

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 : Veloza Rosario

<https://www.cadre21.org/membres/b20ec2fe1a7dc136ccc3276b>

Date d'obtention : 2026-06-22 23:35:19

Compétences socioémotionnelles 1 - Explorateur

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

Les compétences socio-émotionnelles permettent de reconnaître mes humeurs ainsi que mes forces et les opportunités qui peuvent se présenter dans mon quotidien, renforçant ma confiance et l'estime de soi. De même, elles permettent de réduire le stress lié aux problèmes quotidiens, d'évaluer les conséquences et d'agir de manière plus empathique, respectueuse et claire

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

Avec une démarche personnelle et collective. Du côté personnel, il s'agit de reconnaître les situations qui génèrent du stress chez moi, de faire une pause avant de répondre à une situation irritante, et de savoir exprimer mes besoins ainsi que mes limites de manière claire et respectueuse. Du côté collectif, il faut écouter les autres pour comprendre leur point de vue, séparer les émotions des problèmes et chercher des solutions qui favorisent selon différents points de vue.

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

Leur intégration permettrait de réduire le stress et, par conséquent, de diminuer l'épuisement physique et mental. Cela éviterait les discussions agressives et irrespectueuses, ouvrant la voie à des échanges constructifs et à des solutions bénéfiques pour tous. Un sentiment d'appartenance plus fort envers l'institution se développerait, et par extension, envers l'ensemble des personnes qui la composent.