CADRE21

Preuve et attestation de développement professionnel

Compétences socioémotionnelles 1 - Explorateur

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 : tommy-gauthier-ejmbeauceville-ca
https://www.cadre21.org/membres/tommy-gauthier-ejmbeauceville-ca

Date d'obtention : 2025-04-06 19:41:21

Compétences socioémotionnelles 1 - Explorateur

1 - Quel est votre point de vue ou votre première réflexion sur le thème des compétences socioémotionnelles ?
Avant de suivre cette formation, je ne connaissais pas concrètement la psychologie positive. Pourtant, en apprenant à la découvrir, j'ai rapidement réalisé qu'elle rejoint profondément ma façon d'être. Je me suis toujours identifié(e) comme une personne qui met le positif en premier, qui cherche à voir le bon côté des choses, même dans les moments plus difficiles. J'essaie naturellement d'apporter du bien aux autres, que ce soit par un mot d'encouragement, une écoute attentive ou une attitude optimiste.

La psychologie positive m'a offert un cadre plus clair, des outils concrets et une meilleure compréhension de ce que je faisais déjà instinctivement. Elle me permet aujourd'hui de mettre des mots sur des attitudes que je valorisais, et de les approfondir. Grâce à cette formation, je me sens encore plus outillé(e) pour avoir un impact positif autour de moi, pour reconnaître les besoins émotionnels des autres et mieux y répondre, tant dans ma vie professionnelle que personnelle.
2 - Comment le développement de ces compétences pourrait-il s'insérer dans votre pratique professionnelle ?
La psychologie positive représente un outil précieux dans ma future pratique en enseignement. En m'appuyant sur ses principes, je serai mieux préparé(e) à comprendre et à reconnaître les émotions vécues par les élèves, ce qui me permettra d'adopter une posture plus bienveillante et empathique face à leurs besoins. Cette compréhension approfondie de leur réalité émotionnelle favorisera un climat de classe plus serein et propice à l'apprentissage.

De plus, la psychologie positive m'aidera à mieux réguler mes propres émotions et à entretenir des relations harmonieuses avec mes collègues. Être capable de prendre du recul, de cultiver une attitude optimiste et de gérer mes réactions face aux défis quotidiens contribuera à créer un environnement de travail plus positif, collaboratif et motivant. En somme, intégrer la psychologie positive dans ma pratique m'offrira des outils concrets pour favoriser le bien-être collectif tout en développant ma propre posture professionnelle.
3 - Quel serait l'impact (motivation, engagement, réussite) sur les personnes apprenantes d'intégrer les compétences socioémotionnelles à votre pratique ?
Grâce à cette formation en psychologie positive, je crois sincèrement que je pourrai avoir un impact positif dans la vie de ceux qui me côtoient. En développant ma capacité à repérer plus facilement les personnes en difficulté, qu'il s'agisse d'élèves ou de collègues, je pourrai intervenir de manière plus juste et adaptée. Mon écoute, ma compréhension et mes interactions seront enrichies, ce qui me permettra de créer des liens plus solides et bienveillants. Par ailleurs, en intégrant ces apprentissages à mes pratiques quotidiennes, mes tâches professionnelles seront mieux ajustées aux besoins réels du milieu, rendant mon rôle plus cohérent, utile et humain.