

# Utiliser un journal de réflexion dans votre enseignement des approches écosystémiques de la santé

---

**Auteurs et autrices :** L'équipe de CoPEH-Canada



Sauf indications contraires, le contenu de ce manuel électronique est disponible en vertu des conditions de la [Licence Creative Commons Attribution - Pas d'utilisation commerciale 4.0 International](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)



**Vous êtes autorisé à :**

**Partager** – Copier, distribuer et communiquer le matériel par tous moyens et sous tous formats.

**Adapter** – Remixer, transformer et créer à partir du matériel.

**Selon les conditions suivantes :**

**Paternité** – Vous devez citer le nom de l'auteur original.

**Pas d'utilisation commerciale** – Vous n'avez pas le droit d'utiliser le matériel à des fins commerciales.

**Pour citer cet outil :**

CoPEH-Canada (2012) Utiliser un journal de réflexion dans votre enseignement des approches écosystémiques de la santé. Dans *Manuel d'enseignement des approches écosystémiques de la santé*. (E Roy et N Tanguay, Trad.) [Communauté de pratique canadienne en approches écosystémiques de la santé](https://doi.org/10.5281/zenodo.14714774). <https://doi.org/10.5281/zenodo.14714774> Licence CC BY NC 4.0 International.

## Table des matières

Introduction.....	2
Description .....	2
Objectifs d'apprentissage .....	2
Consignes.....	2

## INTRODUCTION

### Description

Le journal est un processus de réflexion qui a lieu tout au long du cours et qui consiste à rédiger des entrées de journal quotidiennes en réponse à des questions ou à des incitatifs spécifiques, ainsi qu'à engager des discussions continues en petits groupes en vue de partager et d'élargir les idées explorées dans le journal.

### Objectifs d'apprentissage

- Faciliter la compréhension, la création de sens et l'application des concepts de l'écosanté (les « quoi, et alors, que faire maintenant » de l'écosanté) par les apprenantes et apprenants relativement à l'étude de cas et à leurs propres projets.
- Soutenir l'exploration des savoirs conceptuels, théoriques, méthodologiques et pratiques fondamentaux mis de l'avant pendant la formation.
- Provoquer l'expansion du savoir et de l'expérience préalables des étudiantes et étudiants alors qu'ils explorent de nouveaux territoires.
- Fournir un espace où elles et ils peuvent réfléchir à leurs propres idées de recherche, à l'étude de cas ainsi qu'aux questions plus larges d'écosanté.

### Consignes

Dès le premier jour du cours, on donne aux apprenantes et apprenants un carnet vierge destiné à la tenue d'un journal de réflexion, on peut aussi opter pour un format numérique.

À la fin de la plupart des journées, une question ou un incitatif est proposé aux apprenantes et apprenants, qui y répondront à partir dans leur journal (lequel peut comprendre diverses formes d'écriture ou d'expressions visuelles telles que le dessin, le collage ou la peinture).

La question est discutée en classe lors de la rencontre suivante, en petits groupes ou en plénière.

Au moins deux fois pendant la formation (s'il s'agit d'une formation assez longue), les instructrices et instructeurs recueillent les journaux afin de transmettre leurs commentaires ou de poser des questions supplémentaires.

### ***Matériel***

- Carnets non lignés ou document numérique
- Papillons adhésifs

### ***Logistique et préparation***

- Les thèmes abordés par les questions de réflexion doivent être préparés avant la formation alors que les questions spécifiques sont développées pendant la journée, afin de reprendre les thèmes qui émergent.
- Il convient de porter attention à l'ordre des questions au fil des jours. Voici une façon d'approcher le développement d'une série de questions de réflexion :
  - QUOI... ? (Observations et descriptions)
  - ET SI... ? (Réflexions sur le sens, les processus de changement et les scénarios futurs)
  - ET ALORS... ? (Interprétations, qu'est-ce que tout cela signifie ?)
  - QUE FAIRE MAINTENANT... ? (Décisions, prochaines étapes, actions)
- Lorsque possible, l'exercice continu du journal de réflexion devrait être accompagné de moments planifiés pour la discussion collective à propos des journaux et des réflexions. Cela crée un espace ouvert de discussion au sein du groupe autour de questions d'intérêt, de thèmes à approfondir, de questions non élucidées ou de points à éclaircir.

### ***Idées pour l'écriture du journal***

- Prenez note des moments « Ah-ha! » ainsi que des moments de conflit et de confusion.
- Prenez un rôle d'avocat du diable et remettez en question les suppositions, y compris celles de l'autrice ou l'auteur, ou demandez à un pair de jouer ce rôle en relation avec vos suppositions et votre travail.
- Précisez, expliquez et défendez un point de vue avec lequel vous n'êtes pas d'accord (c'est-à-dire, prenez une position différente).
- Apportez un article de journal ou de revue qui concorde avec le thème des lectures du jour et écrivez sur la façon dont ces derniers sont apparentés ou reliés.
- Choisissez deux images des excursions de la journée (le cas échéant), l'une que vous pouvez imaginer en photo noir et blanc et l'autre que vous pouvez imaginer en photo couleur. Faites un croquis de ces moments et expliquez votre choix

d'images. Comment ces moments ont-ils amélioré votre compréhension de la complexité de l'écosanté ?

- Imaginez que vous pouvez interviewer l'auteur ou l'autrice d'un article particulier ou un membre de la communauté de l'étude de cas. Rédigez une liste de questions que vous aimeriez lui poser.
- Essayez l'écriture libre ou l'écriture libre sous forme de questions seulement.
- Essayez la poésie ou l'écriture de chanson pour capturer l'essence d'un concept complexe ou difficile à saisir.
- Considérez la tête, le cœur et les mains. Que pensez-vous d'une certaine question, quelle est votre réaction émotionnelle relativement à cette question et comment votre corps réagit-il à la question ?
- Les entrées de journal peuvent aussi inclure des réactions et des critiques envers les lectures assignées, des discussions de classe ainsi que des expériences communautaires. Les entrées doivent être variées et peuvent inclure à la fois des éléments écrits ou dessinés.