

Apprendre à s'entendre avec d'autres et à maintenir des relations saines est aussi critique que d'apprendre à lire et à faire des mathématiques. C'est uniquement grâce à des relations saines et solides que les enfants et les jeunes seront préparés à être les partenaires, les parents, les employés et les dirigeants de demain.

D^{re} Debra Peplar, directrice scientifique, PREVNet



ASE

L'apprentissage socio-émotionnel (ASE)

Processus par lequel les élèves acquièrent et appliquent efficacement les connaissances, les comportements et les compétences nécessaires pour comprendre et gérer les émotions, se fixer et atteindre des objectifs positifs, ressentir et montrer de l'empathie pour les autres, initier et maintenir des relations positives, prendre des décisions responsables et gérer les défis de façon adéquate.

(Patrick Carney, p.9 - traduction libre)



Le développement des 5 compétences de l'apprentissage socio-émotionnel, à savoir, **la conscience de soi, la maîtrise de soi, la conscience sociale, les relations interpersonnelles et la prise de décisions**, joue un rôle important au niveau du bien-être et du rendement scolaire des élèves. Par son caractère social, l'école joue un rôle essentiel dans le développement de ces compétences par l'interaction des élèves avec les pairs, les enseignants, la résolution de problèmes ainsi que la gestion des émotions.

Il existe des programmes fondés sur des données probantes qui peuvent faciliter l'apprentissage socio-émotionnel. Toutefois, les recherches démontrent que le fait de cibler des interventions quotidiennes dans l'apprentissage pour développer des aptitudes sociales et émotionnelles chez les élèves a un impact à long terme sur le succès scolaire, le comportement, ainsi que sur le bien-être global de l'élève.

- ❖ La recherche démontre aussi que l'intégration des programmes offerts par le personnel scolaire produit des résultats au niveau des 5 domaines ou compétences socio-émotionnelles. La relation élève/enseignant et le soutien affectif – à savoir, le lien entre l'enseignant et l'élève – sont au cœur de l'essor des 5 compétences chez les élèves.



Comment favorise-t-on l'apprentissage socio-émotionnel?

On favorise l'apprentissage socio-émotionnel par l'utilisation de stratégies universelles quotidiennes visant l'intégration des 5 compétences, à savoir : **la conscience de soi, la maîtrise de soi (ou autogestion), la conscience sociale, les relations interpersonnelles (ou habiletés relationnelles) et la prise de décision.**

On favorise aussi l'apprentissage SE par la construction d'un milieu d'apprentissage sain où règne un sentiment de sécurité physique et émotionnel. On encourage un enseignement de type encadrant selon lequel l'élève est responsable, collaborateur dans son apprentissage et dans lequel l'enseignant pose ses limites tout en encourageant l'autonomie.

L'apprentissage socio-émotionnel au quotidien permet à l'élève :

- ▶ de se fixer des objectifs et de les atteindre;
- ▶ de reconnaître et gérer ses émotions;
- ▶ de prendre des décisions responsables;
- ▶ de développer de l'empathie envers les autres;
- ▶ d'établir et d'entretenir des relations saines avec les pairs et les adultes;
- ▶ de se préparer aux défis et de développer sa capacité à les surmonter.



BIEN-ÊTRE &
SANTÉ MENTALE

ASE

Les avantages de l'apprentissage socio-émotionnel

L'ASE conduit au bien-être, dont entre autres :

- ❖ à la construction de l'estime de soi,
- ❖ à une meilleure santé mentale,
- ❖ à bâtir la résilience des élèves,
- ❖ à l'amélioration du rendement scolaire,
- ❖ au développement des habiletés sociales et affectives,
- ❖ à une meilleure attitude envers soi-même et les autres,
- ❖ à réduire les problèmes d'intériorisation (p. ex., troubles affectifs, dépression, angoisse) et d'extériorisation (p. ex., comportements agressifs, violence, intimidation) chez les élèves.

Réfléchissons
à nos forces!



Orientez votre planification au sujet de l'ASE en fonction :

- ✓ de l'évaluation des besoins de votre école et de votre salle de classe ainsi que de votre élève;
- ✓ du plan d'action de votre école en matière de bien-être et santé mentale (votre équipe EASE/ bien-être);
- ✓ de ce que vous faites déjà dans votre école, votre salle de classe;
- ✓ des programmes déjà disponibles dans votre école que vous pouvez intégrer de manière quotidienne;
- ✓ des ressources disponibles en les consultant;
- ✓ des nouvelles initiatives et stratégies gagnantes (quotidiennes) mises en place par le ministère de l'Éducation pour atteindre les 5 compétences de l'ASE.

POUR EN SAVOIR PLUS ...

1. <https://education.alberta.ca/apprentissage-socio%C3%A9motionnel/apprentissage-socio%C3%A9motionnel/>
2. <https://eenet.ca/fr/resource/lapprentissage-socio-affectif>
3. <http://peopleforeducation.ca/wp-content/uploads/2018/01/People-for-Education-Mesurer-ce-qui-compte-Habiletés-socio-affectives.pdf>
4. <https://www.edutopia.org/blog/five-social-emotional-learning-lessons-for-adults-elena-aguilar>
5. <http://www.epicea.lenord.fr/pdf/Dossier-CPS1.pdf>
6. <https://www.virtuallabschool.org/fcc/social-emotional/lesson-6>
7. <https://www.miditrente.ca/fr/produit/mini-loup-vit-un-tourbillon-d-emotions>
8. <https://www.understood.org/en/school-learning/learning-at-home/games-skillbuilders/social-emotional-activities-for-children>

RÉFÉRENCES DE RECHERCHES

Le Réseau d'échange des connaissances pour le bien-être des élèves est un projet du **Réseau d'échange des connaissances pour la recherche appliquée en éducation (www.knaer-recrae.ca)**

Les communautés de pratique qui sont incluses dans le RECBE sont : **la Coalition ontarienne des écoles en santé, PREVNet, l'Équipe d'appui pour la santé mentale dans les écoles et le Social Planning Network of Ontario.** Consultez le : <http://oere.oise.utoronto.ca/>.

Voir le <http://www.casel.org/guide> pour obtenir une liste complète avec commentaires.

Que puis-je faire?

Qu'est-ce que je dois faire?

Qu'est-ce que je fais déjà?

Nous avons tous un rôle à jouer au niveau
de l'apprentissage socio-émotionnel!

