

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/5d7bfef719474faf4a1aeb38>

Date d'obtention : 2026-03-11 16:32:33

Compétences socioémotionnelles 1 - Explorateur

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

Les compétences socioémotionnelles acquises par l'intervenant permettent de mieux se comprendre (introspection au niveau des émotions et des pensées) afin d'être plus rationnelle, être en mesure de relativiser, réguler ses émotions, pour ultimement avoir des pensées réalistes.

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

En prenant conscience de notre façon de s'autogérer sainement, elle permet d'accompagner les élèves dans la gestion des émotions, du stress, de la motivation, etc. Comme intervenant, j'amène les élèves à développer des pensées plus réalistes en évitant la création de scénarios catastrophiques qui alimente l'anxiété par exemple.

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

De se sentir plus apte à gérer les situations (ex: stressantes), se sentir compétent, de développer des pensées plus positives, tout en restant réaliste. Tout cela dans le but d'affronter les défis.