

Notion de réflexivité

Objectif : s'approprier la notion de réflexivité

Consigne : Consultez les notions et les exemples ci-dessous

Réflexion

Capacité à réfléchir sur des actions en cours pour trouver des solutions à des situations particulières, capacité à mobiliser sa pensée sur quelque chose.

Réflexivité

Consiste à réfléchir sur nos actions, nos expériences. C'est une relecture de nos expériences vécues, une analyse de situations et de pratiques que l'on va initier pour en tirer des leçons transférables à d'autres situations. La réflexivité, cette capacité à prendre du recul par rapport aux expériences vécues, est un outil de connaissance de soi et surtout une source d'amélioration continue. On se prend soi-même comme sujet d'étude, on se regarde agir, on réfléchit à nos pensées. C'est une attitude qui permet une adaptation plus aisée aux changements, c'est donc une compétence fondamentale.

Exemples

Une équipe de soignants prend en charge un blessé. Au cours de leur intervention chacun a mis en place sa réflexion pour identifier les blessures et les soins à apporter.

Lors du debrief hebdomadaire, l'équipe mettra en place une démarche réflexive collective afin d'identifier les ressentis de chacun, les points d'amélioration et les points bloquants qui leur permettront encore plus d'efficacité au cours des prochaines prises en charge.

Emma a fait un stage en entreprise dans le cadre de ses études. Elle a réalisé les missions qui lui ont été confiées en mobilisant ses capacités de réflexion et ses connaissances techniques.

A la fin de cette expérience elle a mis en place une démarche réflexive qui lui a permis d'identifier les nouvelles compétences acquises, faire un bilan personnel de ce qu'elle a aimé, ce qui lui a déplu, ses points forts mais aussi les points qu'elle doit améliorer dans le but de cibler son projet professionnel.