

# Capsule pédagogique 3

## La pratique réflexive, un outil d'accompagnement



Par Janique Beaulieu, CSI  
Inf. B.Sc., MiPUSS  
Novembre 2022

*Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Capitale-Nationale*

Québec 

# Mise en contexte



**Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Capitale-Nationale**

**Québec** 

# Introduction



*Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Capitale-Nationale*

Québec 

# Objectifs

- Définir la pratique réflexive (PR)
- Déterminer l'origine et les composantes de la PR
- Nommer les avantages d'une PR
- Nommer les grands principes soutenant la PR
- Décortiquer le processus en 4 étapes simples



# Définition

D'une façon simpliste, la pratique réflexive consiste en la capacité de devenir l'**objet de sa propre réflexion**, et ce, afin de prendre des décisions sur les **actions en cours** et **à venir** (3)

La réflexivité est un processus **itératif**, qui englobe à la fois une **réflexion sur la situation** et **sur la réflexion**, tout en visant un **changement** (5)

# Définition (suite)

C'est donc un processus consistant à s'engager dans des **interactions attentives, critiques, exploratoires et itératives** avec ses pensées et ses actions, afin d'envisager un changement dans ces différentes composantes et à en examiner le changement (5)

# Un peu d'histoire...

**John Dewy  
(1933)**

Pensée  
réflexive



**Donald Schön  
(1983)**

Pratique  
réflexive



**David A. Kolb  
(1984)**

Apprentissage  
expérientiel

Inspiré de: Sylvestres, O. (s.d.). PUN-7002: La pratique réflexive [notes de cours imprimées]. Université Laval.

Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Capitale-Nationale

Québec 

# Pourquoi utiliser la PR ? (5)

1. Permet mise en place **stratégies** enseignement et apprentissage **adaptées**
2. Constitue **cadre de référence**
  - Meilleure planification enseignement
  - Favorise inclusion
3. Permet **engagement** efficace dans processus d'apprentissage



# Pourquoi utiliser la PR ? (5)

## 4. Améliore compétences

- Meilleure prise en charge usagers
- Prestation soins sécuritaires + centrés sur patient

## 5. Diminue stress

- Augmente bien-être
- Préviens épuisement professionnel



# Données probantes

Utilisée tôt, permet prise habitudes positives en réflexivité, ce qui se perpétuera dans leur carrière (5)

L'éclairage par un mentor est essentiel: expose points de vue ignorés et aide analyse des émotions générées par le processus (5)

La réflexion n'est pas un processus individuel et personnel strict (4)

# Comment s'y prendre ?

## CONSEILS DE BASE (5)

- Adopter **approche graduelle**, tenant compte du niveau de l'apprenant
  - Possible de réaliser qu'une partie des étapes
- Clarifier le **but**
- Choisir **outils** en tenant compte du niveau + expérience en PR
- **Identification besoin** apprentissage = point de départ
  - Si pas expérience en réflexivité: soumettre questions pour amorcer



# Activités favorisant réflexion en individuel (4)

- Portfolio
- Discussion réflexive
- Plan développement compétences

# Activités favorisant réflexion en groupe (4)

- Comité évaluation qualité
- Réunions multi/interdisciplinaire
- Discussions de cas
- Club de lecture
- Évaluation discussion réflexive de groupe



# Modèles PR

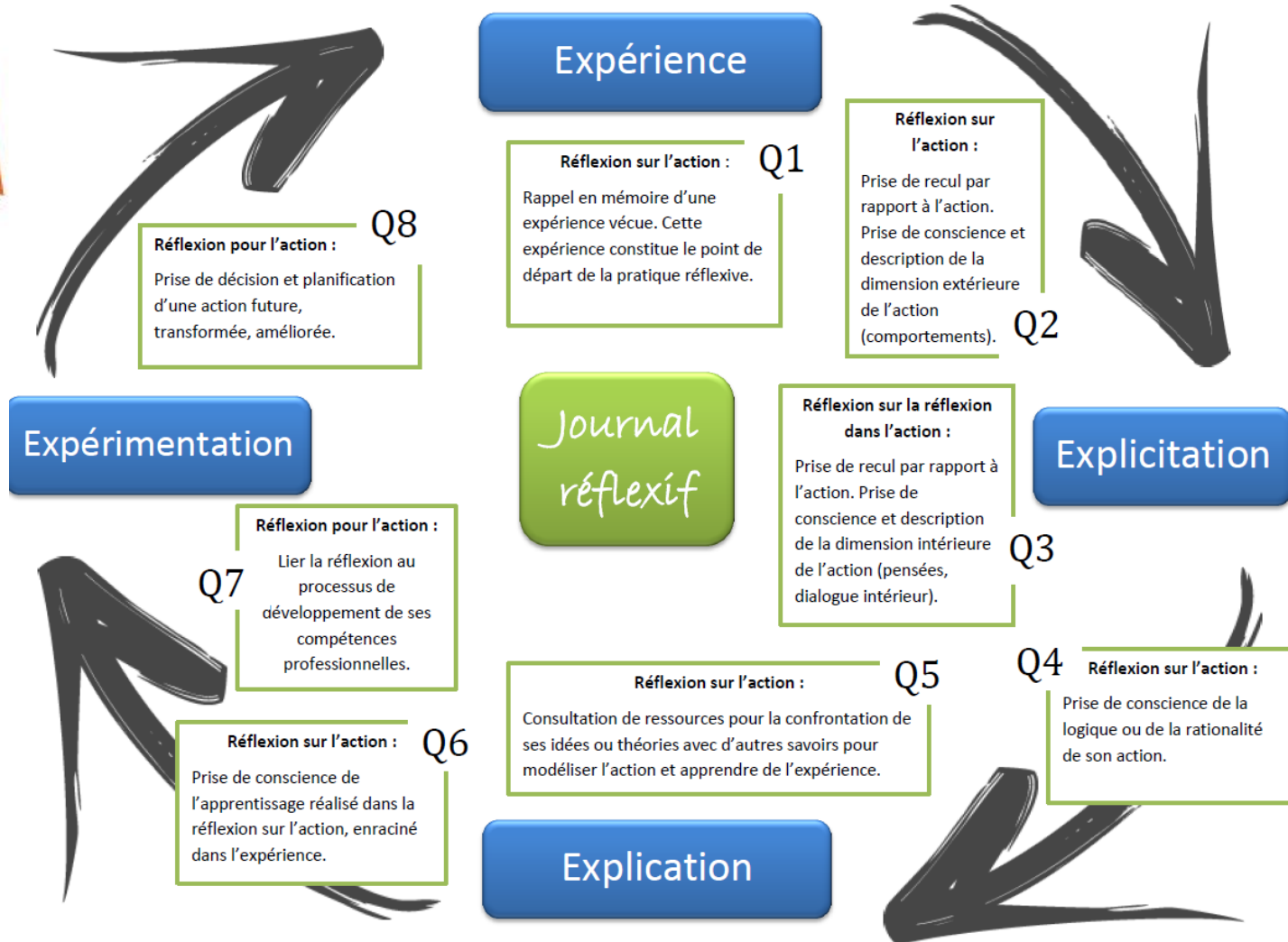
## Processus itératif

- Schön<sup>6</sup>
  1. Savoir en action
  2. Surprise
  3. Réflexion dans l'action
  4. Expérimentation
  5. Réflexion sur l'action
- Kolb<sup>13</sup>
  1. Expérience
  2. Réflexion
  3. Conceptualisation
  4. Action

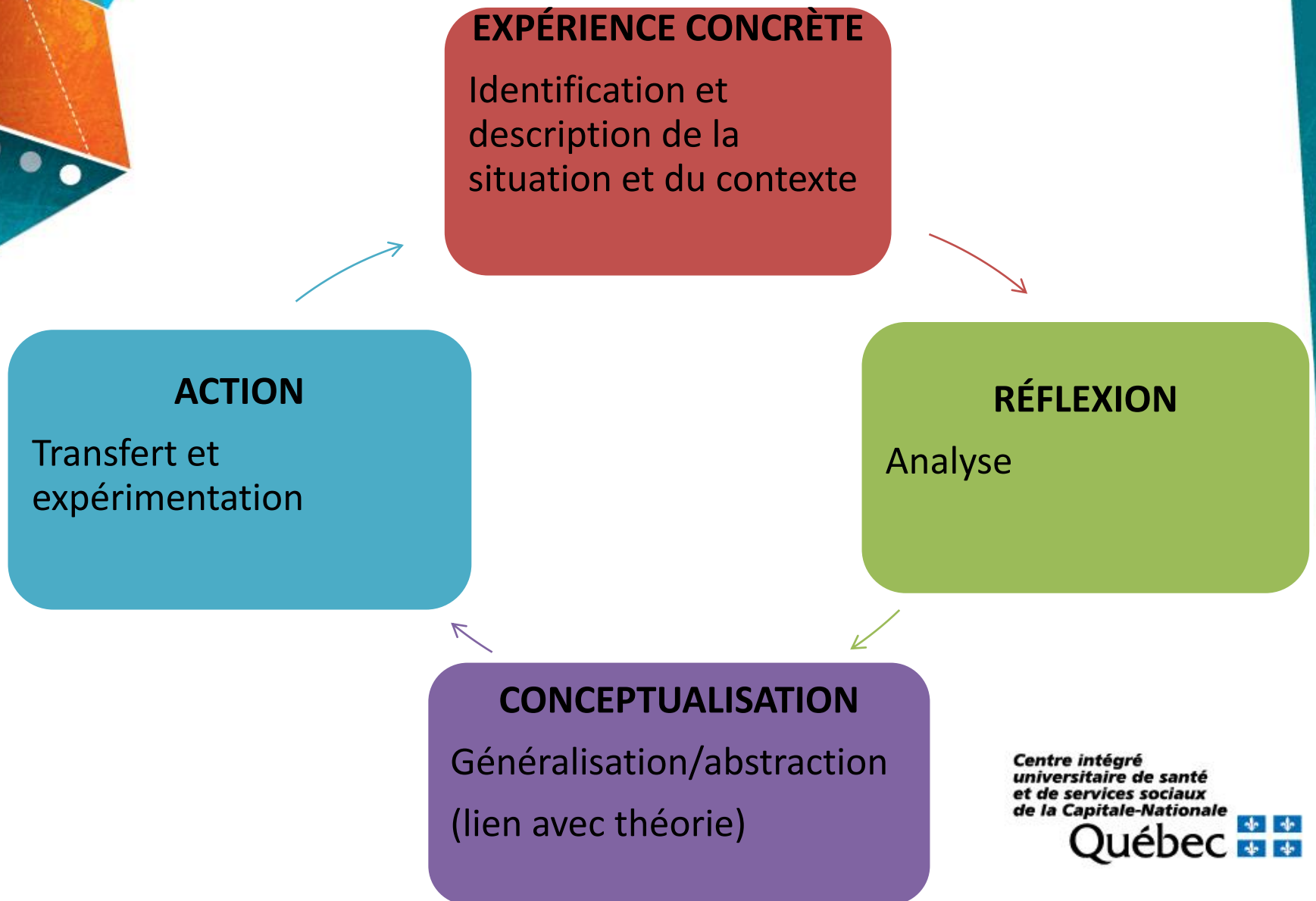
Extrait du tableau 1: Modèles qui décrivent les niveaux de réflexion selon l'activité de réflexion dans Ménard & Ratnapalan (2013).

# Modèle de Kolb

La pratique réflexive à l'intérieur du cycle d'apprentissage expérimental de Kolb



# Processus simplifié, inspiré de Kolb (1984)



# Exemples de questions...

## EXPÉRIENCE CONCRÈTE

- Que vient-il de se passer?
- Qu'est-ce qui t'a surpris?
- Quel était le contexte de la situation?

## ACTION

- Qu'est-ce que tu pourrais faire différemment?
- Quelles sont les options?
- Comment va se dérouler ta prochaine intervention ?

## RÉFLEXION

- Qu'est-ce qui a bien/moins bien été?
- Réactions des personnes impliquées?
- Comment as-tu vécu cette situation?

## CONCEPTUALISATION

- Pourquoi ça bien ou moins bien été?
- Quelles sont les notions théoriques qui te permettraient de mieux comprendre la situation?
- Quels principes peux-tu en dégager?

# Journal réflexif

## JOURNAL REFLEXIF Retour sur un apprentissage expérientiel

**Consignes :** Utilisez un cahier ligné afin de noter les actions posées au moment où vous les expérimentez et en décrivant les comportements et le sens que vous y attribuez.

1. Décrire brièvement une situation que vous avez rencontrée et qui vous a semblé complexe ou stressante?
2. Décrire qu'est-ce qui a été facile pour vous dans la situation, de quoi êtes-vous fier.
3. Décrire ce qui a été difficile dans la situation.
4. Pour quelle(s) raison(s) cette situation vous a-t-elle paru complexe et difficile à gérer? Quels sont les facteurs intrinsèques et extrinsèques qui ont contribué à la situation?

*Facteurs intrinsèques (viennent de l'intérieur de soi : confiance en soi limitée, mauvaise préparation, stress élevé, etc.).*

*Facteurs extrinsèques (facteurs externes en relation avec l'environnement) : relation avec l'infirmière soignante inadéquate, peu de temps pour agir, client agité, première exposition à une telle expérience, etc.)*

5. Quels savoirs (connaissances), savoir-faire ou savoir-être avez-vous dû mobiliser pour aborder la situation avec compétence? Lesquels possédiez-vous? Lesquels ne possédiez-vous pas?
6. Qu'avez-vous fait pour pallier à votre manque d'expérience pour agir avec compétence dans la situation? Quelles ressources avez-vous consultées? Quelles ressources avez-vous omis de consulter?
7. Quels liens faites-vous entre la situation vécue et les aspects théoriques?
8. Que retenez-vous de la situation? Quels apprentissages significatifs avez-vous réalisés?
9. Si vous aviez à revivre une situation comparable, quelle démarche mettriez-vous en place afin d'optimiser vos chances de l'aborder avec compétence? Quels nouveaux apprentissages transposeriez-vous dans une situation ultérieure comparable?



# Journal réflexif simplifié (exemple)

## Expérience concrète

- Nomme une situation qui a bien/ou moins bien été...
- Quel était le contexte?

## Réflexion

- Comment as-tu vécu cette situation? Pourquoi?
- Qu'est-ce qui a bien ou moins bien été?

## Conceptualisation

- Quelles sont les notions théoriques qui te permettraient de mieux comprendre la situation?
- Quels principes peux-tu en dégager?

## Action

- Qu'est-ce que tu pourrais faire différemment?
- Comment va se dérouler ta prochaine intervention?

# Messages clé

- La réflexion = aspect essentiel **apprentissage continu** (4)
- Essentielle pour **développement professionnel**
  - transforme expériences en apprentissages
  - permet de faire liens théorie-pratique (2)
- **Laisser temps** aux apprenants pour apprendre réflexion professionnelle (2)
- **Maîtriser soi-même la PR** pour utilisation efficace (5)



# Conclusion



**Espace discussion** en **contexte non menaçant**

Aide à mieux vivre contexte incertitude (5)

**Outil** essentiel pour **accompagnement**

Nouvelles infirmières + infirmières en difficulté

Permet **augmentation compétences** et **développement raisonnement clinique**

**Adapter démarche**, graduellement, selon expérience apprenant

Réflexivité = pratique qui se développe



# Questions et commentaires



*Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Capitale-Nationale*

Québec 





**Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Capitale-Nationale**

**Québec** 

# Références

1. Gélinas-Proulx, A., Ruest-Paquette, A-S., Simoes F, L.A., Cotnam-Kappel, M. Fallù, C., & Bartosova, L. (2012). La réflexivité : exercice pédagogique et outil d'accompagnement aux cycles supérieurs. *Revue internationale de pédagogie de l'enseignement supérieur*, 28(2), 1-24.  
[https://www.researchgate.net/publication/296706350\\_La\\_reflexivite\\_exercice\\_pedagogique\\_et\\_outil\\_d\\_accompagnement\\_aux\\_cycles\\_supérieurs](https://www.researchgate.net/publication/296706350_La_reflexivite_exercice_pedagogique_et_outil_d_accompagnement_aux_cycles_supérieurs)
2. 2. La pratique réflexive. (5 avril 2022). Dans Wiki-TEDia.  
[https://wiki.telug.ca/wikitedia/index.php/Pratique\\_r%C3%A9flexive#R.C3.A9sum.C3.A9\\_introductif](https://wiki.telug.ca/wikitedia/index.php/Pratique_r%C3%A9flexive#R.C3.A9sum.C3.A9_introductif)
3. 3. Lison, C. (2013), La pratique réflexive en enseignement supérieur : d'une approche théorique à une perspective de développement professionnel. *Phronésis*, 2(1), 15-27.  
<https://doi.org/10.7202/1015636>

# Références

4. Menard, L., & Ratnapalan, S. (2013). Réflexion en médecine: modèles et application. *Canadian Family Physician*, 59(1), 105–107.

5. Pelaccia, T. (2016). Comment (mieux) former et évaluer les étudiants en médecine et en sciences de la santé? Louvain-La-neuve : De Boeck Supérieur.

6. Université de Lausanne. (2013). *La pratique réflexive*. Centre de soutien à l'enseignement.

<https://www.unil.ch/files/live//sites/cse/files/shared/brochures/Module7%20opratique%20reflexive%20individuelle sept2013 v3.pdf>