

# LE PLAN D'AUTOGESTION DU DÉVELOPPEMENT PROFESSIONNEL CONTINU



Illustration : Olivier Lasser

**MARS 2007**  
(DERNIÈRE MODIFICATION : AOÛT 2008)

**DIRECTION DE L'AMÉLIORATION DE L'EXERCICE**

  
**COLLÈGE DES MÉDECINS  
DU QUÉBEC**  
*Une médecine de qualité  
au service du public*

# GUIDE DE L'UTILISATEUR

---

## LE PLAN D'AUTOGESTION DU DÉVELOPPEMENT PROFESSIONNEL CONTINU EN CINQ ÉTAPES

Pour pouvoir donner des soins de qualité aux patients tout au long de sa carrière professionnelle, le médecin doit maintenir à jour ses compétences en participant à des activités de développement professionnel continu (DPC). Le Collège des médecins du Québec (CMQ) a conçu le plan d'autogestion du DPC pour aider le médecin à atteindre ses objectifs d'apprentissage. Ce guide de l'utilisateur vous fournit toute l'information requise pour établir et mettre à jour votre plan de DPC.

### ÉTAPE N<sup>o</sup> 1 – MON EXERCICE PROFESSIONNEL ACTUEL

---

#### *QUELS SONT MES PRINCIPAUX DOMAINES DE PRATIQUE PROFESSIONNELLE ?*

Vous devez énumérer les divers domaines de votre exercice professionnel et tracer un portrait de votre pratique quotidienne et de votre environnement de travail. L'objectif de cette étape est de vous aider à cerner les aspects de votre exercice qui pourraient être améliorés.

#### CONSEILS PRATIQUES

- Passez en revue tous les lieux où vous pratiquez (cabinet privé, CLSC, centre hospitalier, centre d'hébergement et de soins de longue durée, médecine du travail, médecine d'urgence, etc.).
- Parcourez votre horaire de travail d'un mois typique; vous aurez alors une idée assez précise de vos divers domaines d'activités professionnelles.
- Examinez votre profil de pratique (archives, cahier de rendez-vous, dossiers informatisés, Régie de l'assurance maladie du Québec) afin de repérer les diagnostics que vous avez posés le plus fréquemment ou les actes que vous avez facturés le plus souvent.
- Si vous y avez accès, examinez votre profil de prescriptions et votre profil d'examens d'investigation.
- Faites une liste des problèmes de nature clinique ou autre que vous rencontrez au cours de votre pratique ?

Si vos activités professionnelles sont uniquement de nature administrative (Direction de santé publique, Société de l'assurance automobile du Québec, Régie de l'assurance maladie du Québec, Commission de la santé et de la sécurité du travail, etc.), décrivez toutes les tâches que vous devez effectuer. Cet exercice vous aidera à établir vos besoins d'apprentissage.

Vous devez également inclure vos activités paracliniques, car elles nécessitent des compétences particulières.

Le développement professionnel continu exige que, en sus de son expertise médicale, le médecin non seulement maintienne mais améliore ses compétences. Dans cette approche globale, différentes compétences transversales, décrites ci-après, doivent être intégrées à la formation continue des médecins.

Avec l'autorisation du Collège royal des médecins et chirurgiens du Canada, le Collège des médecins du Québec s'est inspiré du modèle CanMEDS 2005 pour la rédaction de ces compétences transversales<sup>1</sup>.

## **Les compétences transversales**

Afin de mieux décrire vos compétences transversales et de mieux cerner vos besoins d'apprentissage, à l'étape suivante, évaluez et commentez vos niveaux de compétence et d'intérêt pour chaque composante de votre pratique, ainsi que le niveau de priorité que vous souhaitez y accorder dans l'avenir.

### **1. Expertise médicale** (soins cliniques)

Le médecin doit démontrer des connaissances, des habiletés cliniques et des attitudes professionnelles pour offrir des soins de qualité. Ainsi, sa démarche clinique est rigoureuse tant dans les questions qu'il pose au patient que dans l'examen physique, l'établissement du diagnostic principal et différentiel, le plan d'investigation et les plans de traitement pharmacologique et non pharmacologique ainsi que dans le suivi du patient. Il doit utiliser son expertise médicale pour résoudre tous les problèmes cliniques qu'il rencontre dans sa pratique quotidienne.

### **2. Communication**

Le médecin doit démontrer son aptitude à établir des relations harmonieuses avec ses patients, ses collègues et les autres professionnels de la santé. Il doit également avoir d'excellentes habiletés à communiquer par écrit, notamment pour la tenue des dossiers médicaux et la préparation de communications de vulgarisation scientifique ou de développement professionnel continu.

### **3. Collaboration**

Le médecin doit démontrer son habileté à travailler en équipe avec d'autres professionnels de la santé pour offrir des soins optimaux aux patients.

### **4. Gestion**

Le médecin doit démontrer sa capacité à participer à part entière à la vie de son milieu professionnel, qui implique la prestation des soins de santé, la prise de décisions au sujet de l'affectation des ressources et la gestion de la pratique professionnelle. Par exemple, le médecin participe aux activités du conseil des médecins, dentistes et pharmaciens (CMDP), du comité d'évaluation de l'acte médical ou du comité de pharmacologie de son établissement.

---

<sup>1</sup> Adapté de Frank, JR. (éd.). 2005. Le Cadre de compétences CanMEDS 2005 pour les médecins. L'excellence des normes, des médecins et des soins. Ottawa : Le Collège royal des médecins et chirurgiens du Canada.

## 5. Promotion de la santé

Le médecin doit démontrer son habileté à donner des conseils de prévention et à favoriser la santé et le bien-être des patients, des collectivités et des populations.

## 6. Érudition

Le médecin doit démontrer un engagement permanent à l'égard de son développement professionnel continu (DPC). Il doit maîtriser l'analyse critique de la documentation médicale et participer à l'enseignement et à la recherche, s'il y a lieu.

## 7. Professionnalisme

Le médecin doit démontrer un engagement à l'égard de la santé des personnes et de la société par une pratique qui s'appuie sur les principes d'éthique médicale et les règles d'autorégulation de la profession, et avoir une conduite professionnelle conforme aux normes établies.

### ÉTAPE N° 2 – MES OBJECTIFS

---

#### *COMMENT PUIS-JE ÉTABLIR MES OBJECTIFS À PARTIR DE MES PRINCIPAUX DOMAINES D'ACTIVITÉS PROFESSIONNELLES ?*

Cette étape d'analyse de vos besoins de formation vous aide à déterminer vos objectifs d'apprentissage et à établir des échéanciers au cours de la prochaine année. Répondez aux questions suivantes et inscrivez vos commentaires et votre analyse dans votre plan d'autogestion.

#### OÙ EN SUIS-JE ?

Quels sont vos points forts et vos points à améliorer dans les divers domaines de votre pratique professionnelle ?

#### CONSEILS PRATIQUES

- Utilisez la formule : Je me sens : très apte à...; moins apte à...
- Notez, pendant une journée de travail, les aspects de votre pratique qui pourraient être améliorés. Par exemple, quand puis-je associer tel et tel médicament ? Quand demander telle ou telle investigation ? Comment résoudre un problème de communication avec un patient ? etc.
- Déterminez si, en général, vous connaissez et utilisez bien les guides d'exercice et les lignes directrices.
- Évaluez si votre pratique professionnelle est différente de celle de vos confrères et, si oui, pourquoi.
- Décrivez les incidents ou les accidents liés à la pratique médicale qui sont survenus au cours des derniers mois.

## QUELS SONT MES BESOINS DE FORMATION ?

Comment consolider vos points forts et corriger vos points à améliorer ?

### CONSEILS PRATIQUES

#### Exemples

- Le rhumatologue étant peu accessible, je dois donc améliorer mes compétences dans le diagnostic et le traitement des maladies rhumatismales.
- J'aimerais faire moi-même des infiltrations intra ou périarticulaires pour éviter des délais d'attente aux patients.
- Je dois faire une présentation à mes confrères et je veux maîtriser la conception de documents avec le logiciel *PowerPoint* pour ne pas dépendre des secrétaires.
- Je suis très compétent dans un domaine précis et je veux maintenir ce niveau dans ma pratique quotidienne.

## QUELLES SERONT MES ACTIVITÉS D'APPRENTISSAGE AU COURS DE LA PROCHAINE ANNÉE ?

Établissez un plan de formation qui comprend les étapes à suivre pour atteindre vos objectifs et précisez les moyens mis à votre disposition pour y parvenir.

### CONSEILS PRATIQUES

- Demandez-vous quel est le moyen ou l'outil éducatif que vous préférez : les colloques ou les congrès, les projets d'auto-apprentissage, les présentations magistrales, les ateliers pratiques en petit groupe, les discussions avec des spécialistes, les stages de formation, la lecture de guides d'exercice ou d'articles scientifiques, la recherche d'information sur Internet, etc.
- Faites une liste de vos objectifs par ordre de priorité de vos besoins.
- Restez réaliste dans l'établissement des objectifs et de l'échéancier.
- Respectez les délais, sans les reporter indûment pour toutes sortes de raisons.
- Surveillez les annonces de la tenue de congrès scientifiques et vérifiez régulièrement si les sujets traités pourraient combler vos besoins.
- Associez-vous à un ou à des confrères ou consœurs pour discuter, modifier ou enrichir vos plans d'autogestion respectifs.

## ÉTAPE N° 3 – MES ACTIVITÉS DE DPC ET LEUR IMPACT SUR MA PRATIQUE

---

### *QUELLES ACTIVITÉS DE DPC AI-JE RÉALISÉES ET QUEL A ÉTÉ LEUR EFFET SUR MA PRATIQUE ?*

Le médecin utilise divers outils de DPC selon ses sujets d'intérêt, ses modes d'apprentissage, sa disponibilité et ses besoins. Ces outils comprennent des activités collectives – ateliers, cours, conférences, réunions scientifiques de départements cliniques ou d'associations professionnelles – et des activités individuelles telles que les projets d'auto-apprentissage, les lectures, les programmes d'autoévaluation ou d'autoformation, ainsi que des programmes d'apprentissage en ligne.

Cependant, le comité de développement professionnel continu du Collège des médecins du Québec (CMQ) privilégie les projets d'autoformation (voir l'annexe Mise en œuvre d'un projet d'auto-apprentissage) et les projets de formation personnalisée, telle la participation à des comités d'évaluation de l'acte médical ou de gestion de risques.

À cette étape, vous devez répertorier les documents obtenus au cours des diverses activités de formation et évaluer brièvement la qualité de ces activités et l'atteinte des objectifs d'apprentissage fixés préalablement. Vous devez aussi noter les raisons pour lesquelles ces activités ont été un succès ou un échec, afin d'éviter de refaire les mêmes erreurs dans le choix d'une autre démarche de DPC.

#### CONSEILS PRATIQUES

- Demandez-vous si cette activité a modifié ou modifiera votre pratique, et de quelle façon.
- Déterminez si vous vous sentez plus apte qu'avant dans un aspect particulier de votre pratique et pourquoi.
- Évaluez toujours la qualité de la formation et l'incidence sur votre pratique des compétences acquises au cours de cette activité de DPC.
- Indiquez les actions que vous avez entreprises dans votre pratique à la suite de l'activité de DPC. Soyez précis, réaliste et objectif dans l'énoncé de ces actions.

Exemples : L'activité était trop vague, trop avancée, peu pertinente, par rapport à mes besoins.  
L'activité a confirmé que ma pratique était adéquate.

Le CMQ vous recommande de remplir cette section le plus rapidement possible après l'activité, tout en prenant le temps d'analyser les effets de cette activité sur votre exercice professionnel ainsi que les actions que vous avez entreprises.

## ÉTAPE N° 4 – MA RÉFLEXION ET MON RÉAJUSTEMENT

---

### *QUELLES ACTIONS DOIS-JE ENCORE FAIRE ?*

Pour maintenir votre compétence et votre niveau d'intérêt, il est essentiel que vous vous engagiez dans un processus continu d'apprentissage; sinon vous vous sentirez vite dépassé, et la qualité de votre exercice professionnel en souffrira. Il est impossible de tout faire à la fois. Vous devez établir une liste de priorités et réaliser ces objectifs un à la fois. Par ailleurs, il est possible qu'un nouveau besoin devienne plus prioritaire que les autres; il devra être comblé d'abord.

#### CONSEILS PRATIQUES

- Déterminez les actions vous devez encore entreprendre pour atteindre vos objectifs ?

Ces actions deviendront le point de départ de votre plan d'autogestion du DPC pour l'année suivante. Vous devez cibler des buts et des objectifs précis et réalistes pour éviter de vous décourager et de vous dévaloriser.

## ÉTAPE N° 5 – MA SYNTHÈSE ANNUELLE DES ACTIVITÉS DE DPC

---

Toutes les activités de DPC que vous effectuez au cours de l'année vous permettent non seulement de maintenir vos compétences mais de les améliorer et, ainsi, de donner des services de meilleure qualité. Vous devez donc les consigner dans votre plan d'autogestion du DPC.

Cette étape est essentielle parce qu'elle vous aide à mieux documenter vos activités d'apprentissage. La synthèse annuelle peut vous servir d'aide-mémoire, de bilan et de pièce justificative, en cas de besoin.

Pour vous y retrouver, utilisez les catégories suivantes.

### **Projets de formation structurée individualisée**

Cette catégorie comprend les projets d'auto-apprentissage (voir le Guide de l'utilisateur) que vous mettez en œuvre de façon structurée, les stages, les tutorats ou les mentorats auxquels vous participerez, qu'ils soient organisés par le CMQ ou par un autre organisme agréé en formation continue.

### **Évaluation de la pratique**

Sous cette rubrique, vous inscrivez le temps consacré aux activités d'évaluation de votre pratique, notamment dans le cadre de votre participation à un comité d'évaluation de l'acte médical ou de gestion de risques touchant votre domaine d'exercice. Le temps consacré à l'évaluation de votre pratique par le CMQ ou un autre organisme peut également y être consigné.

### Activités individuelles agréées ou non agréées

Cette catégorie comprend la lecture de publications médicales gratuites ou non ainsi que les modules d'autoformation. Vous pouvez également y inscrire le temps requis pour des recherches ou des activités agréées effectuées sur Internet.

Le temps consacré à des discussions avec des consultants ou des collègues peut également être consigné dans cette catégorie.

### Enseignement et recherche

Les activités de préparation et de présentation d'exposés scientifiques destinés à des étudiants, à des résidents, à des collègues ou à des professionnels de la santé sont comprises dans cette catégorie.

Les activités de préparation et de présentation d'exposés scientifiques vulgarisés à l'intention de médias peuvent y être inscrites, de même que le temps consacré à la rédaction de protocoles de recherche et de demandes de subventions.

### Activités collectives agréées

Les organismes de DPC membres du Conseil québécois de développement professionnel continu des médecins (CQDPCM) sont agréés par le CMQ pour offrir aux médecins du Québec des activités collectives en formation continue qui satisfont aux normes éthiques établies (voir Tableau I). Toutes les activités collectives agréées par ces organismes sont équivalentes et peuvent être consignées dans cette catégorie.

Vous pouvez également y inclure les congrès, les conférences et les colloques qui sont agréés par l'Association américaine d'éducation médicale continue (ACCME).

Pour toutes ces activités, vous devez conserver vos attestations de participation.

**Tableau I** – Organismes prestataires d'activités collectives agréées et membres du CQDPCM

Bureau de développement professionnel continu de l'Université Laval
Bureau de développement professionnel continu de l'Université de Sherbrooke
Bureau d'éducation médicale continue de l'Université McGill
Bureau de développement professionnel continu de l'Université de Montréal
Fédération des médecins omnipraticiens du Québec (FMOQ)
Fédération des médecins spécialistes du Québec (FMSQ)
Collège québécois des médecins de famille (COMF)
Collège royal des médecins et chirurgiens du Canada (CRMCC)
Association des médecins de langue française du Canada (AMLFC)



Dans plusieurs centres hospitaliers, CHSLD, CSSS et CLSC, les activités éducatives organisées par le CMDP, les départements cliniques ou les services sont agréées et peuvent être consignées dans cette section.

### **Activités collectives non agréées**

Cette catégorie comprend toutes les activités collectives organisées par l'industrie pharmaceutique et les entreprises de communication qui ne sont pas agréées par des organismes membres du CQDPCM, tels les soupers-conférences, ainsi que les activités de comités consultatifs et les activités d'information sur des produits particuliers qui ont lieu les week-ends.

Les réunions scientifiques non agréées des établissements de santé peuvent également être incluses dans cette catégorie.

### ***En résumé***

Vous consignerez cette information en fonction des divers outils de DPC que vous avez utilisés :

1. les projets de formation structurée individualisée, tels les projets d'auto-apprentissage, les stages, les tutorats;
2. la participation aux comités d'évaluation de l'acte médical ou de gestion de risques;
3. les activités individuelles agréées ou non, y compris des lectures et les recherches sur Internet;
4. la préparation de présentations ou de publications;
5. les activités collectives agréées;
6. les activités collectives non agréées.

**IDENTITÉ**

Numéro de permis \_\_\_\_\_ Année : 20 \_\_ – 20\_\_

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Médecin de famille  Spécialiste  (précisez) \_\_\_\_\_

**Formulaire à remplir annuellement (voir Guide de l'utilisateur)**

**ÉTAPE N° 1 – MON EXERCICE PROFESSIONNEL ACTUEL**

Par exemple :

- Domaines de pratique (urgence, centre hospitalier, clinique externe, cabinet, visites à domicile, recherche clinique, etc.)
- Type de pratique (patient admis, sans rendez-vous, clinique jeunesse, santé au travail, etc.)
- Groupes d'âge
  - Diagnostics fréquemment posés
- Profil de pratique
  - Profil de prescriptions

**COMMENTAIRES**

<b>Compétences transversales<sup>1</sup></b>	<b>NIVEAU* DE COMPÉTENCE</b>	<b>NIVEAU* D'INTÉRÊT</b>	<b>NIVEAU DE PRIORITÉ*</b>	<b>COMMENTAIRES</b>
1. Expertise médicale (soins cliniques)				
2. Communication				
3. Collaboration				
4. Gestion				
5. Promotion de la santé				
6. Érudition				
7. Professionnalisme				

\* Évaluez le niveau sur une échelle de 1- (niveau faible) à 5- (niveau élevé)

<sup>1</sup> Adapté de Frank, JR. (réd.). 2005. Le Cadre de compétences CanMEDS 2005 pour les médecins. L'excellence des normes, des médecins et des soins. Ottawa : Le Collège royal des médecins et chirurgiens du Canada.

**ÉTAPE N° 2 – MES OBJECTIFS**

**2.1. Où en suis-je ?**

*Dans les divers domaines de ma pratique,*

Quels sont mes points forts

Quels sont mes points à améliorer


**2.2 Quels sont mes besoins de formation ?**

*Quelles sont les aspects de ma pratique qui pourraient être améliorés au cours de la prochaine année ?*

---

---

---

---

---

---

---

---

**2.3 Quelles seront mes activités d'apprentissage au cours de la prochaine année ?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**ÉTAPE N° 3 – MES ACTIVITÉS DE DPC ET LEUR IMPACT SUR MA PRATIQUE**

TITRE DU PROGRAMME OU DE L'ACTIVITÉ DE DPC	DATE	DURÉE (HEURES)	EFFET SUR MA PRATIQUE*	ACTIONS ENTREPRISES

- \* :
- 0 *L'activité de DPC n'était pas pertinente pour ma pratique.*
  - 1 *L'activité de DPC a confirmé que ma pratique était adéquate.*
  - 2 *L'activité de DPC m'a incité à modifier ma pratique.*
  - 3 *À la suite de l'activité de DPC, je dois chercher de l'information supplémentaire ou acquérir d'autres compétences.*

**ÉTAPE N° 4 – MA RÉFLEXION À LA FIN DU CYCLE ET MON RÉAJUSTEMENT**

*À la fin de l'année (en juin p. ex.), quelles actions dois-je encore faire? Dans quel délai ?*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

La complétion de cette étape vous permet de retourner à l'étape 1 du plan d'autogestion de DPC pour la prochaine année et ainsi repartir le cycle.

**ÉTAPE N° 5 – MA SYNTHÈSE ANNUELLE DES ACTIVITÉS DE DPC**

N<sup>bre</sup> D'HEURES/ANNÉE

**5.1 Projets de formation structurée individualisée** \_\_\_\_\_

- Projet d'auto-apprentissage du CMQ
- Projet personnel (section IV du CRMCC)
- Mainpro-C (CMFC), stage, tutorat
- Programme d'études de maîtrise ou de doctorat

**5.2 Évaluation de la pratique** \_\_\_\_\_

- Évaluation de ma pratique personnelle par le CMQ  
ou par un autre organisme
- Participation à un comité d'évaluation de l'acte médical  
touchant mon domaine d'exercice
- Participation à un comité de gestion de risques  
touchant mon domaine d'exercice

**5.3 Activités individuelles agréées ou non agréées** \_\_\_\_\_

- Lectures
- Internet
- Modules d'autoformation

**5.4 Enseignement et recherche** \_\_\_\_\_

- Publication, présentation, cours
- Rédaction de protocoles/demandes de subvention

**5.5 Activités collectives agréées** \_\_\_\_\_

- Congrès, colloques, ateliers
- Activités éducatives agréées en établissement

**5.6 Activités collectives non agréées** \_\_\_\_\_

- Divers, conférences
- Activités éducatives non agréées

DATE \_\_\_\_\_  
(JJ-MM-AAAA)

## MISE EN ŒUVRE D'UN PROJET D'AUTOAPPRENTISSAGE

### Feuille de travail

La feuille de travail du projet d'autoapprentissage élaborée par le Collège des médecins du Québec (CMQ) est un outil utile pour le médecin. Elle a pour but de vous aider à cibler vos objectifs d'apprentissage et à analyser l'effet de l'activité éducative sur votre pratique professionnelle. Elle comprend les éléments d'une réflexion sur la pratique et les diverses étapes d'une démarche systématique de formation continue.

Ce document devrait être rempli à la suite de toute activité de formation structurée individualisée. Vous pouvez utiliser le modèle proposé par le CMQ ou tout autre format qui répond aux mêmes exigences et à vos besoins. Vous remplissez une feuille de travail pour chaque projet d'autoapprentissage. Vous pouvez utiliser autant de feuilles que vous voulez. Cette tâche ne vous prendra que quelques minutes.

La feuille de travail peut être produite sur support papier ou dans sa version électronique, en format *Word* ou *PDF*. Elle est disponible sur le site Web du CMQ, à l'adresse [www.collegedesmedecins.qc.ca](http://www.collegedesmedecins.qc.ca). À l'ordinateur, vous pouvez surligner les sections appropriées de la feuille puis les copier-coller dans votre plan d'autogestion du DPC.

#### **Date(s)**

Inscrivez la date approximative de l'activité éducative réalisée. Si l'activité ne s'est pas terminée le jour où elle a débuté, indiquez séparément la date de début et celle de la fin de l'activité.

#### **Temps consacré à l'apprentissage**

Lorsque l'activité principale de recherche de l'information et d'analyse de l'apprentissage comprend des lectures, une recherche sur Internet ou une étude individuelle, donnez une estimation du temps consacré à cette activité.

Si l'activité principale de recherche de l'information et d'analyse de l'apprentissage est intégrée à un colloque ou à un congrès (activités collectives), indiquez le nombre approximatif d'heures consacrées à la question que vous vouliez résoudre.

#### **1. Nature et objectifs du projet**

Inscrivez le contexte particulier ou le thème général de votre projet. Ne perdez pas de temps à trouver un titre complexe. L'important, c'est de définir le projet dans des termes simples et à l'aide de mots clés.

Décrivez également les objectifs de votre projet en une ou deux phrases. Indiquez les questions auxquelles vous voulez répondre.

## 2. Éléments incitatifs

Indiquez l'élément principal qui vous a incité à réaliser un projet d'autoapprentissage. S'il ne figure pas dans la liste proposée, cochez « Autre » et inscrivez votre réponse.

Le tableau I présente des exemples d'éléments incitatifs.

### CONSEIL PRATIQUE

En déterminant l'élément principal qui a déclenché votre projet d'autoapprentissage, vous serez en mesure de mieux comprendre votre profil d'apprentissage et de cerner les éléments qui stimulent vos apprentissages.

## 3. Recherche de l'information

Indiquez les ressources éducatives qui vous ont permis de répondre à votre question. Si la ressource utilisée ne fait pas partie de la liste proposée, ajoutez-la dans la section « Autre ». En précisant cette ressource, vous pourrez mieux dégager votre profil et déterminer les outils d'apprentissage que vous préférez.

## 4. Analyse critique de l'apprentissage

Cette étape **cruciale** de la démarche d'apprentissage vous permet d'évaluer et d'analyser l'information recueillie ou la compétence acquise en fonction de votre exercice professionnel, de votre contexte de pratique, de votre environnement et des ressources disponibles. Vous déterminerez ainsi la pertinence, la validité et la fiabilité de cette information ou compétence.

Vous analyserez également les éléments facilitateurs de l'intégration de la nouvelle information ou compétence dans votre pratique ainsi que les obstacles potentiels ou réels à l'intégration de cette compétence.

Le but de cette étape est de vous assurer que la nouvelle compétence acquise peut ou doit être intégrée dans votre pratique. Vous seul pouvez effectuer cette analyse.

**La réflexion sur la pratique et sur l'activité d'apprentissage est essentielle. Elle fait le lien entre la connaissance simple et son utilisation dans la pratique.**

## 5. Effet sur la pratique

Cette section vous permet d'indiquer le ou les résultats de votre projet d'autoapprentissage.

Il est possible que le projet d'autoapprentissage n'ait eu aucun effet sur votre pratique, parce qu'il ne s'appliquait pas réellement à votre exercice professionnel.

Le projet d'autoapprentissage peut vous avoir confirmé que votre compétence ou votre pratique était adéquate et que vous n'avez pas à la modifier actuellement.

Enfin, il se peut que le projet d'autoapprentissage vous ait incité à modifier votre pratique ou qu'il implique de la recherche d'information ou des compétences supplémentaires, qui pourraient faire l'objet d'un autre projet d'autoapprentissage.

Tableau I — Exemples d'éléments incitatifs de projets d'autoapprentissage

ÉLÉMENTS INCITATIFS	CONTEXTE
<b><i>Discussion avec un collègue ou un autre professionnel de la santé</i></b>	Au cours d'une discussion à propos d'un de mes patients, mon collègue et moi nous interrogeons sur le meilleur traitement de la syphilis secondaire.
<b><i>Question découlant de la consultation d'un patient</i></b>	Un de mes patients présente des lésions vésiculaires au tronc. Je m'interroge sur le diagnostic différentiel de ce type de lésions.
<b><i>Lecture d'un article</i></b>	À la suite de la lecture d'un article scientifique sur l'approche diagnostique des lésions vésiculaires, je m'interroge sur le traitement de la syphilis secondaire
<b><i>Question découlant de la participation à un colloque/congrès/atelier</i></b>	Au cours de la Journée annuelle sur les maladies infectieuses à laquelle j'ai participé, je m'interrogeais sur le traitement actuel de la syphilis secondaire.
<b><i>Rétroaction du comité d'évaluation de l'acte médical/de la visite d'inspection professionnelle</i></b>	Le comité d'évaluation de l'acte médical recommande que tous nos patients séropositifs pour le HIV passent un test de dépistage de la syphilis. Quelles sont les données probantes sur ce sujet ?
<b><i>Question découlant de la rencontre avec un représentant pharmaceutique</i></b>	Le représentant pharmaceutique que j'ai rencontré aujourd'hui m'informe d'un nouveau traitement contre la syphilis. Quels sont les effets secondaires de ce traitement ?



## PROJET D'AUTOAPPRENTISSAGE

Date(s) : \_\_\_\_\_ Temps consacré à l'apprentissage : \_\_\_\_\_

### 1. NATURE ET OBJECTIFS DU PROJET

#### A. Titre du projet

---

---

#### B. Objectifs du projet

---

---

---

---

### 2. ÉLÉMENTS INCITATIFS

Quels ont été les éléments déclencheurs de mon projet ?

- Discussion avec un collègue ou un autre professionnel de la santé
- Question découlant de la consultation d'un patient
- Lecture
- Question découlant de la participation à un colloque/congrès/atelier
- Rétroaction du comité d'évaluation de l'acte médical/de la visite d'inspection professionnelle
- Question découlant de la rencontre avec un représentant pharmaceutique
- Autre \_\_\_\_\_

### 3. RECHERCHE DE L'INFORMATION

Quelles ressources ai-je utilisées pour résoudre ma question ?

- Lecture d'un article
- Discussion avec un collègue
- Atelier, cours, conférence
- Internet («Up to date», «Epocrates», etc.)
- Lignes directrices
- Autre \_\_\_\_\_

#### 4. ANALYSE CRITIQUE DE L'APPRENTISSAGE

- Quelles sont la pertinence, la validité et la fiabilité de l'information recueillie ?
- Quelles connaissances scientifiques (données probantes) ai-je recueillies dans cette recherche d'information ?
- Comment puis-je intégrer cette information dans ma pratique ?
- Quels sont les obstacles à l'intégration de cette information dans ma pratique ?

Mon analyse :

---

---

---

---

---

---

---

#### 5. EFFET SUR LA PRATIQUE

0. Le projet d'autoapprentissage n'a eu aucun effet sur ma pratique.

Pourquoi ? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

1. Le projet d'autoapprentissage a confirmé que ma pratique était adéquate.

Pourquoi ? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2. Le projet d'autoapprentissage a contribué à un changement dans ma pratique.

De quelle façon ? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3. Le projet d'autoapprentissage implique la recherche d'information ou de compétences supplémentaires.

Quelle est ma nouvelle question d'apprentissage ? Quand et comment vais-je y répondre ?

---

---

---

## FOIRE AUX QUESTIONS

Afin de mieux expliquer le plan d'autogestion de développement professionnel continu aux médecins, le Collège des médecins du Québec (CMQ) propose cette foire aux questions. Vous y retrouverez des réponses aux principales questions que se posent les médecins à ce sujet. Vous pouvez également poser votre question et la faire parvenir à l'adresse suivante : [dpc@cmq.org](mailto:dpc@cmq.org)

Portez attention aux pictogrammes suivants utilisés dans cette section :



Conseils pratiques



Messages clés

### ***A. Qu'est-ce qu'un plan d'autogestion du développement professionnel continu ?***

Un plan d'autogestion du développement professionnel continu (DPC) est un outil conçu à l'intention du médecin afin de l'aider à développer et à gérer ses apprentissages.

Le plan d'autogestion du DPC :

1. vous permet de mieux définir les diverses composantes de votre pratique;
2. vous guide dans la réflexion sur votre exercice professionnel et dans l'évaluation de votre pratique;
3. vous aide à déterminer vos points forts et vos points faibles dans vos compétences professionnelles;
4. vous oriente sur les actions à réaliser à la suite de vos activités d'apprentissage;
5. vous permet de colliger, de recenser et de conserver les preuves de vos activités de DPC;
6. vous guide dans la réflexion sur vos activités de DPC et dans leur évaluation;
7. vous permet d'évaluer l'effet des activités de DPC sur votre pratique.

Le plan d'autogestion présente les avantages suivants :

1. reconnaissance des apprentissages effectués;
2. renforcement de la satisfaction et de la motivation à effectuer des activités autogérées de DPC.

Enfin, le plan d'autogestion vous permet :

- de répondre aux exigences réglementaires du CMQ entrées en vigueur en juillet 2007.



Le plan d'autogestion est conçu pour vous!  
Il vous aide à atteindre vos objectifs d'apprentissage

### ***B. Pourquoi le CMQ a-t-il instauré le plan d'autogestion du DPC ?***

Dans un contexte de mondialisation, les ordres professionnels subissent une forte pression de la population pour qu'ils mettent en place des processus assurant la qualité des services offerts.

On entend fréquemment ce commentaire : si les pilotes de ligne doivent renouveler annuellement, voire semestriellement, leur certificat de compétence professionnelle, pourquoi n'en serait-il pas de même pour les médecins ?

Le plan d'autogestion du DPC conçu par le CMQ vise à dissiper les inquiétudes de la population par la mise en place d'un processus obligatoire de maintien des compétences, tout en privilégiant une approche d'autorégulation qui tient compte de l'objectif fixé par le législateur. Ainsi, en proposant au médecin de gérer lui-même son plan de DPC afin de répondre de façon adéquate à ses besoins de formation, le CMQ adopte une approche qui respecte les différents modes d'apprentissage et la réflexion individuelle sur la pratique. Cette approche est reconnue dans la documentation scientifique récente.

Le CMQ souhaite appuyer le médecin dans cette démarche en lui proposant divers outils d'apprentissage.

### ***C. Dois-je utiliser le plan d'autogestion du DPC du CMQ ?***

En instaurant le plan d'autogestion du DPC, le CMQ souhaite aider le médecin à atteindre ses objectifs d'apprentissage. Vous pouvez très bien utiliser d'autres programmes de DPC, tels ceux de la Fédération des médecins omnipraticiens du Québec (FMOQ) et du Collège des médecins de famille du Canada (CMFC) ou le programme de maintien du certificat du Collège royal des médecins et chirurgiens du Canada (CRMCC). Vous pouvez changer de plan et participer à l'un ou l'autre des plans en tout temps. Vous devez cependant en aviser le CMQ une fois par année lors de votre complétion du formulaire de cotisation.

Si vous choisissez de participer au programme de DPC du CRMCC ou au programme MAINPRO du CMFC, vous devez respecter les règles et procédures qui leur sont propres.



Vous pouvez utiliser le plan d'autogestion du DPC du CMQ ou participer aux programmes de DPC du Collège des médecins de famille du Canada ou du Collège royal des médecins et chirurgiens du Canada

### ***D. Quelle est la période de référence du plan d'autogestion de DPC du CMQ ?***

La période de référence annuelle du plan d'autogestion de DPC du CMQ est du 1er juillet au 30 juin. Elle se conforme à la période de renouvellement du permis d'exercice. La période de référence annuelle du CRMCC est du 1er janvier au 31 décembre de chaque année alors que celle du CMFC est en lien avec la date d'anniversaire du membre.

**E. Qu'arrive-t-il si je ne fais pas état annuellement de ma participation à un plan d'autogestion du DPC ?**

Vous devez rendre compte de votre participation à un programme d'autogestion du DPC dans votre formulaire de cotisation annuelle du CMQ.

Le CMQ vérifiera les preuves de l'adhésion à un plan d'autogestion du DPC auprès d'environ 3 % de ses membres annuellement. Si vous ne pouvez fournir les pièces justificatives de votre participation à l'un ou l'autre des plans d'autogestion du DPC, ou si ces preuves ne sont pas satisfaisantes, le CMQ vous proposera une intervention de mentorat avec un collègue, afin de vous aider dans la gestion de votre plan de DPC. Par la suite, si vous ne vous conformez pas à un plan d'autogestion du DPC, il évaluera la possibilité que vous fassiez l'objet d'une enquête sur la compétence (visite d'inspection professionnelle).

L'ensemble de cette évaluation pourrait ultimement mener à l'imposition d'activités de perfectionnement ou d'un stage clinique de perfectionnement avec ou sans limitation de l'exercice, à une radiation ou à une limitation permanente de l'exercice dans un domaine où votre compétence est adéquate.



Le CMQ vérifiera les pièces justificatives du plan d'autogestion du DPC d'environ 3 % des médecins annuellement, et ce, de manière aléatoire.

**F. Puis-je utiliser un plan d'autogestion du DPC en format électronique ?**

Vous pouvez établir votre plan d'autogestion en utilisant un support papier, un format électronique et même un ordinateur personnel de poche, par exemple un ordinateur *Palm*. Le plan d'autogestion du DPC et les outils du CMQ sont accessibles dans son site Web. Vous pouvez également imprimer ces outils.

Certains outils ou certaines attestations de votre participation à des activités de DPC ne sont pas encore disponibles en format électronique. Vous devrez donc les conserver dans un portfolio.

Il est essentiel que vous utilisiez le format que vous préférez ou qui vous convient le mieux.



Utilisez le format papier ou électronique qui répond le mieux à vos besoins

### **G. Que comprend le plan d'autogestion du DPC du CMQ ?**

Le plan d'autogestion du DPC comporte cinq étapes.

#### 1. Mon exercice professionnel actuel

Vous devez définir les diverses composantes de votre pratique, entre autres tous vos domaines et lieux d'exercice (hospitalisation, expertise, clinique externe, cabinet, enseignement, recherche). Cette étape vous permet de réfléchir sur votre pratique quotidienne, en passant en revue votre clientèle (personnes âgées, santé des femmes, diabétologie, chirurgie ano-rectale, etc.) et les problèmes que vous rencontrez dans votre exercice professionnel.

#### 2. Mes objectifs

Vous devez déterminer les points forts et les points faibles de votre compétence professionnelle, cerner vos besoins d'apprentissage, fixer des objectifs pertinents et réalistes ainsi qu'établir un plan qui comprend les étapes à suivre pour atteindre ces objectifs.

#### 3. Mes activités de DPC et leur impact sur ma pratique

Dans cette section, vous compilez les preuves de votre participation à des activités de DPC collectives ou individuelles. Vous devez aussi y décrire vos projets d'autoapprentissage. Vous devez donc constituer un portfolio témoignant de vos activités d'apprentissage et de leur effet sur votre pratique. C'est un outil pratique.

#### 4. Ma réflexion et mon réajustement

À cette étape, vous devez réfléchir sur votre démarche d'apprentissage et proposer des actions à entreprendre l'année suivante.

#### 5. Ma synthèse annuelle des activités de DPC

Enfin, vous faites le bilan annuel des activités de DPC effectuées au cours de la dernière année.

### **H. Que doit contenir ma compilation des activités de DPC ?**

Le développement professionnel est un processus continu et permanent d'apprentissage qui peut inclure une très grande variété d'activités.

Vous pouvez colliger les attestations de participation à des activités de DPC formelles (traditionnelles) offertes par les universités, les associations professionnelles telles que la Fédération des médecins omnipraticiens du Québec (FMOQ), la Fédération des médecins spécialistes du Québec (FMSQ) et leurs associations affiliées, le Collège québécois des médecins de famille (CQMF) et l'Association des médecins de langue française du Canada (AMLFC), ou les activités d'autres associations professionnelles offertes sous forme d'ateliers, de congrès, de colloques, de séminaires ou de présentations magistrales.

Vous pouvez également consigner votre participation aux activités de formation de départements cliniques ou de services des établissements de santé, ainsi que votre présence à des rencontres organisées par l'industrie pharmaceutique ou des organismes de communication médicale.

La compilation peut comprendre aussi toutes les activités individuelles de formation, tels les modules d'autoformation, les programmes d'auto-évaluation sur support papier ou en ligne, y compris la lecture de revues ou de journaux médicaux.

Il vous est fortement conseillé d'inclure tous les projets de réflexion sur la pratique, tels les projets d'autoapprentissage du CMQ, les projets de formation personnalisée, les stages, les tutorats ainsi que les programmes d'études de maîtrise ou de doctorat liés à votre exercice professionnel.

Vous pouvez colliger toutes les heures consacrées à la rédaction et à la révision d'articles scientifiques, à la préparation de présentations pour des activités de DPC et à la rédaction de demandes de subvention ou autres.

En résumé, n'hésitez pas à consigner toute pièce justificative que vous jugez pertinente et qui témoigne de votre adhésion à un plan d'autogestion du DPC et de votre intérêt à la mise à jour de votre compétence professionnelle.



Vous pouvez inclure dans votre compilation des activités de DPC toute preuve de votre participation à un plan d'autogestion du DPC

### ***I. À quelle fréquence dois-je mettre à jour mon plan d'autogestion du DPC ?***

Vous devez mettre à jour votre plan d'autogestion du DPC selon l'importance de vos activités professionnelles et de vos activités de DPC. Vous économiserez un temps précieux en faisant la mise à jour de votre plan le plus rapidement possible après la fin d'une activité de DPC. Une fois votre démarche d'apprentissage terminée, vous devrez inscrire d'autres activités de DPC dans votre plan, par exemple un projet d'autoapprentissage, un stage ou un tutorat. Par contre, il est essentiel que vous passiez en revue votre plan d'autogestion une fois par année, afin de pouvoir faire votre synthèse annuelle, à l'étape n° 5.



Mettez à jour votre plan d'autogestion rapidement après chaque activité de DPC. Il vous sera plus facile d'évaluer l'effet de cette activité sur votre pratique et de vous souvenir de certains détails.

### ***J. Combien de crédits ou d'heures de formation continue dois-je cumuler chaque année ?***

Le CMQ n'a pas fixé un nombre minimum d'heures ou de crédits de DPC à cumuler annuellement, parce qu'il est conscient que les besoins d'apprentissage varient d'une personne à l'autre et parfois dans le temps pour la même personne.

Le plan d'autogestion du DPC a été conçu de façon à vous rendre maître de vos activités en évaluant vos besoins, en fixant vos objectifs, en choisissant des activités pour atteindre ces objectifs et en évaluant leur effet sur votre pratique. Ainsi, ce n'est pas tant le nombre d'heures ou d'activités qui est important, mais la qualité de vos apprentissages effectués selon votre mode d'apprentissage et votre exercice professionnel.

Si vous êtes une personne qui préfère réaliser un objectif déterminé en terme d'heures de formation, sachez que plus de 80 % des médecins au Québec effectuent plus de 70 heures de formation de tout type (lecture, colloque, internet, cours, etc.) annuellement. Cependant, le CMQ souhaite que vous concentriez vos énergies non pas sur le cumul d'heures de formation, mais sur un plan d'autogestion qui témoigne d'une réflexion sur votre pratique et se traduit par des activités personnalisées, tels les projets d'autoapprentissage.



Le CMQ n'exige pas un nombre d'heures annuelles d'activités de DPC. C'est à vous de définir vos besoins par rapport à votre exercice professionnel et à votre propre plan de DPC.

#### ***K. Comment puis-je savoir qu'une activité de DPC est de qualité ?***

Les organismes membres du Conseil québécois de développement professionnel continu des médecins (CQDPCM) sont tous agréés par le CMQ pour le développement et la mise en œuvre des activités de DPC de qualité, lorsque les activités qu'ils organisent donnent droit à des crédits de formation continue. Par conséquent, les activités accréditées sont toutes équivalentes.

Les membres du CQDPCM sont les organismes suivants :

Bureau de développement professionnel continu de l'Université Laval

Bureau de développement professionnel continu de l'Université de Sherbrooke

Bureau d'éducation médicale continue de l'Université McGill

Bureau de développement professionnel continu de l'Université de Montréal

Collège québécois des médecins de famille

Collège royal des médecins et chirurgiens du Canada

Association des médecins de langue française du Canada

Fédération des médecins omnipraticiens du Québec et ses associations affiliées

Fédération des médecins spécialistes du Québec et ses associations affiliées.

Par ailleurs, les activités individuelles que vous ferez et qui sont conformes aux procédures de réflexion sur votre pratique, telles les activités PERLES du Collège des médecins de famille du Canada (CMFC), les activités de la section IV du Collège royal des médecins et chirurgiens du Canada (CRMCC) ou les projets d'autoapprentissage du CMQ sont évidemment des activités de qualité puisqu'elles découlent de votre pratique et sont gérées par vous.



***L. Dois-je continuer à maintenir mon plan d'autogestion lorsque je m'absente de ma pratique ?***

Absolument, tant que vous êtes un membre actif du CMQ.

Si vous modifiez votre statut et devenez un membre inactif ou retraité, vous n'êtes plus obligé de maintenir votre plan d'autogestion. Si vous devenez un membre temporairement inactif, par exemple pour cause de congé de maternité, de paternité ou de maladie, le CMQ vous conseille de poursuivre votre plan d'autogestion (sans la réflexion sur votre pratique) en maintenant à jour vos compétences par votre participation à des activités de DPC.

À noter, si votre statut de membre inactif excède une période de quatre ans, vous serez visé par le *Règlement sur le stage et le cours de perfectionnement pouvant être imposés aux médecins*. Même dans ce cas, le maintien à jour de votre plan d'autogestion peut s'avérer un atout.



Si vous maintenez votre statut de membre actif du CMQ, vous devez poursuivre votre plan d'autogestion du DPC

***M. Quand dois-je soumettre mon plan d'autogestion au CMQ ?***

Chaque année, lorsque vous renouvez votre cotisation au CMQ, vous devez indiquer à quel plan d'autogestion vous adhérez, c'est-à-dire à celui du CMQ, du CMFC ou du CRMCC. De plus, vous devez déclarer le nombre d'heures consacrées, au cours de l'année, aux six catégories d'activités de DPC.

Par ailleurs, le CMQ vérifiera annuellement le plan d'autogestion du DPC d'environ 3 % de ses membres. Le cas échéant, vous devrez soumettre les diverses étapes complétées de votre plan, ce qui inclut la description de votre domaine de pratique, les attestations de participation aux activités formelles de DPC, les documents justifiant vos projets d'autoapprentissage et vos constatations sur l'effet de toutes ces activités sur votre pratique.

***N. Qu'est-ce qu'un projet d'autoapprentissage ?***

Un projet d'autoapprentissage est une question que vous vous posez et qui découle de votre exercice professionnel. Sous la forme d'une procédure simple, mais structurée, ce projet est une démarche efficace de maintien et d'amélioration de vos compétences professionnelles.

Il vous est conseillé d'effectuer régulièrement des projets d'autoapprentissage et de bien les documenter.

***O. Mes documents du plan d'autogestion du DPC seront-ils versés dans mon dossier professionnel ?***

Votre plan d'autogestion de DPC vous appartient. Si le CMQ demande à voir votre plan, les documents soumis ne seront pas versés dans votre dossier professionnel. Cependant, si une intervention éducative ou une enquête sur votre compétence vous est proposée, les documents afférents seront versés dans votre dossier.

***P. Combien de temps dois-je conserver les documents de mon plan d'autogestion de DPC ?***

À l'instar du calendrier de conservation des dossiers patients, vous devez conserver tous les documents reliés à votre plan d'autogestion de DPC pour une période de cinq ans. Après cette période, ils peuvent être détruits.

***Mes questions***

Si vous avez d'autres interrogations, n'hésitez pas à nous les transmettre.