



SÉRIE ÉTAPES DE RÉFLEXION

## TROIS ÉTAPES DE réflexion

1

### Qu'est-ce qui... Qu'est-ce que...?

Décrire l'expérience ou la situation pour mieux la comprendre et pour guider votre réflexion.



Qu'est-ce que vous avez fait ?

Qu'est-ce que vous avez appris ?

Souhaitez-vous approfondir ou explorer davantage une facette de vous en tant qu'apprenante ou apprenant ?

En quoi cette expérience est-elle significative ?

Quels liens pouvez-vous établir entre ces apprentissages et votre expérience personnelle ?

Qu'est-ce que ces liens disent de vous comme apprenante ou apprenant ?

### Et alors?

Réfléchissez au sens ou à l'importance de ce que vous venez de décrire et de cet aspect de vous que vous avez examiné.



2

### Et maintenant?

Exploitez ce que vous venez d'apprendre de vous pour franchir les prochaines étapes.



Qu'allez-vous faire de différent ? Qu'allez-vous essayer de nouveau ?

Quelles nouvelles idées allez-vous explorer ?

En quoi votre démarche d'apprentissage sera-t-elle différente ?



Références :

<https://hbr.org/2017/03/why-you-should-make-time-for-self-reflection-even-if-you-hate-doing-it>

<https://ecampusontario.pressbooks.pub/paths/>