E1 (Groupe A)

Temps formation : 71 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu bonne (4)

Points forts : En termes de mes connaissances, je trouvais que certaines régions étaient plus faciles. Je connais les signes et symptômes, les tests d'évaluation et les traitements pour les affections au genou. En général, je maîtrise bien les signes et symptômes typiques d'une lésion méniscale, les tests spécifiques au genou comme les tests ligamentaires, par exemple. Ces connaissances m'ont aidée dans ma cognition et ma métacognition. J'étais plus à l'aise pour naviguer dans ma tête, formuler des questions et trouver les réponses pour parvenir à définir le problème. De plus, j'avais la facilité de faire des liens pour confirmer ou infirmer l'hypothèse. Cette fois-ci, je trouvais que mon raisonnement était plus structuré grâce aux vidéos qui m'ont donné du feedback. J'avais les mêmes réponses que les experts pour la majorité des questions portant sur le genou.
Points à améliorer : Un point à améliorer dans mon raisonnement clinique est au niveau de mes connaissances sur le quadrant supérieur. Je ne connaissais pas assez les clusters pour les affections du quadrant supérieur comme la radiculopathie cervicale et le SLAP. Cela a affecté ma cognition et ma métacognition, car je savais qu'il me manquait des réponses à mes questions pour confirmer ou infirmer l'hypothèse. Je me sentais moins capable d'émettre et de vérifier des hypothèses, et il était difficile d'influencer mon raisonnement, car je savais que des connaissances me manquaient.
Facteurs facilitants ou obstacles : Lors de cette activité, le feedback avec les vidéos explicatives a grandement facilité ma performance de raisonnement clinique. Cependant, un obstacle rencontré était ma capacité d'attention. Heureusement, j'ai pu prendre une petite pause, car j'avais suffisamment de temps pour réaliser le test.
Stratégies pour améliorer : Je prends en note mes points forts. Ce que je retiens, c'est la manière d'organiser mes idées pour confirmer ou infirmer une hypothèse, en procédant élément par élément. Pour travailler sur mes points faibles, je vais réviser les pathologies du quadrant supérieur pour être plus à l'aise avec la présentation clinique du patient et les signes et symptômes attendus. De plus, l'évaluation et les interventions pour ces affections au quadrant supérieur sont aussi à revoir dans mes notes de cours. Je pourrai me pratiquer avec mes collègues pour mieux intégrer ces connaissances. Par exemple, je pourrais me poser des questions comme « Quels sont les signes et symptômes pour une telle affection ? », faire une liste, poser cette question à ChatGPT, et confirmer avec mes notes de cours.

E2 (Groupe A)

Temps formation : 81 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :
J'ai eu la grande majorité des réponses de concordance, et lorsque je n'avais pas la réponse #1, c'était la seconde plus populaire parmi les experts. Je crois donc que mon raisonnement était bien et que mes connaissances sur l'ensemble des pathologies et des portraits cliniques étaient bonnes. J'ai su identifier les différentes hypothèses et, selon les données supplémentaires, bien déterminer si elles étaient en faveur ou non, tout en considérant également la qualité des tests. J'ai également gardé mes hypothèses en tête en étant ouvert à la possibilité que deux diagnostics soient présents.

Points à améliorer :
Revoir certains clusters comme celui de Wainner afin de faciliter mon interprétation des situations. Je me souvenais de la liste des tests cliniques pour un SLAP, mais pas des meilleurs tests pour diagnostiquer un SLAP. Ce sera des éléments à réviser, et je pourrais peut-être me faire un document avec des études, comme celle présentée, qui démontrent les meilleurs clusters pour rester à jour dans ma pratique.

Facteurs facilitants ou obstacles :
Facilitateurs :

- Avoir déjà fait un test de concordance ce matin.
- Avoir du feedback au fur et à mesure. Les capsules vidéos étaient très pertinentes et concises.
- Environnement semblable à un examen.
- Temps largement suffisant.
- Moins d'anxiété grâce aux éléments ci-dessus.

Obstacles :

- Certaines formulations de phrases où je ne suis pas certain de ce qui est demandé. Par exemple, la question 9 avec des mobilisations et tractions de l'ulna et du radius sous l'humérus. Cette modalité n'est pas mauvaise, et je me disais que des modalités actives seraient optimales. J'ai donc eu de la difficulté à bien répondre avec les choix de réponse présentés.

Stratégies pour améliorer :
Réviser la matière et peut-être me faire un document avec des études (méta-analyses/revues systématiques) comme celle présentée qui démontrent les meilleurs

clusters pour rester à jour dans ma pratique. Les autres stratégies seront les mêmes que celles mentionnées lors du premier test : étudier les pathologies et mettre l'emphase sur ce qui différencie les présentations cliniques les unes des autres.

E3 (Groupe A)

Temps formation : 64 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :

- J'obtenais souvent la réponse la plus populaire ou la deuxième la plus populaire, ce qui me fait croire que mon raisonnement clinique était plutôt bon. Mes connaissances sur les diverses pathologies étaient suffisantes pour bien répondre aux questions, et je sens que mes capacités de cognition et de métacognition ont été bien utilisées dans cette activité.

- Je considérais que j'arrivais à bien me faire une image de la condition globale du patient en prenant en compte tout son portrait clinique afin de prendre la bonne décision.

- Je prenais le temps de réfléchir et d'utiliser mes processus de pensée afin de ne pas prendre de décisions sans avoir pris en compte toutes les informations importantes.

Points à améliorer :
Au cours de cette activité, j'ai pu identifier quelques points pouvant être améliorés dans mon raisonnement clinique.

- J'avais souvent de la difficulté à me positionner quant aux choix des extrêmes "fortement renforcé" et "fortement affaibli", ce qui pouvait mener à un biais de tendance centrale dans mes réponses.

- Ma confiance en mes capacités diagnostiques est encore à travailler, puisque je devrai être en mesure de prendre position plus fortement lorsque je débuterai ma carrière.

- Enfin, il y a quelques questions auxquelles je considère ne pas avoir pris suffisamment le temps de réfléchir, et il m'arrivait de trop suivre ma première idée, qui ne se révélait pas toujours être la plus exacte.

Facteurs facilitants ou obstacles :
Facilitateurs :

- L'obtention de la rétroaction directe était très aidante pour diminuer le stress associé à ce test, car elle me permettait de comprendre directement les erreurs commises et de m'améliorer pour les questions suivantes.

- L'environnement calme et silencieux me permettait d'être dans un état d'esprit reposé et concentré, ce qui améliore ma capacité d'attention. J'ai été très concentrée tout au long du test.

- Le temps alloué à l'activité était plus que suffisant, donc ce n'était pas anxiogène.
- Les vidéos explicatives étaient courtes, précises et claires. Elles me permettaient de rester concentrée jusqu'au bout. Le fait qu'elles soient interactives était un facteur positif.

Obstacles :

- Le fait de ne pouvoir répondre que par des choix de réponses peu flexibles me mettait parfois dans une situation où j'avais un peu d'anxiété, car deux choix me paraissaient aussi valides l'un que l'autre.
- J'aurais aimé que le choix "inchangé mais avec ajout d'autres modalités" soit présent pour les questions concernant les traitements.

Stratégies pour améliorer :

- La stratégie principale que je tenterai d'employer lors du prochain test de concordance sera de me faire une carte mentale avec tous les diagnostics possibles concordants avec les informations des vignettes cliniques. Ceci me permettra de ne pas négliger d'informations.
- L'emploi d'une stratégie méthodique sera aidant pour mieux structurer mes processus de pensée. Cela m'aidera à améliorer mes capacités de raisonnement clinique et à ne pas me sentir surchargée mentalement.
- Je tenterai de prendre de grandes respirations pour diminuer mon anxiété lorsque les questions s'avèrent plus complexes et que je me sens plus nerveuse. Au besoin, je pourrai fermer les yeux et repartir mon raisonnement à zéro en faisant concorder les informations connues à mes hypothèses pour ne pas faire un choix dans un état d'esprit qui n'est pas optimal.

E4 (Groupe A)

Temps formation : 76 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu bonne (4)

Points forts :
En général, j'étais en mesure d'associer les tests objectifs qui confirmaient ou infirmaient les hypothèses. Pour une grande partie des cas cliniques, j'avais les connaissances suffisantes pour décider entre fortement renforcé/affaibli et renforcé/affaibli. Mes hypothèses étaient souvent adéquates. Par exemple, différencier une tendinopathie d'une atteinte nerveuse ou une atteinte ligamentaire au genou d'une atteinte méniscale. De plus, je tente autant que possible de baser mes décisions sur les résultats attendus des tests pour une pathologie donnée et sur les symptômes du patient.

Points à améliorer :
J'ai constaté que lorsque mes réponses s'éloignaient de celles attendues, c'était en raison d'un manque de connaissances sur le niveau de sensibilité et de spécificité de certains tests cliniques (par exemple, les clusters pour la lésion du labrum à l'épaule).
J'ai également manqué de connaissances en ce qui concerne la subluxation du nerf ulnaire. Je ne savais pas qu'elle était présente en cas de flexion du coude. Par conséquent, je n'ai pas considéré cet élément du cas clinique dans ma décision. J'ai aussi manqué de connaissances concernant la fasciite plantaire. En effet, je pensais que la douleur matinale était en défaveur de ce diagnostic, alors que c'est le contraire. Ma plus grande faiblesse concerne donc le manque de connaissances des particularités de certaines conditions.

Facteurs facilitants ou obstacles :
Facilitateurs :

- Mon niveau d'anxiété était très faible tout au long de cet exercice, ce qui a favorisé ma concentration et mon raisonnement clinique.
- Il y avait amplement de temps pour effectuer l'exercice, ce qui a contribué à garder le niveau d'anxiété au plus bas.
- J'ai été capable de garder mon attention tout au long, bien que la fatigue se soit installée vers la fin.
- Le visionnement des premières vidéos explicatives a contribué à améliorer mon raisonnement clinique pour la suite des questions.

Obstacles :

- La charge cognitive augmentait légèrement lorsque je manquais de connaissances sur certaines conditions, ce qui affectait la confirmation ou non des hypothèses.

Stratégies pour améliorer :

- Étant donné que ma plus grande difficulté est le manque de connaissances, mes stratégies impliquent principalement la révision des notions théoriques de certaines conditions avec les signes et symptômes cliniques attendus.
- La révision des différents tests avec leur qualité métrologique est également nécessaire pour améliorer mes prises de décisions diagnostiques et la prise en charge des patients.

E5 (Groupe A)

Temps formation : 91 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :
Lors de la réalisation du TDC, je n'ai pas senti que ce qui pouvait limiter ma performance était mes connaissances. Même lors des explications, à quelques rares reprises, j'ai vu des connaissances nouvelles au sujet des questions, peut-être seulement le cluster de la cervicobrachialgie en fait, que je ne connaissais pas. Sinon, grâce à mes cours et aussi beaucoup grâce à mon cours de traumatologie sportive de cette session, j'ai pu aller en profondeur dans les sujets des blessures musculosquelettiques/traumatiques. J'avais donc les connaissances nécessaires pour répondre à ces questions.
Du côté de la charge mentale, et concernant le fait de me sentir submergé et étouffé par ces connaissances, c'était moins pire que ce matin. Je jonglais mieux avec mes connaissances et étais capable de les distribuer et de les analyser à la hauteur de mes capacités. Je me suis même étonné, car je pensais qu'avec la fatigue de la journée et l'attention nécessaire, j'allais être moins performant dans ce domaine, mais cela a mieux été, et je crois même que ça a été un de mes points forts.

Points à améliorer :
À certains moments, certains liens entre les données données dans la question ne s'étaient pas faits explicitement dans mon raisonnement. Ma réponse dans ces moments pouvait varier légèrement de la réponse majoritaire, mais, somme toute, elle tendait à être du même côté que les autres.
Parfois, quelques concepts de biomécanique ne me venaient pas à l'esprit sur le coup, mais en y réfléchissant avant d'envoyer ma réponse, je pouvais déjà voir les deux réponses les plus populaires possibles selon les croyances des pht que je connais, ou auxquelles nous avons été exposés dans notre parcours universitaire.
Côté rapidité aussi du raisonnement clinique, je sentais dans l'environnement autour de moi que les gens répondaient plus rapidement que moi. Donc, je crois que, possiblement, je pourrais améliorer ce point-là. J'ai pris mon temps à répondre et me questionner. Oui, sur certaines questions, j'aurais pu couper, mais globalement, le temps pris était le plus court que j'aurais été capable de fournir, sans vraiment m'obstruer l'esprit par la surcharge de cognition.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
FACILITATEURS NUMÉRO 1 : très important et très facilitant ici, on parle des capsules vidéos fournies après chaque question décortiquant le problème et offrant des pistes pour réfléchir au problème. Non seulement ces capsules nous renseignaient sur comment les experts font pour réfléchir au problème, mais elles nous donnaient du feedback (par "la réponse la plus populaire" avec des explications) et aussi elles nous laissaient le temps de ne pas trop monter notre surcharge cognitive à réfléchir, mais laissaient des bouts pendant

l'écoute où l'on pouvait apprendre/corroborer nos connaissances, ce qui fait une grande différence sur la confiance en soi.
Au cours des questions, je sentais ma confiance monter, ce qui est facilitant au final.
Facilitant aussi, d'avoir déjà un peu d'expérience dans la réponse à des TDC avec ce matin : on savait déjà un peu plus comment aborder la chose. Les images dans les vidéos explicatives étaient soit toutes pertinentes ou, dans le cas des images drôles, c'était divertissant, et ça faisait rire l'esprit un petit moment, ce qui m'a permis d'être moins surchargé au final, je crois.

Obstacles : le fait de ne pas pouvoir revenir en arrière m'a fait manquer comme 2 explications au total puisque le wifi allait moyen. Je cliquais sur suivant, et puis ça ne marchait pas. Je recliquais et puis là, bam, j'avais sauté les explications... J'ai quand même pu avoir la chance d'avoir à côté de moi quelqu'un qui avait le même rythme, alors je lançais un regard sur son explication en attendant pour voir la réponse et les explications.
Aussi, dans certaines explications des conditions antérieures, j'ai l'impression qu'il y avait des réponses des questions suivantes. Quand il expliquait que les experts penchaient plus sur la tendinopathie avec ces données, et la question suivante était tendinopathie, avec les mêmes remarques. J'ai l'impression qu'un peu de l'exercice s'est perdu à ce niveau.

Stratégies pour améliorer :
Je vais me laisser le temps d'assimiler les savoirs présentés dans les capsules explicatives.
J'ai aussi, avec cette rétroaction, une façon d'aborder les problèmes : pas une règle universelle, mais bien comme un rituel pour bien cerner le problème. Je crois que de prendre cette rétroaction et ces savoirs explicités, et d'encore une fois en parler avec mes amis, savoir où l'on se situe, POURQUOI l'on pourrait penser comme ça, ou de quel côté l'on se range et pourquoi, apporterait de belles discussions et ferait aussi peut-être changer nos idées préconçues de base comme physiothérapeute.
Je ciblerais de parler avec peut-être autant mes amis qui sont T. phys que ceux qui ont moins d'expérience, car j'ai l'impression que l'aspect expérience clinique en apporte beaucoup à ce qui est raisonnement clinique et présentation typique des pathos rencontrées en musculosquelettique.
En faisant le test, j'ai eu des idées de mes patients eus en stage, qui me venaient à l'esprit. Donc je compte aussi aller revoir mon cahier d'expérience de stage pour pouvoir me remémorer davantage de détails de leurs conditions et aller faire une autorétrospection tardive des cas que j'ai déjà eus, dans le but de voir comment je pouvais réfléchir avant, et comment maintenant je réfléchis, et comment, avec ce regard critique, je peux améliorer encore davantage ma réflexion, dans un contexte de raisonnement clinique, avec en bien surajouté le feedback des vidéos des explications d'experts offertes à chaque question.

Et la musique, ça aide à rester concentré. Donc toujours une petite musique dans mes oreilles pour le prochain TDC.

E6 (Groupe A)

Temps formation : 70 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :
Mes réflexions sur lesquelles je basais mes choix étaient souvent assez similaires à celles des panélistes. Je faisais sensiblement les mêmes liens entre les informations qu'eux, à quelques exceptions près. De plus, lorsque j'avais plus de difficulté à faire un choix quand j'étais plus partagée, je voyais que les experts étaient aussi partagés. Par ailleurs, j'étais bien capable de comprendre les points de vue des experts ; les explications étaient au niveau de mes connaissances.
Aussi, j'étais capable de réfléchir et de faire des choix assez rapidement, ce qui sera un atout lorsque j'irai pratiquer en clinique.

Points à améliorer :
Il y a certaines connaissances sur la littérature que je n'ai pas encore acquises. J'étais capable d'avoir une réflexion généralement similaire aux experts, mais pas toujours aussi poussée qu'eux, surtout en ce qui concerne les évidences spécifiques (ex : sur le cluster pour la radiculopathie cervicale).
Certaines des idées de traitement proposées n'auraient pas été dans mes premières idées, donc j'ai parfois été surprise lorsque plusieurs experts étaient d'accord avec ces traitements (ex : beaucoup de répétitions de squat avec charge pour une personne avec lombalgie). Cela peut montrer que je manque encore des connaissances au niveau des traitements.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Obstacle :
La fatigue serait mon obstacle principal suite à cette journée, puisque nous avons fait beaucoup de tests de concordance qui demandent beaucoup d'attention durant la matinée déjà, et nous en faisons davantage en après-midi.

Facilitateurs :
Être assise en avant de la classe a fait que j'ai pu me concentrer davantage sur mon ordinateur, puisque je n'avais pas la distraction de voir les écrans des autres, surtout que les vidéos sont très dynamiques et attireraient mon regard vers les autres écrans.
D'ailleurs, la rétroaction immédiate de 10 panélistes était facilitante, puisqu'elle poussait les réflexions plus loin et montrait qu'il y avait plusieurs façons de résoudre le problème.
Par ailleurs, j'ai également pris des notes sur ce que je voulais écrire dans ce bilan réflexif (points forts/faibles, facilitateurs/obstacles) au fur et à mesure que l'activité avançait pour aider à diminuer la charge mentale que j'avais liée à l'auto-évaluation.

Stratégies pour améliorer :
Avoir réalisé cette activité deux fois aujourd'hui a déjà permis de diminuer mon stress et de développer des techniques pour diminuer ma charge mentale, mais je pourrais discuter des

cas dont j'étais moins en accord avec mes collègues pour obtenir leur avis et possiblement aider à augmenter mon niveau de connaissances et diminuer mon niveau de stress.
Je pourrais aussi réfléchir à d'autres techniques que je pourrais utiliser pour diminuer la charge mentale durant la prochaine activité (ex : amener un papier et un crayon pour noter mes impressions pour le bilan réflexif lorsque j'utilise Safe Exam Browser).

E7 (Groupe A)

Temps formation : 75 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :
Je trouve que mon raisonnement était bien lors de cette deuxième séance. J'avais les connaissances pour répondre avec une facilité modérée aux questions. De plus, j'ai pu comparer mon processus de cognition à celui des panélistes, et il était très semblable.
Les vidéos m'ont vraiment aidée et m'ont permis de réfléchir sur ma métacognition et de confirmer que mon processus était bon et logique.

Points à améliorer :
Parfois, j'ai tendance à vouloir aller vite et donc je passe rapidement à travers mon processus de cognition. Je dois donc prendre le temps de ressortir les connaissances que je possède pour bien les utiliser.
Ensuite, je suis un peu moins à l'aise avec les différents tests au niveau de l'épaule ainsi que leur signification, ce qui me faisait donc douter sur les diagnostics possibles.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Facilitateurs :

- J'étais moins anxieuse que ce matin puisque je savais à quoi m'attendre.
- Comme les groupes étaient séparés et moins souvent interrompus, l'environnement était plus calme, ce qui m'aidait à mieux réfléchir.

Obstacles :

- Je n'ai pas pu mettre de la musique pour me concentrer puisqu'on devait visionner des vidéos.
- Comme l'activité se déroulait en après-midi et que je suis plus fatiguée après un cours le matin, ma charge cognitive était plus élevée au départ.

Stratégies pour améliorer :

- J'aimerais réviser les différents tests au niveau de l'épaule afin d'être plus à l'aise avec ceux-ci pour le prochain test de concordance de script.
- Mettre de la musique calme pour me permettre de rester concentrée.
- M'apporter des collations pour être certaine de rester concentrée et de ne pas manquer d'énergie.

E8 (Groupe A)

Temps formation : 77 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :
J'ai été capable de me concentrer sur la tâche à faire. Étant donné que c'était la 2e fois, j'étais moins anxieuse face à ce qui s'en venait.
Mes connaissances étaient en général assez bonnes. Mon raisonnement était semblable à celui expliqué dans la vidéo. J'ai été agréablement surprise.
Lorsque j'étais en désaccord avec un énoncé, quand ça affaiblissait la réponse, j'ai été capable de penser à une autre solution qui aurait été préférable.

Points à améliorer :
Avant d'aller voir l'hypothèse écrite dans l'histoire, je pourrais me faire mes propres hypothèses.
Ce qui est en lien avec le neural (nerf dans les pieds avec les différentes composantes à mettre en place pour la mise en tension), je m'en souvenais moins.
Ne pas me mettre à parler avec les autres quand j'ai terminé, car je sais que ça dérange les autres.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Facilitateurs :

- Le niveau de préparation (le fait que ce soit la 2e activité de ce genre) a aidé à faciliter l'activité.
- Le fait qu'il y ait une vidéo explicative après l'énoncé aidait à diminuer la charge mentale en nous donnant une réponse. Je trouve que cela aidait à diminuer l'incertitude de nos réponses en me donnant davantage confiance en moi.
- Dans une classe plus petite, il y a moins de monde, ce qui facilite la concentration.

Stratégies pour améliorer :

- Aller réviser les mises en tension neurale, effets et composantes, surtout pour les membres inférieurs (MIs).
- Prendre le temps de me concentrer sur ce que je fais, mettre mes écouteurs.

E9 (Groupe A)

Temps formation : 91 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :
Avec l'activité de ce matin, je me sentais plus en confiance pour faire ce test de concordance. J'avais plus de facilité avec ce type de questions. J'ai adopté les solutions que j'ai choisies ce matin. J'ai pris davantage le temps de penser aux hypothèses les plus probables et à la réponse à laquelle je pourrais m'attendre pour chaque hypothèse avant de faire un choix. Je pouvais alors me questionner sur les choix de modalités et être plus en confiance avec ma réponse.

Points à améliorer :
Il y a certaines connaissances qui m'étaient moins familières et moins fraîches dans ma mémoire. J'avais de la difficulté à penser aux meilleurs plans de traitements possibles selon les données probantes pour certaines hypothèses (fasciapathie plantaire, ténosynovite de De Quervain, subluxation du nerf ulnaire, atteinte du labrum SLAP).

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
J'ai vraiment aimé les vidéos explicatives pour nous donner une rétroaction et nous aider à comprendre le raisonnement clinique de certains experts. Selon moi, cela était un facteur facilitateur pour le test. Je pense que cette activité est très bénéfique pour notre raisonnement clinique, car on ne lit pas seulement de la théorie. On doit réfléchir avant de connaître l'avis des experts. Puisqu'on avait une rétroaction sur le cas, cela me mettait plus en confiance pour réaliser la tâche et réduisait le stress.
Un obstacle serait le nombre d'histoires de cas. Cela demandait une capacité cognitive assez exigeante pour réfléchir adéquatement aux histoires de cas. À la fin, j'avais plus de difficultés à garder ma concentration pour répondre au test.

Stratégies pour améliorer :
Pour répondre à la diminution de concentration à la fin de l'activité, je vais prendre le temps de faire une petite pause pour me lever quelques minutes au milieu de l'activité ou seulement une petite minute à ne pas fixer mon ordinateur pour aider à ma concentration si le temps est problématique. De plus, puisque je n'ai pas beaucoup d'expérience clinique en musculosquelettique, il serait intéressant de mimer des problèmes MSK entre nous et d'essayer de trouver l'hypothèse la plus probable avec le traitement adéquat.

E10 (Groupe A)

Temps formation : 92 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu bonne (4)

Points forts :
De manière générale, les réponses que j'ai offertes ont été données de manière similaire ou dans la même direction globale que celles des experts, ce qui renforce ma capacité de raisonnement clinique. La plupart des éléments principaux nommés lors des vidéos explicatives ont fait partie de mes réflexions lors des questions, et j'ai pu comparer et contraster les facteurs appuyant ou diminuant la certitude envers une réponse.
J'ai pu entrer dans un état d'esprit ouvert pour absorber de nouvelles informations concernant l'évaluation et le traitement de conditions musculosquelettiques sans avoir une augmentation de mon niveau de stress, ce qui m'a permis de déployer mes connaissances de manière confortable et représentative de mes connaissances et pensées critiques pour des problématiques cliniques plus ou moins complexes.

Points à améliorer :
Un enjeu que j'ai noté lors des questions était ma capacité à maintenir une concentration adéquate à travers l'ensemble des questions. J'ai remarqué, vers la moitié des questions, que mon énergie et capacité à réfléchir de manière profonde étaient légèrement affectées. De plus, de par la nature du format des questions à choix multiples, je crois que j'ai répondu de manière trop réflexive et automatique sans considérer les nuances et complexités possibles dans les énoncés. Par exemple, la douleur est dite augmentée après des exercices thérapeutiques à 3/10, ce qui m'a semblé normal pour une fasciopathie plantaire. Par contre, je n'ai pas considéré l'irritabilité globale du patient (durée des symptômes, méthodes pour soulager) dans ma prise de décision.
À mesure que ma concentration et énergie cognitive diminuaient, je faisais plus d'erreurs liées à l'inattention en prenant certaines informations manquantes pour acquises.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Les facilitateurs à cet exercice seraient d'avoir un espace privé pour le faire sans distractions aux alentours, favorisant ainsi la pleine concentration. De plus, le fait qu'il y ait seulement cinq choix de réponse permet de situer la réponse plus aisément comparé à un format de développement de réponse à l'écrit.
Le niveau de stress était plus bas pour ce format de test selon moi. Les rétroactions immédiates et expliquées lors des vidéos ont facilité mes apprentissages sans me faire sentir démotivé lorsque j'ai eu des "mauvaises" réponses.

Les obstacles que j'ai remarqués ont été la difficulté de maintenir un engagement optimal, car cette modalité d'enseignement est plutôt passive comparée à une discussion de groupe. Je ressens que les choix de réponses nous limitent dans un certain sens pour pouvoir pleinement nuancer notre processus de réflexion, surtout pour les questions avec des éléments de réponse mitigés ou incertains.

Stratégies pour améliorer :

- Modéliser la problématique dans une vision plus holistique et globale. Ne pas trop focaliser sur le résultat d'un seul test clinique pour confirmer ou infirmer un diagnostic, mais plutôt se fier à une multitude de facteurs pour la prise de décision, en utilisant les informations contextuelles pour mieux identifier la problématique et nous guider vers des solutions pertinentes.

- Être ouvert à la rétroaction et à l'aise pour argumenter mon avis même si d'autres experts sont d'avis contraire. Il faut développer mon niveau de confiance pour pouvoir faire rayonner mes savoirs expérientiels lorsque je prends en charge un client, en justifiant pourquoi j'ai pris cette décision, même si un autre thérapeute aurait peut-être un avis contraire.

- Visualiser le client ou la situation de manière concrète pour mieux me situer face à un dilemme clinique. Par exemple, me poser des questions comme : si c'était ma première évaluation avec ce client, qu'est-ce que j'évaluerais en priorité ? Est-ce que le résultat de ce test confirme nécessairement ce diagnostic ? Comment est-ce que je verbaliserais les trouvailles de mon examen clinique au patient ?
  Donner un aspect réel et tangible à nos actions professionnelles m'aide à choisir quelles actions sont préférables et lesquelles le sont moins.

E11 (Groupe A)

Temps formation : 73 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :
Mes connaissances étaient généralement bonnes. Lors de mes réponses, j'ai pris en compte plusieurs facteurs et j'ai fait des réflexions nuancées. Lors du visionnement des vidéos contenant les réponses des experts, j'ai pu avoir de la rétroaction sur mon processus de pensée en me comparant aux experts. Cela m'a permis de comparer ma réflexion à celle des experts et d'élargir davantage mes connaissances et mon processus de pensée.

Points à améliorer :
Je ne suis pas familière avec les différents clusters existants pour dépister les pathologies (ex. : SLAP). Il me manque également de l'étude à propos des différents tests spécifiques mentionnés, particulièrement ceux de l'épaule. De plus, entendre les réponses et le raisonnement des experts m'a fait réaliser que j'ai parfois négligé de tenir compte de certains éléments lors de ma réflexion (ex. : ne pas seulement tenir compte de la réponse aux exercices, mais aussi de la dose prescrite avant de répondre à la question). Cependant, plus je répondais aux questions, plus je trouve que mes réflexions étaient complètes.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :

- Le port d'écouteurs et la petite salle (avec moins d'étudiants) m'ont aidée à mieux me concentrer.
- Les vidéos explicatives m'ont aidée à faire progresser mon processus de réflexion lors de l'activité. Elles étaient également stimulantes et retenaient l'attention, favorisant la concentration et l'engagement lors de l'exercice. J'ai somme toute trouvé le format intéressant et amusant.

Stratégies pour améliorer :

- Me renseigner davantage à propos des différents tests spécifiques utilisés en musculosquelettique.

E12 (Groupe A)

Temps formation : 80 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :

- J'ai été en mesure de sélectionner les bonnes hypothèses pour la majorité des questions. La plupart du temps, mes réponses allaient dans la même direction et le même raisonnement clinique que les experts montrés dans les vidéos.
- Mes connaissances en musculosquelettique dans ce test étaient bonnes, ce qui facilitait mon raisonnement clinique et la vitesse de celui-ci.
- J'ai pu facilement m'auto-évaluer dans ce test. La rétroaction vidéo m'a permis de me remettre en question par moments et de favoriser la décontextualisation.

Points à améliorer :

- Certaines questions, dans ce test, faisaient en sorte que je ciblais seulement une hypothèse précise. Je dois faire attention à ce comportement pour ne pas biaiser mon raisonnement clinique avec seulement une hypothèse, afin d'éviter de passer à côté d'un diagnostic. Ce point à améliorer n'était pas présent lors du premier test de concordance. Cependant, j'ai remarqué que les histoires de cas dans ce test-ci faisaient en sorte que j'étais plus familière avec celles-ci, et donc je pensais plus rapidement à une hypothèse précise.
- Faire plus confiance à mes capacités ! Souvent, je n'étais pas certaine de mes réponses, et au final, j'avais le bon raisonnement clinique selon la rétroaction vidéo.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :

- **Facilitateurs :**
    - J'ai pu libérer mes pensées de mes préoccupations personnelles juste avant de faire ce test, contrairement au premier test de concordance. J'ai vu une amélioration de l'efficacité de mon raisonnement clinique et de ma concentration à la tâche.
    - Les rétroactions vidéo à la suite de chaque question ont capté mon attention et m'ont permis d'être plus facilement dans ma bulle cognitive.
- **Obstacles :**
    - Voir que mes collègues finissaient plus tôt que moi nuisait à ma concentration. Les bruits me dérangeaient beaucoup dans ces situations.

Stratégies pour améliorer :

- Ma première stratégie pour le prochain test de concordance de script sera de changer mon état d'esprit juste avant de commencer et de me rappeler que ce n'est pas grave si je termine le test plus tard que mes collègues. Je vais me rappeler que l'important, c'est de terminer dans le temps limite demandé. Il vaut mieux prendre un peu plus de temps pour mieux faire les choses que de se précipiter.
- Ma deuxième stratégie sera de faire plus confiance en mes capacités en pratiquant des histoires de cas avec mes collègues. Cette stratégie me permettra de démontrer que j'ai de bonnes connaissances et compétences.

E13 (Groupe A)

Temps formation : 60 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu faible (2)

Points forts :

- J'arrivais assez bien à faire des liens entre les données objectives et les hypothèses diagnostiques, ce qui me permettait de générer des hypothèses. Les hypothèses proposées dans les questions faisaient toujours partie de celles que j'avais en tête. Ce n'était peut-être pas toujours mon hypothèse principale, mais elle était certainement dans ma liste de possibilités.

- J'ai fait preuve d'une bonne capacité d'adaptation à travers les différentes questions sur une même histoire de cas. Si je me rendais compte, par la première vidéo sur l'histoire de cas, que j'étais dans le champ, je rectifiais le tir pour les questions suivantes sur la même histoire de cas. Par exemple, si je réalisais dans la vidéo que mon hypothèse principale n'était pas nécessairement la meilleure, je relisais l'histoire avec un œil différent. Maintenant que j'avais acquis des connaissances supplémentaires par la vidéo de rétroaction, j'étais mieux outillé pour comprendre quelle était la meilleure réponse selon le panel d'experts.

Points à améliorer :

- Malgré que la plupart du temps, les signes et symptômes concordaient avec l'hypothèse diagnostique proposée, j'étais souvent surpris par la rétroaction quand je réalisais que ce n'était peut-être pas l'hypothèse la plus probable. Je crois que je ne poussais pas ma réflexion assez loin. Je m'arrêtais lorsque je trouvais les liens confirmant la pathologie, mais je ne m'attardais pas assez à chercher des diagnostics différentiels. Oui, je trouvais des hypothèses alternatives, mais mon choix de diagnostic principal n'était pas toujours exact. J'aurais eu besoin de plus d'informations pour bien confirmer mes choix. Peut-être qu'avec l'expertise, l'intuition et la confiance qui viennent avec les années de pratique, j'aurais été meilleur à ce niveau-là.

- Mon jugement du niveau d'irritabilité ou d'intensité de la douleur n'était pas vraiment adéquat. Par exemple, lorsqu'on mentionnait une douleur de 3/10 après une séance d'exercices, je considérais que ce n'était pas une douleur acceptable. Par contre, le panel d'experts considérait que cette douleur n'était pas significative et n'entravait pas le plan de traitement. Ainsi, je devrai avoir un meilleur sens critique d'analyse lorsque je porte un jugement sur l'intensité de la douleur.

- J'avais tendance à sauter rapidement aux conclusions quand je trouvais une hypothèse collant aux signes et symptômes. Par contre, je réalise qu'un raisonnement clinique interrompu de la sorte peut mener à une cognition insuffisante m'ayant fait manquer certains points importants.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :

- Comparativement à ce matin, j'ai trouvé que l'écoute des vidéos augmentait considérablement la charge mentale parce que la rétroaction demandait une tâche réflexive supplémentaire. En fait, cette tâche de métacognition était, selon moi, plus exigeante que la question elle-même.
- L'interface web est un obstacle pour moi parce qu'elle ne permet pas d'annoter et de prendre des notes sur les questions comme on pourrait le faire sur une feuille de papier.
- La rétroaction était, selon moi, un facteur facilitateur parce qu'elle engendrait un apprentissage et une meilleure rétention de l'information.
- La possibilité de mettre les vidéos en vitesse x2 est un facilitateur pour moi parce qu'à cette vitesse, je reste attentif. À vitesse normale, mon attention décroche trop rapidement.

Stratégies pour améliorer :

- Prendre des notes pour visualiser la situation. Noter les éléments importants permet d'avoir une meilleure vision d'ensemble et ainsi de prendre une décision éclairée. J'avais parfois de la misère à contextualiser tous les éléments de l'histoire de cas, et je réalisais dans la rétroaction que j'avais oublié un élément important lors de mon analyse. Ainsi, prendre des notes me permettra d'éviter d'oublier des aspects importants dans mon analyse. La façon la plus simple, selon moi, de prendre des notes serait d'amener une feuille blanche et des crayons au prochain test de concordance.
- Prendre plus de temps pour analyser les éléments me permettrait aussi de ne pas sauter aux conclusions trop rapidement. Je pourrais me laisser 2 minutes par question et réellement utiliser l'entièreté de ces 2 minutes pour réfléchir sur la situation et pousser plus loin mes réflexions en les écrivant sur une feuille de papier.

E14 (Groupe A)

Temps formation : 74 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu bonne (4)

Points forts :
Selon moi, mes connaissances ont été un point fort dans mon raisonnement clinique. En effet, je maîtrisais bien la matière concernant les atteintes de coiffe des rotateurs, dans le sens que si la région cervicale est mobilisée, les symptômes ne devraient pas augmenter. De plus, je suis en mesure de comprendre que je devrais possiblement changer mon intervention si après deux semaines, je ne vois pas d'amélioration au niveau des symptômes. J'ai été en mesure de comprendre l'analyse des premiers articles, car je me rappelais la signification des OR et LR et que ce ne sont pas la même chose. Je me rappelais qu'en cas de Tennis Elbow, il était possible que les fléchisseurs soient aussi atteints et non seulement les extenseurs et qu'ils sont probablement douloureux à l'extension. J'ai été en mesure de me rappeler que dans des cas de ténosynovite de DeQuervain, il est bénéfique d'immobiliser. Je connaissais bien mon test de Finkelstein et de FADDIR et que dans des cas d'entorse, un cas de trauma est plus probablement en cause et j'ai bien su reconnaître une tendinopathie des adducteurs même avant qu'ils le proposent. Je connaissais bien les cas de lésions du LCI ou ménisques et cela m'a permis de mieux répondre aux questions. De plus, je connais bien mes SLR spécifiques. Donc, j'ai observé que je possédais davantage de connaissances sur ces principes et cette matière que celle de cet avant-midi. Dans ce cas, j'avais plus de connaissances pour la fasciopathie plantaire, car ce midi j'ai relu mes notes.

Au niveau de la cognition, j'ai été en mesure d'effectuer plus rapidement le test que le test de concordance de cet avant-midi, car mes raisonnements s'effectuaient plus fluidement. Sans qu'ils le mentionnent dans l'histoire de cas, j'ai été en mesure de faire des liens avec les symptômes et le contexte et de réfléchir au terme Tennis Elbow. Dans le cas de ce sport de raquette, étant donné que je le connais, j'ai été en mesure de m'imaginer les mouvements et les prérequis à ceux-ci, donc j'ai été en mesure de faire le lien avec la préhension et les symptômes. J'ai été en mesure de réfléchir que l'intervention proposée dans le cas d'une tendinopathie serait possiblement davantage un changement au niveau de l'environnement, de l'enseignement et un changement dans les habitudes de vie, davantage que du renforcement. De plus, dans des cas de DeQuervain, j'ai été en mesure de réfléchir au besoin d'ajouter du renforcement actif, ce qui n'était pas proposé d'emblée. Dans le cas du SLR, j'ai été en mesure de réfléchir qu'il serait davantage spécifique d'ajouter l'extension des orteils et l'éversion de la cheville.

Au niveau de la métacognition, j'étais en mesure de bien réfléchir à divers diagnostics et interventions que j'emploierais avec les patients. Je réfléchissais à ceux-ci avant même d'obtenir les rétroactions. J'étais en mesure de me remettre en question lorsque ma réponse ne concordait pas avec celle concordante.

Points à améliorer :
Au niveau des connaissances, j'avais de la difficulté avec des conditions spécifiques comme

le SLAP et les tests validés dans des cas de radiculopathie. De plus, je ne connais pas assez le handball et le fait de ne pas être en mesure de m'imaginer les mouvements limitait ma réflexion. Je dois aussi me rappeler que dans les cas d'instabilité, de la douleur peut être suffisante sans avoir d'appréhension. De plus, j'ai eu de la difficulté avec le conflit fémoro-acétabulaire et le fait que les mouvements actifs ne renforcent pas mon hypothèse. Je dois davantage maîtriser mes prescriptions d'exercices avec leur dosage conseillé. Je ne maîtrisais pas les tests d'épaule suivants : Kim 2, Crank Test et Test du glissement antérieur, donc cela a nui à ma compréhension de la vidéo explicative des tests validés à l'épaule pour le SLAP.

Au niveau de la métacognition, j'avais de la difficulté à valider avec confiance mes hypothèses et réflexions et donc à aller vers les réponses avec « fortement » dans la réponse. Je dois aussi être en mesure de faire davantage de liens avec les symptômes et donc comprendre qu'un diagnostic peut en entraîner un autre, et donc ma première hypothèse diagnostique reste valable. Je dois réfléchir davantage aux raisons qui invalident un diagnostic et quelles réponses le renforceraient.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Un facteur facilitateur a été le plus petit groupe de personnes dans la classe, cela m'a permis de mieux me concentrer. De plus, le fait d'écouter des vidéos explicatives avec les réponses suite aux questions a été pour moi la meilleure rétroaction possible. Cela m'a permis de valider ou d'invalider immédiatement mes raisonnements et j'ai été en mesure d'observer une évolution dans celui-ci au courant du test, car cela m'a donné des pistes de réflexion ou des façons de réfléchir. Je suis quelqu'un qui performe bien et qui est rassurée par de la rétroaction immédiate, donc cela a permis de bâtir ma confiance et de gagner des connaissances tout en mettant mes réflexions et mon raisonnement à l'épreuve. Le fait de ne pas seulement lire des articles mais de se les faire expliquer en mots a été pour moi très bénéfique et j'ai senti que mes réflexions étaient poussées et encouragées par la suite, surtout lorsqu'elles concordaient avec ce qui était dit dans la vidéo. Un facilitateur a aussi été que je savais à quoi m'attendre dans le test et donc cela a diminué grandement mon stress et m'a permis de mieux me concentrer sur la tâche. De plus, le fait que la classe soit restée en silence m'a grandement aidée à approfondir mon raisonnement.

Un obstacle pour moi a été le moment de la journée. En effet, j'étais surchargée mentalement par l'avant-midi et fatiguée, car nous étions après le dîner. De plus, je ne me sentais pas en confiance suite au test de concordance de cet avant-midi, donc cela aurait été, selon moi, davantage bénéfique de faire celui-ci avant, cela aurait permis de diminuer mon stress ce matin et j'aurais été en moins grande surcharge mentale pour celui-ci.

Stratégies pour améliorer :
Je vais étudier davantage les éléments en lien avec la musculosquelettique et modifier mes techniques d'études, afin de me concentrer sur les hypothèses et en appliquant mon raisonnement clinique. Je vais me faire des quiz et des tableaux résumés de ce à quoi m'attendre en fonction de certains tests ou certaines pathologies. Je vais écouter des vidéos de tests en physiothérapie, car j'ai été en mesure d'observer que c'est un mode de

rétroaction et d'apprentissage qui fonctionne bien pour moi.
Je vais bien manger et m'assurer d'avoir plus d'heures de sommeil, afin d'avoir plus d'énergie et de pouvoir mieux me concentrer.
Je vais faire des séances d'études en groupe afin de voir le point de vue des autres et de pousser nos raisonnements, car j'ai pu voir que cela me permet de m'améliorer et de réfléchir à des choses auxquelles je n'avais pas réfléchi.
Je vais me faire davantage confiance, afin d'aller vers des réponses comme « fortement affaibli/renforcé » et correspondre davantage aux panels d'experts.

E15 (Groupe A)

Temps formation : 83 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :
En termes de connaissances, mes points forts sont la capacité de reconnaître les signes et symptômes associés à différentes pathologies souvent abordées dans les cours. Par exemple, l'épicondylite et la ténosynovite de DeQuervain sont des conditions pour lesquelles j'étais en mesure de reconnaître les signes et symptômes associés. Pour ces conditions ainsi que pour l'atteinte méniscale, j'étais également en mesure d'identifier les tests spécifiques à faire pour confirmer ou infirmer ces hypothèses.

En termes de cognition, mon point fort est la capacité d'analyser le portrait global du patient. Par exemple, pour le cas avec une atteinte possible du nerf plantaire, j'étais consciente du fait qu'il fallait rajouter l'éversion et l'extension des orteils pour mettre spécifiquement en tension le nerf, mais j'ai pris en compte la douleur élevée du patient pour décider que le test de SLR et FD négatif diminuait la probabilité d'une atteinte du nerf plantaire.

Points à améliorer :
En termes de connaissances, mon point à améliorer est de connaître la sensibilité et la spécificité des différents tests spécifiques. Par exemple, pour le SLAP, je n'étais pas en mesure de reconnaître le test qui permet de confirmer ou d'éliminer ce diagnostic.

En termes de cognition, mon point à améliorer est de réfléchir à la progression possible des symptômes après un traitement. Par exemple, pour le cas de fasciopathie plantaire, je savais que les exercices excentriques en FP sont adéquats pour cette condition, mais j'ai marqué que cette option de traitement n'est pas adéquate à cause de la douleur qui augmente. Je n'ai donc pas fait une réflexion assez approfondie pour reconnaître qu'il est normal et acceptable que la douleur augmente légèrement suite à ces exercices, mais qu'il faut s'assurer que la douleur ne prend pas trop de temps à diminuer à son niveau initial.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Facilitateurs : Faire le test avec des écouteurs augmente ma concentration. L'environnement était calme et sans bruit. Le test non-formatif diminue mon niveau d'anxiété. La vidéo de rétroaction après chaque question m'a permis de savoir que j'ai bien répondu à la majorité des questions, ce qui m'a permis de savoir que mon raisonnement est adéquat. Cette rétroaction positive a probablement amélioré ma performance pour les questions subséquentes, car j'avais plus confiance en mon raisonnement.

Obstacles : La fatigue, car nous sommes en fin de journée, et une surcharge cognitive probable à cause que c'est le deuxième test que nous faisons après une pause pas assez suffisante pour reposer mon cerveau.

Stratégies pour améliorer :
Pour améliorer ma performance lors du prochain test, je vais me coucher plus tôt pour diminuer ma fatigue et ainsi améliorer ma concentration. Je vais aussi réviser la signification d'un résultat positif pour les tests spécifiques en musculosquelettique. Je vais tenter de créer des tableaux résumant les différentes pathologies avec les signes et symptômes associés, les tests spécifiques pour les confirmer ou infirmer et les traitements recommandés selon le stade de la condition. Ces résumés me permettront de faciliter mon raisonnement et de diminuer ma surcharge cognitive, puisque je n'aurai pas besoin de réfléchir autant pour me rappeler des notions apprises les dernières années.

E16 (Groupe A)

Temps formation : 71 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu bonne (4)

Points forts :
Les points forts de mon raisonnement clinique sont que j'ai été en mesure de faire plusieurs associations. La première association était entre le diagnostic proposé et les tests respectifs à évaluer. Par exemple, je savais que la traction cervicale n'était pas un bon test pour détecter une tendinopathie de la coiffe des rotateurs. J'ai aussi associé les positions et mouvements que le patient fait au quotidien à des tests provocateurs de douleur. Par exemple, la personne joue de la batterie avec une flexion du poignet et une déviation ulnaire. Sans avoir écouté la vidéo, je me suis dit que ça ressemblait au test de Finkelstein. C'était la même chose lorsqu'un patient était assis dans son divan avec les jambes élevées. Je me suis dit que ça ressemblait au SLUMP. Lorsque le test effectué était seulement décrit en composantes (ex : épaule en rotation externe, abduction à 90 degrés, flexion du coude à 90 degrés), j'étais en mesure de l'associer à un test (ex : test d'appréhension). Lorsqu'il était question de traitement, je me demandais si les paramètres étaient pertinents selon le stade de guérison du patient et sa réaction face au traitement.

Points à améliorer :
Les vidéos m'ont permis de comprendre que mon raisonnement clinique n'englobait pas toutes les composantes importantes à considérer. Par exemple, je me suis dit que la traction cervicale n'avait pas de lien avec la tendinopathie de la coiffe des rotateurs et cela avait guidé ma réponse. Je m'étais dit que puisque la douleur diminuait avec la traction, c'était plutôt une composante cervicale. Par contre, je n'ai pas tenu compte que la traction cervicale ne diminuait pas les douleurs à zéro et qu'il y avait donc une petite possibilité qu'il y ait une tendinopathie de la coiffe des rotateurs combinée à une composante cervicale.

Au niveau des connaissances, je suis encore peu familière avec certains diagnostics comme la subluxation du nerf ulnaire. Il y a aussi certains aspects du traitement que j'oublie de tenir compte. Par exemple, il faut préférablement réévaluer le patient après une semaine s'il n'y a pas de changement dans sa condition. Aussi, il faut que je me rappelle que les normes diffèrent entre clientèles, notamment les athlètes. Je ne savais pas qu'il était normal d'avoir une imbalance aussi marquée entre les deux membres.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Facilitateurs : Les vidéos m'ont permis d'augmenter ma confiance en mes connaissances et ont donc diminué mon anxiété. J'avais donc un état d'esprit plus apte à continuer le test. Les vidéos m'ont aussi permis de comprendre le processus de pensée des experts et donc de me fier à cela pour mon raisonnement clinique lors des questions suivantes. Cela m'a sécurisée dans mon processus de pensée et a encore une fois diminué mon stress. Les résumés à la fin des vidéos ont diminué ma charge cognitive, car les informations étaient bien synthétisées. L'alternance entre les questions et les vidéos a augmenté ma capacité d'attention, car le format était plus stimulant.

Obstacles : Les vidéos avaient parfois trop d'images qui apparaissaient en même temps. Il était donc plus difficile de suivre (augmentation de la charge mentale). Les erreurs d'orthographe et de grammaire nuisaient parfois à ma compréhension. Vu qu'on n'avait jamais fait ce format de test, cela avait un peu augmenté mon niveau de stress. Parfois, les vidéos prenaient du temps à télécharger et pouvaient créer de la frustration (augmentation de la charge mentale).

Stratégies pour améliorer :
Je souhaite pouvoir réécouter les vidéos de ce test, car elles étaient informatives. Elles me permettaient de comprendre le point de vue des experts et de structurer mon raisonnement clinique plus efficacement. Je vais aussi continuer mon étude pour l'examen synthèse et donc améliorer mes connaissances. Je vais aller relire mes notes pour les questionnements que j'ai eus lors de ce test. Je vais discuter avec mes collègues de classe et professeurs si je ne trouve pas de réponse à mes questions lors de mon étude.

Je vais également réviser mes notes sur le raisonnement clinique afin de structurer ma méthode de raisonnement clinique efficacement. J'aimerais avoir un guide de base avec des questions à me poser automatiquement lorsque j'ai un cas clinique. Bien que cela n'arrivera pas avant le prochain test de concordance de script, il y a aussi les stages cliniques dans quelques mois qui me permettront de gagner des connaissances et de les mettre en pratique. L'expérience clinique est importante pour le raisonnement clinique.

E17 (Groupe A)

Temps formation : 67 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :
Je crois que j'avais de bonnes connaissances sur les pathologies et les hypothèses proposées pour cette activité. J'ai eu plusieurs patients (et moi-même) qui ont eu ces types de problématiques, donc j'ai su mieux les reconnaître (ou les éliminer). De plus, je viens tout juste de réviser le membre inférieur (et débuter le membre supérieur) dans mon étude pour l'examen synthèse, donc je crois que mes connaissances étaient fraîches pour la plupart des sujets présentés.

J'ai su rester concentrée tout au long de l'activité, en sachant que j'allais avoir les réponses et explications tout de suite après. Je trouvais aussi très intéressants et dynamiques les vidéos après chaque question, donc ça me motivait.

Points à améliorer :
Pour avoir un exemple concret, j'étais vraiment moins à l'aise avec les notions concernant le pouce. Je savais moyennement où était exactement le ligament mentionné et, de ce fait, comment il était le plus souvent lésé et quel mouvement le mettait plus en tension. J'ai donc eu de la difficulté à pouvoir répondre à ces questions par mon manque de connaissances et de mémoire à ce sujet.

Bien que le fait d'avoir les réponses et les explications tout de suite après chaque question m'ait aidée, je demeurais un peu stressée par la réponse que je sélectionnais et je manquais de confiance en celle-ci. J'ai souvent tendance à douter de mes réponses et à penser que ce ne sont pas nécessairement les bonnes ou les meilleures.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Facilitateurs : Un facilitateur a été que nous avions tous des écouteurs, donc ça m'a permis de me concentrer davantage sur le test, sans entendre tous les bruits de mes collègues autour de moi. Un autre facilitateur a été que j'étais plus motivée, étant donné que nous avions les réponses après chaque question et que je trouvais que c'était une bonne révision avec des explications très claires pour chaque problématique. Ça m'amenait donc à réfléchir davantage à mes réponses et à me motiver à prendre le temps de bien y réfléchir.

Obstacles : Le fait que je manquais de connaissances dans certains sujets, comme pour la région du pouce où j'étais moins certaine de l'anatomie et des caractéristiques pour certains ligaments et mouvements, m'a beaucoup fait douter de mes réponses, car je ne savais pas vraiment concrètement celles-ci.

Stratégies pour améliorer :
Je me concentrerai, en premier lieu, sur les sujets qui m'ont donné plus de fil à retordre, comme le pouce, par exemple. Je pourrais donc débuter mon étude là-dessus et me

concentrer davantage sur les caractéristiques de cette région afin d'améliorer mes connaissances à ce sujet.

Aussi, le fait d'étudier avec différentes personnes, dans différents groupes et dans plusieurs contextes qui diffèrent, me permettra d'acquérir des connaissances variées et de façons multiples. Ce qui m'aidera, dans le futur et dans de prochains tests, à être plus habituée aux cas variés et complexes, car je me serai pratiquée dans plusieurs contextes. Cela me permettra sûrement d'être davantage en confiance avec mes hypothèses et mes réponses.

Ne pas oublier que, malgré que nos cours séparent toutes les articulations, il est important que, dans mon étude, je mette mes connaissances en commun, car la majorité des articulations sont reliées et ont un impact les unes sur les autres.

E18 (Groupe A)

Temps formation : 59 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :

- Avec les explications données dans les vidéos par la suite, j'ai pu voir que mon raisonnement clinique était en majorité approprié, principalement pour ce qui était des atteintes des membres supérieurs et inférieurs.

- J'ai été plus en mesure cette fois-ci d'organiser mes idées en lisant les histoires de cas afin de mettre les pours et les contres qui affirmaient ou non les diagnostics ou éléments proposés.

Points à améliorer :

- À l'aide des vidéos, j'ai pu voir que mes réflexions en lien avec la métacognition n'étaient pas excellentes, mais tout de même présentes. Lorsqu'il nous est présenté dans les vidéos les différentes pensées des experts, j'ai pu voir qu'il me manquait à quelques reprises des réflexions en lien avec d'autres diagnostics ou analyses sur les traitements. Par exemple, lorsque j'avais en tête que l'hypothèse était renforcée, je n'ai pas pris l'habitude de penser à pourquoi ça pourrait être inchangé ou bien affaibli. Je me questionnais plus à savoir si c'était renforcé ou fortement renforcé.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Obstacles :

- L'environnement est toujours un obstacle pour ma part. Je suis facilement distraite par les gens qui bougent autour de moi et je dois donc relire à plusieurs reprises les questions afin d'être certaine de ne pas manquer d'information. Malgré le fait que je prends mon temps pour lire les questions, les distractions me font parfois manquer des informations qui peuvent être importantes afin d'avoir un raisonnement clinique juste.

- Certaines connaissances me manquaient en lien avec des tests présentés lors des histoires de cas, ce qui ne me permettait pas d'approfondir au maximum mon raisonnement clinique.

Facilitateurs :

- Le fait d'avoir les vidéos explicatives par la suite était grandement rassurant pour ma part. J'aime savoir si mon raisonnement est bon ou non et pourquoi, afin d'améliorer mes erreurs. Ainsi, écouter les vidéos après avoir répondu aux questions diminuait mon niveau de stress par rapport à la première activité de raisonnement.

- En ayant déjà fait la première activité de raisonnement clinique au test de concordance de scripts ce matin, je savais plus à quoi m'attendre pour la deuxième activité. J'étais donc plus à l'aise dans mes raisonnements et avec un niveau de stress moins élevé, ce qui m'a permis de faire de bons raisonnements cliniques.

Stratégies pour améliorer :

- Je devrais m'assurer de m'arrêter pour réfléchir autant aux aspects positifs qu'aux aspects négatifs de l'histoire de cas. Ma métacognition n'est pas encore au point pour me permettre d'ouvrir mes horizons à 100 % et voir tout l'éventail de possibilités qui existe. Il faudrait que je me fasse une petite liste qui mentionne autant les points positifs que les points négatifs de l'hypothèse afin de ne pas seulement penser à aller dans une direction.

- Améliorer mes connaissances générales sur les différentes pathologies et les différents tests qui y sont associés, afin de m'assurer d'avoir tous les outils à ma disposition pour bien prendre en charge les différentes histoires de cas. Je devrai également m'assurer de connaître les différents traitements prioritaires en lien avec les pathologies pour mieux m'aider à me guider sur si je suis sur la bonne piste ou non avec les symptômes rapportés par les patients.

- Des rencontres d'équipe seraient toujours pertinentes pour partager mes connaissances avec mes collègues et apprendre également de leurs compétences. Lors de cette session, j'ai souvent fait des rencontres avec certains de mes collègues afin d'étudier pour l'examen synthèse, et je dois avouer que c'est grandement utile. Nous apprenons de tous et chacun, nous nous partageons des trucs, nos compréhensions et nos connaissances générales, ce qui est très aidant pour voir la perspective des autres.

E19 (Groupe A)

Temps formation : 78 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :
Pour ce qui est des connaissances, je trouve qu'elles étaient plus à jour pour les vignettes de ce TCS comparativement au premier TCS. Par exemple, je me rappelais des signes et symptômes du conflit fémoro-acétabulaire (douleur en flexion + ADD hanche, douleur au changement brusque de direction et à l'accélération).

Pour ce qui est de la métacognition, je trouve que lors de ce deuxième TCS, je me suis posé davantage de questions que lors du premier TCS. Par exemple, je prenais plus de temps pour me questionner par rapport aux différentes hypothèses possibles, aux évaluations clés à faire et aux biais d'information. Aussi, je trouve que j'étais plus en contrôle que lors du premier TCS. J'étais moins stressée, car je savais à quoi m'attendre.

Points à améliorer :
Pour les connaissances, j'ai quelques notions à réviser. Par exemple, concernant les tests pour confirmer un SLAP à l'épaule, je ne me rappelle plus comment effectuer le Crank et l'O'Brien. Aussi, je ne me rappelle plus d'avoir vu la subluxation d'un nerf. Je me rappelle plutôt comment évaluer la mécanosensibilité d'un nerf.

Pour la cognition, j'ai de la difficulté à organiser mes pensées dans un ordre logique. Je regarde tous les résultats d'évaluation et j'essaye vite de penser à un diagnostic, mais je devrais prendre le temps de faire des liens entre les résultats. Je pense aussi que je suis plutôt lente dans mon raisonnement clinique.

Pour la métacognition, je me rends compte que parfois, j'accorde plus d'importance à certains résultats d'évaluation qu'il ne faudrait. Par exemple, dans une des vignettes, l'hypothèse émise était un conflit fémoro-acétabulaire, et dans les résultats, le squat n'était pas douloureux. J'ai donc pensé que mon hypothèse était affaiblie, mais à bien réfléchir, il est possible qu'il ne soit pas douloureux et je ne devrais pas baser mon hypothèse uniquement sur cela. De plus, je me rends compte que parfois, il y a des résultats d'évaluation que je n'arrive pas à mettre en lien.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Facilitateurs :

- La salle était calme, ce qui aidait à la concentration.
- Le fait d'avoir de la rétroaction permettait de suivre une logique, une cohérence. Cela diminuait aussi le stress ressenti, car cela permettait de valider ou invalider nos hypothèses, en plus de recevoir des explications. Finalement, la rétroaction rassure par rapport au raisonnement clinique en mettant en lumière les éléments auxquels nous avons pensé et ceux auxquels nous n'avons pas pensé.

- Le fait que ce soit le deuxième TCS que nous faisons était moins stressant que le premier.

Obstacles :

- Le manque d'information dans les vignettes rajoute une difficulté pour réussir à émettre une hypothèse juste.
- Je suis fatiguée aujourd'hui, donc c'est plus difficile de rester concentrée et de réfléchir profondément aux hypothèses.
- Le temps permis était suffisant pour compléter l'activité.

Stratégies pour améliorer :

- Je crois que je veux toujours aller trop vite lors de ces tests pour être certaine de ne pas manquer de temps. Lors du prochain TCS, je déterminerai le temps maximal que j'ai pour répondre aux questions et je profiterai de l'entièreté de ce temps pour bien me représenter le problème, identifier les hypothèses que moi je pense et bien analyser les résultats d'évaluation.
- Je dois avoir une plus grande ouverture d'esprit quant aux autres hypothèses émises, car souvent, j'ai tendance à penser que mon hypothèse de départ est celle qui est bonne.
- Lors du prochain TCS, je serai dans un meilleur état d'esprit pour le compléter. Je vais me coucher plus tôt la veille et je vais me préparer comme si c'était un examen.
- Pour le prochain TCS, je crois que je devrais écrire mes pensées sur une feuille de papier afin de bien analyser les résultats des évaluations. Je suis quelqu'un de très visuelle, et je crois que cette technique aiderait mon raisonnement clinique.
- Pour améliorer mes connaissances, je dois réviser les notions essentielles de musculosquelettique. Pour les tests spécifiques à l'épaule, je compte me faire un tableau résumé avec le nom des tests, la position des tests, ce qu'ils évaluent et la réponse à laquelle on s'attendrait pour bien m'en rappeler.

E20 (Groupe A)

emps formation : 85 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu bonne (4)

Points forts :
Bonnes connaissances générales sur le système MSK et ses pathologies. Bonnes capacités de *pattern recognition* en lien avec les cas cliniques présentés.

La majeure partie de mes réponses correspondait à la *réponse concordante* ou à la seconde réponse la plus populaire. Les vidéos explicatifs m'ont permis de valider mon raisonnement clinique. Je me suis aperçu que je considérais souvent les mêmes éléments pour les mêmes raisons que le panel, et que je me posais des questions semblables. Ainsi, malgré le fait que mon choix de réponse n'était pas toujours le plus populaire, mon raisonnement clinique concordait de façon importante avec celui du panel. Ce point fort tombe dans la catégorie cognition.

Ensuite, je me suis beaucoup intéressée aux capsules portant sur les données probantes pour le traitement de certaines pathologies. J'ai pu comparer mes connaissances aux informations mises de l'avant par la littérature, corriger mes erreurs de raisonnement clinique et renforcer les savoirs déjà acquis. Ce point fort tombe dans la catégorie métacognition.

Points à améliorer :
Mon point faible principal porte sur mes connaissances sur la fasciopathie plantaire. La représentation que j'ai en tête de cette pathologie ne correspond pas du tout à celle du panel. En effet, mes réponses à la majorité des questions étaient éloignées de la réponse concordante, et je ne parvenais pas toujours à saisir le raisonnement clinique derrière celle-ci, malgré les vidéos explicatifs.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Facilitateurs :

- À force de compléter les tests de concordance de script, j'ai saisi les éléments que le panel considérait ou pas dans la sélection de ses réponses. Les vidéos explicatifs étaient également très aidants, car ils me permettaient de comparer mon raisonnement à celui du panel et de m'ajuster en conséquence ; comme un modèle. J'ai donc pu adapter ma réflexion clinique afin de répondre aux questions avec plus d'exactitude et moins d'hésitation.

- Le nombre de questions réduit par rapport au premier test de concordance de script ainsi que les vidéos explicatifs avec les réponses et leur justification ont grandement contribué à diminuer la charge mentale associée à la tâche.

Obstacles :
Outre mon manque de connaissances et d'expérience clinique en lien avec les fasciopathies plantaires, je n'ai pas rencontré d'obstacle lors de la passation de ce test.

Stratégies pour améliorer :

- Il est nécessaire que je révise mes notes de cours sur la fasciopathie plantaire (anatomie du pied, présentation de la pathologie et traitements recommandés) afin de générer une représentation mentale plus adéquate de la pathologie.
- Je peux également faire des recherches sur Internet, écouter des vidéos et des balados sur le sujet ou encore consulter des guides de pratique clinique afin de me familiariser davantage avec cette problématique clinique.

E21 (Groupe A)

Temps formation : 81 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :

- En termes de connaissances, je trouve que j'étais capable de mobiliser mes savoirs de manière encore plus efficace que lors de la séance du matin. Les savoirs pertinents me venaient en tête plus rapidement, et j'étais capable de sortir des signes et symptômes clés associés avec mes idées avec moins de charge mentale.

- En termes de cognition, en me concentrant sur le développement d'hypothèses, j'étais capable de prendre des décisions plus nuancées et pertinentes. Le fait d'explorer au moins deux hypothèses m'a permis de mieux me prononcer sur la probabilité du diagnostic proposé par la vignette.

- En termes de métacognition, le fait que ce format offre de la rétroaction, comparativement à celui du cours du matin qui n'en offrait pas, a grandement facilité ma capacité de réfléchir sur ma performance. J'ai su directement après avoir complété le test que j'avais bien fait parce que mes réponses étaient similaires à celles des experts, et leurs explications s'alignaient avec mes processus de pensée.

Points à améliorer :

- Malgré que la séance se soit mieux déroulée que celle du matin, j'ai quand même eu un peu de difficulté à élaborer de multiples hypothèses pour les premières questions, ce qui a nui à quelques-unes de mes réponses. Selon moi, il faudrait que je sois capable de sortir encore plus d'hypothèses en lien avec l'aspect de la cognition pour continuer de m'améliorer.

- Avec un effort mental de ma part, j'ai réussi à en sortir au moins deux hypothèses pour la majorité des vignettes, mais je suis conscient qu'il y en avait certainement d'autres qui mériteraient d'être explorées pour bonifier mes réponses encore plus (et qui ne me sont pas venues à l'esprit lors du test).

Facteurs facilitateurs ou obstacles :

- **Facilitateurs :**
    - J'étais isolé de mes amis usuels et je me suis mis au fond de la classe pour ne pas être dérangé, ce qui m'a permis d'être beaucoup plus concentré sur mon examen.
    - Mon niveau d'anxiété était moins élevé parce que le nombre de questions était moins important par rapport au test de ce matin. J'étais plus familier avec le type de question posée (phénomène d'habituation), et le format avec rétroaction immédiate était, à mon avis, moins intimidant/stressant.

- **Obstacles :**
    - Je me suis mis proche de la porte, ce qui a fait en sorte que j'ai été distrait à quelques reprises par les personnes dans le corridor ou les personnes qui sortaient et rentraient dans la salle.

Stratégies pour améliorer :

- Je vais tout d'abord essayer de reproduire les facteurs facilitateurs et corriger les obstacles que j'ai notés pour la prochaine séance. Cela se traduit concrètement par me mettre au fond de la classe, m'isoler de mes amis et m'installer loin de toute porte pour éviter de me faire déranger.
- Comme ajout, je pourrais également essayer de jouer de la musique ambiante ou du bruit de fond dans mes écouteurs lorsque je réponds au test de concordance pour pouvoir encore plus me concentrer et rentrer dans ma bulle.
- En termes de cognition, je vais essayer de sortir au moins trois hypothèses plausibles pour chaque cas clinique présenté lors du prochain test de concordance. De cette manière, je pourrai prendre des décisions encore plus éclairées et nuancées.
- En termes de métacognition, pour le prochain test, je vais essayer de prendre plus conscience de mes propres scripts (ex. expériences en clinique) pour limiter l'impact de ceux-ci sur mes décisions. Je vais accomplir cela en prenant un moment de pause pour me questionner s'il y aurait une influence externe à mon raisonnement. Par exemple, pour la question du joueur de soccer ayant un conflit fémoro-acétabulaire, j'ai eu un joueur très similaire lors de mon stage 1 en clinique privée. Le diagnostic émis en physiothérapie dans mon cas était une tendinopathie des adducteurs, ce qui a influencé mes décisions dans le test, parce que j'ai mis "fortement augmenté", tandis que les experts étaient plus dans "augmenté".

E22 (Groupe A)

Temps formation : 79 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :

- J'ai trouvé cette activité plus facile que celle de ce matin. Soit parce que les questions me rejoignaient plus ou parce que le fait de pratiquer ce matin m'a permis d'avoir de meilleurs résultats (à mon avis) dans celle-ci. J'ai trouvé que mes connaissances étaient adéquates pour répondre aux questions, je connaissais bien les pathologies, leur méthode d'évaluation et leur traitement.

- De plus, je trouve que ma cognition était très semblable à celle des experts, ce qui est un point fort considérant que je suis un étudiant finissant et non un expert. En effet, mon raisonnement clinique était très semblable à celui des experts, autant quand j'avais la réponse concordante que quand je n'avais pas la réponse concordante. Lorsque je ne concordais pas, la très grande majorité du temps, c'était pour les mêmes raisons que les experts qui ne concordaient pas non plus à leur tour.

Points à améliorer :

- Mon point à améliorer serait concernant les connaissances des tests d'évaluation. En effet, mes connaissances concernant quels tests sont les plus sensibles et spécifiques ne sont pas au niveau où je voudrais qu'elles soient. Je ne connais pas encore bien les clusters qui sont les plus utiles en clinique. J'ai tendance à comprendre le principe que les clusters sont plus efficaces, donc j'en utilise. Par contre, j'ai tendance à simplement effectuer les tests que je connais ou ceux qui me passent par la tête et non ceux qui sont le plus appuyés par la littérature.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :

- **Facilitateurs :**
    - Le fait d'avoir effectué une activité très similaire ce matin était définitivement un facilitateur.
    - De plus, les retours sur les questions en vidéos pouvaient parfois donner des pistes pour les questions suivantes, ce qui était un facilitateur.
- **Obstacles :**
    - Un obstacle externe est le fait que je voyais parfois les réponses aux questions sur l'écran de mon voisin qui était en avance sur moi. Je devais donc me concentrer pour ne pas regarder afin de bien effectuer l'exercice sans avoir les réponses, ce qui aurait pu créer un biais si j'avais regardé.

Stratégies pour améliorer :

- Je pense qu'une des stratégies qui va améliorer mes performances est tout simplement le fait d'avoir écouté les vidéos explicatives. En effet, le fait d'avoir une narration du raisonnement clinique de plusieurs experts sur une question était très bénéfique selon moi. Cela m'a permis premièrement de me rassurer et de comprendre que mon raisonnement est très similaire au leur.

- De plus, d'entendre la pensée d'experts qui n'avaient pas la même réponse que moi m'a permis d'élargir ma pensée. J'ai souvent tendance à trop me concentrer sur ma pensée et j'ai de la difficulté à diverger, donc regarder la vidéo et comprendre un raisonnement différent était très utile. Je pense même revoir certaines vidéos que je n'ai pas très bien saisies afin de peaufiner mon raisonnement.

- Dans le même ordre d'idées, je pense qu'il serait bénéfique, en étudiant et plus tard dans le mentorat, d'effectuer un exercice de ce type. Tous les participants pensent à leur réponse et la divulguent par la suite au groupe. Le fait d'entendre d'autres raisonnements et de possiblement argumenter sur pourquoi notre réponse est plus appuyée par nos connaissances est une pratique qui devrait être beaucoup plus utilisée dans un contexte académique. Je pense que les connaissances sont acquises ou presque rendues à la maîtrise, donc préconiser des groupes d'études avec ce format serait très utile afin de développer nos performances de raisonnement clinique.

- Une autre stratégie serait de prendre le temps d'attribuer un «+», un «=» ou un «-» à chaque énoncé. Le fait de faire cette pratique mentale me permet de ralentir et de prendre le temps de mieux mettre en branle mon raisonnement clinique. J'ai tendance à aller rapidement et à accorder mon attention sur les éléments qui sautent aux yeux. Donc, prendre le temps de coter chacun des énoncés me permettrait de ralentir et aussi de voir le portrait général de la situation. Il est important de le faire même si certains éléments ne semblent pas changer notre décision au final.

E23 (Groupe A)

Temps formation : 58 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :

- Je crois qu'un de mes points forts était encore une fois ma capacité de cognition. Malgré qu'il me manquait parfois des connaissances sur les présentations cliniques/évaluations/traitements, j'étais en mesure d'utiliser ma logique et de faire des liens avec mes connaissances actuelles pour émettre une opinion. Par exemple, pour l'histoire de cas sur la tendinopathie de Quervain, je ne me rappelais pas exactement du nom de l'évaluation spécifique à cette pathologie ni des structures spécifiques qui sont atteintes, mais je me rappelais de la région atteinte et des mouvements qui reproduisaient la douleur. Ainsi, avec ces connaissances, j'ai tout de même été en mesure de sélectionner la bonne réponse en ayant une certaine compréhension de la pathologie et du portrait clinique.

Points à améliorer :

- J'ai encore beaucoup de difficulté à me rappeler des noms exacts des évaluations spécifiques et de me rappeler les évaluations comprises dans certains clusters. Par exemple, je ne me souvenais pas ce que comprenait le cluster de Wainner, et je ne me souvenais pas non plus comment faire l'examen d'O'Brien.

- Ainsi, c'était parfois difficile de savoir si les résultats d'examen pouvaient affaiblir ou renforcer le diagnostic ou le traitement proposé, puisque je n'étais pas convaincue de l'objectif ou du déroulement de l'évaluation.

- De plus, avec un certain manque de connaissances vient un certain manque de confiance. Donc, il m'arrivait souvent de confirmer ma réponse mais de tout de suite remettre en question ma décision, même si j'avais la bonne réponse. Même si ce manque de confiance m'amène parfois à avoir un meilleur raisonnement clinique puisque je creuse davantage mes idées, cela m'amène aussi à tout remettre en question et à suranalyser les informations quand, au fond de moi, je connais la réponse.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :

- Un obstacle serait certainement la durée du test et le moment de la journée. Je crois que j'ai une capacité d'attention très limitée et le fait que le test soit d'une durée de plus d'une heure en après-midi fait en sorte que j'ai parfois moins de concentration.

- De plus, sachant que le test ne compte pas, j'ai parfois tendance à m'impliquer moins dans le raisonnement clinique et d'y aller davantage avec mes instincts/connaissances/cognition de base.

- Cependant, le fait que le test reprenne des histoires de cas et inclut du matériel plus interactif, dont les vidéos, cela m'a permis d'être plus alerte, concentrée et intéressée que si le test était seulement du texte.

Stratégies pour améliorer :

- Depuis plusieurs semaines, mes collègues d'école et moi allons prendre des marches le midi, et je vois une grande différence dans mon niveau d'éveil, de concentration et d'énergie l'après-midi. Ainsi, je crois que prendre l'air et faire de l'exercice est une bonne stratégie pour moi afin d'être plus productive et plus performante.

- Par ailleurs, je crois que de retenir mes connaissances en me créant des tableaux résumés et des outils mémotechniques, en plus de mettre en pratique mes connaissances en pratiquant sur mes collègues ou membres de ma famille, me permettra de mieux performer au prochain test de concordance de script.

- Je crois aussi que d'ajouter à mon étude des histoires de cas ou des mises en contexte comme le test de concordance m'aidera à mettre en pratique mes connaissances de façon plus concrète et tangible.

- Je ne déteste pas non plus l'idée de poursuivre les journaux réflexifs dans ma pratique, que ce soit suite à des examens, des pratiques de laboratoires ou des stages, afin de me permettre de prendre un pas de recul sur ce qui a bien été et sur ce qui est à améliorer.

E24 (Groupe A)

Temps formation : 59 min
Performance de raisonnement clinique : Très bonne (6)

Points forts :

- La justification mentale que je me faisais pour chaque question était très souvent en accord avec celle de la majorité des experts. Ainsi, ma réponse était très souvent en convergence avec les scripts.
- À l'inverse, lorsque ma réponse était divergente de l'opinion des experts, je pouvais reconnaître où se trouvaient les différences dans le raisonnement clinique et l'importance accordée à chaque information de la vignette.
- Mes connaissances étaient également assez bonnes pour me permettre de reconnaître les signes et symptômes les plus importants pour valider ou invalider les hypothèses.
- À chaque question, j'étais capable de faire des choix rapidement, et ceux-ci étaient très souvent les bons, donc je peux croire que mes capacités de cognition (synthèse, réflexion, prise de décision) sont assez efficaces.

Points à améliorer :

- Parfois, j'ai répondu sans nécessairement connaître les batteries de tests spécifiques présentées après la vignette (ex : tests pour SLAP et radiculopathie cervicale).
- Malgré que je sois arrivé à la bonne réponse en utilisant mon raisonnement clinique, mes connaissances sur les séries de tests démontrées dans la littérature auraient pu être meilleures.
- Une combinaison de la présentation clinique du patient et de meilleures connaissances de la littérature aurait aidé encore plus ma réflexion et ma prise de décision.
- Pour la métacognition, je suis capable de reconnaître que j'ai répondu aux questions plutôt rapidement. Il se peut donc que je n'aie pas autant pesé le poids des informations et que je n'aie pas écouté aussi attentivement les justifications puisque j'ai accéléré les explications lorsque j'avais des réponses concordantes.
- Parfois, j'oubliais de penser à certains petits détails abordés dans la justification (ex : autres tests possibles, durée des symptômes), malgré que cela affectait rarement ma réponse.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :

- **Facilitateurs :**

    - Le silence de la classe.
    - Les justifications après chaque question qui me permettaient de bien comprendre les opinions des experts et m'aidaient à m'orienter pour les questions subséquentes.

- **Obstacles :**
    - Parfois, l'opinion des experts était très partagée, et malgré que je comprenne les justifications de chacun, j'aurais voulu une réponse plus définitive à certaines questions.
    - Les vidéos sur le SLAP et les radiculopathies cervicales étaient placés après les vignettes de ces pathologies, donc j'aurais été plus confiant en ayant ces informations avant les vignettes (malgré tout, je comprends la pertinence de placer l'information après pour tester davantage notre raisonnement).

Stratégies pour améliorer :

- Cette deuxième activité me confirme que mon raisonnement est très souvent convergent avec les experts dans cet exercice, donc je dois continuer à me faire confiance et me rappeler mentalement que je suis compétent.
- En me basant sur les explications des experts, je dois penser à plus d'éléments de réponse lorsque je justifie mentalement mes réponses (ex : durée des symptômes, résultats d'autres tests, autres symptômes, etc.).
- Prendre plus de temps pour réfléchir en cas de doute.

E25 (Groupe A)

Temps formation : 90 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :
Lors de la formation par concordance, je trouvais que mon niveau de connaissance était adéquat pour répondre aux différentes vignettes. J'étais capable de sortir d'autres diagnostics différentiels et de me demander si les informations présentées étaient assez convaincantes pour me prononcer sur un énoncé affaibli ou renforcé. Donc, lors de l'écoute des capsules rétroactives, je pouvais effectivement valider que mon raisonnement était en concordance avec les panélistes pour la plupart des questions.
Si je n'arrivais pas à la même réponse, je pouvais comprendre la justification des panélistes et leur cheminement de pensée. Ceci était possible, car la FpC ne m'a pas mise en surcharge.

Points à améliorer :
Il y a quelques questions qui étaient plus difficiles pour moi de me prononcer avec certitude. En effet, j'ai remarqué que ma réponse portant sur l'efficacité des traitements était souvent pas en accord avec la majorité des panélistes. Par exemple, nous recommandions des exercices excentriques des adducteurs à une patiente à qui on soupçonnait une tendinopathie de ses muscles, mais ces exercices lui provoquaient de la douleur. La plupart des experts étaient plutôt portés à changer l'exercice pour du isométrique puisque la patiente semblait être irritée par ceux-ci. De mon côté, j'y suis allée avec une opinion renforcée, mais avec une nuance de voir l'irritabilité et les paramètres des exercices. Donc, mon opinion allait dans le même sens que les experts, mais en partageant une différente opinion finale.
Ce qui était plus difficile était la différence entre la réponse fortement affaiblie/renforcée et celle simplement affaiblie/renforcée. La ligne est très mince entre les deux réponses. Dans ces cas, je n'étais pas capable de prendre du recul et d'analyser si les tests présentés pouvaient être simplement pour cette pathologie ou si une autre pourrait être équivalente.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Les vidéos explicatives m'ont énormément aidée à gagner en confiance lors de mes réponses. Au début du test, je me suis rendue compte que je pensais sensiblement comme les experts. Cette "validation sociale" m'a permis de gagner plus d'assurance. De plus, les vidéos m'ont permis de prendre un temps de repos entre les questions de concordance. Donc, ceci a fait diminuer ma charge mentale entre les questions.
Encore une fois, la condition pour faire ce test était moins optimale pour réaliser le test. J'étais parfois portée à regarder les ordinateurs/vidéos des personnes devant moi puisque ceux-ci attiraient mon regard.

Stratégies pour améliorer :
Pour le TCS2, je vais essayer de retourner voir les recommandations pour les durées de guérison et les différents "clusters" pour déterminer si le diagnostic/traitement est réellement significatif à la vignette. En effet, je crois que ceci m'aidera à être plus confiante

de mes réponses et à mieux comprendre la différence entre un exercice trop avancé et un adapté.
De plus, pour le TCS2, je vais essayer de me placer en première rangée dans un coin pour ne pas être portée à regarder mon environnement et être distraite.

E26 (Groupe A)

Temps formation : 74 min

Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts : Je crois qu'une de mes forces étaient au niveau des connaissances. Je m'attendais à avoir davantage de mauvaises réponses, mais finalement j'obtenais souvent une concordance. Également, mon analyse et ma réflexion qui me menaient à ma prise de décision concordaient avec l'explication donnée ensuite par les experts. Ainsi, mon analyse réflexive semblait adéquate. J'ai tenté également avec ce TCS d'utiliser comme stratégie métacognitive de souligner les informations clés dans ma tête qui pouvaient soit confirmer ou infirmer les hypothèses diagnostics ou le choix de traitement. Cette stratégie me permettait de rapidement cibler les éléments clés et me prononcer sur la situation.

Points à améliorer : Certaines pathologies étaient encore plus difficiles pour moi, telles que la fasciapathie plantaire ou bien la subluxation du nerf ulnaire. En effet, les pathologies sur lesquels nous avons mis moins l'accent en classe ou celles que j'ai moins eu la chance de voir dans mes stages étaient plus floues pour moi. J'ai noté également que plus l'activité avançait plus ma charge cognitive augmentait. En effet, je commençais à être fatiguée un peu ce qui augmentait le niveau d'anxiété et l'effort mental. Au niveau cognitif l'attention demeurait difficile vue l'environnement physique.

Facteurs facilitateurs ou obstacles : Un des facilitateurs était la présence de rétroaction suite au choix. Ceci me permettait d'augmenter ma confiance en moi pendant le test et de me démontrer si mon raisonnement clinique était adéquat. Les vidéos animés rendaient le tout très agréable et augmentait la rétention d'informations. Un facilitateur également était le fait que nous avions fait une première pratique si on veut le matin. Ceci rendait la tâche plus spontanée et facile Un obstacle encore une fois était l'environnement physique. J'ai définitivement plus de difficulté à me concentrer avec plusieurs personnes autour de moi que lorsque je suis seule dans une pièce calme. Également, ma charge cognitive était plus élevée cette après-midi vu la fatigue qui était davantage présente. Cela nuisait à ma concentration et mon niveau d'anxiété.

Stratégies pour améliorer : D'ici la prochaine séance j'aimerais prendre le temps de relire certaines pathologies plus complexes pour moi. Je crois également que de me pratiquer à lire des histoires de cas ou faire des tests de concordance de script pourrait être une stratégie qui m'aide à mieux performer. Également, sur l'heure du midi j'étais allé étudier ce qui à contribué à augmenter mon niveau de fatigue et donc ma charge cognitive. Je crois qu'il serait plus pertinent et profitable de prendre une réelle pause prochaine fois avant l'activité pour m'assurer d'avoir un haut taux d'énergie.

E27 (Groupe A)

Temps formation : 71 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu bonne (4)

Points forts :
Un premier point fort de mon raisonnement clinique est la cognition. Avec les informations qui étaient présentées, j'étais capable de faire des liens et de déterminer si l'hypothèse suggérée était la bonne ou non. Après avoir fait le test de concordance de ce matin, c'était plus facile de formuler des hypothèses selon les informations présentées et de faire des liens. Je formulais aussi différentes hypothèses pour garder différentes options sur la table au lieu de m'attarder uniquement à la même hypothèse. J'étais capable de définir la problématique selon les informations qui étaient présentées dans le cas.
Un deuxième point fort de mon raisonnement clinique est ma métacognition. Après avoir fait le test de concordance de ce matin, cela m'a donné une idée du type de questions qui allaient être posées. J'étais donc prête mentalement à répondre aux questions. J'étais davantage calme en entrant dans cet exercice. J'étais davantage consciente du raisonnement que je faisais. Je ne me sentais pas autant en surcharge cognitive que ce matin. J'étais consciente du raisonnement que je faisais et j'étais capable de prendre un pas de recul pour m'assurer que je n'oubliais rien en répondant aux questions. Lorsque je voyais que j'étais en surcharge cognitive, je prenais le temps de me rassasier et de prendre quelques respirations pour garder mon calme. Je partais alors des connaissances que je détenais pour répondre à la question et je répondais du mieux que je pouvais.

Points à améliorer :
Un point qui reste à améliorer est les connaissances que je détiens concernant les pathologies. Pour les questions traitant de la fasciopathie plantaire, mes connaissances concernant cette pathologie sont très éloignées et je m'en rappelais très peu. Il était donc plus difficile pour moi de répondre adéquatement à ces questions. Lors de ces questions, je me sentais davantage en état de surcharge cognitive que lors des autres questions précédentes. Puisque je ne détenais pas toutes les connaissances, il était alors plus difficile pour moi de départager les différentes réponses. Je n'étais pas convaincue des réponses que je mettais à ces questions et je n'avais pas confiance en celles-ci.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Après avoir fait le test de concordance de ce matin, je crois que cet élément était un élément facilitateur pour répondre aux questions de cet après-midi. Puisqu'il s'agissait du même format de questions, je n'étais pas surprise en voyant les questions et je savais à quoi m'attendre. Les hypothèses et les réponses me venaient plus spontanément en tête. Le test de concordance 1 a servi de préparation pour cette activité. En étant préparée, cela a permis de réduire ma surcharge cognitive et a facilité la réalisation de cette activité. Mon niveau d'anxiété/de stress était moins grand que lors du test de concordance 1.
Toutefois, cette activité n'a pas été réalisée dans les conditions les plus optimales. J'étais distraite par moments par les individus qui se levaient pour sortir de la salle ou qui toussaient. Ceci nuisait à ma concentration et me distrayait. Il était donc plus difficile pour

moi par moments de rester concentrée et de résoudre le problème.
Puisque nous avions une limite de 3 heures pour passer à travers les différentes questions, cela ne posait pas du tout un enjeu de temps. On avait suffisamment de temps pour répondre aux questions et pour écouter les vidéos. Cette limite de 3 heures réduisait la contrainte de temps qui peut, par moments, représenter un facteur anxiogène dans le cadre d'un examen. Cette limite de temps était donc un élément facilitateur.

Stratégies pour améliorer :
Je vais prendre le temps de réviser mes connaissances (entre autres sur la fasciopathie plantaire). Je me rends compte que je suis capable de faire les liens si je connais suffisamment bien la pathologie, mais je suis moins capable de le faire s'il me manque des connaissances. En ayant davantage de connaissances, ceci facilitera les cognitions et permettra par le fait même de réduire la surcharge cognitive quant à la possibilité de ne pas détenir toutes les connaissances nécessaires pour répondre aux questions. Je vais donc relire les différents résumés que je m'étais faits pour l'examen synthèse pour réviser la matière et pour avoir ces connaissances en tête lors du prochain test de concordance.
Je vais également réviser des anciennes histoires de cas que nous avions faites lors des laboratoires pour voir si je suis capable d'avoir un raisonnement similaire à ce qui avait été présenté. Ceci peut aider à la fois à réviser mes connaissances, mais aussi à me permettre de former des liens avec les informations du cas présenté et à pratiquer ma cognition.
Je crois que je vais m'apporter une paire de bouchons pour limiter le plus possible les distractions sonores qui peuvent nuire à ma concentration/attention. Ceci améliorera les conditions de réalisation de l'examen et peut aider à entrer plus facilement dans ma bulle de raisonnement.

E28 (Groupe A)

Temps formation : 82 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu bonne (4)

Points forts :
Selon moi, mon point fort réside dans les connaissances. Je me sentais apte à répondre aux questions, à analyser les résultats des tests diagnostics et les présentations cliniques. D'un point de vue de cognition, mes réponses concordaient la majorité du temps avec celles des experts. Parfois, je ne concordais qu'avec la ''deuxième bonne réponse''. À aucun moment je ne me suis sentie complètement à l'opposé de la pensée des experts. Il était rassurant d'entendre la rétroaction puisque même lorsque je n'avais pas la réponse concordante, mon raisonnement s'apparentait à celui des experts ayant choisi la même réponse que moi.

Points à améliorer :
La métacognition demeure un point à améliorer. Les questions qui s'avéraient les plus ardues pour moi étaient celles où plusieurs hypothèses étaient concomitantes. Par exemple, la blessure du ligament collatéral interne versus une atteinte méniscale. Dans ces cas, j'avais de la difficulté à être complètement en accord avec seulement une hypothèse ou à écarter l'autre.
Aussi, pour ce qui est des interventions, je devrais améliorer mon raisonnement en ayant une vision plus globale de la problématique et en prenant en considération le temps post-blessure ainsi que le volume des paramètres.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Au fur et à mesure de la passation du test, chaque rétroaction des experts devenait un élément facilitateur pour les questions suivantes. Cela facilitait la compréhension des éléments à considérer et des éléments à écarter. L'alternance entre les questions et la rétroaction permettait aussi de maintenir un niveau d'attention élevé tout au long de la formation.
D'un autre côté, la rétroaction des experts pouvait parfois teinter mon raisonnement clinique ou y faire obstacle. Parfois, je ne sais pas si j'utilisais vraiment ma propre réflexion ou si je me basais sur la réflexion que j'avais entendue précédemment.

Stratégies pour améliorer :
Après avoir entendu la rétroaction des experts, je pense baser mon raisonnement clinique non seulement sur les éléments énoncés, mais aussi sur leur importance pris seuls versus pris en combinaison avec d'autres aspects. Je crois aussi que je dois donner plus d'importance à l'option ''inchangé'' et que celle-ci est tout autant valable en situation d'incertitude.
Malgré que je crois que mon niveau de connaissances était suffisant pour la formation actuelle, je crois que réviser les clusters de tests serait une bonne stratégie pour faciliter les décisions en rapport avec la probabilité diagnostique. Finalement, je crois que je dois prendre le temps de considérer chaque diagnostic dans son entièreté et non en comparaison avec un autre diagnostic.

E29 (Groupe A)

Temps formation : 81 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :
Dans la majorité des cas, je connaissais assez bien les pathologies pour être capable d'avoir un raisonnement qui concorde avec les experts ou qui va dans le même sens. J'étais, dans la majorité des cas, à l'aise pour voir lorsqu'il manquait des tests importants pour bien identifier ou exclure un diagnostic et d'avoir des diagnostics différentiels lors de la lecture des vignettes. Il m'est arrivé fréquemment d'avoir le même raisonnement qui nous était expliqué par la suite en vidéo pendant ma réflexion sur la vignette.

Points à améliorer :
Pour certaines conditions/pathologies que nous avons moins vues, je ne connaissais pas parfaitement le portrait clinique ou les tests associés pour être en mesure de savoir si ce qui était proposé était confirmé ou non par les éléments supplémentaires. Par exemple, je ne me souvenais plus du cluster de Cleland pour les radiculopathies afin d'infirmer ou non cette atteinte. Pour les lésions SLAP, je ne connaissais pas le test de Crank, qui semble être un bon test pour cette pathologie. Je ne me souvenais plus non plus si l'atteinte de la rotation interne (RI) de l'épaule était en lien avec un SLAP. Avec mon raisonnement, j'ai réussi à déduire cette réponse, mais je ne savais pas que la subluxation du nerf ulnaire était causée par une flexion du coude. Toujours pour le coude, je ne savais pas non plus que les mobilisations articulaires étaient plus efficaces pour les épicondylalgies latérales que médiales.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Pour faciliter cette activité, une préparation plus adéquate aurait pu m'aider (au niveau des connaissances) pour répondre aux questions. Aussi, les énoncés des réponses (très affaibli - très renforcé) rendaient la réponse parfois difficile, car je trouve difficile de coter si un traitement est très affaibli ou renforcé. Pour ma compréhension, il serait plus simple avec les termes adéquat ou non adéquat.

Stratégies pour améliorer :
Pour être plus à l'aise dans la réponse aux questions, je vais réviser mes notions pour mieux connaître les pathologies, leurs présentations ainsi que les meilleurs tests évaluatifs et traitements, ce qui rendrait plus facile de voir si les éléments ajoutés vont en faveur ou non du diagnostic. Aussi, je vais revoir les clusters pour les pathologies qui en ont, comme la radiculopathie cervicale ou les lésions SLAP, afin d'avoir des tests qui permettent de mieux guider l'évaluation et l'interprétation des résultats.

E30 (Groupe A)

Temps formation : 86 min
Performance de raisonnement clinique : Neutre (3)

Points forts :
Cognition : Je crois que je me suis amélioré en termes de réflexion et d'analyse des hypothèses avec les nouvelles informations présentées. Je crois que les schémas structurels de ma pensée étaient plus forts que lors de l'exercice de ce matin.

Connaissances : Je crois encore que c'était un point fort étant donné mon étude récente. Aussi, je crois que les capsules informatives sur le SLAP ou la radiculopathie nécessitaient de bonnes connaissances sur la compréhension de la recherche, ce que je possède selon moi.

Métacognition : Je trouve que j'étais plus conscient de mes biais cognitifs cette fois-ci et j'essayais activement de ne pas tomber dans le piège de ceux-ci lors de ma réflexion.

Points à améliorer :
Cognition : Je crois que je peux encore m'améliorer dans cet aspect une fois que j'aurai acquis de l'expérience dans le domaine. Dans l'exercice, je trouve qu'il y avait beaucoup d'informations et les regrouper pouvait être difficile. Parfois, analyser les informations qui avaient ou non un poids dans la décision finale était plus compliqué.

Connaissances : Dans les questions centrées autour des traitements, j'avais plus de difficulté à analyser l'information donnée et à arriver à une réponse entre « renforcer » et « affaiblir » l'hypothèse. Je crois que cela provient d'un manque de connaissances sur les traitements plus spécifiques à chaque pathologie.

Métacognition : Je crois que je peux améliorer ma réflexion sur l'action pendant ma réflexion. Je crois que cela pourrait améliorer mes futures pratiques cliniques si je commence tôt. Cela peut me donner une rétroaction fortement nécessaire sur mes forces, mes faiblesses et mes processus cognitifs en place. Aussi, je crois que cela me permettrait d'être plus ouvert à la réflexion et éviter de tomber dans des biais cognitifs ou des raccourcis lors de mon analyse, surtout pour les cas plus difficiles.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Le plus gros facilitateur était la rétroaction très extensive sur la problématique. Cela me permettait de comprendre davantage les questions sur la même histoire de cas qui suivaient et les questions sur les traitements. Aussi, cela donnait de la confiance, car cela validait les connaissances que nous avons sur la pathologie ainsi que nos processus de réflexion. Lorsqu'il arrivait que je n'aie pas la bonne réponse, cela me donnait les bonnes pistes de réflexion pour la prochaine fois.

Pour les obstacles, encore une fois, les questions n'étaient pas toujours claires, ce qui était sûrement intentionnel. Cela peut reproduire notre expérience en clinique où nous pouvons être bombardés de données et devoir faire le tri.

Stratégies pour améliorer :
Je vais continuer à prendre plus de temps pour analyser les éléments présents dans les réponses afin de faire un meilleur choix d'hypothèse. Aussi, je veux approfondir mes connaissances pour être capable de rejeter ou considérer les informations données. Une stratégie que je peux utiliser pour cela est le "point out", une stratégie qui va indiquer à mon cerveau de ne pas assumer qu'une information est importante, et le forcer à faire une réflexion approfondie pour examiner le besoin de considérer l'information.

Je vais continuer à pratiquer ce genre d'examen pour établir des systèmes reproductibles à chaque fois, ce qui vient seulement avec la répétition.

E31 (Groupe A)

Temps formation : 78 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu bonne (4)

Points forts :
J'avais les connaissances de base suffisantes pour la plupart des pathologies présentées (sauf le SLAP) dans la formation de raisonnement (tableau clinique général et les symptômes et caractéristiques principales des pathologies).
Je pouvais anticiper les hypothèses alternatives (1 ou 2) qui sont possibles dans certaines vignettes selon le portrait clinique décrit (ex. tendinopathie des adducteurs de hanche vs conflit fémoro-acétabulaire).

Points à améliorer :
Concernant les tests cliniques présentés dans les vignettes, je connaissais moins leur valeur métrologique, c'est-à-dire la sensibilité et la spécificité des tests pour attribuer une importance clinique au résultat du test dans la confirmation ou l'infirmation de mon hypothèse. De plus, je n'avais pas les connaissances suffisantes concernant les clusters de tests pour appuyer certaines hypothèses (ex. cluster de tests pour confirmer la présence d'un SLAP).
J'avais de la difficulté à me statuer sur la pertinence de certaines modalités de traitement selon les résultats anticipés avec le traitement proposé, surtout lorsque l'effet est controversé (ex. diminution de douleur de consultation, mais apparition d'une nouvelle douleur). Il est donc difficile de dire si on continue avec cette modalité avec des ajustements ou si on modifie notre approche pour obtenir des résultats supérieurs.
Je remettais parfois en doute ma réponse lorsque le portrait clinique décrit pourrait correspondre à l'hypothèse présentée, mais aussi être en concomitance avec une autre pathologie (les résultats de tests cliniques appuient l'une et d'autres appuient l'autre hypothèse). Ainsi, la présence concomitante de plusieurs symptômes dans le tableau clinique portait parfois à confusion, ce qui rendait difficile de bien cerner la problématique.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Facilitateurs : Avant de débuter le test, mon niveau d'anxiété était moindre, ce qui diminue l'effet sur la charge cognitive lors du test. Le temps alloué était très adéquat pour répondre aux questions et visionner les vidéos. Puisque pour cette séance nous étions dans une salle plus petite avec moins d'étudiants, et le port d'écouteurs permettait de favoriser la concentration et de diminuer les distractions extérieures. Aussi, le test a été effectué sur Studium, une plateforme que je connais davantage, ce qui réduisait mes inquiétudes sur l'aspect technique du test. Puisque nous avions fait un autre test, le TCS, préalablement en avant-midi, j'avais une meilleure idée des questions possibles ainsi que du format du test.

Obstacles : Cependant, puisque le TCS fait en avant-midi demandait déjà une certaine capacité cognitive avec 50 questions, mon niveau de concentration était moindre en après-midi pour faire le 2e test (plus de fatigue), ce qui pourrait potentiellement diminuer mon niveau de performance au 2e test.

Stratégies pour améliorer :
Je vise à réviser la qualité métrologique des tests les plus rencontrés en cliniques pour valider certaines hypothèses, et ce en révisant les notes des cours/laboratoires antérieurs, ainsi que les données scientifiques pour appuyer l'utilisation de tests validés par des études de qualité en présence de pathologies (ex. cluster de tests pour la radiculopathie cervicale). Puisque utiliser des tests avec des valeurs métrologiques supérieures permet de confirmer rapidement nos hypothèses et de diminuer le nombre de tests nécessaires à faire passer au patient, surtout lorsque ce dernier consulte dans une phase aiguë.

E32 (Groupe B)

Temps formation : 127 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu bonne (4)

Points forts :
Bon niveau de connaissances des pathologies musculosquelettiques. J'arrive à identifier les mécanismes de blessures traumatiques au genou ou encore à faire des liens pathoanatomiques avec la localisation de la douleur. J'arrive à proposer des traitements qui sont en lien avec les pathologies suspectées et le moment de la prise en charge.

Cognition : J'arrive aussi à remettre en question les idées proposées dans les vignettes en me basant sur mes connaissances, mon expérience et ma compréhension des situations proposées (remise en question de la dose de l'exercice de renforcement excentrique pour la tendinopathie des ADD).

Points à améliorer :
Au niveau cognitif, je crois que je dois pousser mes idées plus loin par écrit afin de me permettre une meilleure métacognition. J'ai tendance à synthétiser mes réponses en me fiant à ce qu'elles m'évoquent automatiquement dans ma tête, mais cela limite la communication aux autres, ainsi qu'avec ma relecture dans plusieurs mois ou années.

Au niveau de la métacognition : J'étais rapidement en surcharge aujourd'hui car je pensais à des événements autres qui occupent beaucoup de place dans ma tête. J'ai donc eu moins accès à la métacognition par souci de ne pas dépasser le temps imparti. Je dois donc améliorer ma présence "métacognitive" malgré les inconvénients de ma journée.

Facteurs facilitants ou obstacles :
Obstacles :

- Conflit avec des amies qui occupe beaucoup de place dans ma tête.
- Manque de sommeil +++.
- Bruit environnant.
- Stress.

Facilitateurs :

- J'aime la musculosquelettique.
- Je suis dans le projet de recherche (je comprends le but de l'exercice).

Stratégies pour améliorer :

- Faire du journaling pour sortir les éléments qui me tracassent de la tête.
- Mieux dormir.
- Écrire mon raisonnement afin de pouvoir le voir évoluer dans le temps et le remettre en question (ce n'est pas parce que plusieurs chemins mènent à Rome qu'ils sont tous bons...).
- Continuer de réviser toute la matière, commencer à avoir un regard critique sur celle-ci.
- Commencer à interpréter les informations données par le patient en termes physiologiques.
- Prendre une pause pour faire de grandes respirations quand mon esprit divague vers d'autres problèmes.

E33 (Groupe B)

Temps formation : 128 min
Performance de raisonnement clinique : Faible (1)

Points forts :

- Je me trouve capable de faire ressortir les hypothèses majeures/les plus évidentes pour la majorité des cas.
- Je me trouve aussi capable d'établir et de justifier un plan de traitement pour la plupart des cas.
- Je me considère aussi bon pour être conscient du fait que je suis souvent incertain de mes réponses, et donc que j'ai encore besoin d'améliorer mon raisonnement clinique.

Points à améliorer :

- Le principal élément que je peux améliorer, selon moi, est au niveau de mes connaissances. Oui, je suis meilleur que je ne l'étais auparavant, mais je ne trouve pas que je maîtrise encore assez mes connaissances théoriques pour avoir un raisonnement clinique suffisamment bon. Il y a encore plusieurs conditions, tests et traitements que je dois réviser afin de pouvoir m'améliorer.
- Je trouve aussi que j'éprouve de la difficulté à établir des hypothèses autres que celles qui sont les plus probables/évidentes. Cela pourrait faire en sorte que je me concentre trop sur une hypothèse spécifique et que je traite pour la mauvaise condition avant de m'en rendre compte.

Facteurs facilitants ou obstacles :
Facilitateurs :

- De manière générale, je ne suis pas quelqu'un d'anxieux, ce qui m'aide à avoir une charge cognitive qui n'est pas trop élevée. Ceci me permet de mieux réfléchir de manière éclairée.
- Je me trouvais assez engagé durant l'intégralité du cours, ce qui m'a permis de me concentrer et de bien réfléchir.
- J'ai aussi trouvé que les conditions étaient favorables à la réflexion. C'était un milieu sans stress, et dans ma tête, j'étais là pour apprendre, ce qui m'a permis de me concentrer encore mieux.

Obstacles :

- Mon niveau de préparation aurait pu être meilleur, surtout en termes de connaissances théoriques en musculosquelettique.

Stratégies pour améliorer :

- La stratégie principale que je devrais utiliser afin d'améliorer ma performance en raisonnement clinique est de réviser mes notions théoriques. Comme je l'ai mentionné, je trouve que c'est ma plus grande faiblesse en termes de raisonnement clinique. Donc, pour le prochain test, je vais devoir réviser ces notions (que je dois déjà travailler dans le contexte de l'examen synthèse).

- Je dois aussi m'améliorer à trouver des hypothèses autres que les plus évidentes. Pour ce faire, je pourrais me pratiquer à nommer toutes les conditions spécifiques à chaque partie du corps/articulation. Ainsi, lorsque je suis présenté avec un cas, je pourrais énumérer les conditions spécifiques à la partie affectée dans ma tête et les éliminer selon les informations subjectives et objectives que j'ai au fur et à mesure.

E34 (Groupe B)

Temps formation : 125 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :
Je crois avoir assez de connaissances pour avoir un bon raisonnement clinique en lien avec l'activité. J'ai été en mesure de trouver plusieurs hypothèses plausibles pour la plupart des histoires de cas et de bien connaître les tests en lien avec ceux-ci.
J'ai aussi eu, au cours de l'exercice, plusieurs questions qui me venaient en tête afin de pousser plus loin l'évaluation et avoir une meilleure idée du diagnostic. Par exemple, dans l'histoire de cas avec le joueur de handball qui avait 20° de moins de rotation interne, j'aurais voulu savoir s'il s'agissait de mouvements actifs ou passifs, quelle était la sensation de fin de mouvement et ce qui limitait la rotation afin d'avoir une meilleure idée des structures causant cela. Je crois donc avoir une bonne capacité de raisonnement en lien avec ma cognition, ce qui m'aide à bien cerner la problématique et trouver des questions ou des tests pour valider ou infirmer mes diagnostics différentiels.

Points à améliorer :
Au niveau de la cognition, je pourrais améliorer les biais cognitifs, car parfois, quand je crois avoir une très bonne idée de ce qu'est la problématique du patient, il peut m'être plus difficile de trouver des hypothèses différentielles afin de venir confirmer ou infirmer celles-ci.
Ceci peut faire en sorte que je me concentre trop sur une hypothèse précise et que je tente de trouver des informations qui viendraient confirmer cette hypothèse, même si ce n'est pas nécessairement la meilleure. Par exemple, dans le cas du joueur de handball, j'étais trop centré sur une problématique de lésion de la coiffe ou de tendinopathie du biceps/rotateurs internes, alors que je n'avais pas pensé à un SLAP ou une déchirure du labrum qui pourrait tout aussi bien être probable dans un cas de lésion traumatique, comme c'était le cas dans cette histoire.

Facteurs facilitants ou obstacles :
Facilitateurs :

- Le retour en groupe sur différentes questions qui pouvaient être moins bien comprises et la discussion sur certains cas m'ont permis de penser à des hypothèses que je n'aurais peut-être pas envisagées seul et de voir les choses d'un autre point de vue.

Obstacles :

- La fatigue et ma capacité d'attention étaient diminuées, ce qui faisait en sorte que la compréhension et l'intégration des informations des histoires de cas étaient plus difficiles et prenaient parfois plusieurs lectures pour bien saisir tous les éléments des histoires.

Stratégies pour améliorer :

- Je vais me concentrer pour ne pas être centré sur une seule problématique ou un diagnostic qui me semble évident, afin de voir plus large et trouver tous les diagnostics différentiels qui pourraient être présents dans les histoires de cas.
- Je vais également m'assurer d'avoir une bonne nuit de sommeil la veille, afin d'avoir une meilleure capacité d'attention et d'être en mesure de mieux intégrer les informations des histoires de cas.

E35 (Groupe B)

Temps formation : 130 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu bonne (4)

Points forts :
Durant l'activité, j'ai eu l'impression d'être capable d'identifier les hypothèses principales. Les vignettes donnaient assez d'informations pour dire que j'étais capable de trouver l'hypothèse la plus évidente selon l'articulation et les symptômes.
Je dirais qu'un autre point fort serait au niveau du choix des interventions. Lorsque la question demandait la manière d'ajuster les traitements, je crois que, dans la plupart des cas, j'ai été en mesure de trouver la manière adéquate de modifier le traitement. Par exemple, lorsque le traitement de base, comme un exercice, semblait trop intense pour le patient, j'étais capable de le reconnaître et de proposer une diminution de l'intensité de l'exercice.

Points à améliorer :

- Malgré que j'étais en mesure de trouver l'hypothèse la plus probable selon la vignette, j'ai eu quelques difficultés à identifier des hypothèses moins évidentes. Étant donné que le fait de trouver plusieurs hypothèses permet d'avoir un meilleur raisonnement clinique, je voudrais pouvoir m'améliorer à ce niveau. En améliorant mes connaissances, je crois avoir plus de facilité pour identifier d'autres hypothèses.

- Un autre point à améliorer serait au niveau de la métacognition. Lorsque les vignettes ont beaucoup d'informations, j'ai tendance à vouloir toutes les prendre en compte, mais parfois, cela va plus me mélanger (surcharge cognitive). J'essaye de trouver comment chaque information a un lien avec ma première hypothèse, mais parfois il n'y en a simplement pas. Je dois penser en dehors de la première hypothèse à laquelle j'ai pensé et me rappeler que ce ne sont pas tous les résultats de l'évaluation qui seront pertinents dans l'élaboration de mes hypothèses.

Facteurs facilitants ou obstacles :
Facilitateurs :

- L'environnement de travail était très calme, cela permettait d'être plus concentrée.

- La plupart des histoires de cas donnaient assez d'informations pour trouver les hypothèses qui étaient plus évidentes.

- Le temps alloué pour faire l'activité était amplement suffisant.

Obstacles :

- Je considère que mon niveau de connaissance n'est pas encore adéquat pour répondre à toutes les histoires de cas. Souvent, j'ai oublié des hypothèses qui étaient moins probables mais quand même possibles.
- Le fait que ceci était une deuxième activité dans la même journée, demandant beaucoup de charge mentale, a rendu l'activité un peu plus difficile à réaliser (fatigue mentale).
- Le fait de ne pas avoir de rétroaction sur nos réponses a ajouté un niveau de surcharge mentale, parce que j'ai l'impression d'être toujours incertaine de mes réponses.
- Étant donné que mes connaissances ne sont pas complètement acquises, j'apprécie de discuter pour arriver à des hypothèses. Dans cette activité, le fait de devoir penser seule a ajouté un peu de difficulté.

Stratégies pour améliorer :

- Je dois réviser mes connaissances. Avec l'examen synthèse qui approche, cela va me permettre de réviser plusieurs notions qui vont aider dans mon raisonnement clinique et dans l'élaboration d'hypothèses.
- Lorsque les réponses des panélistes seront disponibles, je vais prendre le temps de comparer mes réponses avec les leurs afin de voir quels sont les sujets où j'ai plus de difficulté et lesquels je semble mieux maîtriser. Pour ceux que j'ai plus de difficulté, je vais prendre le temps d'aller réviser ces notions.
- Puisque j'ai tendance à oublier des hypothèses qui sont moins probables mais quand même possibles, je voudrais être capable de développer une structure de pensée qui me permettrait de penser à d'autres hypothèses. Considérant que je suis encore débutante dans la profession, je dois me laisser le temps pour analyser les résultats et arrêter de penser que je dois trouver toutes les réponses d'un seul coup. Je voudrais être capable de m'accorder un "time-out" pour me laisser le temps de penser. Je dois être plus indulgente avec moi-même pour éviter de trop faire augmenter ma charge mentale.

E36 (Groupe B)

Temps formation : 126 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu bonne (4)

Points forts :
J'ai été en mesure de me rappeler et d'utiliser les connaissances qui étaient nécessaires pour résoudre ou répondre à la question pour une majorité des mises en situation.
Ensuite, j'ai pu expliquer mon raisonnement clinique en triant et en synthétisant les informations données dans la vignette. Pour la plupart des vignettes, j'ai pu trouver 3-4 hypothèses possibles et mentionner lesquelles étaient moins probables et les raisons pourquoi elles étaient moins probables.
Avec mes connaissances en traitement, j'ai été en mesure de commenter la pertinence des traitements proposés et de proposer des alternatives plus appropriées ou complémentaires pour la plupart des vignettes.

Points à améliorer :
Bien que j'aie pu utiliser mes connaissances pour résoudre les vignettes, beaucoup d'entre elles nécessitaient une bonne réflexion. Ainsi, pour ces vignettes, je ne suis pas vraiment en mesure de dire si mes réponses sont exactes ou cohérentes. Il est vrai que l'absence de rétroaction n'aide pas à cela, mais il reste que lorsque les situations sont plus complexes, j'ai de la difficulté à justifier ce qui est plus plausible et ce qui l'est moins.
J'ai souvent des arguments qui suivent une logique, mais j'ai de la difficulté à décider quelle logique ou quel argument est meilleur et plus adéquat dans la situation, ce qui complique la hiérarchisation des diagnostics. Ainsi, c'est un aspect à améliorer.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Obstacle :
Je dirais que ma charge mentale était plus haute pour cette activité-ci que pour celle de ce matin. Une des raisons étant que le fait de devoir justifier son raisonnement pour des situations plus complexes est plus demandant au niveau cognitif.
Ma charge mentale était d'autant plus grande lorsque j'avais de la difficulté à raisonner une première vignette et que les 2 autres questions portaient sur cette même vignette.
Beaucoup de questions à développement, donc beaucoup d'écriture, augmentent définitivement la charge mentale !

Facilitateur :
Le fait d'expliquer son raisonnement permet de mieux nuancer ses propos comparativement à des choix de réponses.

Stratégies pour améliorer :
Je dois davantage m'approprier les notions théoriques (surtout pour les cas lombaires et cervicaux) pour être en mesure de mettre à profit mes connaissances et de mieux les utiliser pour mieux hiérarchiser l'importance ou la probabilité des différents diagnostics.

Pour cela, je dois relire ces notions, mais je peux aussi essayer de catégoriser les différents diagnostics/pathologies (par symptômes, par probabilité selon le contexte, par gravité, par niveau de complexité, par type de traitement nécessaire, etc.).
Le fait d'avoir une meilleure catégorisation de l'information m'aidera à donner des hypothèses diagnostiques, mais aussi à mieux comprendre la pathologie dans son ensemble (ex. traitement, pronostic, etc.).

E37 (Groupe B)

Temps formation : 107 min
Performance de raisonnement clinique : Neutre (3)

Points forts :
Je connais bien le nom des tests précisés dans la séance. Je comprends aussi le vocabulaire sémantique (terme donné par [redacted]). Je suis capable, à partir de l'histoire, de voir à quel test correspond le mouvement ou la posture du patient (par exemple, patient sur divan avec jambe allongée me fait penser à SLUMP).
J'ai donc les connaissances nécessaires pour comprendre le problème et me faire une tête sur les possibles atteintes. Je comprends bien aussi les particularités de chaque problème, ce qui m'aide à décider de l'ordre de mes hypothèses.
J'ai davantage pris une pause pour bien évaluer chaque élément de l'histoire et ce que ça apporte de plus (rule-in ou rule-out des hypothèses).

Points à améliorer :
Je ressortais 2-3 hypothèses par cas. On dirait que je n'avais pas tendance à en sortir davantage. Cependant, avec les retours, je me suis rendu compte de certaines hypothèses plausibles auxquelles je n'avais pas pensé et qu'il aurait été bien de garder en tête pour bien évaluer et diagnostiquer le patient.
J'ai pu argumenter chacune de mes hypothèses, mais je pense que je me suis moins posé de questions par rapport à chacune d'elles et aussi par rapport aux cas cliniques ; probablement parce qu'il y avait plus d'informations ou peut-être aussi secondaire à la forme (comment l'information est présentée).
Je devrais donc davantage faire de la métacognition et utiliser la cognition pour ressortir d'autres hypothèses et m'assurer de ne pas en oublier. Me questionner à savoir si j'ai vraiment pensé à toutes les options possibles, puisqu'il y a forcément plus que 2-3 hypothèses.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Facilitateurs :

- J'avais déjà fait un test ressemblant à ce type de questions ce matin. Je savais à quoi m'attendre davantage et je comprenais davantage les questions.
- Les questions étaient mieux formulées que celles du matin et donc étaient plus simples à répondre.
- Je me questionnais moins sur la compréhension de la question ; ça a simplifié mon raisonnement.
- Le climat était plus calme (moins de personnes dans la classe).
- J'ai aimé les retours sur certaines questions, ça m'a permis de réaliser qu'il y avait d'autres hypothèses possibles.

Obstacles :

- 23 situations cliniques à répondre font en sorte que, rendue à la fin, la concentration est moins présente. J'ai une fatigue cognitive après avoir fait le test et j'ai l'impression que c'était plus difficile de réfléchir vers la fin sans que ce soit nécessairement plus difficile à répondre.
- Le nombre de questions est à prendre en considération (plus de 2 h à réfléchir sur des cas cliniques). Penser à mettre plus de pauses, s'aérer le cerveau ou mettre moins de situations pourraient éviter cela ; ou encore la pratique (refaire plusieurs fois par progression serait une option).
- Nous avons eu une pause de 15 minutes, mais avons fait 3 heures de cours le matin sur ce même sujet, donc je n'avais plus de concentration vers la fin.

Stratégies pour améliorer :

- Pratiquer avec des vignettes cliniques ainsi qu'avec d'autres étudiants afin de faire ressortir toutes les hypothèses probables. Cela favorise le raisonnement clinique et nous permet de réaliser les autres hypothèses auxquelles nous n'avons pas réfléchi.
- Refaire les histoires de cas avec du recul pourra favoriser la consolidation.
- Il faudrait avoir plusieurs pauses lors du test afin de reposer notre tête (prendre des marches par exemple).
- Le faire en une ou deux séances pourrait éviter de manquer d'énergie à la fin pour réfléchir.
- Favoriser un climat encore plus calme (seule, dans une pièce ou en petits groupes) afin de ne pas entendre le bruit des claviers de chacun et de se concentrer davantage.
- Utiliser des sites ou ChatGPT afin qu'il ressorte des hypothèses diagnostiques pour un cas clinique. Cela permettrait de voir les diagnostics auxquels nous n'avions pas pensé mais qui pourraient être possibles.
- Finalement, se questionner davantage quant aux hypothèses possibles et ne pas se limiter à 2-3 lorsque pertinent. Utiliser davantage la cognition et la métacognition pour s'assurer de ne pas oublier des diagnostics probables.

E38 (Groupe B)

Temps formation : 101 min
Performance de raisonnement clinique : Très faible (0)

Points forts :
Encore une fois, je crois que j'ai de meilleures connaissances en ce qui concerne le membre inférieur que ce qui concerne le membre supérieur. Par exemple, la vignette sur la joueuse de rugby a été très facile pour moi à répondre. Le mécanisme de blessure est un mécanisme qui nous est enseigné et répété souvent dans le cours de traumatologie. Il a alors été facile pour moi de le reconnaître et d'y transposer mes connaissances.
Dans le même ordre d'idée, la métacognition était beaucoup plus facile pour moi pour le membre inférieur que pour le membre supérieur. Je crois que mon expérience avec les blessures aux membres inférieurs me permet de faire des liens plus rapidement, d'identifier des symptômes que j'ai déjà eus par le passé pour ensuite les associer à des pathologies ou des dysfonctions. Par exemple, dans le cas de la fasciopathie plantaire, comme j'en ai déjà eu une, j'ai facilement pu en venir à cette conclusion.

Points à améliorer :

- Me faire une idée rapidement d'une histoire de cas avec très peu d'informations a été difficile pour moi. J'avais plus de questions qui me venaient en tête que d'hypothèses. Par exemple, dans le cas de la douleur à la colonne du pouce, je trouvais que je n'avais pas assez d'informations et j'ai même été voir sur la vignette suivante pour voir s'il y avait plus d'informations.

- Comme dans notre cursus nous avons beaucoup abordé l'évaluation, parfois pour les traitements, je sens que j'ai un peu moins de connaissances et je ne sais pas si je serais à l'aise de prendre en charge un patient. D'ailleurs, dans cet exercice, j'avais plus de difficulté à répondre aux questions. En effet, je ne savais pas nécessairement si c'étaient les bons paramètres ou encore si c'était vraiment la bonne modalité pour le traitement, particulièrement dans des cas de cervical ou de l'épaule. Je me basais alors sur mes connaissances sur les pathologies pour orienter mes réponses.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :

- Obstacles :
    - Le temps du test et le nombre de questions à développement étaient relativement longs. Je ne sais pas si c'est parce que nous étions en fin de journée, mais je me déconcentrais facilement.
    - Le moment où le test a été fait n'était pas favorable non plus. En effet, nous avions fait un exercice semblable le matin qui nous avait demandé beaucoup de concentration et pour celui-ci, je ne trouvais pas que j'étais autant en forme pour le faire au niveau de la charge cognitive.

- Facilitateurs :
    - Étant donné que nous pouvions écrire plus qu'une hypothèse, j'ai trouvé que cela facilitait notre raisonnement clinique, car nous pouvions associer des symptômes à un diagnostic.
    - Les questions étaient beaucoup plus claires que le premier que nous avons fait. Je ne sais pas si c'est parce que nous en avions fait un le matin même, mais ma compréhension était meilleure pour ce test malgré que les mises en situations ressemblaient à celles de ce matin.
    - Nous avions plus de détails sur l'histoire de cas.

Stratégies pour améliorer :
Pour améliorer ma concentration lors du prochain test de concordance, s'il n'est pas le matin, je ferai une sieste pour être en mesure d'être plus concentrée en après-midi.
Pour améliorer mes connaissances et ma cognition en ce qui concerne les traitements, je vais me faire une liste des techniques d'évaluation qui peuvent aussi être utilisées en traitement. Par exemple, le SLUMP ou les ULNT sont des techniques d'évaluation, mais elles peuvent aussi être utilisées en traitement avec différents paramètres.
Je dois aussi optimiser ma préparation pour l'examen synthèse. De cette façon, mes connaissances vont être mieux assimilées et la cognition et la métacognition se feront plus facilement. Je pourrais reprendre de vieilles histoires de cas et les refaire, puis les comparer avec une collègue pour voir si nos réponses sont vraiment divergentes.

E39 (Groupe B)

Temps formation : 109 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu faible (2)

Points forts :
Pour ce qui est des connaissances, je crois avoir certaines connaissances globales nécessaires pour chacune des régions. Je crois réussir à savoir quels signes et quels symptômes correspondent à quelle région du corps et tout mettre en parallèle selon la mise en situation pour mettre en évidence certaines pathologies. J'essaie également de penser à toutes les structures anatomiques qui peuvent provoquer les signes et les symptômes mentionnés.
En ce qui a trait à la cognition, je pense réussir à faire ressortir quelques hypothèses qui peuvent convenir aux signes et aux symptômes mentionnés dans la vignette combinés à la mise en situation. Je crois parvenir à cerner une problématique qui me semble possible, mais sans être confiante que c'est bien la bonne.
Concernant la métacognition, je suis consciente que mon raisonnement clinique n'est pas optimal ni suffisant, qu'il y a plusieurs lacunes. Je crois parvenir à influencer mon raisonnement clinique en ouvrant mon esprit sur d'autres façons de penser et de voir les choses. Je ne me sens pas fermée à l'idée d'avoir tort, même sur les choses qui me semblaient plus probables, et sur d'autres manières de réfléchir.

Points à améliorer :

- Pour ce qui est des connaissances, je ne suis pas certaine si je me trompe entre certaines pathologies selon les signes et les symptômes, selon les tests objectifs utilisés dans les vignettes cliniques, ... et je connais plus ou moins bien les traitements directeurs (basés sur les évidences) de certaines pathologies.

- En ce qui a trait à la cognition, j'aimerais améliorer ma capacité à émettre des hypothèses. J'ai l'impression de dire les mêmes hypothèses pour différents portraits cliniques, ce qui me semble un peu douteux ! Je sens que je manque de spécificité, car mes connaissances ne sont pas complètement acquises probablement. Cela me permettrait du même coup de mieux cerner la problématique selon moi, ce qui m'aiderait pour la suite de l'évaluation et de l'intervention.

- Concernant la métacognition, j'aimerais améliorer mon raisonnement clinique en ayant une meilleure base de connaissances et donc de cognition sur les différents portraits cliniques. Je suis consciente que mon raisonnement clinique n'est pas suffisant et optimal. J'aimerais avoir une meilleure vue d'ensemble sur le raisonnement clinique et ainsi avoir de meilleures hypothèses plus probables et détaillées.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :

- Facilitateurs :
  Lors de l'activité de raisonnement clinique, je n'étais pas anxieuse à l'idée de ne pas donner les meilleures réponses, je faisais de mon mieux sans me dire qu'il y avait une note à la fin, ce qui aide à ne pas stresser. L'enseignant était également calme et avait des interventions optimales pour nous garder éveillés et intéressés. Il y avait également peu de bruits dans la salle, ce qui a permis de se concentrer tout au long de l'activité, et le temps pour faire l'activité laissait suffisamment de temps de réflexion.

- Obstacles :
  Lors de l'activité de raisonnement clinique, je n'étais pas préparée pour les questions de musculosquelettique, donc je ne me sentais pas vraiment confiante par rapport aux réponses données. La charge cognitive étant relativement élevée, je devais souvent relire deux fois pour être sûre de bien comprendre la mise en situation, malgré que l'énoncé était court. Également, je trouve que la salle n'était pas suffisamment lumineuse, alors que je suis plus éveillée lorsqu'il y a davantage de lumière.

Stratégies pour améliorer :
Les stratégies pour améliorer ma performance de raisonnement clinique lors de la prochaine activité seraient de mieux me préparer en étudiant davantage la section musculosquelettique selon les lacunes déjà mentionnées, par exemple les signes et les symptômes selon les pathologies, les différentes questions pour optimiser la partie subjective et ainsi mieux orienter la section objective de l'évaluation et donc émettre de meilleures hypothèses.
J'aimerais également réviser les différents tests objectifs et les résultats positifs ainsi que les différents diagnostics différentiels selon ce qui est trouvé lors de l'évaluation.
J'aimerais également profiter des connaissances des enseignants et d'autres étudiants en allant davantage poser des questions si je n'arrive pas à trouver les informations dans les notes de cours, ce que je fais rarement !
Aussi, chose que je fais peu souvent, je pourrais aller chercher des vidéos sur YouTube, par exemple, pour différents tests objectifs, ce qui permet de mieux visualiser la technique et d'avoir un autre aperçu, car démontrée par d'autres personnes.

E40 (Groupe B)

Temps formation : 132 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :
En termes de connaissances, les tests et les diagnostics évoqués m'étaient familiers, ce qui facilitait la compréhension des vignettes et l'élaboration des diagnostics. Je me rends compte que j'ai une bonne compréhension des atteintes lombaires et cervicales, ce qui m'a aidée à réfléchir sur ces cas.
Pour ce qui est de la cognition, je crois que je m'en tirais bien pour faire ressortir l'hypothèse la plus plausible sans trop de réflexion. Ensuite, je pouvais réfléchir un peu plus sur la seconde. La lecture m'amenait à vouloir pousser l'évaluation pour vérifier mes hypothèses. Bien qu'il ne s'agisse pas du but de ce test, je crois que ce sera aidant en clinique plus tard.
Au niveau de la métacognition, je trouve que je m'améliore à être consciente de mon processus réflexif puisque nous en avons parlé davantage. Je me rends compte que j'ai plus tendance à m'observer et je crois qu'il s'agit du but de cette section du cours. C'est souvent dans les moments où la réponse ne me vient pas d'emblée (par exemple, la vignette avec la douleur à l'épaule après un coup sur le bras) que je m'observe réfléchir, et en remarquant que je ne suis pas certaine de moi, alors je peux solliciter d'autres techniques de réflexion pour m'aider.

Points à améliorer :
Au niveau des connaissances, je remarque que certaines atteintes ont moins été abordées en classe, et j'ai plus de difficulté avec celles-ci. Ce ne sont pas les idées qui me viennent en tête quand je réfléchis (comme par exemple le SLAP à l'épaule). Plus globalement, je me rends compte que les articulations du coude et du poignet sont moins précises pour moi.
En regard à la cognition, il est plus difficile pour moi de m'amener à penser aux hypothèses moins probables. Une fois que j'en ai sorti deux, c'est plus difficile de poursuivre ma réflexion. Puisque c'est moins probable, j'avais l'impression que c'était moins utile, alors que ça peut alimenter grandement ma réflexion.
Autrement, il semble y avoir un biais cognitif dans ma réflexion, parce que lorsque je réfléchis à une pathologie, ce qui me vient en tête est l'opinion des experts (enseignants surtout). Bien qu'ils tentent d'avoir une opinion nuancée et de présenter ce que dit la littérature, il y a toujours un peu de leur opinion personnelle, et je pense qu'il faut que je m'expose à plus d'opinions pour éviter de me fier à une seule personne.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Le fait que l'activité du matin était aussi drainante en énergie et en concentration rend celle de cet après-midi plus difficile. D'autant plus que j'ai travaillé sur l'heure du midi, je me sens moins bien disposée pour participer à cette activité.
L'interruption pour les explications de certaines vignettes aidait par contre à savoir quoi répondre pour les prochaines.

Autrement, je trouve que le fait qu'on ait fait plusieurs activités de ce type facilite la complétion de celle-ci et probablement des prochaines (pratique de raisonnement clinique).

Stratégies pour améliorer :
Je vais tenter de placer les hypothèses diagnostiques en ordre s'ils sont plus plausibles ou moins. Je crois que ça va faciliter la génération d'hypothèses parce que je vais savoir que je ne recherche pas la plus plausible ou le véritable problème, mais plutôt des options. Je pense que ce changement de mentalité m'aidera dans ce genre d'activité.
Autrement, je vais aller revoir les notes de cours et surtout les histoires de cas des atteintes au poignet et au coude.
Je vais aussi m'assurer d'être dans de bonnes dispositions pour la performance (bon sommeil, prendre une pause cognitive avant l'exercice).

E41 (Groupe B)

Temps formation : 128 min
Performance de raisonnement clinique : Neutre (3)

Points forts :
Pour ce qui est des connaissances, j'ai trouvé que dans la grande majorité des cas, j'avais les connaissances de base nécessaires pour être capable d'identifier les pathologies et les signes cliniques associés afin de formuler des hypothèses plausibles.
Pour ce qui est de la cognition, je crois que j'étais souvent capable de faire des liens entre les histoires de cas et les différentes présentations cliniques d'une pathologie, et donc de trouver des hypothèses qui faisaient du sens. De plus, j'étais en mesure de déterminer la prise en charge de base d'un client ayant les différentes pathologies.
Métacognition : J'étais en mesure de trouver au moins une hypothèse à chaque histoire de cas que je trouvais pertinente et associée à l'histoire de cas.

Points à améliorer :
Pour ce qui est des connaissances, il est certain que j'ai remarqué qu'il y avait un certain manque, surtout par rapport aux traitements à effectuer avec le patient. En effet, comme mentionné précédemment, j'arrivais souvent à identifier des hypothèses, mais j'avais de la difficulté à déterminer quels exercices ou modalités pourraient être pertinents.
Pour ce qui est de l'aspect de la métacognition, j'ai eu de la difficulté à identifier toutes les hypothèses probables ou même parfois à en trouver deux ou trois pour répondre à la question. J'avais souvent une hypothèse qui me venait rapidement en tête et qui était selon moi la plus plausible, mais j'avais de la difficulté à reprendre les éléments de la présentation clinique et trouver une nouvelle justification/hypothèse pour les symptômes. De plus, lorsque le traitement était déjà donné et qu'il fallait en proposer d'autres, j'avais plus de difficultés à déterminer quoi faire, puisque les réponses qui me venaient en tête étaient celles mentionnées, et j'avais de la difficulté à voir plus loin.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Facilitateurs : Nous avons fait l'atelier de cognition le matin, alors ça m'a permis de me rafraîchir un peu la mémoire le matin avec des cas musculosquelettiques. Au total de la séance, il y avait assez de temps pour remplir le questionnaire.
Obstacles : Par contre, comme nous avons eu l'atelier de cognition le matin, j'avais beaucoup moins de motivation et j'avais plus de difficulté à me concentrer. Le fait qu'on revienne en groupe sur certaines questions a fait en sorte que je me sentais un peu bousculée et que je devais aller plus vite que j'aurais aimé afin de pouvoir être rendue à la même question pour pouvoir en discuter. Cela a donc diminué mon temps de raisonnement. Cela ajoutait aussi un peu de stress. J'ai aussi trouvé que ma charge cognitive était plus élevée que ce matin et donc que c'était plus difficile de répondre aux questions.

Stratégies pour améliorer :
Il va être important de bien réviser les traitements des différentes pathologies, car souvent notre étude est plus sur la présentation clinique. De plus, il pourrait être pertinent de

réfléchir aux différentes progressions de traitement que l'on pourrait donner à un patient afin de pouvoir progresser ou régresser.
Il serait important de développer ma métacognition et essayer de ne pas seulement me focaliser sur mon hypothèse principale. Bien prendre le temps de relire la présentation clinique et les différents signes et symptômes de façon plus isolée au départ pour trouver plus d'hypothèses et ensuite regarder le portrait clinique plus global et en éliminer celles qui ne fonctionnent pas. Cela pourrait être plus efficace que de trouver des hypothèses seulement en considérant le portrait global dès le départ.

E42 (Groupe B)

Temps formation : 89 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :
J'ai trouvé que les hypothèses que je soulevais étaient majoritairement validées par la suite. Preuve que ma compréhension des problématiques était adéquate et mes connaissances suffisantes pour bien m'orienter dans mon raisonnement.

Points à améliorer :
J'ai parfois eu de la difficulté à élaborer mon raisonnement, puisque la réponse sautait aux yeux et justifier semblait presque futile. J'aurais pu faire davantage de métacognition pour renforcer mon raisonnement.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Je crois que mon niveau de préparation était adéquat, mais pourrait être supérieur. Je mettrais donc ma préparation comme étant un obstacle à la tâche, considérant que j'aurais pu être préparé davantage. Le temps pour effectuer la tâche était facilitateur, puisque le nombre de questions était adéquat.

Stratégies pour améliorer :
Me préparer davantage. Techniquement, plus l'examen synthèse approche, plus mon niveau de préparation s'améliore. Également, sachant à quoi m'attendre, je serai plus prêt à y faire face la prochaine fois.

E43 (Groupe B)

Temps formation : 127 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu bonne (4)

Points forts :
J'ai eu plusieurs idées d'hypothèses possibles et d'idées de traitement en lisant les vignettes. Cela me motive à continuer mon étude pour l'examen synthèse.
Au début de l'activité, j'avais un peu plus de difficulté, mais je me suis vite adaptée aux questions et à ce qu'on attendait de nous. J'ai essayé de réfléchir du mieux de mes connaissances sur la signification des tests mentionnés et à inscrire plus d'un diagnostic. Je crois que c'est bien de se forcer à trouver plus qu'un diagnostic, puisque, en clinique, on ne doit pas focaliser sur une seule possibilité.
Je prends également mon temps pour analyser chaque énoncé de la situation pour ne pas oublier d'éléments importants comme des drapeaux rouges ou des énoncés qui modifieraient mon choix de diagnostic.

Points à améliorer :
J'ai eu de la difficulté avec les mises en situation sur le cervical. Je ne me souvenais pas de tous les diagnostics possibles. Cela a demandé un peu plus de réflexion.
J'aimerais améliorer ma capacité à raisonner sans que cela affecte ma charge cognitive, car en clinique, nous allons voir plusieurs clients par jour.
Nous voyons beaucoup de traitements possibles dans nos 4 ans à l'école, mais parfois ça devient difficile de choisir lesquels seront les plus pertinents pour débuter. J'aimerais donc m'améliorer pour que cela devienne plus instinctif (selon le stade et l'irritabilité de mon client).

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Facilitateurs :

- L'ambiance de la classe était plus calme que ce matin, donc c'était plus facile de se concentrer.
- Nous avons eu une pause à la moitié des questions, donc cela a permis de diminuer notre surcharge mentale.
- L'enseignant est intervenu à quelques reprises pour nous guider. Cela nous a aidés à "sortir" de nos écrans et parler en groupe.
- Nous avions assez de temps pour répondre à chaque question, je ne me suis pas sentie pressée.
- Nous avions des mises en situation avec plus d'informations que ce matin, donc cela a définitivement aidé à la prise de décision.

Obstacles :

- Deux cours qui demandent beaucoup cognitivement dans la même journée ont diminué ma capacité d'attention.
- Il n'y a pas de rétroaction pour chaque situation avant 2 semaines. J'aurais préféré l'avoir bientôt alors que les cas sont plus frais dans ma tête.

Stratégies pour améliorer :

- Me préparer davantage dans mon étude sur le rachis cervical sur les diagnostics et les tests spécifiques. Puisque j'avais plus de difficulté à répondre aux questions sur le cervical, je devrais me concentrer davantage sur cette matière pour le prochain test de concordance et l'examen synthèse.
- Pratiquer ma réflexion en lisant des mises en situation et en pratiquant avec mes collègues. Je pense que pratiquer à voir plusieurs cas consécutifs comme aujourd'hui va m'aider également dans ma pratique future en tant que physiothérapeute, puisque nous allons voir plusieurs clients par jour.
- Faire des bilans réflexifs comme celui-là dans ma pratique et lors de mes stages pour me permettre de continuer ma réflexion et ainsi m'améliorer.
- Aller lire les rétroactions du test de concordance effectué aujourd'hui lorsqu'elles seront disponibles, et voir où je me suis trompée et où j'étais correcte.

E44 (Groupe B)

Temps formation : 127 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :
J'ai trouvé beaucoup plus facile d'expliquer mon raisonnement sur les hypothèses nommées en faveur de la localisation de la douleur, de l'importance accordée aux tests effectués sur mes suspicions et des structures environnantes pouvant être en cause. J'avais les connaissances pour nommer les structures pouvant être en cause et faire le lien entre la localisation de la douleur, les structures possibles, ainsi qu'avec la progression du traitement.

Points à améliorer :
J'avais plus de difficulté à nommer plus de 3 hypothèses possibles, étant donné que je focalisais beaucoup sur les structures environnantes à la zone de douleur décrite. Aussi, j'avais plus de difficulté à interpréter l'irritabilité des exercices chez le patient. J'étais plus dans la démonstration de pourquoi le traitement était bon ou pas, au lieu de voir l'impact qu'il pourrait avoir sur le patient, donc plus dans les connaissances que dans la cognition.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Le fait de pouvoir écrire et justifier notre raisonnement clinique a été un facilitateur par rapport au TCS de ce matin, car nous pouvions vraiment développer la vignette clinique dans la direction que nous pensions la meilleure, et ça aide à avoir plus confiance en ses capacités.
Je n'ai pas retrouvé d'obstacles importants pour cette activité. Comme nous pouvions faire le chemin du début à la fin dans la vignette pour les hypothèses diagnostiques et le traitement, c'était plus facile de voir si ce que la vignette nous proposait renforçait ou non nos hypothèses et nous aidait à identifier les informations importantes.

Stratégies pour améliorer :

- Prendre le temps d'élaborer mes propres hypothèses et de tenter de voir quel point important ils ont relevé de la vignette pour arriver à leur diagnostic va m'aider à mettre en lumière et à regrouper mes connaissances sur les différentes pathologies. Par contre, cela requiert plus de temps de réflexion et donc n'est pas toujours une bonne stratégie à utiliser.

- Je pense aussi que de focaliser sur les informations les plus globales et qui semblent les plus importantes aide à mieux déterminer si cela renforce ou non notre hypothèse, puisque lorsque l'on s'attarde sur les détails, il devient difficile de prendre une décision et de bien orienter notre raisonnement dans une seule direction.

E45 (Groupe B)

Temps formation : 133 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu faible (2)

Points forts :
Un de mes points forts est ma métacognition. N'ayant pas de choix de réponses ou d'hypothèses déjà données par le test, je me suis beaucoup questionné à chaque fois pour savoir si j'avais les bonnes hypothèses et un bon raisonnement clinique. À chaque retour en groupe, j'évaluais mes réponses et ma cognition par rapport à ce qui avait été dit.
Un second point fort est mon niveau de connaissances et ma cognition en lien avec le traitement recommandé pour une condition. Je savais mieux quoi répondre, surtout aux questions en lien avec le traitement. Ma réflexion quant aux démarches à suivre selon la réponse du patient à nos traitements était plus claire.

Points à améliorer :
Mon niveau de connaissances sur les atteintes des membres supérieurs et cervicales est insuffisant pour établir des hypothèses plausibles avec le peu d'informations fournies dans les vignettes cliniques. Comparé au test en matinée, je réalise que je suis beaucoup moins confiant dans mes réponses. Souvent, j'étais incertain quant aux diagnostics des patients, ce qui a affecté ma cognition et la façon dont j'ai utilisé les informations (par exemple, le mécanisme de blessure ou les résultats à un test spécifique).
Pour les premières vignettes, j'avais tendance à ne générer qu'une seule hypothèse et à baser tout mon raisonnement sur celle-ci, ce qui m'a soumis à un biais de confirmation. Il faudrait que je m'efforce d'énumérer au moins 2-3 hypothèses pour élargir mon raisonnement.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
J'ai remarqué que ma performance s'améliorait à mesure que je progressais dans les questions. Je me sentais plus performant dans la seconde moitié du test. Les premières vignettes semblaient servir d'échauffement pour mon cerveau. Donc, un facilitateur a été la succession de vignettes cliniques, toutes réalisées dans une seule séance.
Les petits retours en groupe avec le professeur m'ont également aidé à mieux réfléchir pour les questions subséquentes.
Le format du test, avec des réponses longues et développées, m'a permis de garder un niveau d'attention plus élevé comparativement au TCS du matin, qui semblait plus répétitif et monotone.
Un obstacle a été la nécessité de générer mes propres hypothèses, ce qui augmentait l'incertitude dans mes réponses et prenait plus de temps, ajoutant une contrainte supplémentaire.

Stratégies pour améliorer :

- Revoir mes notes de musculosquelettique, surtout pour les membres supérieurs et cervicales, notamment les notes de cours de laboratoire.

- Organiser des sessions d’études interactives avec des amis, par exemple en utilisant des outils comme Kahoot.
- Écouter des podcasts pour approfondir mes connaissances et observer le raisonnement clinique des experts.
- Pratiquer davantage de TCS avec des questions à réponses développées, accompagnées d’un bilan réflexif. L'exposition à des vignettes cliniques complexes améliorera mon raisonnement clinique.

E46 (Groupe B)

Temps formation : 112 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :

1. Premièrement, je considère avoir plus de connaissances que je croyais au niveau des présentations cliniques.

2. Au niveau de l'analyse, j'ai été en mesure de prendre toutes les informations pertinentes et d'en faire la synthèse pour mesurer laquelle des hypothèses est la plus probable. Je considère avoir bien compris la problématique à relever lors de la plupart des cas cliniques, ce qui m'a permis d'orienter mon hypothèse le plus efficacement possible. J'ai aussi été capable de contrevérifier mes hypothèses en fonction des nouvelles informations disponibles et de m'ajuster en conséquence.

3. J'ai su aussi faire l'auto-évaluation pour réévaluer mon processus de décision d'hypothèses et ainsi améliorer la validité de celles-ci.

Points à améliorer :

1. Bien que je considère avoir trouvé plusieurs hypothèses pertinentes selon le cas clinique, j'ai eu de la difficulté à relier un aspect du cas clinique à mon hypothèse pour lui donner une justification.

2. J'aurais pu aussi prendre plus de temps lorsque mes hypothèses étaient énoncées pour m'assurer de l'exhaustivité de celles-ci. J'ai bien évalué si mes hypothèses étaient valides, mais pas assez si d'autres hypothèses probables étaient pertinentes à mentionner.

3. Être en mesure de me prononcer sur un cas bien qu'il manque des informations sur le cas clinique me permettrait d'affûter mon raisonnement et d'avoir un maximum d'hypothèses pour ensuite les éliminer pendant le questionnaire.

4. Je considère trop me pencher sur une hypothèse, ce qui crée un biais cognitif par rapport à ma recherche d'informations.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Facilitateurs :

- Les retours du professeur sur la matière ont permis de mieux comprendre les attentes de l'atelier et guidé le processus de raisonnement clinique.

- Beaucoup de temps permis, ce qui enlève le stress.

Obstacles :

- Pas assez d'informations lors de quelques situations pour bien se prononcer sur les hypothèses.

Stratégies pour améliorer :

1. Révision régulière de mes notes pour pouvoir obtenir le plus grand nombre de connaissances et avoir plus de facilité lorsque se présentent des cas plus complexes. Identifier aussi les sujets où je me sens moins outillé et y consacrer plus de temps et de concentration.

2. Feedback : solliciter une rétroaction de mes pairs ou mentors sur mon raisonnement clinique.

3. Auto-réflexion : prendre du recul pour réfléchir à mes propres processus de raisonnement clinique et identifier mes propres biais cognitifs, mes erreurs de raisonnement et de différenciation d'hypothèses.

4. Pratique et entraînement à résoudre des problèmes de raisonnement clinique à l'aide des exemples pratiqués en classe et lors de chaque cours présenté lors du cursus scolaire.

E47 (Groupe B)

Temps formation : 117 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu bonne (4)

Points forts :
Pour les pathologies plus classiques, je crois que je réussissais à cibler assez bien les pathologies et les signes et symptômes associés. Dès le début de la lecture, j'avais des hypothèses diagnostiques qui ressortaient dans ma tête. J'étais capable de bien mettre en perspective les éléments qui représentaient les pathologies auxquelles je pensais.
Au niveau de la cognition, je réussissais relativement bien à cibler les éléments plus importants et à faire le tri dans les éléments qui allaient moins guider mon raisonnement clinique.

Points à améliorer :
Concernant les connaissances, j'avais de la facilité à cibler les pathologies les plus classiques, mais j'avais de la difficulté à réfléchir plus loin et à trouver d'autres pathologies possibles que celles qui me venaient automatiquement en tête. J'avais aussi de la difficulté à aller rechercher les éléments spécifiques à certaines conditions, tels que les mécanismes de blessures.
J'avais également plus de difficulté au niveau des questions liées au traitement. J'avais de la difficulté à remettre en question les éléments qui étaient proposés et surtout à analyser tous les aspects, tels que les paramètres et la pertinence liée à ce contexte précis.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Facilitateurs :

- L'environnement était calme et favorable pour m'aider à me concentrer.
- Le fait d'avoir un café et une collation me gardait réveillée.
- Le fait d'avoir étudié un peu les pathologies musculosquelettiques faisait que j'avais plus facilement les diagnostics possibles en tête.
- Le fait d'être très calme et détendue rendait cela plus facile et agréable.
- Temps raisonnable pour compléter l'exercice.

Obstacles :

- Le fait de faire des retours en classe toutes les quelques questions me sortait de ma bulle, ce qui « brisait l'air d'aller ».
- Le travail était très exigeant cognitivement.
- De travailler très intensément pendant 1h30 sans avoir de pause était difficile pour la concentration.

- Le fait d'avoir eu un cours complet très exigeant aussi le matin fait que je n'avais plus d'énergie pour un effort cognitif si intense en fin de journée.
- Contexte personnel : on a beaucoup de choses à penser et à faire avec les cours, l'examen synthèse, le projet de maîtrise et les visites de cliniques, alors on est fatigué, et le fait de prendre une journée complète pour venir s'asseoir dans un cours est accaparant mentalement.

Stratégies pour améliorer :

- Révision des connaissances : je devrais relire et réviser mes notes des cours de musculosquelettique afin de pouvoir associer correctement les signes et symptômes aux bonnes pathologies, et vice-versa.
- En étudiant, je pourrais relire mes notes de cours et rajouter dans mon cahier synthèse les informations manquantes. En ciblant les informations les plus pertinentes, cela me fera faire un travail de métacognition pour cibler les éléments les plus importants à considérer.
- Environnement favorable : bien que ce soit un peu hors de mon contrôle, j'essayerai d'être dans un environnement favorable, soit calme, loin des distractions, avec ma musique si possible, etc.
- Pour ne pas oublier de diagnostics, je pourrais me faire une liste mentale de tous les diagnostics existants pour l'articulation ciblée et celles voisines afin de ne pas en oublier. Ainsi, procéder par élimination des pathologies non concordantes plutôt que par incrimination directe.
- Lorsque les réponses seront disponibles, je pourrai refaire les histoires de cas sans regarder les réponses afin de corriger au fur et à mesure mon raisonnement clinique pour le consolider.

E48 (Groupe B)

Temps formation : 144 min
Performance de raisonnement clinique : Neutre (Ni faible - Ni bonne) (3)

Points forts :
Ce n'était pas systématique, mais je faisais un effort pour regarder plus loin que mes hypothèses initiales lors de la génération d'hypothèses. Je tentais, entre autres, de tenir compte des structures anatomiques qui pouvaient passer par la région de douleur et de penser aux différentes structures (osseuses, musculaires, ligamentaires, nerveuses). Pour les questions portant sur le traitement, j'essayais de considérer (vous m'excuserez le terme anglophone) les « what if » puisque nous n'avions pas toute l'information pertinente au cas. Je formulais donc le plus possible mes réponses en fonction des différentes possibilités relatives à l'information manquante.

Points à améliorer :
Aller chercher plus loin que ce qui me venait d'emblée en tête pour générer des hypothèses n'était pas systématique, et même si je m'efforçais d'y penser, il y avait des moments où je réalisais que j'avais oublié de le faire. Par exemple, quand la question que je lisais portait sur une version nuancée (parfois avec des informations supplémentaires) de la question précédente, il m'arrivait de réaliser qu'il y avait une ou deux hypothèses que j'aurais pu ajouter à la question précédente.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :

- Je trouve que la charge mentale était un peu augmentée par rapport à ce matin, puisque je devais moi-même générer des hypothèses et aussi parce que je sentais une plus grande urgence de passer rapidement à la question suivante (il fallait garder un certain rythme pour les retours en classe sur certaines questions, et je ne prenais pas toujours le temps de réviser mes réponses/réfléchir davantage sur la question après y avoir répondu).
- Je trouve cependant que les retours sur certaines questions au cours de l'activité étaient très pertinents et m'aidaient dans mon raisonnement pour les prochaines questions.

Stratégies pour améliorer :

- Essayer de rendre la réflexion que j'ai décrite plus tôt (considérer plusieurs possibilités d'hypothèses autres que celles que j'ai générées automatiquement) systématique, autant dans sa fréquence (à chaque fois) que dans son exécution (penser aux différentes hypothèses selon le mécanisme et les signes/symptômes, penser aux structures osseuses/ligamentaires/musculaires/neurales).

E49 (Groupe B)

Temps formation : 127 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu faible (2)

Points forts :
J'ai eu de la facilité à trouver plus d'une hypothèse pour la grande majorité des histoires de cas. Même si parfois j'étais certaine d'une hypothèse, je me forçais quand même à réfléchir à d'autres hypothèses possibles, même si elles étaient un peu moins probables. Je pense que c'est un point fort d'être capable de faire ça et de ne pas rester fixée sur une seule hypothèse, car cela nous permet de ne pas passer à côté de quelque chose qui pourrait potentiellement être la cause du problème, même si c'était moins attendu.

Points à améliorer :
J'ai eu un peu plus de difficulté à dire si les traitements étaient adéquats ou non. Trouver des traitements pour les séances futures a aussi été plus difficile, je devais réfléchir davantage pour avoir des idées. On apprend beaucoup de différents types de traitements lors de nos cours, mais je crois que j'ai encore de la misère à bien cibler les exercices et les traitements les plus pertinents pour certaines pathologies. Par exemple, pour l'histoire de cas avec une épicondylite médiale du coude, une des situations faisait état de mobilisations accessoires (glissement latéral, traction) au niveau du coude, et je n'aurais pas nécessairement pensé à ça pour cette pathologie (à moins que des raideurs avaient été trouvées, cependant ce n'était pas mentionné dans l'histoire).

De plus, bien que j'aie réussi à trouver plusieurs hypothèses, je ne suis pas certaine que celles que je ressortais étaient les plus pertinentes. C'est important de réfléchir et de ressortir plusieurs hypothèses, mais il faut aussi qu'elles soient possibles avec les symptômes en jeu. Il y a certaines pathologies dont je ne me souvenais pas trop des symptômes, donc je ne sais pas si les hypothèses étaient adéquates.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Facilitateurs :

- L'environnement était calme et nous permettait donc d'être très concentrés.
- On a eu une pause de 15 minutes, ce qui nous a donné le temps de déconnecter et penser à autre chose. Je me sentais donc plus concentrée en revenant.
- Plusieurs des histoires de cas étaient en lien avec des blessures sportives, et je prends le cours de traumatologie sportive, donc certaines blessures m'étaient plus familières, ce qui a facilité mon raisonnement clinique pour émettre des hypothèses.
- Le temps alloué était suffisant et nous permettait de prendre notre temps pour réfléchir.

Obstacles :

- Ma charge cognitive était un peu plus élevée qu'à la normale, puisque nous avons eu un cours de raisonnement clinique ce matin aussi, ce qui a nui à ma réflexion et à ma capacité d'attention, car j'étais fatiguée.

- Nous avons eu très peu de rétroaction, donc c'était difficile de savoir si notre raisonnement était adéquat ou non. Avec plus de rétroaction dès le début, ça aurait peut-être facilité notre raisonnement pour la suite des choses, car cela nous aurait permis de ne pas refaire les mêmes erreurs.

Stratégies pour améliorer :

- Je vais retourner voir les traitements spécifiques aux différentes pathologies dans mes notes de cours, étant donné que j'ai plus de misère à cibler les bons traitements en fonction du problème.

- Je vais discuter avec mes collègues des traitements qui seraient pertinents selon eux pour certaines pathologies, car en parler en groupe peut nous aider à mieux comprendre et à nous donner plus d'idées.

- Je vais également retourner voir les symptômes spécifiques aux différentes pathologies, puisque c'était une autre chose avec laquelle j'avais un peu de misère. Par exemple, je ne me souvenais pas de tous les symptômes associés à une luxation antérieure de l'épaule. C'était une de mes hypothèses pour une des histoires de cas, mais je ne suis pas certaine si une diminution de rotation interne serait associée à ça, donc mon hypothèse n'était peut-être pas la meilleure.

- Je vais également retourner voir les exercices des cours en ligne sur StudiUM et faire le quiz facultatif en fin de semaine pour continuer à réfléchir davantage et à pratiquer mon raisonnement clinique d'ici le prochain test de concordance.

E50 (Groupe B)

Temps formation : 142 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu bonne (4)

Points forts :
Je crois que ma cognition était bonne surtout au niveau des questions sur le traitement. J'arrivais à bien considérer ce qui constituerait un traitement efficace pour la pathologie voulue et pour le patient. Je considérais la spécificité du traitement proposé, l'effet sur les symptômes (centralisation/périphéralisation), l'effet sur l'irritabilité (ex : l'exercice proposé causait une douleur trop élevée lorsque le patient l'essayait) et l'effet potentiel sur l'adhérence à l'exercice donné (ex : un exercice trop douloureux, ou un exercice que le patient ne comprenne pas ou ne sente pas l'effet). J'ai pu également proposer des ajustements à faire selon ce que je croyais approprié et bâtir un plan de traitement par la suite.

J'ai pu également traduire certains éléments du cas moins clairs en notions que je reconnaissais, par exemple en mettant les symptômes décrits du patient en mots plus « anatomiques » afin de faciliter les associations avec mes connaissances des portraits cliniques des pathologies.

Au niveau de la métacognition, j'ai pu reconnaître mon patron de pensée sur les cas. Par exemple, lorsqu'on demandait notre avis sur les traitements, j'y allais par étapes (ce qui est bien, à améliorer, ce que je changerais et ajouterais). Je pouvais également reconnaître lorsque j'avais des difficultés sur les questions et ressortir des hypothèses des raisons des difficultés, par exemple soit le manque de connaissances ou le fait de reconnaître quand j'ai laissé de côté une information clinique, afin de m'améliorer pour les questions à suivre. Je me donnais donc des auto-rétroactions sur mon raisonnement pour chacun des cas en combinaison avec les retours en groupe.

Points à améliorer :
Je crois que ma cognition au niveau des questions diagnostiques était un point faible ici, par manque de connaissances et par hésitation sur quelles hypothèses inscrire. Vu le manque d'informations et la contrainte de temps, j'avais tendance à ne pas écrire les hypothèses qui étaient beaucoup moins évidentes, même si elles constituaient des hypothèses valides tout de même qui, en vraie vie, auraient été des outils pour guider ma décision (ex : ne pas passer à côté de quelque chose).

Le manque d'informations a aussi fait que j'avais de la misère à prioriser certaines hypothèses sur les autres, à moins que le portrait clinique soit très clair. Le fait que ce ne soit pas des choix de réponses cette fois-ci comme à la séance 1 a augmenté la charge mentale, car la mémoire entrait en jeu davantage que la reconnaissance, et donc les associations entre signes/symptômes et pathologies ont pris un effort supplémentaire à faire.

Je crois que mon niveau de connaissances et de cognition pour les cas du membre supérieur et du cou sont à travailler, car les hypothèses me venaient avec plus de difficulté que pour les cas du membre inférieur et du rachis lombaire. Cela m'a empêché d'aller plus en profondeur dans mon raisonnement, dans le but d'établir des liens entre les symptômes et les pathologies, et entre les pathologies elles-mêmes qui peuvent s'influencer les unes les autres.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
La longueur de l'activité a constitué un obstacle, car il fallait noter notre raisonnement et nos hypothèses plutôt que de sélectionner un choix de réponse, en plus d'avoir une certaine contrainte de temps (car certaines vignettes étaient discutées en grand groupe donc je me dépêchais pour me rendre à la cible fixée). La charge mentale était donc beaucoup plus élevée qu'à la séance 1.

Les conditions de réalisation du test étaient adéquates et facilitatrices, l'environnement était propice à la concentration. Au fur et à mesure que l'activité avançait, je gagnais confiance en moi et les réponses me venaient plus facilement, ce qui a été facilitateur.

Stratégies pour améliorer :
Je me préparerai davantage sur les types de cas qui étaient plus difficiles (ex : MS, cou) afin d'avoir un bagage de connaissances assez riche pour mieux me statuer sur les cas cliniques et les hypothèses à soulever. Pour les éléments cliniques dont je suis moins certaine de leur connexion avec le cas et mon hypothèse, cela m'aidera à savoir si je manque simplement de connaissances ou si l'information soulevée n'a juste pas d'impact sur mon hypothèse.

Pour mieux prioriser mes hypothèses et traitements, je m'assurerai de faire l'inventaire des signes cliniques/problèmes à résoudre afin de mieux pouvoir associer les pathologies ou les traitements au cas devant moi, en fonction de ce qui ressort le plus, des priorités et des buts du patient. Cela m'aidera aussi à diminuer ma charge mentale, car ma pensée sera plus organisée et permettra de mieux me statuer sur des cas qui sont moins évidents/plus complexes (ce qui est souvent le cas en vraie vie, les cas ne sont pas toujours comme ils le sont dans les livres). Je combinerai cela avec mes forces déjà perçues afin d'améliorer mon raisonnement dans son ensemble.

E51 (Groupe B)

Temps formation : 121 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu faible (2)

Points forts :
J'étais en mesure d'identifier deux ou trois diagnostics différentiels dans ma tête en fonction de la présentation clinique dans la vignette. Pour l'élaboration du plan de traitement, je pouvais me statuer sur les éléments principaux qui seraient à travailler en fonction de la pathologie présentée. J'arrivais à identifier une structure potentiellement atteinte selon le mécanisme de blessure ou le mouvement douloureux chez le patient, sans qu'un test spécifique soit positif.

Points à améliorer :
J'avais de la misère à prioriser les diagnostics différentiels en tête. Il arrivait que je ne pouvais pas me prononcer sur une pathologie versus une autre. Lors de l'élaboration du plan de traitement, j'avais de la difficulté à me prononcer sur certaines interventions clés impliquant la région cervicale. Souvent, je tombais dans le piège de seulement considérer un diagnostic. J'avais de la difficulté à me rappeler du trajet nerveux des différents nerfs dans le membre supérieur. Mon attention n'était pas optimale en tout temps, et il arrivait que je me perde dans mes pensées à certains moments dans le test.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Je trouve que les conditions de réalisation du test étaient propices à une bonne exécution. L'environnement était calme, et le fait qu'il y ait moins d'élèves m'a permis de mieux me concentrer. Les discussions animées par le professeur m'ont aussi permis d'avoir des réflexions plus poussées dans mon raisonnement clinique. Il me faisait penser à certains éléments (par exemple, combien de tests faut-il avoir pour considérer une pathologie, importance du subjectif dans l'identification d'un diagnostic) dont j'ai fait attention pour répondre à la suite des questions.

Stratégies pour améliorer :
Je vais réviser mes notions d'anatomie et de musculosquelettique de la région cervicale afin d'être plus apte à répondre aux questions portant sur ces problématiques. Afin d'être concentré tout au long du test, je vais me préparer mentalement afin de me visualiser dans une situation d'examen. Je vais tenter d'avoir une bonne nuit de sommeil et faire le plein d'énergie avant la prochaine séance de concordance de script. Je vais aussi réviser mes anciennes expériences de stage pour me remémorer certaines présentations cliniques. Cela va me permettre de faire des liens plus facilement potentiellement.

E52 (Groupe B)

Temps formation : 116 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :
Encore une fois, je pense que les connaissances sont ce qui me permet de pousser le plus mes réflexions, puisque cela me permet d'énumérer plusieurs possibilités de diagnostic et d'évaluer ce qui est le plus probable en fonction des symptômes décrits. Je pense avoir évalué correctement la majorité des diagnostics ou, du moins, de les avoir mis dans les choix.

J'ai eu plus de facilité dans cet exercice que dans le précédent, puisque je pouvais développer ma pensée, ce qui m'aide à raisonner. De plus, nous avions davantage de pistes de réflexion, ce qui m'aidait à faire le point sur ma réflexion jusqu'à maintenant et à me réorienter au besoin.

Points à améliorer :
Dans un mélange de connaissances et de cognition, j'ai trouvé plus difficile de critiquer un traitement. J'arrivais à proposer des modalités supplémentaires ou des légères modifications, mais je n'étais pas à l'aise de dire qu'un traitement n'était pas adéquat.

Je réalise que mon principal défi est de comprendre si, dans certains cas, la persistance de la douleur est normale ou si elle est due à un traitement non efficace. Au niveau métacognitif, je réalise que c'est également quelque chose qui se produit dans mes stages et dans la pratique, car le manque de confiance ou l'anxiété de performance me donne souvent l'impression que mon traitement n'est pas bon, alors que les facteurs qui font que la douleur persiste sont parfois hors de mon contrôle ou normaux dans le processus de guérison.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Facilitateur :

- J'ai fait cette séance chez moi, dans le silence. J'étais donc beaucoup plus concentrée, et c'est probablement en partie la raison pour laquelle j'ai trouvé cet exercice plus facile que le précédent.

Obstacle :

- La longueur de tests tels que celui-ci et de la majorité des examens fait qu'après un certain temps, ma concentration est plus limitée, et mes réponses deviennent de plus en plus courtes et moins développées.

Stratégies pour améliorer :

- J'aimerais revoir les notes qui traitent des temps de guérison, des réponses normales aux tests et aux traitements, afin de me familiariser avec les présentations

de douleur ou de réponse que je verrai dans ma pratique ou dans les prochains tests de concordance.

- Je vais aussi garder l'habitude, pendant mon étude, de me faire une liste de diagnostics possibles pour faire le même genre d'exercice, afin d'exercer mon raisonnement clinique.

E53 (Groupe B)

Temps formation : 112 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu bonne (4)

Points forts :

- J'avais un bon niveau de connaissances par rapport aux différents tests qui faisaient partie des vignettes. Je savais à quoi ils servaient et ce que voulait dire un résultat positif.
- Mes connaissances par rapport au membre inférieur étaient bonnes et suffisantes pour me permettre de bien répondre aux différentes vignettes qui abordaient le membre inférieur.

Points à améliorer :

- Un point à améliorer serait d'émettre plus d'hypothèses (au moins 3-4) pour chacune des vignettes. J'ai remarqué que c'est parfois mon manque de connaissances qui me limite dans ma capacité à émettre plusieurs hypothèses. J'ai parfois tendance à avoir en tête seulement ma première hypothèse, ce qui me limite à en trouver d'autres (je reste trop concentrée sur la première que j'ai trouvée et j'ai de la difficulté à en voir d'autres).
- Un autre point à améliorer serait mes connaissances au niveau des différentes pathologies, surtout celles au membre supérieur, car je sentais que j'étais parfois limitée dans mon raisonnement en raison de mon manque de connaissances.
- Une autre chose à améliorer serait d'être capable de mieux évaluer l'efficacité d'un traitement. J'ai eu plus de difficulté à répondre aux questions qui demandaient ce que l'on pensait du traitement proposé. J'avais peu de repères/connaissances sur lesquels me fier et j'ai donc trouvé ces questions plus difficiles.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :

- Un facilitateur est le fait que le professeur faisait un retour sur certaines vignettes durant la séance. Ces retours en groupe m'ont permis de réfléchir à certains aspects que j'ai ensuite pu appliquer aux vignettes suivantes.
- Un autre facilitateur a été que nous avions amplement le temps de répondre aux différentes vignettes. J'ai donc pu prendre le temps de bien réfléchir et me questionner sans être stressée par le temps.
- Un autre facilitateur a été que l'environnement de la classe était calme et propice à la concentration. Ce climat m'a aidée à rester concentrée sur l'activité.

- Un obstacle à ma performance a été que mon niveau de fatigue cognitive était assez élevé en raison de l'activité de raisonnement clinique faite en avant-midi. Je me sentais donc moins alerte qu'à l'habitude.

Stratégies pour améliorer :

- Une stratégie que je vais utiliser lors du prochain test est d'essayer de voir la vignette sous différents angles (l'aborder de différentes manières) afin de m'aider à émettre différentes hypothèses et ainsi ne pas me limiter à la première hypothèse que j'ai en tête. Je vais essayer de garder mes options ouvertes afin de voir différentes hypothèses possibles.

- Une autre stratégie que je vais utiliser est celle de continuer ma révision de la partie musculosquelettique pour l'examen synthèse, surtout la partie sur le membre supérieur. Cette révision me permettra de rafraîchir certaines connaissances qui sont lointaines dans ma mémoire. En révisant ces notions, elles devraient m'être plus accessibles lors du prochain test. J'aurais donc plus de connaissances sur lesquelles me fier pour répondre aux questions.

E54 (Groupe B)

Temps formation : 123 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :

- En comparant le test de concordance que j'ai fait ce matin, je me suis trouvée beaucoup plus à l'aise avec les hypothèses et les hx de cas.
- Je suis capable de penser aux hypothèses les plus probables.
- Une fois que je suis sûre de mes hypothèses, je suis à l'aise pour choisir des tests pertinents pour confirmer ou infirmer les hypothèses et arriver à un diagnostic.
- En comparant le test de concordance que j'ai eu ce matin, je me suis sentie beaucoup plus confiante par rapport à mes raisonnements cliniques.

Points à améliorer :

- [redacted] nous a dit de regarder chaque question comme un hx de cas différent, mais c'était difficile pour moi de ne pas penser à la dernière question que j'avais répondue. J'ai eu l'impression que les anciennes informations influençaient la chaîne de ma pensée pour le raisonnement clinique.
- Il faut que je m'éloigne des hypothèses les plus probables pour ne pas passer à côté des autres hypothèses.
- Quand je me sens plus confiante, la qualité de mon raisonnement augmente. Donc, c'est ce que je dois travailler consciemment.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Facilitateurs :

- Le fait d'être familière avec les formes des hx de cas à travers le test de concordance de ce matin m'a beaucoup diminué la charge mentale et m'a aidé à bien réfléchir pour générer des hypothèses et penser aux évaluations et aux interventions.
- Puisqu'on était divisé en deux groupes, l'environnement était beaucoup plus calme, ce qui m'a aidée à bien me concentrer sur les questions.
- Les explications détaillées d'[redacted] m'ont beaucoup aidée à m'orienter sur l'angle sous lequel je devais regarder les hx. Il a très bien clarifié ce qu'on devrait faire et comment on devrait regarder les choses.

Obstacle :

- Comme je l'ai mentionné dans mon bilan réflexif de ce matin, puisque le français n'est pas ma langue maternelle, cela me crée parfois un défi pour bien comprendre

les hx de cas. Encore une fois, pour ce test, il y a eu des choses dans les hx de cas dont je n'avais aucune idée de quoi il parlait [sourire]. Par exemple, je ne savais pas ce que signifiait "la patiente joue de la batterie au conservatoire" ou "renforcement en gainage".

- J'ai été déconnectée de l'internet deux fois durant le test, mais l'ajout de la charge mentale était moins important que ce matin, parce que le nombre de questions était plus réduit pour l'après-midi.
- En général, les obstacles étaient moins nombreux que ce matin pour moi.

Stratégies pour améliorer :

- Je ne dois pas seulement me fier aux tests objectifs. L'évaluation subjective est parfois plus importante que le résultat d'un test objectif, car il se peut qu'un test soit négatif pour une hypothèse alors que l'évaluation subjective et les signes/symptômes la confirment.
- Il est important que je pense toujours aux hypothèses les plus probables, mais je dois garder en tête les autres hypothèses aussi pour ne pas passer à côté d'une problématique sérieuse. Et même, c'est bien de noter les hypothèses moins probables pour les surveiller dans les prochaines séances.
- Je dois retourner à mes notes de cours de temps en temps, même après la graduation et après le début de mon travail, pour ne pas oublier les hypothèses importantes par rapport à chaque problématique.
- Après quatre ans d'études, je pense qu'on a assez de connaissances par rapport à différentes pathologies et conditions. Donc, il faut qu'on ait confiance en soi pour diminuer la charge mentale probable durant l'évaluation d'un vrai patient. Si je ne suis pas confiante de ce que je fais sur le patient, non seulement je peux probablement me tromper dans mon diagnostic et mes hypothèses, mais aussi je vais diminuer la confiance du patient qui me fait confiance pour son traitement.

E55 (Groupe B)

Temps formation : 131 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu bonne (4)

Points forts :

- En termes de connaissances, je pense que j'étais en mesure de ressortir des éléments pertinents des vignettes. J'étais toujours capable d'émettre des hypothèses et de les justifier par au moins un élément de la vignette. Je connaissais les tests et les modalités utilisées.
- En termes de cognition, je réussissais de façon modérée à retourner chercher l'information sur les pathologies musculo-squelettiques de ma mémoire (mécanisme de blessure, traumatique ou pas, etc.).
- En termes de métacognition, je ne me suis pas sentie en surcharge cognitive durant les vignettes.

Points à améliorer :

- Au niveau des connaissances, j'étais moins à l'aise avec les vignettes qui abordaient davantage le côté traitement que le côté hypothèse diagnostique/évaluation. Par exemple, quels muscles sont pertinents à renforcer, quelles mobilisations faire pour telle pathologie. Cela implique peut-être un manque au niveau de la cognition, puisque l'information est difficile à retourner chercher dans mon cerveau, comme si elle n'était pas encore bien organisée. Je pense que c'était aussi difficile puisque les vignettes étaient courtes et que j'aurais voulu davantage d'informations pour m'aider à raisonner.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Facilitateurs :

- Le contexte était tranquille (bruit, etc.).
- Le professeur a fait un retour sur certaines vignettes, ce qui a aidé à comprendre quels étaient le genre d'aspects qui étaient pertinents à aborder dans notre façon de raisonner.
- Je trouve que, comparativement au test de concordance, mon niveau de charge mentale et d'anxiété était plus bas dans cette activité-ci. C'était plus facile de créer et développer mes propres idées que de juger celles qui étaient présentées dans le test de concordance. Peut-être parce que le fait de créer soi-même les hypothèses ressemble davantage à ce à quoi nous sommes habitués, par exemple lors de nos stages.

Obstacles :

- Certaines connaissances étaient loin et difficiles à aller chercher. Je n'avais pas particulièrement révisé les notions de musculo-squelettique avant ce cours, ce que j'aurais fait habituellement avant un examen.

Stratégies pour améliorer :

- Prendre le temps d'analyser les vignettes de façon systématique. Il est arrivé à certaines histoires que je réalise après coup que j'avais omis de considérer une des informations de la vignette dans mes hypothèses.

- Transformer les informations de la vignette en termes médicaux et aidants pour poser un diagnostic ou identifier où sont les déficiences (par exemple : tel geste sportif qui ressemble en fait à une mise en tension nerveuse). Prendre l'habitude de le faire peut aider à gagner du temps et permet de raisonner en même temps que de consulter les informations de la vignette.

- Lors de la recherche de diagnostic, il pourrait être utile que les pathologies soient classées dans ma tête selon différentes caractéristiques qu'elles ont en commun ou pas. Par exemple, certaines histoires de cas laissaient penser à une affection traumatique. Avec le point-clé de trauma, être capable d'avoir directement des hypothèses qui me viennent à l'esprit. Même chose pour les interventions avec des points-clés comme l'irritabilité, aigu versus chronique, symptômes au sport versus dans la vie de tous les jours, etc.

E56 (Groupe B)

Temps formation : 145 min
Performance de raisonnement clinique : Faible (1)

Points forts :

- Lorsque je lisais les vignettes, j'ai pu reconnaître la présence d'une problématique clinique.
- Lorsque les questions nous demandaient de poser nos hypothèses, j'ai pu reconnaître que la problématique clinique est "l'inconnu du problème du patient" et qu'il faut avoir des solutions pour résoudre cette problématique. J'ai également reconnu que cette problématique clinique est un cas où il y a plusieurs hypothèses possibles pour chaque vignette. En effet, lorsque je lis les vignettes, je peux reconnaître le problème qui marque le plus le patient et qui limite le plus celui-ci. Cela me permet donc d'établir une problématique clinique si je peux reconnaître ce qui dérange le plus le patient et la raison principale de sa consultation.
- De plus, lorsque je lis les vignettes, je trouve qu'il manque beaucoup d'informations. Cela me pousse donc à me poser plus de questions sur ce qui manque dans l'évaluation subjective. Le fait de reconnaître qu'il manque encore beaucoup d'informations pour une bonne analyse est un point fort, car je peux décider d'approfondir mon évaluation subjective au fur et à mesure pendant l'activité et aussi dans le futur dans la vraie vie avec des patients. Cela me permettra d'approfondir mon raisonnement clinique si je sais recueillir d'autres informations pertinentes pour mon analyse.

Points à améliorer :

- C'est surtout mes connaissances que je dois améliorer. En effet, lorsque je lis les vignettes, j'ai parfois de la misère à avoir plusieurs hypothèses possibles en raison du manque de connaissances sur les pathologies.
- J'ai alors parfois de la misère à savoir quels seront les tests à effectuer afin de confirmer et infirmer mes hypothèses, car je ne connais pas encore bien les tests pour différentes pathologies et leurs résultats attendus.
- Ainsi, il est alors difficile pour moi de savoir comment prioriser mon plan d'évaluation et mon plan de traitement en raison du manque de connaissances.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :

- **Obstacles :**
    - Je sais que mon niveau de préparation n'était pas adéquat, car je n'ai pas encore fini de réviser la section MSK pour mon examen synthèse. Mon

niveau de préparation n'était donc pas suffisant pour bien performer pendant cette activité.

- Deuxièmement, je n'ai pas assez bien dormi, donc j'étais très fatiguée durant l'activité, et je pouvais sentir un ralentissement dans mes réflexions et peut-être une diminution de la concentration.

- Troisièmement, je trouve que le fait que le tuteur nous donne des feedbacks ou des points importants à considérer pour certaines questions est un facilitateur pour notre apprentissage. Cependant, concernant la performance, je trouve que le fait que le tuteur nous donne un certain temps pour répondre à un certain nombre de questions était un obstacle, car j'ai senti que j'ai manqué de temps pour répondre aux questions de façon développée. Par exemple, il nous donne cinq minutes par question. Je trouve que cinq minutes comme durée de réflexion et pour rédiger notre réponse n'est pas assez et cela me fait parfois stresser.

- **Facilitateur :**

  - Donner plus de temps pour répondre aux questions avant de faire un retour sur certaines questions.

Stratégies pour améliorer :

- D'abord, je dois certainement améliorer mes connaissances en MSK pour le prochain test. Je dois réviser les pathologies que j'ai apprises les dernières années afin de pouvoir les reconnaître selon le portrait clinique du patient dans la vignette. Je dois également réviser les tests objectifs, connaître le but de ces tests (qu'est-ce qu'on cherche dans ce test), connaître les résultats attendus selon différentes pathologies. Pour ce faire, je peux repasser les histoires cliniques/les vignettes qu'on a faites en classe durant les dernières années pour pratiquer mon raisonnement clinique afin de tester mes connaissances.

- De plus, je dois améliorer ma réflexion sur l'ordre de priorité des tests objectifs. Pour ce faire, je dois réviser encore une fois mes notes de cours sur les pathologies et les notes de cours des laboratoires. Cela m'aidera à savoir quelles sont les pathologies/hypothèses les plus probables et de là, je pourrais savoir quels seront les tests les plus importants à faire pour infirmer et confirmer les hypothèses.

- Dernièrement, je dois améliorer ma concentration avec un bon sommeil et suffisamment d'heures de sommeil en organisant mon temps la veille de mon prochain test de concordance. Cela me permettra d'être plus fluide dans mes réflexions sans ralentissement.

E57 (Groupe B)

Temps formation : 130 min
Performance de raisonnement clinique : Bonne (5)

Points forts :
Je pense que mes connaissances étaient assez suffisantes pour faire le test et j'ai été surprise de voir que je pouvais sortir plusieurs diagnostics parfois pour des conditions avec lesquelles j'étais moins à l'aise.
Je trouvais que ma cognition aussi était bien par moment. J'étais justement capable de voir (à certains moments) selon les Si et Sy quels diagnostics seraient possibles et de réfléchir de façon organisée (pas tout le temps).

Points à améliorer :
Je vois que je me bloque parfois dans mes hypothèses, je me dis que non ce n'est pas possible, mais je ne prends même pas le temps d'analyser complètement. Si j'ai réfléchi à ça, il doit y avoir une raison, donc je dois rester ouverte à ce qui me vient en tête.
Encore ici, il y a aussi des vignettes pour lesquelles j'avais peut-être moins de compétences, donc ça me bloquait dans ma réflexion, et faire des hypothèses devenait plus difficile. Par contre, je me forçais beaucoup à être attentive à ce qui me passait par la tête et j'essayais de l'expliquer.
C'est difficile de ne pas avoir de biais cognitif quand on dirait qu'on a l'hypothèse « parfaite » pour le cas, donc de déconstruire mon idée et de regarder globalement par la suite pour générer de nouvelles hypothèses était plus difficile.
Être capable d'expliquer notre pensée n'est pas toujours évident, on dirait parfois que c'est « ce que j'ai appris », mais je ne peux pas l'expliquer, donc c'est à améliorer.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Le fait de me dire qu'il n'y a pas de « bonne réponse » a fait diminuer un peu mes attentes envers moi-même et de me laisser la chance d'essayer. Quand on est capable d'expliquer un peu notre raisonnement, je pense que c'est déjà un point positif.
Je trouvais par contre que c'était long de taper pour chaque question. On dirait que j'aurais voulu l'expliquer à quelqu'un. J'avais l'impression de vouloir diminuer la qualité de ma réponse vu que ça devient long à écrire. Parfois, c'est aussi difficile d'expliquer ce qu'on a dans notre tête, donc ça pouvait être un obstacle. Je pense que 23 vignettes, c'est très exigeant mentalement, surtout quand c'est nouveau (charge cognitive élevée).
J'aurais peut-être voulu être chez moi dans ma bulle avec mes écouteurs pour pouvoir le faire bien et à ma vitesse.

Stratégies pour améliorer :
Je pense que je vais encore plus laisser place aux hypothèses qui me viennent en tête et les écrire, puis ce sera dans ma justification que je vais essayer un peu plus de départager et de voir ce qui augmente ou diminue mon hypothèse. Je pense que ça va m'aider à structurer ma pensée aussi au lieu d'être toujours en petite confrontation dans ma tête.
Je vais aussi essayer de faire de la transformation sémantique au fur et à mesure. De cette

façon, ça pourrait m'aider à émettre des hypothèses diagnostiques puis ensuite à faire un portrait global de la situation.
Je pense que je prendrais des courts moments de pause juste pour reprendre mes esprits et diminuer comme je peux ma charge cognitive.

E58 (Groupe B)

Temps formation : 113 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu bonne (4)

Points forts :
Tout au long de l'activité, je m'arrêtais pour penser à tous les diagnostics probables, même si une vignette semblait faire ressortir un diagnostic plus évident. J'avais aussi la majorité des connaissances de base pour être capable de comprendre les tests qui ont été faits et d'associer les réponses de ceux-ci aux signes et symptômes du patient pour tenter de trouver les diagnostics les plus probables. Le fait de devoir expliquer en mots m'a permis de mieux expliquer mon raisonnement clinique derrière ma réponse. C'était plus facile pour moi que de seulement dire si l'énoncé augmentait ou diminuait la certitude d'un diagnostic sans expliquer le pourquoi derrière mon raisonnement.

Points à améliorer :
J'ai eu l'impression qu'il me manquait des connaissances pour compléter certaines hypothèses diagnostiques qui auraient pu être pertinentes selon le cas donné. J'aurais aussi aimé être plus précise dans le traitement recommandé, mais la charge cognitive pour trouver le diagnostic était assez importante alors j'avais l'impression de ne plus avoir d'idée pour le traitement.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Le fait de devoir décrire en mots a augmenté ma charge cognitive et ainsi mon anxiété face au test. Le fait de ne pas être préparée n'est pas souvent arrivé dans un contexte scolaire, alors cela était assez difficile pour moi et diminuait ma concentration face à l'activité. Finalement, le fait de savoir que mes collègues dans la classe à côté avaient terminé leur activité plus tôt m'a aussi dérangée, car je savais que mes amies devaient attendre après moi.

Stratégies pour améliorer :
Une stratégie serait de revoir les diagnostics possibles selon une articulation donnée pour que je les aie en tête et ainsi que mon évaluation qui suit me permette de les confirmer ou infirmer. Je dois continuer de prendre une pause pour me questionner sur l'ensemble des diagnostics possibles et me demander l'impact des différentes données que j'ai recueillies à l'évaluation. Une autre stratégie serait de prendre une pause cognitive avant de penser au traitement futur de mes patients selon l'évolution atteinte et de me réajuster par la suite. Cela me permettrait d'avoir une moins grande charge mentale lorsque je reverrai le patient. Finalement, je dois apprendre à garder mon focus sur la tâche à accomplir dans le présent sans me laisser atteindre par les obligations extérieures pour faire en sorte de donner le meilleur traitement à mes patients et toute l'attention qu'ils méritent.

E59 (Groupe B)

Temps formation : 127 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu bonne (4)

Points forts :
Faire ressortir les hypothèses diagnostiques les plus probables, en sélectionnant l'information la plus pertinente et en délaissant ce qui a peu d'impact si nécessaire.
Connaître l'implication des tests positifs ou négatifs lors de l'évaluation.
Juger de la pertinence des modalités de traitement selon les priorités du patient ainsi que sa condition actuelle.

Points à améliorer :
J'arrivais plutôt facilement à formuler 1 à 2 hypothèses diagnostiques, mais j'avais du mal à en mettre plus. Je suis passé quelques fois à côté d'hypothèses moins probables mais qui pouvaient toutefois être très importantes à considérer pour ensuite les éliminer ou bien reconnaître des signes qui pourraient les confirmer.
Dans certains cas, il était difficile d'établir un ordre de probabilité entre les hypothèses qui me venaient à l'esprit, surtout dans les pathologies où j'ai un peu moins de connaissances ou qui sont plus loin dans ma mémoire.
Des fois j'hésitais trop à écrire des hypothèses, car elles ne couvraient pas tous les signes et symptômes, mais il est fréquent que plusieurs problématiques soient présentes en même temps donc chacune ne doit pas nécessairement expliquer le portrait complet du patient.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Je me sentais un peu plus prêt pour cette activité que celle de ce matin, car ce n'était pas la première, mais j'avais tout de même un léger niveau d'anxiété qui m'a permis de demeurer concentré sur la tâche.
Le temps était limité, mais tout de même amplement suffisant, et les rétroactions en groupes à quelques reprises m'ont aidé à bien comprendre le but de l'exercice et à me mettre en confiance pour réaliser le test.

Stratégies pour améliorer :
Ma principale difficulté étant d'être exhaustif dans mes hypothèses, je vais tenter d'en générer davantage sans trop me concentrer sur celles qui semblent plus probables afin de ne pas être biaisé. Puis, je pourrai y revenir ensuite pour préciser la probabilité associée à chaque hypothèse et les éliminer ou les sélectionner selon leur vraisemblance en tenant compte de toutes les informations.
Je vais aussi essayer d'être moins critique de mes premières hypothèses, même si je n'en suis pas convaincu. Je peux toujours les retirer par la suite, et ça va aider à atteindre mon objectif principal d'augmenter le nombre d'hypothèses probables.

E60 (Groupe B)

Temps formation : 126 min
Performance de raisonnement clinique : Neutre (3)

Points forts :
J'ai été en mesure de me questionner sur les possibilités d'hypothèses et de trouver plus d'une pour chaque vignette. J'ai été capable de me remettre en question, de réfléchir sur mes propres hypothèses et de les classer selon ce que je trouvais le plus probable en fonction de la vignette. Je me questionnais sur quel élément de la vignette pouvait valider mon hypothèse.

Points à améliorer :
J'ai trouvé l'identification du traitement plus difficile. D'abord, il y avait toujours un traitement suggéré de base et j'avais plus de difficulté à sortir de cette idée pour trouver autre chose. Il était plus difficile de trouver un traitement varié. J'utilisais souvent les mêmes traitements, tels que les étirements et le renforcement, puisque ce sont ceux que je connais le mieux. Mes connaissances n'étaient pas assez élevées en ce qui a trait aux différents traitements.
De plus, je dois avoir un œil un peu plus critique dans l'analyse des tests, comme celui du Thessaly, qui m'a fait confirmer trop tôt qu'il s'agissait officiellement d'une atteinte méniscale. En effet, un seul test n'est pas suffisant pour confirmer une atteinte du ménisque, et il s'agit d'un diagnostic assez difficile à poser. J'aurais dû avoir une vision plus large de la condition à ce moment dans la vignette et ne pas sauter à la conclusion trop rapidement.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Obstacles : C'était le deuxième test de ce genre que nous faisions dans la journée. Nous étions en après-midi et la fatigue s'est installée rapidement. De plus, il faisait très chaud dans la classe. Ainsi, ma concentration était diminuée et j'avais hâte de finir, ce qui a réduit la qualité de mon raisonnement.
Aussi, nous n'avons pas eu la chance d'étudier entre les deux tests, donc je n'ai pas amélioré mes connaissances entre-temps.

Facilitateurs : Nous avions assez de temps pour répondre aux questions et nous revenions en groupe par moments pour nous assurer que nous faisions la bonne chose et que nous comprenions la structure des questions. De plus, c'était très silencieux dans la classe, ce qui m'a permis d'être dans ma bulle pour réfléchir.

Stratégies pour améliorer :
Je vais réviser les différentes vignettes cliniques que nous avons eues au cours de notre parcours et me faire des idées d'hypothèses pour bien assimiler la matière. De plus, je vais réviser les traitements possibles pour chaque condition selon le stade de l'atteinte et l'évolution de la condition. Je vais assurément dormir plus longtemps la veille puisqu'il s'agit d'une grosse charge mentale. Je vais également m'habiller de façon à avoir moins chaud pour ne pas être distraite et m'apporter une collation pour augmenter mon niveau d'énergie.

E61 (Groupe B)

Temps formation : 103 min
Performance de raisonnement clinique : Un peu bonne (4)

Points forts :
Mes points forts en raisonnement clinique étaient que j'avais des connaissances des signes et symptômes ainsi que des présentations cliniques de plusieurs pathologies musculosquelettiques présentées dans les vignettes. Ainsi, j'ai pu donner mes propres hypothèses sur les conditions possibles sans avoir les options de choix devant mes yeux. Par exemple, je savais qu'une atteinte méniscale était probable lorsque le mécanisme de blessure se faisait en mise en charge et en torsion du genou.
J'étais capable d'utiliser ma cognition en utilisant mon jugement clinique lorsqu'il fallait juger si le traitement proposé était approprié ou non, ainsi que de l'ajuster en conséquence. Par exemple, dans un cas de tendinopathie des adducteurs, lorsque les exercices de contraction excentriques reproduisaient la douleur de consultation à 4/10, j'étais en mesure d'ajuster l'exercice en question afin de l'adapter à l'irritabilité du patient. Pour ce faire, un exercice par contraction isométrique serait à essayer à la place, étant donné que celle-ci serait moins irritante pour le muscle.

Points à améliorer :
Un des points à améliorer étaient les biais cognitifs. En effet, lorsqu'une présentation clinique ressemblait à une pathologie particulière, j'avais tendance à présumer que le patient avait cette condition, alors que d'autres conditions pouvaient être possibles. Ainsi, j'avais plus de difficultés à trouver des hypothèses secondaires lorsque j'avais une idée d'hypothèse déjà établie en tête.
Un autre point à améliorer est mon raisonnement en lien avec les traitements. En effet, lorsque le traitement qui avait du sens pour la condition du patient ne donnait pas d'améliorations significatives après 1 semaine, j'avais tendance à assumer qu'il n'y avait pas d'améliorations marquantes parce que le temps écoulé n'était pas assez long pour voir des améliorations (ex. exercices de renforcement ne donnent pas de résultats immédiats après 1 semaine, mais plutôt après 4 semaines) ou parce que le patient ne faisait pas les exercices de façon appropriée, nécessitant des corrections/rappels d'instructions. Cependant, je suis consciente qu'avec un vrai patient et avec plus d'informations disponibles, je devrais être en mesure de me diriger de façon plus claire si c'est le plan de traitement qui est inadéquat ou si ce sont d'autres facteurs externes.

Facteurs facilitateurs ou obstacles :
Obstacles : En sachant que le groupe A avait des questions à choix multiples alors que (nous) le groupe B avait des questions à développement pour répondre aux 23 questions, j'ai eu moins de motivation à écrire et à développer mes réponses. De plus, le nombre de questions me décourageait à répondre en long et en large. Par exemple, dans nos examens habituels, il y a souvent 4-6 questions à développement et 30 questions à choix multiples. Dans cette activité de raisonnement clinique, il y avait 23 questions à développement. Je n'étais pas habituée à répondre à autant de questions à développement de suite, alors j'ai

trouvé cela assez long. Enfin, étant donné que cette activité se faisait en après-midi après l'heure du dîner, je me sentais moins éveillée et j'avais moins d'énergie cognitive pour répondre aux questions à développement.

Stratégies pour améliorer :
Lors du prochain test de concordance de script, je vais essayer de ne pas me laisser influencer par le fait que le groupe opposé a une version différente du test, plus facile à faire. Je vais prendre un café pour me recharger afin d'être plus énergisée et motivée à participer au prochain test de concordance de script. Lors du prochain test de concordance de script, lors de la pause, je vais sortir de la classe pour garder mon corps éveillé au lieu de rester assise en classe pendant 3 heures. Ces choses semblent simples, mais je réalise que c'est le manque de motivation et d'énergie qui ont le plus influencé ma cognition lors du test d'aujourd'hui.