

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 : Mercier Lauryann

<https://www.cadre21.org/membres/59667effd89ad400ad463634>

Date d'obtention : 2026-04-19 18:32:40

Compétences socioémotionnelles 1 - Explorateur

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

Ma première réflexion à propos des compétences socioémotionnelles est qu'elles sont essentielles et indissociables des apprentissages scolaires. Avant cette formation, je les percevais davantage comme un complément à l'enseignement, mais je comprends maintenant qu'elles en sont une composante centrale. Les élèves ne peuvent pas apprendre efficacement s'ils ne sont pas capables de reconnaître, comprendre et réguler leurs émotions.

Je retiens également que ces compétences ne sont pas innées, mais qu'elles s'enseignent et se développent au quotidien, à travers les interactions, les situations vécues et les pratiques pédagogiques. Le fait de distinguer les dimensions intrapersonnelles (conscience de soi, gestion des émotions) et interpersonnelles (empathie, communication, relations) m'a permis de mieux comprendre leur portée et leur importance.

Enfin, cette formation m'a amenée à adopter une vision plus nuancée des émotions. Il ne s'agit pas de favoriser uniquement les émotions positives, mais plutôt d'accompagner l'ensemble des émotions, incluant les émotions négatives, dans une perspective de développement global et équilibré.

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

Le développement des compétences socioémotionnelles peut s'intégrer de manière naturelle et quotidienne dans ma pratique professionnelle. Il ne s'agit pas d'ajouter une matière, mais plutôt d'adopter une posture et des stratégies intentionnelles.

Concrètement, je peux intégrer ces compétences à travers mes interventions en classe, notamment en prenant le temps de nommer et de valider les émotions des élèves, en favorisant un climat de classe sécurisant et en mettant en place des routines qui soutiennent le bien-être, comme des moments de discussion ou de retour réflexif.

Je peux également travailler ces compétences lors d'activités pédagogiques, par exemple en proposant des projets collaboratifs qui développent la communication et la coopération, ou en encourageant les élèves à réfléchir à leurs stratégies face aux défis. L'utilisation de rétroactions équilibrées, qui valorisent les réussites tout en guidant les améliorations, constitue aussi un levier important.

Enfin, je souhaite intégrer des stratégies concrètes comme des moments de gratitude, des exercices de pleine présence ou des activités favorisant l'engagement (flow), afin de soutenir à la fois le bien-être des élèves et le mien.

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

L'intégration des compétences socioémotionnelles dans ma pratique aurait un impact très positif sur la motivation, l'engagement et la réussite des élèves. En effet, un élève qui se sent bien, compris et soutenu est davantage disponible pour apprendre et s'investir dans ses tâches.

Le développement de la régulation émotionnelle permet aux élèves de mieux gérer le stress, les échecs et les défis, ce qui favorise la persévérance. De plus, les émotions positives contribuent à élargir leur pensée, à stimuler leur créativité et à améliorer leur capacité à résoudre des problèmes.

Sur le plan relationnel, des compétences comme l'empathie et la communication favorisent un climat de classe harmonieux, ce qui renforce le sentiment de sécurité et d'appartenance. Les élèves sont alors plus enclins à participer, à collaborer et à s'engager dans leurs apprentissages.

Enfin, en valorisant les efforts et les réussites, et en proposant des activités signifiantes et adaptées, il est possible de développer la motivation intrinsèque des élèves. Ceux-ci développent alors un sentiment de compétence et de confiance en eux, ce qui contribue directement à leur réussite éducative.