

## **Analyse Réflexive de Pratiques Professionnelles : support d'aide à la rédaction**

### **Je décris ma situation**

**1°) Quelles sont les circonstances, le contexte de la situation qui m'interpelle : (3 à 5 lignes)**

Il doit s'agir ici d'une seule situation, précisez que vous avez vécue. Les circonstances et le contexte sont précisés de manière objective et factuelle..

**2°) Je raconte ma situation : que s'est-il passé ?**

Vous décrivez la situation telle que vous l'avez vécue. Votre tuteur peut, en vous questionnant, vous amener à étoffer la description de votre situation ou au contraire, vous aider à vous « recentrer » davantage.

**=> Quelle(s) question(s) je me pose à la suite de cette situation ?**

**Je décortique ma situation pour mieux la comprendre**

**3) J'analyse ma situation en la découpant selon des « étapes/séquences chronologiques » que j'ai moi-même définies :**

	<b>Actions, faits</b>	<b>Intentions</b>	<b>Émotions Ressentis</b>	<b>Interprétation</b>	<b>Croyances Valeurs Principes</b>	<b>Théories. Règles Procédures, etc.</b>
	<i>Paroles, gestes, personnes</i>	<i>En faisant cela je veux</i>	<i>Je ressens J'éprouve Je perçois</i>	<i>Je me dis Je pense que J'estime que</i>	<i>Je crois que Je suis convaincue de J'ai la certitude J'ai pour principe</i>	<i>Je fais cela en lien avec Je fais cela pour respecter</i>
<b>Exemples</b>	<i>Mon patient est rentré dans la salle, la cadre m'a interpellé, j'ai dit à ma tutrice..., j'ai tendu la main à mon patient ....</i>	<i>Etre un bon professionnel, consolé mon patient, plaire à ma tutrice, bien paraître auprès de la cadre, faire ce que le tuteur attend de moi, ....</i>	<i>J'ai peur, je ressens de la frustration, je suis en colère, cela me fait de la peine, je me sens impuissant ...</i>	<i>Il doit se dire que je suis une mauvaise professionnelle, je me dis que je pourrais faire mieux, j'estime que je n'aurais pas pu faire mieux, j'estime que j'ai fait de mon mieux, je me dis que j'ai appliqué tous les conseils ...</i>	<i>Je suis convaincue qu'un professionnel de santé ne doit pas..., J'ai la certitude de ne pas être bienveillante si..., je crois qu'un bon professionnel devrait..., ...</i>	<i>Je fais cela car j'ai vu en cours que..., je fais cela en lien avec la théorie que j'ai apprise, je fais cela car je me suis renseignée et..., je fais cela pour respecter les principes de mon projet d'intervention, je fais cela car mon tuteur me l'a montré, ...</i>
<b>Séquence 1 de ma situation</b>						
<b>2</b>						
<b>3</b>						
<b>etc.</b>						

### **Je tire une « leçon » de cette expérience**

#### **4) Cette situation m'a appris quoi ?**

En auto-analysant : ce à quoi j'ai été confronté / ce que j'ai compris / ce que j'ai appris / ce qui « fait sens » et que je retiens pour ma gouverne (la leçon de l'expérience)

#### **5) Quelles pistes de réflexion pour l'avenir ?**

Ce que je peux mettre en place dans ma pratique future, ce que je dois reconduire, modifier, ce à quoi je penserais...pour faire évoluer ma pratique.

## **Analyse Réflexive de Pratiques Professionnelles : support d'aide à la rédaction**

### **Je décris ma situation**

#### **1°) Quelles sont les circonstances, le contexte de la situation qui m'interpelle : (3 à 5 lignes)**

Il doit s'agir ici d'une seule situation, précisez que vous avez vécue.

Ma tutrice me demande de faire seul la séance de rééducation de Monsieur Y. Il a 38 ans et est atteint d'une sclérose en plaques qui évolue lentement. Il est volontaire dans ce que l'ergothérapeute lui propose lors de ses séances. Il a une épouse qui vient le voir régulièrement et deux enfants de 3 et 8 ans.

#### **2°) Je raconte ma situation : que s'est-il passé ?**

Vous décrivez la situation telle que vous l'avez vécue. Votre tuteur peut, en vous questionnant, vous amener à étoffer la description de votre situation ou au contraire, vous aider à vous « recentrer » davantage.

Monsieur Y. est un patient que ma tutrice suit depuis plusieurs semaines. J'ai pu assister à une dizaine de séances avec elle. Elle m'a demandé de réaliser la séance de Monsieur Y. en autonomie. J'ai choisi un exercice que ma tutrice avait proposé à une autre patiente, pour lui faire travailler le même objectif.

Je suis dans la salle d'ergo, Monsieur Y. est déjà installé. Je propose donc à Monsieur Y. de réaliser un exercice de rééducation pour améliorer son équilibre statique : l'exercice consiste à se mettre debout, devant la table et mettre de pions de Puissance 4 dans le support prévu.

Je lui explique l'exercice et Monsieur Y. le fait en me disant « super, on est à l'école primaire ! ». Je suis restée sans rien dire jusqu'à la fin de l'exercice.

#### **=> Quelle(s) question(s) je me pose à la suite de cette situation ?**

Comment réagir quand on est en difficulté face à un patient ?

**Je décortique ma situation pour mieux la comprendre**

**3) J'analyse ma situation en la découpant selon des « étapes/séquences chronologiques » que j'ai moi-même définies :**

	<b>Actions, faits</b>	<b>Intentions</b>	<b>Émotions Ressentis</b>	<b>Interprétation</b>	<b>Croyances Valeurs Principes</b>	<b>Théories. Règles Procédures, etc.</b>
	<i>Paroles, gestes, personnes</i>	<i>En faisant cela je veux</i>	<i>Je ressens J'éprouve Je perçois</i>	<i>Je me dis Je pense que J'estime que</i>	<i>Je crois que Je suis convaincue de J'ai la certitude J'ai pour principe</i>	<i>Je fais cela en lien avec Je fais cela pour respecter</i>
<b>Exemples</b>	<i>Mon patient est rentré dans la salle, la cadre m'a interpellé, j'ai dit à ma tutrice..., j'ai tendu la main à mon patient ....</i>	<i>Je veux être un bon professionnel, consolé mon patient, plaire à ma tutrice, bien paraître auprès de la cadre, faire ce que le tuteur attend de moi, ....</i>	<i>J'ai peur, je ressens de la frustration, je suis en colère, cela me fait de la peine, je me sens impuissant ...</i>	<i>Il doit se dire que je suis une mauvaise professionnelle, je me dis que je pourrais faire mieux, j'estime que je n'aurais pas pu faire mieux, j'estime que j'ai fait de mon mieux, je me dis que j'ai appliqué tous les conseils ...</i>	<i>Je suis convaincue qu'un professionnel de santé ne doit pas..., J'ai la certitude de ne pas être bienveillante si..., je crois qu'un bon professionnel devrait..., ...</i>	<i>Je fais cela car j'ai vu en cours que..., je fais cela en lien avec la théorie que j'ai apprise, je fais cela car je me suis renseignée et..., je fais cela pour respecter les principes de mon projet d'intervention, je fais cela car mon tuteur me l'a montré, ...</i>
<b>Séquence 1 de ma situation</b>	<i>J'arrive en salle d'ergothérapie, Monsieur Y. me regarde</i>		<i>Je suis très stressée</i>	<i>Je me dis qu'il doit être déçu de ne pas voir l'ergothérapeute avec moi</i>		
<b>2</b>	<i>Je m'installe devant Monsieur Y. avec l'exercice que j'ai choisi</i>		<i>Je ne suis pas sûre de moi,</i>	<i>J'ai l'impression que Monsieur Y. ne va pas me prendre au sérieux</i>		

<b>3</b>	J'explique les consignes de l'exercice choisi à Monsieur Y.	Je veux pouvoir aider Monsieur Y. à améliorer son équilibre statique	Je suis assez à l'aise avec les consignes de l'exercice	Je me dis que les consignes devraient facilement être assimilées		Je fais cela car ma tutrice m'a demandé de m'occuper de la séance en autonomie
<b>4</b>	Monsieur Y. commence à faire l'exercice	Je veux qu'il réussisse à faire ce que je lui ai proposé	Je sens que ça ne lui plaît pas	Je me dis que c'est parce que je suis stagiaire et qu'il ne me prend pas au sérieux	Je suis convaincue que si j'étais ergothérapeute diplômée, ce serait différent	
<b>5</b>	Il me dit « super, on est à l'école primaire ! ».		Je perds mes moyens, je n'arrive plus à parler	Je me dis que je suis nulle  J'ai l'impression de ne plus être crédible du tout		
<b>6</b>	Le patient a fini son exercice, je l'ai salué et je suis allée voir ma tutrice pour qu'elle prenne le relai		Je me suis sentie mal et incompétente			

## **Je tire une « leçon » de cette expérience**

### **4) Cette situation m'a appris quoi ?**

En auto-analysant : ce à quoi j'ai été confronté / ce que j'ai compris / ce que j'ai appris / ce qui « fait sens » et que je retiens pour ma gouverne (la leçon de l'expérience)

A travers mon analyse et l'échange avec ma tutrice, je me suis rendue compte qu'avant même de commencer la séance, j'étais sûre de ne pas être légitime à assurer cette séance, alors que je l'avais préparée et que je savais que cet exercice était pertinent pour l'objectif visé.

J'ai compris qu'un manque de communication avec le patient avait causé une relation thérapeutique bancale... En effet, à aucun moment je me suis représentée et j'ai expliqué ce que j'allais faire et pourquoi j'allais le faire.

### **5) Quelles pistes de réflexion pour l'avenir ?**

Ce que je peux mettre en place dans ma pratique future

A l'avenir, j'optimiserai cette communication, dès le début de la séance, pour établir un lien de confiance avec mon patient.

De plus, le choix de mon exercice n'était pas forcément adapté. Pour optimiser l'engagement de Monsieur Y. dans ce que je lui proposais, j'aurais pu/dû, me renseigner sur ses centres d'intérêt pour trouver une activité plus en lien avec ce qui lui tient à cœur.

Enfin, ma tutrice m'a conseillé de me renseigner sur les concepts de la relation d'aide de Carl Rogers, qui indique que « la présence », capacité physique et psychologique d'être « là » est indispensable. Or, dans cette situation, je ne me sentais pas si présente que ça pour mon patient, car je n'ai pas su gérer mon stress. Un travail sur la gestion des émotions me serait utile.