**Journal réflexif professionnel**

### Nom : Date :

# Expérience

1. Je décris une situation, un évènement qui est arrivé dans l’exercice de ma profession aujourd’hui (genre reportage journalistique) :

# Explicitation

1. Je décris une action positive que j’ai réalisée à l’intérieur de cet évènement :
2. Qu’est-ce que je me disais intérieurement lorsque je réalisais cette action?

# Explication

1. Quelles idées ou théories m’ont amené à agir de cette façon?
2. Quelles ressources vais-je consulter pour améliorer mes actions professionnelles?
3. Qu’est-ce qui m’étonne, qu’est-ce que j’apprends en écrivant ces lignes?
4. À quelles compétences cette réflexion d’aujourd’hui est reliée?

# Expérimentation

1. Qu’est-ce que je ferai la prochaine fois que je me retrouverai dans une situation semblable (objectifs, moyens, stratégies, déroulement, etc.)?

|  |
| --- |
| [Licence Creative Commons](http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/) 2025. *Journal réflexif professionnel*  de F. Guillemette, C. Leblanc & K. Renaud est mis à disposition selon les termes de la licence Creative Commons Attribution - Pas d’Utilisation Commerciale - Partage dans les Mêmes Conditions 4.0 International. |