

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/bd97ab9d7fe4b41ea1a521b6>

Date d'obtention : 2026-03-07 20:02:08

Compétences socioémotionnelles 1 - Explorateur

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

Ce que j'ai particulièrement apprécié dans cette autoformation, c'est à quel point les apprentissages m'ont semblé rares et précieux, autant dans ma vie personnelle que professionnelle. Ce n'est pas quelque chose que je vais réinvestir uniquement dans mon futur rôle d'enseignant, c'est un bagage que je porte déjà au quotidien, notamment lorsque je travaille dans les camps de jour l'été. Cette formation m'a permis de continuer à me développer et à offrir le meilleur de moi-même chaque jour. Les émotions prennent tellement de place dans nos interactions qu'en prendre conscience est essentiel, non seulement pour mieux communiquer, mais aussi pour mieux se connaître soi-même. Apprendre à identifier ses émotions, c'est apprendre à mieux cerner ses limites, à avoir une plus grande conscience de soi, et à naviguer plus sereinement dans ses relations avec les autres.

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

Il est certain que ces apprentissages vont s'intégrer dans ma pratique enseignante. Je souhaite offrir à mes élèves un environnement éducatif où les émotions ont leur place, en mettant en place des outils et des pratiques adaptés à mon groupe. Je vais également faire un effort conscient pour éviter les biais qui consistent à minimiser ou à nier les émotions vécues en classe, car oui, on peut vivre des émotions intenses à l'école, et c'est tout à fait normal. Cela ne s'applique pas uniquement à ma relation avec mes élèves, mais aussi à mes interactions avec mes collègues. J'ai pu observer, en tant que stagiaire et lors de contrats antérieurs, que les rencontres d'équipe sont souvent davantage axées sur ce qui n'a pas fonctionné. Je crois fermement qu'il est important de prendre le temps de souligner ce qui a bien été, de célébrer les réussites, même petites, afin de favoriser un milieu de travail positif. Ce n'est pas toujours facile, mais c'est essentiel. Je ferai preuve de discernement dans mon approche, la psychologie positive est un outil parmi d'autres, pas une fin en soi. Concrètement, je prendrai les démarches nécessaires pour aider mes élèves à traverser les situations difficiles et à développer leur capacité à y faire face. C'est ainsi que je compte intégrer ces apprentissages dans ma pratique au quotidien.

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

En ce qui concerne l'impact sur la réussite et l'engagement, je suis convaincu que l'intégration des compétences socio-émotionnelles aurait des retombées positives significatives. Pour moi, l'un des éléments les plus fondamentaux pour qu'un élève puisse apprendre, c'est la motivation. Un élève qui n'est pas motivé verra ses apprentissages, ses relations et son engagement en être affectés. À l'inverse, lorsqu'un élève est motivé, tout le reste suit naturellement.

C'est pourquoi je crois que mettre en pratique les compétences socio-émotionnelles ne peut être que bénéfique, autant pour moi en tant qu'enseignante que pour mes élèves. La motivation, c'est la clé. Si elle est absente, elle a un effet négatif sur tout le reste. Il est donc essentiel de cultiver chez les élèves une bonne conscience d'eux-mêmes et de leurs émotions. En tant qu'enseignante, développer ma propre conscience de soi et de mes émotions me permettra d'être un modèle pour mes élèves, leur montrer, par l'exemple, comment gérer ses émotions, les reconnaître et les exprimer sainement. Leur offrir les bons outils, mais aussi incarner soi-même ce qu'on leur enseigne, c'est là, selon moi, une des façons les plus puissantes d'avoir un impact durable sur leur réussite et leur épanouissement.