

## Ecriture réflexive et auto-analytique

### 1°) Présentation globale d'une situation qui interpelle : contextualisation, circonstances (3 à 5 lignes) -> description générale de la situation

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

### 2°) Relecture globale : la situation initiale / ce qui s'est passé (l'évènement) / la question qui en résulte -> description plus détaillée de la situation

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.

### 3°) Analyse réflexive de la situation par séquences temporelles, en la découpant selon le déroulé que vous lui supposez :

Données	factuelles	intentionnelles	émotionnelles	interprétatives	référentielles	
					.....internes.....	.....externes.....
	Stratégies, actions, faits	Intentions	Émotions Ressentis	Interprétation	Croyances Valeurs Principes	Théories. Règles Procédures, etc.
Séquence 1	Paroles, gestes, personnes - par séquences	En faisant cela je veux	Je ressens J'éprouve Je perçois	Je me dis Je pense que J'estime que Ce que je sais, c'est que...	Je crois que Je suis convaincue de J'ai la certitude Ce qui touche J'ai pour principe	Je fais cela en lien avec Je fais cela pour respecter
2						
3						
etc.						

### 4°) Analyse compréhensive (espace-temps dialogique : avec un interlocuteur « accompagnant »)

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) / ce que je peux mettre en place dans ma pratique future

### **Écriture réflexive et auto-analytique : exemple**

**1°) Présentation globale d'une situation qui interpelle** : contextualisation, circonstances (3 à 5 lignes) -> description générale de la situation

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°) Relecture globale** : la situation initiale / ce qui s'est passé (l'évènement) / la question qui en résulte -> description plus détaillée de la situation

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.

La question qui en résulte : comment réagir quand on est en difficulté face à un patient ?

3°) **Analyse réflexive** de la situation par séquences temporelles, en la découpant selon le déroulé que vous lui supposez :

Données	factuelles	intentionnelles	émotionnelles	interprétatives	référentielles	
					.....internes.....	.....externes.....
	Stratégies, actions, faits	Intentions	Émotions Ressentis	Interprétation	Croyances Valeurs Principes	Théories. Règles Procédures, etc.
Séquences temporelles	Paroles, gestes, personnes - par séquences	En faisant cela je veux	Je ressens J'éprouve Je perçois	Je me dis Je pense que J'estime que Ce que je sais, c'est que...	Je crois que Je suis convaincue de J'ai la certitude Ce qui touche J'ai pour principe	Je fais cela en lien avec Je fais cela pour respecter
1	J'arrive en salle d'ergothérapie, Monsieur Y. me regarde		Je suis très stressée	Je me dis qu'il doit être déçu de ne pas voir l'ergothérapeute avec moi		
2	Je m'installe devant Monsieur Y. avec l'exercice que j'ai choisi		Je ne suis pas sûre de moi,	J'ai l'impression que Monsieur Y. ne va pas me prendre au sérieux		
3	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
4	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	

5	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		
6	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			

**4°) Analyse compréhensive** (*espace-temps dialogique : avec un interlocuteur « accompagnant »*)

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) / ce que je peux mettre en place dans ma pratique future

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.

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.