Votre plan d'étude, en une page

Où sont les points, un plan pour quatre, huit ou douze semaines, chaque semaine d'étude, et comment réviser un cas.

Outil d'étude, et non un avis juridique. Dernière vérification auprès des sources officielles citées au bas de la page : le 11 novembre 2026.

1 Où sont les points

- Dans le modèle de test de l'OPAO, le domaine 3 représente **au moins 25 à 30 %** et le domaine 6 au moins 10 à 15 % : commencez par eux.

Domaine du modèle de test	Au moins
1. Faire une évaluation initiale	10 à 15 %
2. Établir une relation de travail	10 à 15 %
3. Relation thérapeutique	25 à 30 %
4. Travailler au changement	5 à 10 %
5. Gérer la séparation et la conclusion	5 à 10 %
6. Pratique professionnelle	10 à 15 %
7. Recours à la supervision	3 à 5 %

2 Chaque semaine d'étude

- [ ] **Six à dix heures**. Dès la troisième semaine, au moins les deux tiers consacrés aux cas et à leur révision.
- [ ] Révisez chaque cas **trois fois plus longtemps** qu'il ne vous a fallu pour le faire.
- [ ] **Une ligne** dans votre registre d'erreurs par erreur : le cas, la section, ce que vous avez fait, le piège, ce que vous ferez à la place.
- [ ] **Tapez vos notes** en travaillant, comme l'exige le bloc-notes électronique de l'examen : pas de papier.

3 Choisissez votre plan

Étape	4 semaines	8 semaines	12 semaines
Fondements	Semaine 1, une fin de semaine : format, stratégie, consentement, confidentialité, dossiers	Semaines 1 et 2 : format, notation, profil des compétences, normes	Semaines 1 et 2, comme pour huit
Cas par domaine	Semaine 2 : domaines 3 et 6 d'abord, puis 1 et 2	Semaines 3 à 5 : domaines 1 et 2, puis 3, puis 4 à 7	Semaines 3 à 8 : deux passages dans les domaines
Examens blancs	Semaine 3 : un examen blanc complet, puis l'analyse des erreurs	Semaines 6 et 7 : deux examens blancs, correctifs entre les deux	Semaines 9 à 11 : trois examens blancs, correctifs entre chacun
Relâchement	Semaine 4 : correctifs, puis un cas chronométré par jour	Semaine 8 : un cas chronométré par jour, logistique	Semaine 12 : comme la semaine 8

4 Réviser un cas en sept étapes

1. Avant toute justification, notez ce que chaque section évaluait.
2. Lisez toutes les justifications par ordre de pondération, de +3 à -3.
3. Chaque option positive manquée : connaissances, rythme ou hésitation?
4. Chaque option négative choisie : nommez le piège.
5. Lisez les options négatives évitées : trouvez les quasi-erreurs.
6. Trouvez la réponse la plus chaleureuse d'une option négative, la plus terne d'une option positive.
7. Ajoutez une ligne à votre registre d'erreurs.

5 À court de temps, ou la dernière semaine

- **Laissez tomber le deuxième examen blanc** avant le premier.
- **Laissez tomber la lecture** avant l'entraînement.
- **Ne coupez jamais dans la révision** : quatre cas bien révisés valent mieux que douze faits et survolés.
- Rien de nouveau la dernière semaine. **Pas de troisième examen blanc** les trois derniers jours, et **aucun cas la veille** : relisez une fois votre registre d'erreurs, puis arrêtez.

L'entraînement rapporte plus que la lecture. La révision rapporte plus que l'entraînement.

Source officielle : Manuel de ressources pour l'examen (le modèle de test). Condensé de Le plan d'étude sur huit semaines et Le fonctionnement de l'examen.
Outil d'étude indépendant, pas un avis juridique, sans lien avec l'OPAO ni avec COMPASS.