

## Preuve et attestation de développement professionnel

### Compétences socioémotionnelles 1 - Explorateur

cadre21



#### Description:

Le niveau Explorateur aborde les compétences socioémotionnelles, leur importance dans le bien-être personnel et professionnel, ainsi que leur impact sur les relations sociales. Les exemples concrets, les stratégies, les outils proposés et les connaissances scientifiques visent à intégrer ces compétences dans la pratique pour améliorer la dynamique de l'environnement scolaire et promouvoir un climat propice à l'apprentissage et à l'épanouissement des personnes apprenantes et du personnel en milieu scolaire. OM

:

Badge attribué à : chantale-fortin-cssc-gouv-qc-ca  
<https://www.cadre21.org/membres/chantale-fortin-cssc-gouv-qc-ca>

Date d'obtention : 2025-03-06 02:42:03

# Compétences socioémotionnelles 1 - Explorateur

1 - Quel est votre point de vue ou votre première réflexion sur le thème des compétences socioémotionnelles ?

Le développement de ces compétences s'intègre naturellement dans mon quotidien. Les défis sont présents mais les retombées sur la réussite scolaire des élèves ainsi que sur leur bien-être dépassent largement le poids des obstacles rencontrés.

Le défi principal selon moi correspond à la connaissance de ses émotions, leur expression et l'autorégulation. S'ensuivent évidemment des problèmes de gestion de conflits!

2 - Comment le développement de ces compétences pourrait-il s'insérer dans votre pratique professionnelle ?

Maintien des séances de conseil de coopération avec les élèves. Les moments de reconnaissance et de rétroaction provenant des pairs sont toujours riches et permettent aux élèves de s'exprimer positivement.

Ajout de moments pendant lesquels les élèves nomment leur émotion, tentent de la décrire aux autres, adapte son comportement tout en permettant aux autres élèves de développer leur empathie, compréhension, écoute active.

Pauses pleine conscience plus fréquentes

3 - Quel serait l'impact (motivation, engagement, réussite) sur les personnes apprenantes d'intégrer les compétences socioémotionnelles à votre pratique ?

Plus les élèves sont engagés et motivés, plus ils sont concentrés sur des objectifs, ouverts à de nouvelles idées, disposés à explorer et moins ils ressentent du stress et des émotions négatives.

J'aimerais faire comprendre aux élèves que les émotions positives élargissent notre répertoire de pensées et d'actions, permettent de construire des ressources durables (physiques, intellectuelles, sociales, psychologiques). Apprendre à se connaître, à comprendre ses émotions, à les nommer, les identifier, est primordial pour un développement social positif, pour la réussite sociale et scolaire.