bruger I 5 min. hver for sig til at reflektere over ovenstående spørgsmål og nedskrive små sætninger, der kan illustrere dine svar (disse indberettes ikke):

Individuelle refleksioner

Gode oplevelser:

- Hvad gjorde jeg?

- ☐
- ☐
- ☐

- Hvad gjorde andre?

- ☐
- ☐
- ☐

Mindre gode oplevelser:

- Hvad gjorde jeg?

- ☐
- ☐
- ☐

- Hvad gjorde andre?

- ☐
- ☐
- ☐

Forslag til ændringer

- ☐
- ☐
- ☐

Hvilken effekt kunne det have?

- ☐
- ☐
- ☐

Herefter interviewer I hinanden i 2 x 10 min.

Ad 7: Gruppeark

Gå sammen med 2 - 4 andre par (hvis I kun er få læger i afdelingen, kan dette foregå i plenum, men det er vigtigt, at gruppearket udfyldes):

1. Fortæl om jeres gode og mindre gode oplevelser, om forslag til ændringer, der vil gøre en forskel, samt mulige effekt, hvis ændringer gennemføres.
2. Formuler gruppens fælles oplevelser (gode og mindre gode) omkring uddannelsen. Nedskriv i gruppeark.

Gode oplevelser:

Mindre gode oplevelser:

3. Formuler gruppens forslag til ændringer, der vil gøre en forskel, eller som I formoder vil gøre det. Hvilke mulige effekter forventer I? Nedskriv i gruppeark.

Gruppens forslag til forbedringer og mulig effekt:

4. Forbered jeres fremlæggelse i plenum, hvor handlingsplanen laves.

Ad 8: Uddannelseslægenes handlingsplan

Instruktion til mødeleder:

På baggrund af gruppernes arbejde skal I blive enige i plenum om, hvilke initiativer I vil arbejde videre med. Der kan maksimalt defineres 5 initiativer – hellere kvalitet frem for kvantitet.

Når uddannelseslægenes handlingsplan skal udfyldes, er det vigtigt, at I er opmærksomme på de forskellige niveauer:

- **Hvad kan vi selv gøre?** (alt, hvad der kan gøres i egne rækker, er vigtigt at få med)
- Hvem skal eventuelt involveres for at lykkes? (lægekollegaer, afdelingsledelsen, Hospitalsledelsen)

Bemærk, at tovholder ikke nødvendigvis skal være udførende på initiativet, men sørge for at følge op på progressionen. Og UKYL skal *ikke* være tovholder for det hele.

Initiativerne indberettes i separat skabelon med følgende oplysninger:

Det konkrete initiativ:
Hvornår:
Tovholder:
Hvem skal involveres: