

CADRE21



Preuve et attestation de développement professionnel

Compétences socioémotionnelles 2 - Architecte

cadre21



Description:

Au niveau Architecte, vous aurez l'occasion d'approfondir votre compréhension des principes du modèle PERMA dans l'application pratique de ce cadre, notamment en portant un regard pratique sur différents aspects de vos compétences socioémotionnelles. Les nombreuses ressources proposées pourront être mobilisées dans le cadre de l'intégration du modèle PERMA dans un milieu.

:

Badge attribué à : Teckchandani-Buziak Ashley

<https://www.cadre21.org/membres/a24ab85e41ab15f975f1b36d>

Date d'obtention : 2025-11-28 18:41:40

Compétences socioémotionnelles 2 - Architecte

Réflexion sur l'impact : En quoi la mobilisation du modèle PERMA a-t-elle eu de l'impact sur votre compréhension des compétences socioémotionnelles ?

J'ai beaucoup apprécié les questionnaires. La première questionnaire de mes compétences intrapersonnelles et interpersonnelles étaient utile, surtout pour réfléchir sur mes améliorations à faire au cours de la formation, ainsi que dans ma vie quotidienne. J'étais clairement plus forte dans une domaine que dans l'autre, et j'ai beaucoup aimé l'activité du journal de bord. Je trouvais utile à guider mes réflexions personnelles. J'ai aussi aimé qu'il y avait des questionnaires/activités visées pour chaque concept de PERMA. Les plus utiles pour moi (en enseignement et dans ma vie personnelle) étaient le Schwartz Value Survey (sens) qui m'a clarifié mes motivations un peu et la questionnaire flow, qui me permet de modifier et évaluer mes projets en salle de classe pour pouvoir augmenter l'engagement de mes élèves.

Réflexion sur l'expérience : À la lumière des activités vécues, sans entrer dans des réflexions trop personnelles, quels apprentissages tirez-vous de cette expérimentation ?

J'ai beaucoup appris sur moi, surtout de mes motivations (dans la catégorie de Sens/Meaning) et de mes compétences intrapersonnelles et interpersonnelles. J'étais plus fort dans les deux domaines (intra et inter) que je pensais. Ça me fait plus réfléchir sur le biais négatif dont on a appris dans le module d'Explorateur. J'ai beaucoup aimé aussi les lien faits entre les compétences socioémotionnelles et les réussites des élèves. Par exemples, avec un climat scolaire positif et notre réduction de stress et d'épuisement professionnel, les élèves vivront des réductions des comportements pratiques. J'ai aussi apprécié le résumé de 'La psychologie positive au service des compétences émotionnelles' où on parlait de l'apprentissage et ce dont on a besoin pour réussir. Par exemple, dans Accomplissement, on avait l'autoefficacité et pour pouvoir réussir à être autoefficace, il faut être capable de persévérer et d'avoir un esprit de croissance.

Retour sur l'activité : Quels sont vos coups de cœur ou vos déceptions ?

Comme mentionné dans les questions précédentes, j'ai beaucoup appris et j'ai beaucoup apprécié les questionnaires. Ma déception était surtout avec moi même et le biais négatif. J'ai remarqué à quel point je ne me donne pas le crédit que je devrais. Par exemple, j'étais très fort dans les deux domaines (intrapersonnelles et interpersonnelles) avec des lacunes ici et là (normales), mais j'étais surprise. En réfléchissant, j'ai trouvé que ma surprise est venu d'un biais négatif où je me croyais faible en intelligence émotionnelle. Aussi, quand j'ai fait la questionnaire de SVS, mon score en hédonisme était assez haut et j'ai une compréhension avec une connotation négative du mot hédonisme, alors il fallait que je réfléchisse et que je repense ma réflexion un peu.

Déposez vos traces de l'activité scénarisée (maximum de 3)

Capture-decran-2025-11-28-120004.png

Copie-de-PEC_v.5_verouille1.xlsx

Copie-de-Questionnaire-empathie-verouille1.xlsx