**Om bruk av dagbok**

Som student skal du bruke dagbok som hjelpemiddel i praksis m.a. for at ikkje hendingar, opplevingar og erfaringar frå praksisfeltet skal forsvinne. Du skal kunne reflektere og tenke over dei oppgåvene du står overfor, og kva utfordringar desse gir. Du skal også kunne reflektere over og gjere faglege vurderingar rundt einskildhendingar.

Aktuelle refleksjonar kan vere: Kva tankar / følelsar / utfordringar har eg i høve til oppgåver eg skal inn i? Kvifor gjekk det som det gjekk i denne situasjonen? Kva har eg lært av dette? Korleis kan eg bruke det eg har lært vidare? Er det spørsmål eg må finne meir ut av? Er det tema og situasjonar eg bør ta opp i rettleiinga? Bør eg lese / repetere teori? Er det arbeidsoppgåver som eg bør gå vidare på?

**Utbytte av å skrive dagbok:**

* Ein måte å førebu seg på det som skal komme
* Ei påminning om å oppsummere og evaluere kvar einskild praksisdag
* Oppgåver blir ikkje gløymt
* Du blir bevisst nye erkjenningar ved å sette ord på dei
* Du kan sjå tydelegare din eigen læreprosess, og dagboka blir såleis eit nyttig hjelpemiddel / verktøy i rettleiinga og i samband med arbeidskrava.

**Dagboka kan delast inn slik:**

**DAG OG DATO**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Arbeidsoppgåver** | **Mine tankar, følelsar og utfordringar** | **Mine faglege vurderingar med kopling til teori** |
|  |  |  |
|  |  |  |

**Erfaringar og hugseliste:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Skildring av ein situasjon** | **Mine tankar og følelsar** | **Mine faglege vurderingar** |
|  |  |  |