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 : martinejolin
https://www.cadre21.org/membres/martinejolin-cssd-gouv-qc-ca

Date d'obtention : 2025-06-26 18:21:01

Compétences socioémotionnelles 1 - Explorateur

1 - Quel est votre point de vue ou votre première réflexion sur le thème des compétences socioémotionnelles ?
Ayant eu un groupe d'élèves dont plusieurs éprouvaient de la difficulté avec la gestion des émotions toute l'année, j'ai pu constater assez rapidement combien il est nécessaire pour les jeunes d'apprendre à développer ce type de compétence. Le système scolaire met l'emphase sur les compétences académiques en laissant trop souvent de côté les autres types de compétences qui sont tout aussi, sinon plus nécessaires à notre société. Les jeunes qui apprennent à mieux identifier et gérer leurs émotions sont effectivement plus disponibles cognitivement pour leurs apprentissages. Il n'est pas facile d'accompagner des enfants dans ce type de cheminement si nous ne sommes nous-mêmes pas à l'aise avec ce type de compétences. Cela demande beaucoup d'ouverture d'esprit, mais aussi de la vulnérabilité afin de se permettre d'être vrai devant le groupe et de partager l'expérience avec les élèves.

Nous avons débuté l'implantation d'un nouveau programme de gestion de l'anxiété dans certaines classes de l'école cette année. On y enseigne aux élèves à reconnaitre les signes de l'anxiété et à mieux la gérer par la suite. Les élèves étaient plus ouverts à ce type d'apprentissage que ce que certains enseignants avaient imaginé. Ils participaient et en redemandaient en plus d'appliquer d'eux-mêmes les stratégies apprises. Nous avons pu constater une nette amélioration dans la gestion de l'anxiété chez les élèves faisant partie des groupes à avoir reçu ces enseignements pendant l'année scolaire.

Les gens se plaignent du manque d'empathie et de l'individualisme qui s'observent davantage dans notre société depuis quelques années, mais ne réalisent pas que nous avons un rôle à jouer au niveau de l'enseignement des compétences socioémotionnelles. Les enfants ne naissent pas en étant capables d'identifier et gérer leurs émotions. Comme pour le reste, nous devons leur enseigner à le faire. Pour cela, les adultes qui gravitent autour de ces jeunes doivent eux aussi être en mesure de développer les mêmes compétences, ce qui représente le travail de toute une vie.
2 - Comment le développement de ces compétences pourrait-il s’insérer dans votre pratique professionnelle ?
Je travaille beaucoup la gestion des émotions ou des conflits avec mes groupes. Nous utilisons le cours de CCQ ainsi que toutes les occasions qui se présentent à nous pour y arriver. J'ai un conseil de coopération en place dans ma classe chaque année, lors duquel les élèves apprennent à s'affirmer respectueusement. C'est un moment très attendu par les élèves chaque semaine. Au début de l'année, les élèves apportent plusieurs critiques et parlent plus des aspects négatifs de la vie de groupe. À mesure que l'année avance, je peux observer un changement assez drastique dans l'approche que les élèves utilisent lors du conseil de coopération alors que, d'eux-mêmes, ils partagent plutôt des points positifs de la vie de groupe. Ils sont aussi plus enclin à régler leurs conflits sans la présence de l'adulte et à voir plus facilement les signes de détresse de leurs collègues de classe. Le conseil de coopération a toujours été un de mes outils préférés pour travailler les compétences socioémotionnelles.

Lorsqu'un comportement inapproprié survient en classe, plutôt que de réprimander systématiquement l'élève en faute, j'utilise généralement ce moment pour travailler les compétences socioémotionnelles. Cela me demande d'arrêter ce que je fais et de prendre quelques minutes pour faire un retour avec le groupe sur la situation mais, encore une fois, plus l'année avance et moins je dois le faire puisque les élèves le font à ma place. Ils sont habiletés à utiliser les mêmes mots pour effectuer les mêmes interventions dont ils ont été témoins pour gérer discrètement les écarts de conduite entre eux.

Étant en 6e année, chaque année j'ai le privilège d'accompagner mes élèves dans leur passage primaire-secondaire. Celui-ci génère plusieurs émotions et les enfants les vivent tous de façon différente. Je profite alors de l'occasion pour parler des différences dans la gestion des émotions et de l'importance de reconnaître ses propres émotions et leur manifestation que de reconnaître l'autre dans les siennes. Les élèves s'en sortent assez bien et finissent par s'entraider afin de faciliter cette transition remplie d'incertitudes pour tous.

Nous avons choisi d'enseigner l'art dramatique dans nos classes de 3e cycle à mon école. Nous en profitons pour travailler les émotions ainsi que l'expression non-verbale de celles-ci chaque année. Les élèves finissent par faire des transferts dans tous les aspects de leur vie et être meilleurs à reconnaître les différentes émotions et leurs manifestations.
3 - Quel serait l’impact (motivation, engagement, réussite) sur les personnes apprenantes d’intégrer les compétences socioémotionnelles à votre pratique ?
Les élèves qui sont capables de reconnaître ce qui se passe à l'intérieur d'eux sont généralement plus disponibles cognitivement. Souvent, il ne suffit que de prendre quelques minutes en privé avec un élève pour lui manifester que je remarque qu'il ne semble pas dans son état naturel pour que celui-ci s'ouvre et me partage ses émotions du moment. Neuf fois sur dix, le simple fait d'avoir pu partager ses états d'âme avec quelqu'un permet à l'élève de pouvoir se recentrer sur la tâche. Un élève qui se sent accueilli, écouté et accepté tel qu'il est a plus de chance de participer positivement à la vie de la classe et de s'y

sentir bien.

L'année prochaine, j'ai l'intention d'essayer de prendre quelques minutes en fin de journée lors de la dernière période afin de demander aux élèves de trouver un aspect positif de leur journée. Je pense commencer par simplement leur faire écrire dans leur agenda pour quelques semaines. Je pourrai éventuellement faire partager les bons coups quotidiens des élèves dans leurs équipes respectives pour, plus tard, en venir à faire le même exercice en grand groupe. Comme notre cerveau est centré sur le négatif, je pense que cette pratique pourrait aider tous les élèves à voir le bon côté des choses.