

## Modèle SARA

Ce modèle permet la prise de recul sur les situations vécues. Il provoque la remise en question et la prise de conscience de nos apprentissages.



**Qu'apprenez-vous des situations vécues ?**

1

**Situation:** exprimée et analysée clairement

Une situation au cours de laquelle / les circonstances qui ont amené / le moment, le contexte, les personnes concernées.

**Actions:** décrites de manière précise et détaillée

Qu'avez-vous fait exactement? Expliquez les étapes? Comment avez-vous procédé? Était-ce le bon moment? Clarifiez votre rôle.

**Résultats:** exprimés clairement et de manière détaillée

Quel a été le résultat? L'action est-elle réussie d'après vous? Avez-vous atteint votre objectif? Comment savez-vous que le résultat est bon?

**Apprentissage:** tirés de cette expérience

Qu'avez-vous retiré de cette expérience? Comment avez-vous continué? Comment avez-vous géré l'échec si le résultat n'était pas celui attendu?

2