

# Fiche n°20 - Entraînement 2



## MOTIVEZ-VOUS ENCORE ET ENCORE

### «ANALYSE DE SA PRATIQUE PROFESSIONNELLE»

Niveau de complexité de l'apprentissage



*But* Profitez de chaque occasion pour vous améliorer.

<i>Contexte</i>	Seul ou avec un collègue de travail avec qui vous vous sentez en confiance.
<i>Durée</i>	15 minutes

#### Déroulement :

À partir d'un exemple, d'un entretien qui vous a marquée et que vous souhaitez revisiter, posez-vous ces quelques questions.

Si vous le réalisez avec une collègue, donnez-lui la liste de ces questions pour qu'elle vous les pose. Vous pouvez bien évidemment lui proposer d'inverser les rôles ensuite, si elle souhaite également bénéficier de votre écoute ouverte.

#### Partir du vécu et des objectifs initiaux

Comment avez-vous vécu la situation ?

Comment s'est passée la conversation ? Qu'avez-vous fait ? Comment la personne a-t-elle réagi ?

Pour quelles raisons cet exemple est-il important pour vous ?

#### Actions et pensées analysées dans le contexte

Qu'est-ce qui vous a amené à faire... ? Quelle était votre intention à ce moment-là ?

D'après vous, pour quelles raisons cela s'est déroulé ainsi ? Quel lien faites-vous avec ce que vous connaissez de la problématique de cette personne ? Et avec l'expérience que vous avez de cette problématique ?

#### Piste d'amélioration

En quoi pourriez-vous vous améliorer pour la suite de votre activité ?

Quelles actions menées vous semblent importantes pour votre métier ?

Après chaque réponse, votre collègue peut résumer vos idées avant d'enchaîner avec la question suivante.

Bien entendu remerciez-la pour ce temps d'échange.

### **Carnet de bord**



*Quelles sont vos idées et pistes d'amélioration pour une pratique encore plus fluide de l'EM ?*