cadre21

Au coeur de votre stratégie #DevProf

cadre21.org

Preuve et attestation de développement professionnel

Compétences socioémotionnelles 2 - Architecte



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 sociémotionnelles. Les nombreuses ressources proposées pourront être mobilisées dans le cadre de l'intégration du modèle PERMA dans un milieu.

Badge attribué à : Jeffrey Gaudet
https://www.cadre21.org/membres/bb51f68437cb8a12d152d74b

Date d'obtention : 2026-09-01 18:07:26

Preuve et attestation de développement professionnel

Compétences socioémotionnelles 2 - Architecte

Réflexion sur l’impact : En quoi ce modèle vous aide-t-il à mieux cibler les leviers à activer pour favoriser le développement socioémotionnel ?

Ayant approfondi ma compréhension des principes du modèle PERMA, surtout en analysant différents aspects de mes propres compétences sociémotionnelles, je me rends compte qu'il faut que je cible mieux les différentes facettes du développement socioémotionnel des élèves autres que la gestion/ régulation des émotions. Mes forces et mes défis ne sont pas les mêmes que les élèves, donc nous pourrons travailler cela ensemble, créant un climat de collaboration plutôt qu'une simple relation enseignant/apprenant.

En explorant les différentes émotions, les valeurs et les différents points sensibles qui ont un impact sur le bien-être émotionnel des élèves, je pourrai mieux guider les élèves à reconnaître leurs défis, leur donner un sens à l'importance du développement des compétences socioémotionnelles et les guider vers une certaine autonomie émotionnelle. Les nombreuses ressources proposées dans cette formation pourront être mobilisées dans le cadre de l’intégration du modèle PERMA dans ma salle de classe : profil de compétences émotionnelles, questionnaire PANAS, questionnaire sur l'empathie, questionnaire sur l'auto-efficacité généralisée, etc.

D'ailleurs, ayant répondu aux différents questionnaires en lien avec ce modèle, je pourrai partager les constats avec les élèves et les guider à établir un portrait appréciatif visant à prendre en compte différents aspects de leur bien-être. En travaillant à développer mes propres compétences socioémotionnelles, je vais pouvoir mieux gérer mon stress, cultiver des relations positives et renforcer la résilience des élèves et des gens autour de moi, contribuant à un climat scolaire bénéfique pour tous.

Réflexion sur l'expérience : Allez-vous faire des changements dans votre posture ou vos pratiques en raison de ce que vous avez expérimenté ?

Certes, je vais faire le bilan de mes forces, mes défis, mes valeurs afin de me fixer des objectifs précis à l'égard du développement de mes propres compétences socioémotionnelles. En analysant les résultats des activités de formation, je constate que le fait d'avoir des défis par rapport à rester calme lors des situations stressantes fait en sorte que mon sentiment d'auto-efficacité diminue. Je dois travailler sur des stratégies pour combattre mon anxiété afin d'améliorer mon développement socioémotionnel, ce qui devrait, en théorie, avoir un impact positif sur le climat de la salle de classe, car je serai en mesure d'être un meilleur modèle pour mes élèves. De plus, je m'exprime mieux dans un état de calme, donc cela devrait avoir un impact positif sur toutes mes interactions en milieu de travail. Après avoir réfléchi, c'est évident que le développement des compétences socioémotionnelles est une approche proactive : il faut travailler sur soi-même avant de pouvoir aider les autres. Dans le cadre de mon programme, je dois préparer les élèves pour accéder au marché du travail. Le développement de compétences socioémotionnelles devient primordial au succès pour la vie durant.

Retour sur l'activité : Y a-t-il des approches ou outils que vous souhaitez réutiliser ?

Absolument! Le modèle Perma me permettra d'orienter mes efforts quant au développement des compétences socioémotionnelles de mes élèves. De plus, je veux certainement aider mes élèves à développer leur regard introspectif à l'aide du profil de compétences émotionnelles, du questionnaire PANAS et du questionnaire sur l'empathie. C'est difficile d'améliorer ses compétences si on ne connait pas ses défis, donc ces outils permettront des discussions personnalisées avec des données tangibles sur lesquelles les élèves pourront s'axer pour orienter leurs efforts, leur donnant un sens, un but d'engagement. Ces outils peuvent être utilisés de façon récurrente afin d'assurer un retour et de s'ajuster afin que les élèves puissent ressentir qu'ils font du progrès. De plus, ces outils pourraient mener à des partages intéressants et à un sentiment d'appartenance en salle de classe, car en regardant les forces et les défis de chacun, tout en gardant un esprit ouvert, les jeunes peuvent apprendre non seulement de l'enseignant, mais des autres aussi.

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

- Competences-socioemotionnelles-2.docx