



# PERSPECTIVE

PROFESSIONNEL • ÉTHIQUE • QUALIFIÉ • RESPONSABLE

## Tirer le maximum de son PMC : comment se fixer des buts SMART

ELLEN KAMPF, MSS, TSI, ASSOCIÉE DU SERVICE DE LA PRATIQUE PROFESSIONNELLE

Le présent article porte sur l'établissement de buts réalistes et valables pour votre **Plan de perfectionnement professionnel** qui vous permettra de tirer le maximum de votre Programme de maintien de la compétence (PMC). Comme vous le savez, vous devez passer votre pratique en revue et identifier des buts d'apprentissage pour remplir votre *Grille d'auto-évaluation*. Une fois que cela est terminé, vous devez reporter les buts que vous avez identifiés sur votre livret *Plan de perfectionnement professionnel* (p. 26). Il n'est pas nécessaire d'avoir un but pour chaque principe, et vous devez faire appel à votre jugement professionnel pour établir votre nombre de buts. Après avoir identifié vos buts en termes généraux dans la première colonne du *Plan de perfectionnement professionnel*, on vous demandera de les répartir en objectifs d'apprentissage **SMART** – **S**pécifiques, **M**esurables, **A**ccessibles, **R**éalistes et en **T**emps opportun. Il pourrait vous être utile d'assimiler les buts à des énoncés vastes, les objectifs étant plus spécifiques. Pour certains d'entre nous, l'établissement d'objectifs **SMART** peut présenter un défi.

Lorsque vous établissez vos buts et objectifs d'apprentissage, il est important d'être spécifique. Il pourrait être plus facile de penser à un but d'apprentissage général (en apprendre davantage au sujet de la maltraitance des aînés, par exemple) mais le problème avec ce type de but d'apprentissage est qu'il est impossible de mesurer et donc difficile d'atteindre un tel but. Comment saurez-vous que vous en savez plus au sujet de la maltraitance des aînés? *Vous pourriez trouver utile de commencer par formuler vos objectifs sous forme d'une question.* Dans le cas de l'exemple de la maltraitance des aînés, cela pourrait être : « Quelles sont

les exigences juridiques de signaler la maltraitance des aînés en Ontario et comment puis-je intégrer cette information dans ma pratique d'ici la fin de l'année? » L'objectif consisterait alors à « Identifier les exigences juridiques concernant le signalement de la maltraitance des aînés en Ontario, et incorporer ces renseignements dans ma pratique d'ici décembre 2012 ». En allant du général au spécifique, il est plus facile de savoir si vous avez atteint votre but.

Il est également important de se rappeler que vos buts pourraient occasionnellement changer. Au cours d'une année, il peut se produire beaucoup de choses qui pourraient influencer sur vos buts. Par exemple, des changements dans votre situation d'emploi ou exigences d'emploi, ou peut-être des questions de santé ou une crise familiale. Vos buts pourraient ne plus être pertinents ni réalisables. Alors que pendant toute l'année vous passez périodiquement en revue vos progrès par rapport à vos buts, vous pourriez devoir revoir vos buts et objectifs pour qu'ils reflètent ces réalités, et (ou) ajouter de nouveaux buts et nouvelles activités d'apprentissage imprévus. Si vous n'arrivez pas à atteindre l'un de vos buts, cela ne signifie pas nécessairement que vous n'avez pas répondu aux exigences du PMC. De temps à autre, les buts peuvent être reportés d'une année à l'autre. En subdivisant vos buts et en les transformant en objectifs **SMART** plus gérables, cela signifie par contre que vous n'aurez pas habituellement besoin de le faire.

Le tableau ci-dessous vous donne des suggestions supplémentaires pour vous aider à établir des objectifs d'apprentissage **SMART**. Rappelez-vous que, suivant votre

*Suite à la p. 2*

À L'INTÉRIEUR

Programme de parrainage éducatif pour les étudiants en techniques de travail social

3



Cinq étapes faciles pour le renouvellement en ligne 2013

4



AAJF 2012– Professionnels, Éthiques, Qualifiés et Responsables : Voués à l'excellence

8



Notes sur la pratique – questions changeantes dans un milieu en évolution

20



# Tirer le maximum de son PMC : comment se fixer des buts SMART

## TABLE DES MATIÈRES

3. Programme de parrainage éducatif pour les étudiants en techniques de travail social – Aider à enrichir l'apprentissage en salle de classe
4. Cinq étapes faciles pour le renouvellement en ligne 2013
5. Résultat des élections de la circonscription quatre
5. *La Loi de 2010 sur les maisons de retraite* – Obligation de faire rapport
6. Points saillants de la réunion du Conseil – 23 mars 2012 et 11 mai 2012
7. Points saillants de la réunion du Conseil - 13 et 14 septembre 2012
8. AAJF 2012 – Professionnels, Éthiques, Qualifiés et Responsables : Voués à l'excellence
10. Sommaire de décision disciplinaire
17. Entrevue avec Patricia Williams
18. Mise au point sur la psychothérapie
18. Médaille du jubilé de diamant de la Reine Elizabeth II décernée au membre du Conseil Sylvia Pusey
19. Tableau en ligne – Le nom importe-t-il?
19. Élections en ligne en 2013
20. Notes sur la pratique – questions changeantes dans un milieu en évolution
24. Nouveaux membres du Conseil et des comités pour 2012 - 2013
27. Tableau d'affichage / Q. et R.

Suite de la page 1

pratique, vos buts et vos objectifs d'apprentissage **SMART** pourraient ne pas être liés à votre pratique clinique ou pratique directe. Si vous avez identifié des besoins d'apprentissage liés à des rôles de gestion, d'administration, d'éducation ou de recherche, ces besoins devraient se refléter dans vos buts et objectifs.

### OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE SMART

**SPÉCIFIQUES :** **Que voulez-vous apprendre?**  
Commencez par énoncer votre but sous la forme d'une question pour vous aider à identifier un objectif clair.

**MESURABLES :** **Vous devriez savoir quand vous avez atteint votre but.**  
En identifiant un objectif précis, ce sera plus facile.

**ACCESSIBLES :** **Il faut tenir compte des contraintes en termes de temps, de financement, d'accès aux ressources, ou du besoin de s'absenter de son lieu de travail.**  
Tenez compte des contraintes et fixez vos buts et objectifs en conséquence.

**RÉALISTES :** **Veillez à ce que votre but soit réaliste et réalisable, mais également qu'il réponde aux besoins d'apprentissage que vous avez identifiés dans votre grille d'auto-évaluation.**  
C'est vous qui décidez ce qui est pertinent pour votre pratique et ce qui sera utile.

**TEMPS OPPORTUN :** **Veillez à identifier un délai pour la réalisation de vos buts, et rappelez-vous que vous devez être réaliste en fixant vos délais.**  
Les délais peuvent être des guides utiles qui peuvent vous aider à garder le cap. Vous pourriez devoir les ajuster en fonction de vos circonstances.

Une fois que vous aurez identifié vos buts et vos objectifs d'apprentissage **SMART**, il vous sera plus facile de choisir vos activités d'apprentissage. Celles-ci sont quelque chose que vous faites (par exemple, lire des articles sur la maltraitance des aînés) pour atteindre vos buts et objectifs d'apprentissage **SMART**. On trouvera une liste d'activités d'apprentissage à la page 17 du Guide d'instructions du PMC. Vous trouverez également d'autres informations sur les activités d'apprentissage à la page Ressources du PMC, sous la rubrique Pratique professionnelle du site Web de l'Ordre : [www.ocswssw.org](http://www.ocswssw.org).

*Pour plus d'information sur le PMC, ainsi que sur le Guide d'instructions du PMC et la Grille d'autoévaluation et le Plan de perfectionnement professionnel, voir la page Ressources du PMC du site Web de l'Ordre : [www.ocswssw.org](http://www.ocswssw.org), ou contacter le Service de la pratique professionnelle à [ccp@ocswssw.org](mailto:ccp@ocswssw.org).*