

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/d4447aba0294d68e3efa7f5e>

Date d'obtention : 2026-03-11 14:56:34

Compétences socioémotionnelles 1 - Explorateur

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

Qu'il est essentiel de connaître nos forces et nos limites en tant que personne et intervenant, d'avoir une bonne conscience de soi et de bien réguler nos propres émotions pour être en mesure d'accompagner autrui à travers leurs défis et leurs émotions. Il est, d'ailleurs, plus facile d'accompagner l'apprenant dans la gestion de ses propres émotions si nous sommes en mesure de le faire nous-mêmes.

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

Adopter certaines de ces stratégies me permettra d'améliorer mes compétences socioémotionnelles. Je réalise que je ne prends pas assez de temps pour moi, pour me recentrer sur mes propres émotions, ce qui teinte mes perceptions et interventions parfois. Je dois apprendre à mieux me réguler pour améliorer la qualité de mes interventions.

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

Je crois que j'ai déjà une bonne base en ce qui a trait aux compétences socioémotionnelles et que cela a déjà un impact positif sur la motivation et l'engagement des jeunes. J'utilise déjà beaucoup la pensée positive et la psychologie positive, en tenant compte des défis de chacun, dans le but de fixer des objectifs réalistes et, ainsi, développer une estime de soi positive.

Travaillant dans une école secondaire rempli de jeunes athlètes, je me suis mise à la course à pied. Leur persévérance et leur motivation m'ont poussé à me fixer des objectifs pour moi-même. Cette nouvelle sphère me permet d'avoir une compétence interpersonnelles supplémentaires qui m'aident à créer des liens significatifs et à mieux accompagner les jeunes dans leurs objectifs personnels.