

## 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 : tina-laforge-cssfl-gouv-qc-ca  
<https://www.cadre21.org/membres/tina-laforge-cssfl-gouv-qc-ca>

Date d'obtention : 2025-05-29 18:54:09

# Compétences socioémotionnelles 1 - Explorateur

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

Développer les compétences socio émotionnelles en milieu scolaire pourrait être très bénéfique, non seulement pour aider les élèves, mais pour améliorer les relations interpersonnels de tous ceux et celles qui travaillent dans l'école. Avoir une attitude positive et bien comprendre son développement socio émotionnel pourrait améliorer la créativité et la résolution de problèmes et le travail collaboratif. De plus, il est fréquent que nous sommes envahis par le stress à cause de la charge mental de notre travail. Bien comprendre nos émotions et savoir les gérer pourrait apporter une meilleure gestion du stress et des échecs, ce qui les aide à persévérer malgré les difficultés. Que ce soit pour les élèves ou les enseignants. En tant qu'enseignant, nous vivons également des déceptions et des frustrations. Je crois qu'une bonne gestion des émotions pourrait apporter des interactions plus harmonieuses avec les pairs et les pour les élèves entre eux

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

Dans ma pratique professionnelle, les émotions sont monnaie courante. Nous devons aider les élèves à apprendre à identifier leurs émotions et à mettre des moyens en place afin de bien les gérer de façon positive. Pour ma part, je suis toujours en apprentissage dans ce domaine. Quand j'étais jeune, on ne parlait pas trop d'émotions. De plus, il nous était même enseigner qu'être émotive nous causerait des problèmes. Il était fortement suggérer de cacher nos émotions.

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

Les impacts sur les personnes apprenantes pourraient être de nature interpersonnel et intra personnel. Quand on comprend bien nos émotions et qu'on est en mesure de bien les exprimer s'est toute notre santé qui en reçoit les bénéfices. De plus, les impacts peuvent être grand au niveau des relations interpersonnelles et de l'harmonie.