

Preuve et attestation de développement professionnel

Compétences socioémotionnelles 1 - Explorateur



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 : [Jeremy Cohen](#)

<https://www.cadre21.org/membres/092f1c0ddfba60ee52a95813>

Date d'obtention : 2026-08-02 20:45:09

Preuve et attestation de développement professionnel

Compétences socioémotionnelles 1 - Explorateur

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

Cette formation m'a permis de mieux comprendre les stratégies que mes élèves peuvent utiliser pour réfléchir à leur état socio-émotionnel et prendre des mesures pour le réguler. J'ai appris qu'il ne s'agit pas forcément d'une qualité innée, mais d'une compétence qui se développe.

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

Je peux consacrer des moments à mes cours pour enseigner la conscience socio-émotionnelle et promouvoir des stratégies d'autorégulation ainsi que des compétences en communication interpersonnelle. L'empathie n'est pas forcément innée ou consciente.

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

Un étudiant qui apprend constamment à connaître ses propres qualités socio-émotionnelles et celles des autres développe une plus grande conscience et empathie. Cela l'aide à mieux gérer ses émotions et ses modes de communication, et à mieux comprendre la façon dont les autres communiquent et ses propres points de vue. Un plus grand sentiment de contrôle, de soutien et de compréhension facilite les interactions sociales, réduit le stress lors des collaborations et favorise un environnement plus propice à l'apprentissage et au travail d'équipe.