



DIÁRIO DE REFLEXÃO

O que é reflexão?

Refletir significa pensar a respeito de seu próprio comportamento de uma forma crítica e analítica - ponderar e considerar sua própria ação. Requer que você contemple o seu comportamento a fim de ganhar maior conhecimento sobre si mesmo. Portanto, a reflexão é uma questão privada e muito particular. A reflexão também pode ser utilizada como uma técnica para mudanças na interação entre você e seu paciente/cliente.

Reflexão em audiologia

O Ida Institute desenvolveu um conceito sobre a reflexão, para profissionais que atuam no cuidado à audição, com o objetivo de fornecer aos esmos uma visão mais aprofundada a respeito de sua própria prática clínica. Também tem o objetivo de inspirar estes profissionais a pensar e atuar de uma nova forma, revisitando o que ocorreu 'durante uma dada consulta, a fim de melhorá-la no futuro. A partir da compreensão de seu próprio comportamento, o profissional pode fazer mudanças, isto é, tornar-se mais eficiente na administração do tempo da consulta, reduzir o estresse e aumentar sua percepção sobre o paciente. A reflexão pode ser utilizada após cada atendimento com um paciente, após o atendimento de pacientes que sejam particularmente mais desafiadores ou após um atendimento onde se obteve sucesso.

A história do Diário de Reflexão

O Diário de Reflexão foi inspirado pelo trabalho de Christine DePlacido, do Departamento de Audiologia da Universidade Queen Margaret em Edimburgo. Esta profissional tem uma ampla experiência como na área de Audiologia e aconselhamento e vem utilizando o Diário de reflexão há vários anos. Christine DePlacido apresentou o conceito do Diário de Reflexão nos três seminários "Definindo a Audição" do Ida Institute, o qual foi recebido entusiasticamente pelos participantes. Após os seminários foi iniciado o desenvolvimento deste instrumento. Este Diário representa o pensamento colaborativo de 65 profissionais de diferentes países que participaram dos seminários.

O Diário de Reflexão e você

Utilize cinco minutos para reflexão após o atendimento do paciente. Utilize o formato deste instrumento para integrar a reflexão na sua prática diária. Quanto mais regularmente você utilizar a reflexão, mais fácil e rápido será completar o diário. Faça da reflexão uma parte de sua rotina diária e também a utilize como uma forma de fechamento e desvinculação de uma consulta realizada, para que você possa então estar plenamente atento para a próxima consulta.

“Uma segunda melhoria que notei é que posso usar meu tempo de forma eficiente com essa abordagem renovada de atendimento ao paciente. Me dei muito bem com essa abordagem empática e não sinto que perdi nada ao me afastar um pouco do audiograma. Está sendo uma experiência reveladora observar o impacto que algumas pequenas mudanças podem ter na relação médico-paciente”.

Como utilizar o diário de reflexão



1.

O que aconteceu na consulta?

Quem era o paciente? Qual o motivo da consulta?
Quem estava com o paciente? Quais procedimentos você fez, etc.

2.

Descreva uma ou duas coisas que deram certo na consulta

Descreva uma ou duas coisas que deram certo na sessão
Ex: “Eu prestei atenção no que o paciente disse”.
“Eu estabeleci um bom diálogo com o paciente e sua esposa.”

3.

Por que você acha que estas coisas deram certo?

Considere seu próprio comportamento. O que você fez?
O que você disse?

4.

Por que você acha que agiu desta forma?

Você se sentiu desconfortável, nervoso? Descreva fatores externos (ambiente, colega, paciente) e internos (seus sentimentos, os conceitos teóricos que você possui, etc) que influenciaram a sua maneira de agir.

5.

Descreva uma ou duas coisas que não deram tão certo na sessão

Reveja as questões acima e enfoque duas coisas que não correram tão bem.

6.

Por que você acha que estas coisas não deram certo?

Considere seu próprio comportamento. O que você fez? O que você disse?

7.

Como você se sentiu? Por que você acha que agiu desta forma?

Você se sentiu desconfortável, nervoso? Descreva fatores externos (ambiente, colega, paciente) e internos (seus sentimentos, os conceitos teóricos que você possui, etc) que influenciaram a sua maneira de agir.

8.

O que você pode fazer de forma diferente da próxima vez?

Exemplo

Aqui está um exemplo de como utilizar o diário.

Date: 20.04.09

1. O que aconteceu na consulta?	<i>RGS (perda neurossensorial em frequência alta) 67 anos. Usuário de AASI com tubo fino e adaptação aberta há 6 meses. Relatou ocorrência de feedback acústico em locais mais silenciosos. Utiliza o AASI cerca de 4 horas diárias, principalmente quando sai de casa. Aparelhos em boas condições de uso. Verifiquei habilidade de manuseio – adequada. Orientei sobre a importância de utilizar os AASI um maior número de horas.</i>
2. Descreva uma ou duas coisas que deram certo na sessão	<i>Iniciei a consulta sem atraso. Consegui identificar e solucionar o problema do feedback acústico rapidamente.</i>
3. Por que você acha que estas coisas deram certo?	<i>Estou conseguindo organizar melhor o tempo disponível para as consultas. Estou mais familiarizada com o software de programação do AASI e conseguindo resolver as questões técnicas.</i>
4. Como você se sentiu? Por que você acha que agiu desta forma?	<i>Me senti mais confiante. Estou pronta para resolver os problemas técnicos.</i>
5. Descreva uma ou duas coisas que não deram tão certo na sessão	<i>Utilizei grande parte da consulta orientando RGS a respeito da importância de usar o AASI um maior número de horas em casa. Posteriormente ele relatou que fica grande parte do tempo trabalhando no quintal (hobby marcenaria) e não sente a necessidade de usar o aparelho nesta situação que não é de comunicação. Ele utiliza equipamento de proteção (EPI). Quando vai conversar com esposa, assistir TV, usar o telefone ou recebe visita de familiares ele utiliza os aparelhos.</i>
6. Por que você acha que estas coisas não deram certo?	<i>Realizei as orientações antes de compreender o ponto de vista do paciente a respeito do número de horas de uso do AASI.</i>
7. Como você se sentiu? Por que você acha que agiu desta forma?	<i>Frustrada. Gastei parte da consulta insistindo com o paciente sobre o uso do AASI em casa, em uma situação que não era necessário.</i>
8. O que você pode fazer de forma diferente da próxima vez?	<i>Obter maiores informações a respeito da rotina do paciente, explorar razões para não uso do dispositivo antes de fornecer orientações.</i>

Data:

1.

O que aconteceu
na consulta?

2.

Descreva uma ou
duas coisas que
deram certo na sessão

3.

Por que você acha
que estas coisas
deram certo?

4.

Como você se sentiu?
Por que você acha
que agiu desta forma?

5.

Descreva uma ou
duas coisas que não
deram tão certo
na sessão

6.

Por que você acha
que estas coisas não
deram certo?

7.

Como você se sentiu?
Por que você acha
que agiu desta
forma?

8.

O que você pode fazer
de forma diferente
da próxima vez?

Data:

1.

O que aconteceu
na consulta?

2.

Descreva uma ou
duas coisas que
deram certo na sessão

3.

Por que você acha
que estas coisas
deram certo?

4.

Como você se sentiu?
Por que você acha
que agiu desta forma?

5.

Descreva uma ou
duas coisas que não
deram tão certo
na sessão

6.

Por que você acha
que estas coisas não
deram certo?

7.

Como você se sentiu?
Por que você acha
que agiu desta
forma?

8.

O que você pode fazer
de forma diferente
da próxima vez?



idainstitute

Egebaekvej 98
DK-2850 Naerum
Denmark
Tel: +45 70 22 72 17
E-mail: contact@idainstitute.dk
www.idainstitute.com

© Ida Institute 2009

Sobre o Ida Institute

O Ida Institute é uma organização independente e sem fins lucrativos com sede na Dinamarca. Somos financiados por meio de um fomento oferecido pela William Demant Foundation e contamos com uma comunidade internacional de mais de 14.000 membros.

Nossa missão é desenvolver a prática centrada na pessoa e integrá-la ao campo da saúde auditiva. Trabalhamos com profissionais da saúde auditiva do mundo inteiro para desenvolver conhecimento e fortalecer o processo de aconselhamento, permitindo que as pessoas expressem suas necessidades e preferências individuais e tomem a frente de seu próprio cuidado auditivo.

Para ajudar as pessoas ouvirem, é preciso escutar.