

moozoom

# L'APPRENTISSAGE SOCIOÉMOTIONNEL (ASE) MOOZOOM

MICHELINE RABET, GESTIONNAIRE CLINIQUE EN SANTÉ MENTALE ET ÉQUITÉ

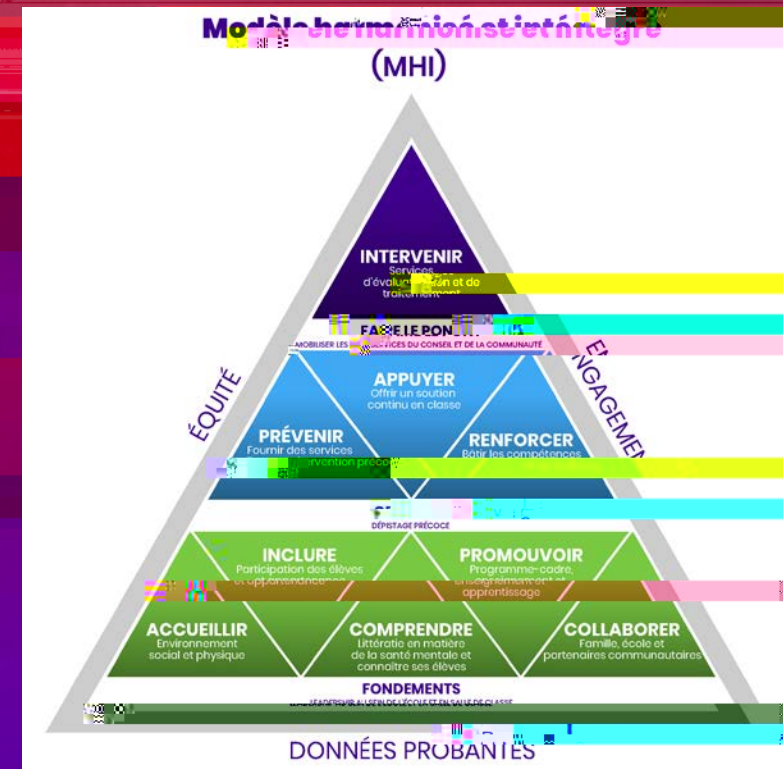
20 OCTOBRE 2021

CCED

ASPIRITUELLE

# QU'EST CE QUE L'ASE ET POURQUOI L'ASE ?

- Les habiletés socioémotionnelles nous aident à réussir à la maison, à l'école et au travail. Nous en avons besoin pour nouer et entretenir des amitiés. Les enfants apprennent ces compétences de leurs parents toutefois elles peuvent être enseignées à l'école. On parle alors de l'apprentissage socioémotionnel.
- On peut classer la plupart d'entre elles selon leur fonction :



# QUE DISENT LES RECHERCHES ?

Les recherches démontrent que l'apprentissage socioémotionnel est plus efficace lorsqu'il est enseigné de manière explicite et à un stade précoce du développement de l'enfant. L'ASE :

- améliore les résultats scolaires ;
- peut aider les écoles à relever des défis importants en renforçant le comportement pro-social et le sentiment d'appartenance ;
- peut créer des facteurs de protection et améliorer la santé mentale de tous les élèves .

Le site Web CASEL ([www.casel.org](http://www.casel.org)) met en lumière les recherches actuelles sur l'apprentissage socioémotionnel et propose une bibliothèque en ligne de ressources connexes.

# LA PLATEFORME MOOZOOM ET L'ASE

- La Websérie: confronte les élèves à de réels

1. Interpelle les élèves sur les enjeux réels.
2. Offre aux enseignants un outil numérique et clé en main.
3. Simplifie l'enseignement sur l'apprentissage socioémotionnel.

# MODULES ASE SUR LA PLATEFORME

Adaptation au changement

Peur de l'échec

L'intimidation

Acceptation du refus

L'estime de soi

Peur du jugement

L'amitié

La motivation

La tolérance

Les conflits

Le respect

# DÉMONSTRATION DE LA PLATEFORME

## L'ABC DES ÉMOTIONS

**Qu'est-ce qu'une émotion?**

Une émotion est une réaction automatique et malgrée toi. Tu ne peux pas l'éviter.

**Quel est le rôle des émotions?**

Tes émotions servent à te dire si ce qui passe est **bon** ou **mauvais** pour ta survie et bien-être. Si tu fais face à une situation qui menace ta sécurité ou ton bien-être, elles te donnent une impulsion afin que tu y échappes.

**Situation réelle :** tu fais face à un animal dangereux. Tu ressens de la peur et tu as envie de fuir. La fuite est un bon moyen d'assurer ta survie.

**Situation imaginée :** tu vois un avion qui vole vers toi. Tu te sens anxieux et tu hésites à fuir. Par contre, comme le danger n'est pas réel, la fuite est inutile.

**Un petit conseil**

Il ne faut pas **toujours** que tu réagisses selon ta première impulsion. Prends un moment pour réfléchir plutôt que d'agir sous le coup d'une émotion.

Lorsque tu vis une émotion, demande-toi :  
« Est-ce que je devrais écouter ce que mon émotion me dit de faire ? »

**Les émotions, ça ne se discute pas!**

Les émotions, c'est un peu comme les goûts, ça ne se discute pas. C'est la façon de les exprimer et d'y réagir qui peut être bonne ou pas. Il est tout à fait normal que tu éprouves des émotions différentes de celles de tes amis par rapport à une situation. Chacun a sa façon.

**Combien y a-t-il d'émotions différentes?**

L'ABC des émotions	
ÉMOTION	SENSATIONS
JOIE	Passion
PEUR	Inquiet, Nervosité, Anxiété
SURPRISE	Surpris, Désorienté, Troublé, Stupéfait
DÉGÔT	Enflure, Tiquette, Écœuré, Repoussé
TRISTESSE	Déçu

**Que se passe-t-il quand tu vis une émotion?**

Tu as envie de pleurer, fuir, crier, t'isoler, frapper ou autres.

**TU AS DES SENSATIONS PHYSIQUES**

**TU AS DES PENSÉES**

Tu te dis que « c'est injuste », « je vais échouer », « mes amis ne m'aiment pas... »

**Exemple**

**Ton meilleur ami déménage dans une autre ville.**

Voilà ce qui pourrait se produire :

**IMPULSION**  
Tu veux déclencher une soudaine envie de pleurer.

**PENSÉE**  
Tu te dis : « Je ne le rattrai plus, je n'aurai plus jamais un ami comme lui. »

**SENSATIONS PHYSIQUES**  
Ton cœur se serre.

moozoom.com **mooZoom**

[HTTPS://MOOZOOM.CA](https://moozoom.ca)

# EXEMPLES: FICHES ÉMOTIONS, LE REJET (PDF)





# LA MISE EN ŒUVRE POUR NOTRE CONSEIL

- 28 mai 2021: Séance d'orientation sur la


# RÔLES ET RESPONSABILITÉS DU CONSEIL

- 
- Plateforme MOOZOOM
  - Ressources
  - Rencontre de mise en œuvre
  - Accompagnement des directions
  - Table ronde d'appui pour les directions
- Intégrer de façon systémique et universelle l'apprentissage socioémotionnel dans l'environnement culturel, pédagogique et familial des élèves.
  - Appuyer la mise en œuvre de l'ASE au sein des écoles.





# AFFICHES POUR LES ÉCOLES ET L'ASE



Créer une compétence de transition commune

## L'apprentissage socioémotionnel en action

### Un guide de conversation et de réflexion pour les directions et directions adjointes des écoles

Le présent guide vise à aider les directions, les directions adjointes et les enseignants à s'engager dans des discussions à l'échelle de l'école sur l'apprentissage socioémotionnel. Il fournit un outil de réflexion pour vous aider à entamer ce travail avec votre communauté scolaire.

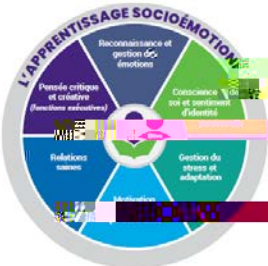
Il existe des données claires et cohérentes montrant que la participation à un programme d'apprentissage socioémotionnel est liée à de meilleurs résultats scolaires.

Les habiletés socioémotionnelles nous aident à nous sentir à l'aise à la maison, à l'école et au travail. Nous en avons besoin pour nouer et entretenir des amitiés, exécuter des tâches et affronter le stress ou l'adversité de manière positive. Les compétences socioémotionnelles sont également essentielles pour garantir l'équité et le bien-être de nos communautés respectives.

L'apprentissage socioémotionnel (ASE) est un processus d'apprentissage des compétences de la vie courante des émotions, le développement de relations

Entre plusieurs écoles, les pratiques d'ASE peuvent être appliquées dans la communauté. Comme pour toute nouvelle compétence, l'apprentissage socioémotionnel demande des mises en pratique explicites, en tant qu'école et au sein des classes, met les élèves et le personnel enseignant à l'aise, leur donne confiance et renforce les nouvelles connaissances.

des occasions naturelles de développer ces compétences. Les enseignants peuvent être placés pour modéliser et utiliser systématiquement des pratiques d'apprentissage socioémotionnel qui reflètent l'identité, les atouts culturels et les forces des élèves dans les écoles et les salles de classe. Le fait d'enseigner vos propres habiletés socioémotionnelles peut renforcer vos compétences socioémotionnelles et avoir une influence positive sur votre estime de soi et votre sentiment d'appartenance à l'école. À la



School Santé mentale

<https://smho-smso.ca/wp-content/uploads/2021/01/Lapprentissage-socioemotional-en-action-Un-guide-de-conversation-et-de-reflexion.pdf>

# LIENS UTILES

- [https://moozoom.ca/pdf/other/resources/fr/thematique\\_videos\\_2021-](https://moozoom.ca/pdf/other/resources/fr/thematique_videos_2021-)