

## 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 :

<https://www.cadre21.org/membres/3249165b86d7f05d196dbdcc>

Date d'obtention : 2025-08-14 01:57:07

# Compétences socioémotionnelles 1 - Explorateur

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

Il s'agit de compétences utiles dans toutes les sphères de notre vie et à tout âge pour s'épanouir personnellement et s'épanouir dans nos relations avec les autres. Je pense que c'est un apprentissage qui dure toute une vie et qu'avec de bonnes stratégies nous pouvons les travailler plus consciemment et ainsi peut-être progresser plus rapidement dans leur développement.

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

Je trouve qu'il y a plusieurs pistes intéressantes à suivre présentées dans la formation. Je le vois comme un survol de possibilités et, à ce point, j'ai de la difficulté à me projeter concrètement dans une mise en application coordonnée et réfléchie. Je suis par contre intéressée à en connaître davantage et je pense que le niveau Architecte de la formation m'aidera en approfondissant les possibilités du modèle PERMA.

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

Une notion qui m'a particulièrement interpellé dans la formation et que je ne connaissais pas est le flow. Je pense que j'y reviendrai souvent dans mon analyse des situations pour moi-même, pour mon équipe, pour mes élèves et mes enfants à la maison. Maximiser l'engagement et la satisfaction personnelle en créant des situations visant l'équilibre le plus parfait possible entre défi et compétence est une clé importante pour la motivation, l'engagement et la réussite.

PS J'ai beaucoup apprécié l'onglet Choix de la personne spécialiste. C'est un bel ajout et j'ai aimé consulter les suggestions s'y retrouvant.