**Journal de bord**

**Apprendre par un stage**

Le stage vous permet d’apprendre par la pratique professionnelle supervisée. La supervision provient le plus souvent de votre superviseur en titre, désigné par l’organisme qui vous accueille en stage, d’une autre personne présente dans votre entourage de travail pendant votre stage et de l’université (tuteur, professeur responsable des stages et agente de stage).

Ce qui vous permettra d’apprendre durant ce stage ce sont vos interventions, votre lieu de stage, votre mandat et leurs contextes, vos relations et échanges avec d’autres dans le cadre de votre stage et, surtout, votre réflexion personnelle sur votre stage et les questions que vous en tirerez pour vous-même ou dans le cadre d’échanges supervisés ou avec des pairs.

La réflexion vous permettra de constater quelles sont les façons de faire auxquelles vous vous êtes référé, quelles ont été les difficultés rencontrées, les questions que vous vous posez, les modèles qui vous sont offerts à travers les interventions des autres professionnels de votre entourage, etc. La qualité de vos observations vous permettra une réflexion plus approfondie et complète et un retour plus significatif sur votre stage. La mémoire est une faculté qui oublie.

**Un outil pour se souvenir**

Le journal de bord est l’outil que nous vous proposons pour consigner tout ce qui peut servir à votre réflexion. C’est un instrument d’exploration des événements qui permet un suivi quotidien des faits et des observations, des événements qui se produisent, des impressions et des émotions à vif ou à tête reposée, des réflexions diverses, un témoin de vos apprentissages. Ce cahier de notes vous appartient et personne ne vous réclamera d’y jeter un coup d’oeil. En vous assurant d’y inscrire au fur et à mesure les éléments que vous jugez importants, vous vous assurez de ne rien oublier au moment de la supervision ou lors de la rédaction de votre rapport de stage et de votre essai.

Vous augmenterez votre sentiment de satisfaction personnelle en identifiant peu à peu vos points forts et en obtenant au fil de vos bons coups la confirmation des effets désirables de vos actions, donc la conviction que vos succès sont le résultat de vos décisions et de vos actions.

**Un outil pour s’aider à apprendre**

Le journal de bord vous fournit également la possibilité de formuler explicitement des objectifs (et des valeurs importantes pour vous dans le cadre du travail) et de les rendre manifestes à vous-même et aux autres durant le stage. Enfin, le journal de bord vous permet d’expliquer en langage professionnel pourquoi vous agissez d’une façon qu’intuitivement vous savez être la bonne. Bref, le journal de bord vous permet de développer un sentiment de confiance et une aptitude à systématiser votre pratique ou vos façons de faire.

**Observer quoi et comment?**

**L’observation de sa pratique nécessite certaines dispositions et capacités :**

* la bonne volonté de mettre en question ce qui est fermement admis et qu’on tient pour acquis, ainsi que ce qui semble évident à première vue, tant par rapport à soi-même que par rapport aux autres personnes et aux institutions;
* un engagement à agir de façon honnête, équitable et réfléchie (demeurer attentif pour éviter de ne sélectionner que ce qui fait notre affaire et pour augmenter sa conscience des événements), à dépasser le niveau technique et le processus quotidien de résolution de problème pour cibler plus que des façons de faire mais également des objets ou objectifs et des raisons, des justifications;
* l’audace de se risquer à exposer sa situation et son point de vue à un examen minutieux même si celui-ci reste personnel, savoir oser pousser la réflexion au-delà du superficiel en n’acceptant pas les banalités et les insignifiances et
* la confiance en soi-même comme source d’apprentissage.

**Comment organiser les informations dans votre journal de bord :**

* La description : notez ce qui s’est passé, (même si ça ne s’est passé que dans votre tête. Nous vous suggérons de vous concentrer particulièrement sur les événements critiques : ce qui apparaît significatif, intéressant, frustrant ou intrigant pour soi. Ce sont par exemple les moments d’une journée qui nous accrochent, auxquels on continue de penser après avoir quitté le travail, qui nous ont choqué, qui nous font nous poser des questions, qui nous rendent mal à l’aise, qui nous demandent un effort, etc.) ce que vous avez dit et fait, comment vous vous sentiez et ce que vous pensiez (consigner des observations suppose une écriture sans ambiguïté qui permette une relecture ultérieure sans perte d’information, et étayée d’exemples adaptés);
* L’analyse : que déduisez-vous de ce qui s’est passé, en quoi cela est-il en relation avec vos objectifs, que pouvez-vous apprendre, vos convictions sont-elles respectées, comment vous situez-vous? quelles sont les questions, facteurs clés qui découlent de votre réflexion sur les faits et vos actions;
* La critique : revoir de façon critique ce qu’on a écrit avec 1 ou 2 jours de recul et retirer de nouveaux niveaux de compréhension de ce qui se passe de façon plus abstraite, développer des hypothèses capables de guider vos actions futures;
* L’invention ou la créativité : dégager des pistes d’apprentissage et d’expérimentation, des théories personnelles qui guideront vos actions et génèreront d’autres réflexions ou permettront d’identifier des besoins.

**Quelques questions clés à se poser :**

* Qu’est-ce qui se passe dans ce lieu de stage ou dans ce mandat, comment cela se passe-t-il?
* Qui sont les intervenants et les acteurs présents et absents mais influents?
* Comment se prennent les décisions dans l’organisation et particulièrement en regard de ce mandat?
* Où se situe le pouvoir décisionnel dans l’organisation?
* Vers quels objectifs tend l’organisation?
* Quel est le contexte et les enjeux du mandat ou, plus largement, qui touchent à l’organisation?
* Qu’est-ce que je vaux?
* Quelles sont les attentes et vais-je être à la hauteur?
* Comment vais-je y arriver; je ne comprends rien… Et si je n’en savais pas assez?

**Des exercices à faire et à répéter**

**A) Incidents critiques (au besoin)**

Pensez à un événement - incident de votre stage :

* Décrivez les détails de l’événement – incident et les sentiments que vous avez ressentis. Demandez-vous: «Qu’est-il vraiment arrivé? Pourquoi était-ce si important pour moi?»;
* Analysez l’événement – incident relativement aux caractéristiques, aux interactions, aux modèles et relations significatives. Posez-vous les questions suivantes : «Quels étaient les éléments significatifs de cette situation? Comment la situation a-t-elle affecté mon comportement, mes sentiments et mes attitudes? Comment mon comportement a-t-il affecté la situation? En quoi cette situation ressemble-telle aux autres que j’avais déjà expérimentées?»;
* Développez un énoncé de principes décrivant ce que vous avez appris de cet incident. Posez-vous les questions suivantes : «Comment cet incident m’affecte-t-il? Qu’est-ce que je sais maintenant que je ne savais pas déjà?»;
* Pensez à l’avenir. Posez-vous la question suivante : «Comment vais-je appliquer à une autre situation ce que j’ai appris »;
* Pensez à ce que vous avez appris en rapport avec vos croyances et vos valeurs. Demandez-vous : «Cet incident a-t-il affecté mes croyances, mes valeurs ou la façon dont je me perçois et celle dont je perçois les autres?».

**B) Résumés réflexifs (fréquence : 15 jours)**

Pensez aux inquiétudes que vous avez éprouvées au cours des dernières semaines concernant votre mandat. Écrivez quelque chose pour répondre à chacune des questions suivantes :

* Comment vos inquiétudes ont-elles changé avec le temps? Pourquoi ont-elles changé? vos inquiétudes passées ont-elles été résolues? Voyez-vous une évolution personnelle dans le changement des inquiétudes?
* Quels thèmes pouvez-vous identifier dans vos entrées de journal? Quelles questions vous êtes-vous posées? Lesquelles correspondent à des questions de valeur? À quelles questions avez-vous répondu de façon satisfaisante? Quelles questions demeurent sans réponse?
* Actuellement, quelle est votre préoccupation majeure dans le domaine de votre évolution professionnelle? Quels sont vos objectifs dans ce secteur? Que ferez-vous pour améliorer ce secteur? Comment saurez-vous que vous progressez en direction de vos objectifs?