

## 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 : veronique-lambert004-csssamares-gouv-qc-ca  
<https://www.cadre21.org/membres/veronique-lambert004-csssamares-gouv-qc-ca>

Date d'obtention : 2025-03-12 18:38:53

# Compétences socioémotionnelles 1 - Explorateur

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

C'est une formation qui fait un beau lien avec celle que j'ai suivie à propos de la gestion des conflits. Elle traite des compétences socioémotionnelles, élément essentiel afin de créer et d'entretenir un climat et un environnement scolaire positif. Tout les enseignants devraient suivre cette formation de base afin de mieux se comprendre soi-même ainsi que de mieux comprendre autrui, tant les élèves que leurs collègues. Le développement de ces compétences permet d'accéder à un bien-être personnel et de groupe. L'empathie et la reconnaissance des émotions de tout un chacun sont deux éléments clés de cette formation.

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

Je crois que tout part de soi. En accueillant ses propres émotions, qu'elles soient agréables ou désagréables et en réfléchissant aux éléments déclencheurs et aux stratégies possibles à appliquer, il sera plus facile d'aider et de soutenir autrui dans l'atteinte de leur bien-être. Pour ma part, je vais normaliser toutes les émotions afin que les élèves et mes collègues ne cherchent pas à les éviter. On vit tous des hauts et des bas, mais l'important est de trouver des solutions pour relever les défis qui se présentent à nous. Je crois que si je me fais un devoir de discuter de mes apprentissages réalisés au cours de la formation et de les inclure dans ma pratique professionnelle, cela pourrait aider grandement à améliorer l'environnement dans lequel je me trouverai. Par mon ouverture aux émotions variées ressenties par chacun, par mon non jugement, je contribuerai certainement à enrichir le climat scolaire. De toute façon, en tant qu'enseignant, il est de notre devoir d'agir comme modèle.

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

Je crois qu'en agissant comme modèle, en utilisant la psychologie positive, en faisant preuve d'ouverture face aux émotions ressenties par les élèves ou mes collègues, en étant empathique, en reconnaissant davantage les efforts et les progrès que les difficultés, en célébrant les réussites de tout un chacun, il est évident que la motivation sera favorisée, l'engagement atteindra probablement un niveau supérieur et le niveau de bien-être des élèves et du personnel pourra grimper également. J'ai maintenant des stratégies efficaces à appliquer et à force de le faire, cela deviendra de plus en plus automatique et nécessitera moins d'efforts. Unissons-nous dans la diversité!