

Développer des compétences en santé et préparation pour la vie ou l'apprentissage socio-émotionnel

Saulnia Lacombe, superviseure en inclusion
Patricia Giguère, ergothérapeute



Conseil scolaire FrancoSud



Plan



A

L'apprentissage socio-émotionnel



B

Choix en matière de bien-être.

Santé personnelle et sécurité personnelle.



C

Choix en matière de relations humaines

Gestion des émotions et des sentiments, interactions, rôles et processus du groupe



D

Choix en matière d'apprentissage pour la vie

Apprentissage, cheminement de carrière, bénévolat.



E

Conclusion et ressources





L'apprentissage socio-émotionnel

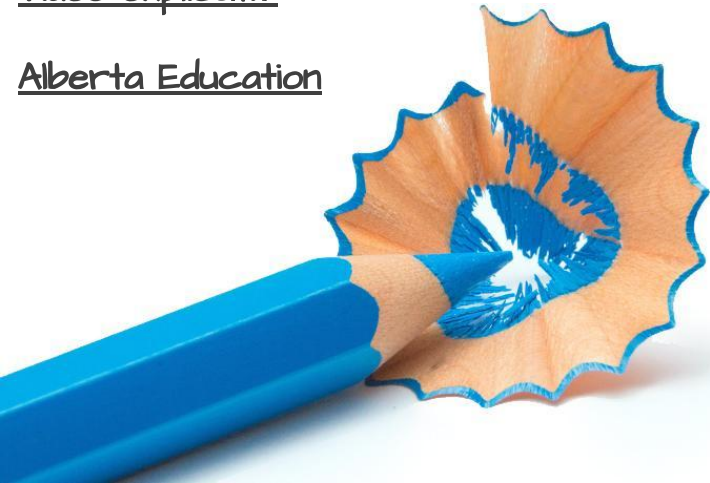


**L'apprentissage socio-émotionnel,
c'est quoi?**

Apprentissage social et émotionnel : processus par lequel les enfants et les adultes acquièrent et utilisent les connaissances, les attitudes et les habiletés nécessaires pour comprendre et maîtriser leurs émotions, définir et réaliser les objectifs positifs, ressentir et démontrer l'empathie envers les autres, établir et maintenir des relations positives et prendre des décisions responsables

Vidéo explicatif

Alberta Education



Alberta Education: Grâce au programme de santé et de préparation pour la vie (M-9), les élèves apprennent à faire des choix sains et bien informés, en plus d'adopter des comportements qui contribuent à leur bien-être et à celui d'autrui.

Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning

- Cadre de référence pour l'apprentissage socio-émotionnel
- 5 compétences principales pour éduquer les coeurs, inspirer l'esprit et faciliter une navigation efficace dans le monde





Si le QI était le concept psychologique principal du 20^e siècle, l'autorégulation sera celui du 21^e siècle...
Enseigner la maîtrise de soi réduit les problèmes en classe

L'autorégulation (AR)...

Pour ces élèves qui entrent à l'école sans une solide capacité d'autorégulation, une démarche **d'intervention précoce et d'enseignement explicite est nécessaire**. Ce sont eux qui risquent le plus de manifester une résistance croissante face aux travaux scolaires, à l'école en général et à l'implication dans la vie scolaire, ce qui fait augmenter les risques de décrochage (Blair et Diamond, 2008).

The Foundational "R"

...est le processus par lequel **les enfants maîtrisent leurs pensées, leur comportement et leurs émotions** pour réussir à vivre pleinement des expériences d'apprentissage (Zumbrunn, Tadlock et Roberts, 2011).

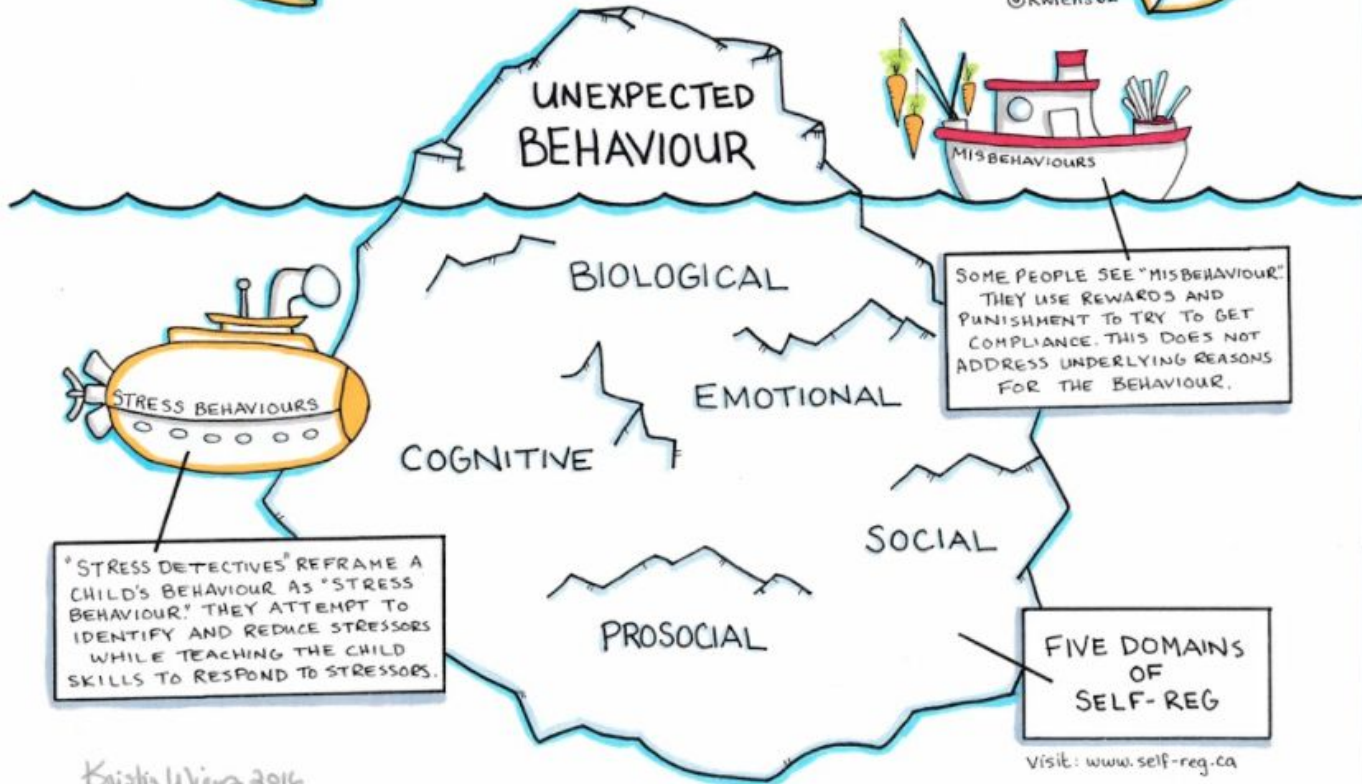




**Comportements attendus/inattendus
en salle de classe**

BEHAVIOUR IS COMMUNICATION

@Kwiens62

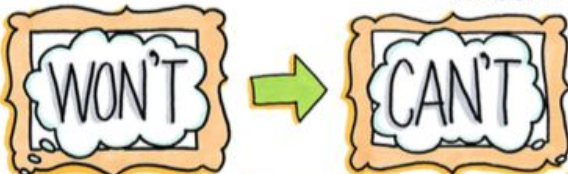


Kristin Wiens 2016

REFRAME THE BEHAVIOUR

"KIDS DO WELL IF THEY CAN"

~ROSS GREENE



"SEE A CHILD DIFFERENTLY, YOU SEE A DIFFERENT CHILD"
~Dr. Stuart Shanker

When kids exhibit challenging behaviour we can be "STRESS DETECTIVES"... finding and removing barriers.

- FIND STRESSORS → REDUCE THEM
- FIND UNMET NEEDS → MEET THEM
- FIND SKILLS DEFICITS → TEACH THEM

@kwfens62



Recadrer les comportements

NE VEUT PAS		NE PEUT PAS
Dans le jugement	État d'esprit de l'adulte	Curiosité
Défiant Comportement délibéré	Perception de l'élève	Trop de stress Habilités déficitaires
Il est paresseux... Il veut de l'attention... Impoli!	Réflexion	Qu'est-ce qui l'empêche d'avancer ? Comment puis-je l'aider ?
Récompenses et punitions	Réactions	Trouver et éliminer les obstacles
Frustration Culpabilité Honte	Expérience de l'enfant	Supporté Renforcé



Recadrer les comportements

“Voyez un enfant différemment, vous voyez un enfant différent”
Dr Stuart Shanker

Quand un enfant présente des comportements difficiles, nous pouvons être des
“**DÉTECTIVES DE STRESS**” pour identifier et éliminer les obstacles

Trouver les stresseurs

Les enlever

Trouver les besoins non répondus

Répondre à ceux-ci

Trouver les habiletés manquantes

Les enseigner



La gestion de classe et des comportements

Comment prévenir?
Interventions préventives

Relations positives
Environnement sécuritaire et prévisible
Encadrement des élèves
Organisation de la classe
Enseignement efficace



80%
du temps

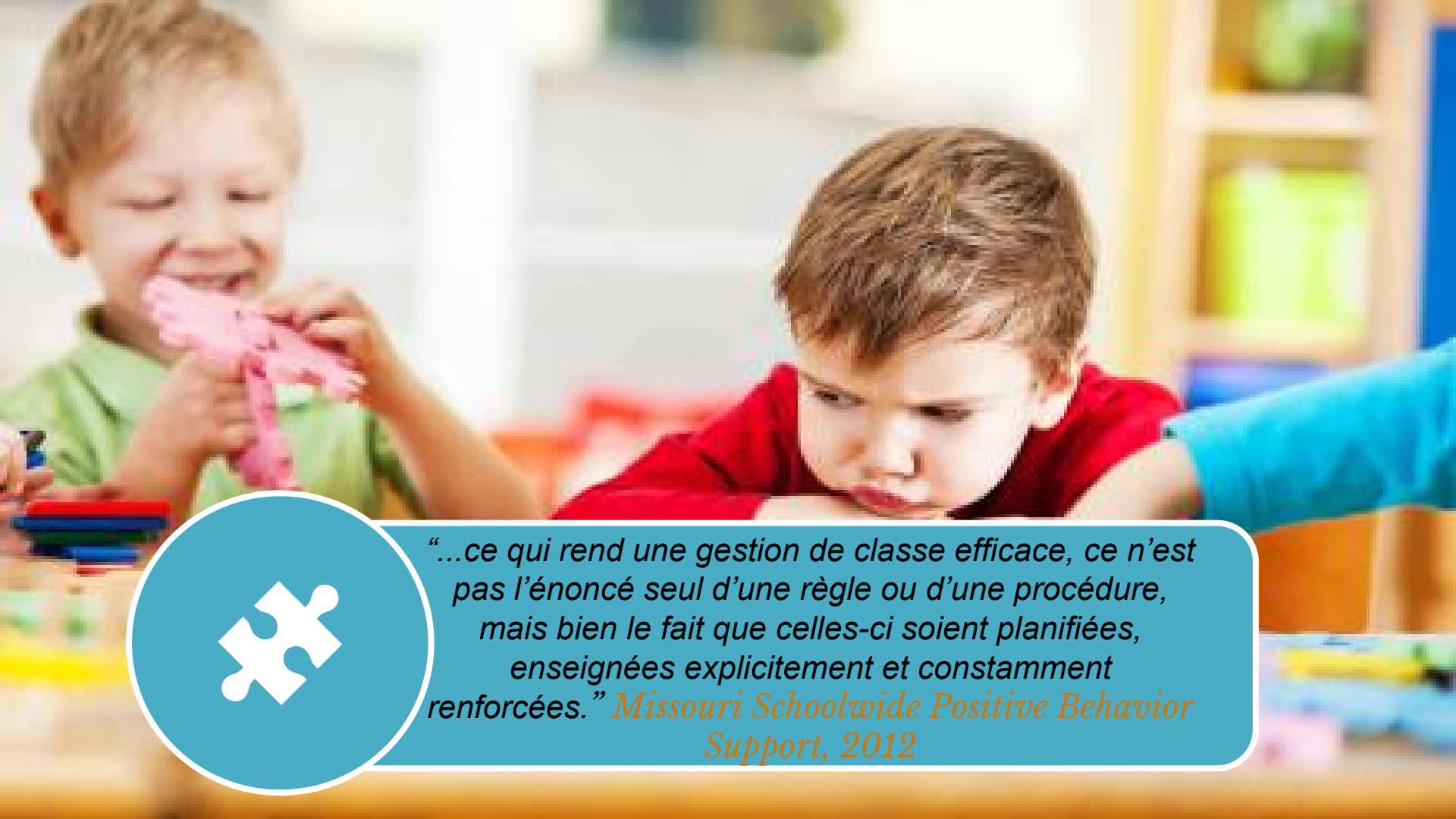
Comment intervenir?
Interventions correctives

Interventions indirectes
Interventions directes
Données comportementales
Fonction du comportement
Aide spécialisée



20%
du temps





“...ce qui rend une gestion de classe efficace, ce n’est pas l’énoncé seul d’une règle ou d’une procédure, mais bien le fait que celles-ci soient planifiées, enseignées explicitement et constamment renforcées.” *Missouri Schoolwide Positive Behavior Support, 2012*

Enseignement explicite des comportements

1. Présenter la règle ou la routine et ses procédures. Afficher la règle ou la routine et ses procédures dans la classe, dans un endroit stratégique au niveau des yeux des élèves. Utiliser des photos ou des images pour illustrer le comportement approprié.
2. Expliquer pourquoi la règle ou la routine est importante.
3. Présenter des exemples et des contre-exemples du comportement désiré

Modelage

4. Prévoir des occasions pour la pratique des comportements désirés et fournir de la rétroaction.

Pratique guidée et autonome



Enseignement explicite des comportements

Étape 1

Identifier le comportement désiré

Étape 2

Fournir des raisons d'enseigner ce comportement

Étape 3

Donner des exemples
(des exemples de comportements attendus / des contre-exemples)

Étape 4

Pratiquer (activités de jeu de rôle)

Étape 5

Réaffirmer les comportements attendus

Étape 6

Vérifier les progrès des élèves

[Enseignement explicite comportemental 1](#)
[Enseignement explicite comportemental 2 - début de l'année](#)

Exemple 1: Le respect

Classe	
Étape 1 : identifier le comportement désiré	
Respect	
<ul style="list-style-type: none">• Je lève la main pour demander la parole et j'attends mon tour pour parler.• J'écoute la personne qui parle.• Je prends soin des autres et du matériel.	
Étape 2 : Fournir les raisons d'enseigner ce comportement	
Pour favoriser un environnement serein et propice aux apprentissages.	
Étape 3 : Donner des exemples	
Exemples de comportements attendus (À modeler et à pratiquer avec les élèves)	Contre-exemples (À modeler par l'adulte)
<ol style="list-style-type: none">1. Je lève la main pour demander la parole et j'attends mon tour pour parler.2. J'écoute attentivement la personne qui parle et je me place en position d'écoute.3. Je prends soin des autres, je les aides, je les encourage, etc.4. Je garde ma salle de classe propre en rangeant tout le matériel.5. Je prends soin du matériel scolaire	<ol style="list-style-type: none">1. Je parle sans lever la main sans attendre mon tour.2. Je me lève pendant les explications, je parle à mon voisin, je fouille dans mon bureau, je dessine, etc.3. Je dérange les autres.4. Je laisse trainer mon matériel.5. Je brise du matériel scolaire.
Étape 4 : Pratiquer (activités de jeu de rôle)	
<ul style="list-style-type: none">• Modeler et pratiquer avec les élèves la façon de se comporter dans la salle de classe (scénario)• Modeler des exemples négatifs par l'adulte seulement.	
Étape 5 : réaffirmer les comportements attendus	
<ul style="list-style-type: none">• Apposer les affiches indiquant les attentes comportementales.• Rappeler aux élèves le comportement attendu afin que l'environnement soit propice à l'apprentissage.	
Étape 6 : vérifier les progrès des élèves	
<ul style="list-style-type: none">• Renforcer les comportements attendus de façon espacée et stratégique.	

L'enseignement explicite des comportements

Livre: Bissonnette Steve,
L'enseignement explicite des
comportements, 2016.



Exemple 2: Les responsabilités

Classe	
Étape 1 : identifier le comportement désiré	
Responsabilités	
<ul style="list-style-type: none">• Je sors le matériel nécessaire.• J'accomplis un travail de qualité.• Je remets mes travaux à temps.	
Étape 2 : Fournir les raisons d'enseigner ce comportement	
Pour favoriser un environnement serein et propice aux apprentissages.	
Étape 3 : Donner des exemples	
Exemples de comportements attendus (À modeler et à pratiquer avec les élèves)	Contre-exemples (À modeler par l'adulte)
<ol style="list-style-type: none">1. J'ai le matériel nécessaire en main selon la tâche à accomplir. Je le range au bon endroit.2. Je m'applique dans mon travail, dans mes devoirs. Je remets un travail propre. Je fournis des réponses complètes, etc.3. Je remets mes travaux en temps ; ils sont propres et complets.	<ol style="list-style-type: none">1. Je n'ai pas le matériel nécessaire en main. Je l'oublie (boîte à gouter, agenda, sac d'école, etc.)2. Je bâcle mon travail ou mes devoirs, ou les deux. Je néglige la propreté et la qualité de mes travaux.3. Je ne fais pas mes travaux ou devoirs, ou les deux.
Étape 4 : Pratiquer (activités de jeu de rôle)	
<ul style="list-style-type: none">• Modeler et pratiquer avec les élèves la façon de se comporter dans la salle de classe (scénario)• Modeler des exemples négatifs par l'adulte seulement.	
Étape 5 : réaffirmer les comportements attendus	
<ul style="list-style-type: none">• Apposer les affiches indiquant les attentes comportementales.• Rappeler aux élèves le comportement attendu afin que l'environnement soit propice à l'apprentissage.	
Étape 6 : vérifier les progrès des élèves	
<ul style="list-style-type: none">• Renforcer les comportements attendus de façon espacée et stratégique.	

Livre: Bissonnette Steve,
L'enseignement explicite des
comportements, 2016.



Exemple 3: La réussite

Classe	
Étape 1 : identifier le comportement désiré	
Réussite	
<ul style="list-style-type: none">• J'applique les consignes données.• Je suis fier de ce que j'ai accompli	
Étape 2 : Fournir les raisons d'enseigner ce comportement	
Pour favoriser un environnement sain et propice aux apprentissages.	
Étape 3 : Donner des exemples	
Exemples de comportements attendus (À modeler et à pratiquer avec les élèves)	Contre-exemples (À modeler par l'adulte)
<ol style="list-style-type: none">1. J'applique les consignes données.2. Je lève la main pour demander la parole et j'attends mon tour pour parler.3. J'écoute attentivement la personne qui parle et je me place en position d'écoute.4. Je prends soin des autres.5. Je garde ma salle de classe propre en rangeant tout le matériel.6. Je prends soin du matériel scolaire.7. J'ai le matériel nécessaire en main selon la tâche à accomplir, je le range au bon endroit, etc.8. Je m'applique dans mon travail, dans mes devoirs, etc.9. Je remets mes travaux en temps.10. Je suis fier de ce que j'ai accompli.	<ol style="list-style-type: none">1. Je ne fais pas ce qui est demandé.2. Je parle sans lever la main sans attendre mon tour.3. Je me lève pendant les explications, je parle à mon voisin, etc.4. Je dérange les autres.5. Je laisse trainer mon matériel.6. Je brise du matériel scolaire.7. Je n'ai pas le matériel nécessaire en main. Je l'oublie.8. Je bâcle mon travail ou mes devoirs, ou les deux.9. Je ne fais pas mes travaux ou devoirs, ou les deux.
Étape 4 : Pratiquer (activités de jeu de rôle)	
<ul style="list-style-type: none">• Modeler et pratiquer avec les élèves la façon de se comporter dans la salle de classe (scénario)• Modeler des exemples négatifs par l'adulte seulement.	
Étape 5 : réaffirmer les comportements attendus	
<ul style="list-style-type: none">• Apposer les affiches indiquant les attentes comportementales.• Rappeler aux élèves le comportement attendu afin que l'environnement soit propice à l'apprentissage.	
Étape 6 : vérifier les progrès des élèves	
<ul style="list-style-type: none">• Renforcer les comportements attendus de façon espacée et stratégique.	

Livre: Bissonnette Steve,
L'enseignement explicite des
comportements, 2016.





Choix en matière de
bien-être





Sécurité personnelle

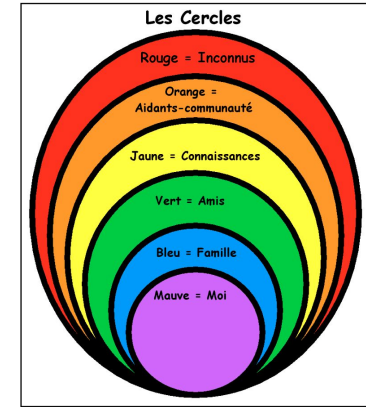
Sécurité personnelle

MON CHER
INTIMIDATEUR

VICKI FRASER
ILLUSTRATIONS PAR GARY ET DEAN MORRIS



<p>Intimidation</p> 	 <p><u>Symboles significatifs</u></p>	<p>Sécurité à la maison</p>
<p>Situations non sécuritaires (<u>Enfants avertis</u>)</p>	<p>Premiers soins et urgence</p>	<p>Réseaux de soutien</p>



Cartes
descriptives
des cercles



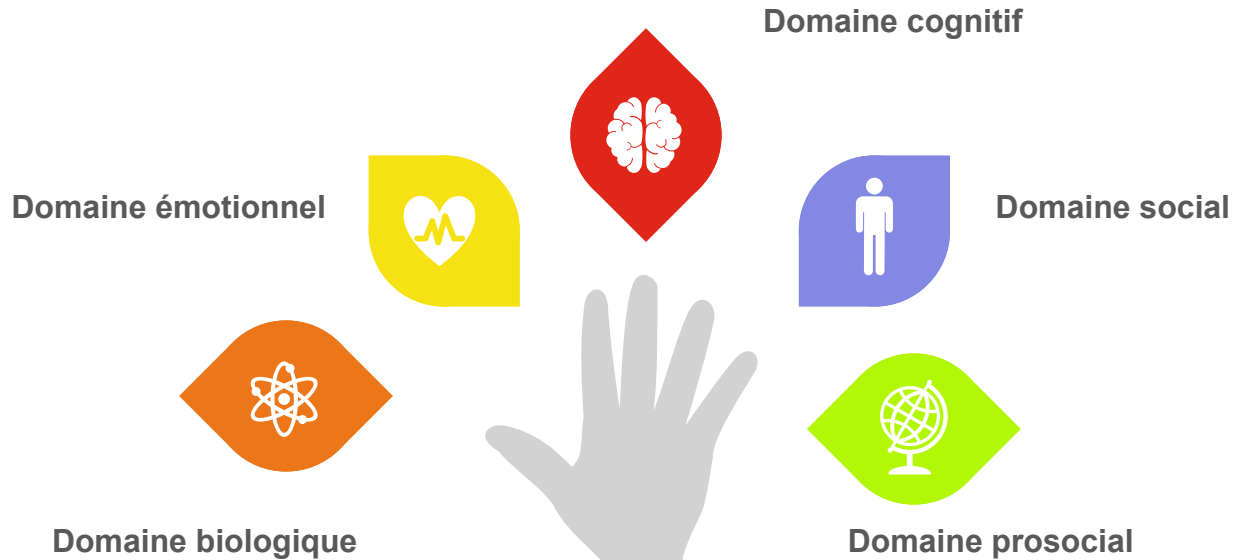


Choix en matière de
relations humaines



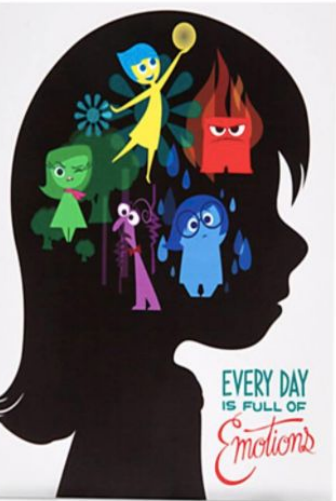
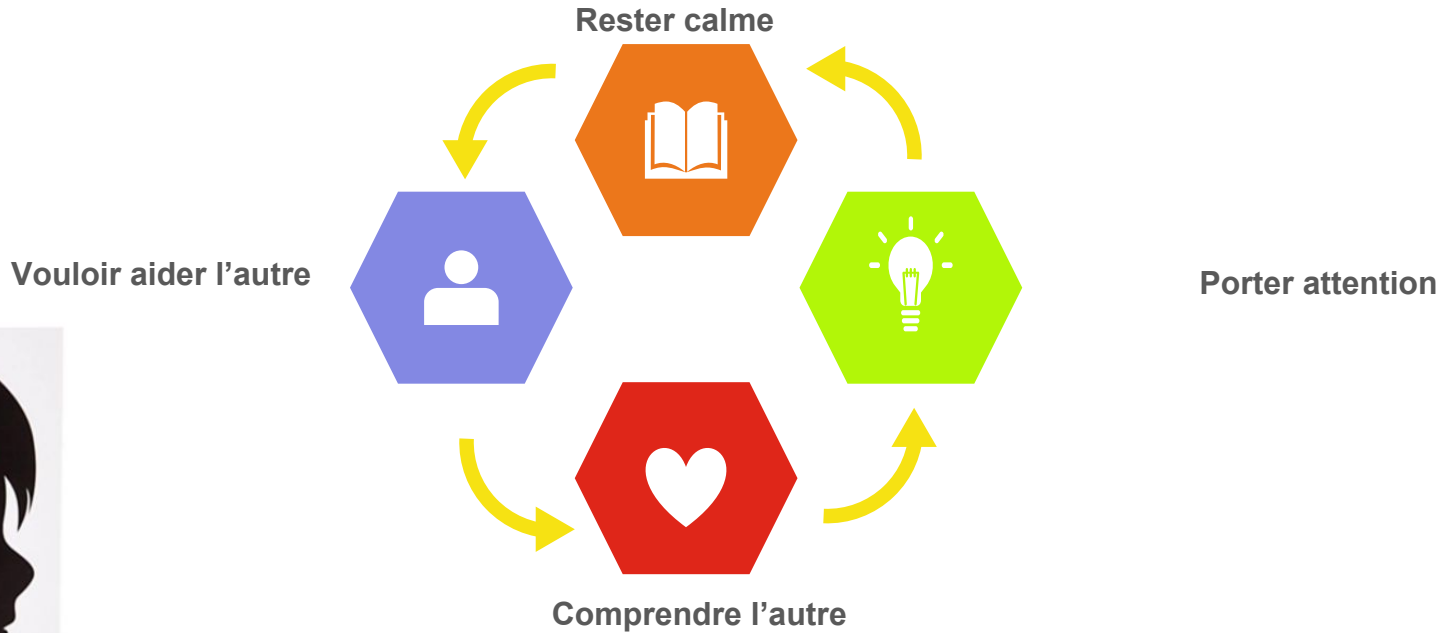
Gestion des émotions et des sentiments

Les domaines d'autorégulation



Sesame Street : Me want it (but me wait)

Les domaines d'autorégulation sont interdépendants



Domaine biologique



Bonne santé physique
Bon système immunitaire
Rester calme malgré les distractions visuelles et auditives
Participation à des activités physiques



Stresseurs

Allergies
Demeurer trop à l'intérieur
Alimentation trop sucrée
Temps passé devant les écrans
Manque de sommeil
Voix fortes



Stratégies



Autorégulation



Aménagement de la classe pour favoriser l'autorégulation biologique

- Avoir un horaire de classe prévisible
- Aménager des espaces séparés pour les activités bruyantes et les activités calmes.
- Installer une bande de caoutchouc au bas de la porte pour réduire le bruit provenant du corridor.
- Éviter l'emploi de ventilateurs bruyants; Utiliser la lumière naturelle autant que possible.



Éléments de design, liste à cocher pour l'environnement de classe....

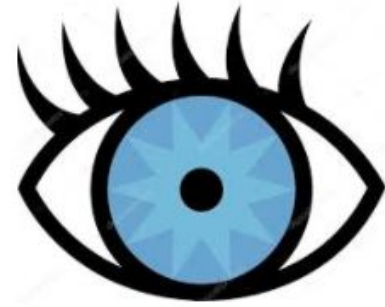


Stratégies pour favoriser l'autorégulation biologique

- Tolérer que les enfants bougent quand ils en ont besoin.
- Travailler dans différentes positions (pas juste aux tables).
- Organisation visuelle des salles de classe (les murs).
- Bouteilles d'eau
- Utilisation d'objets à manipuler (fidget)
- Parler de l'énergie que les enfants ressentent dans leurs corps (la vitesse de ton Moteur) «Ton cœur bat fort, tu as chaud, tu veux bouger...» (cartons sensations physiques)
- Yoga, marches d'animaux, danse, actions, chansons,...
- Isoloir auditif (coquilles pour les oreilles)



Stratégies sensorielles pour l'autorégulation biologique



Stratégies stimulantes

- Les couleurs rouge et jaune
- Plus de lumière
- Une zone visuellement stimulante dans la classe
- Utilisé un napperon contrastant pour les travaux sur papier

Stratégies calmantes

- Les couleurs bleu et verte
- Approcher l'enfant de face
- Isoloir pour diminuer les stimulations visuelles environnantes
- Diminuer l'éclairage
- Un espace de travail épuré
- Un plan incliné pour faire des travaux sur papier

Coffre à Outils:
Pour Enseignants,
Parents et Elèves



HENRY
Mobilier - Papier - Accessoires

Coffre à outils de Diana Henry



Stratégies sensorielles pour l'autorégulation biologique



Stratégies stimulantes

- musique avec rythme rapide
- musique forte
- parler avec une voix douce ou avec une intonation basse

Stratégies calmantes

- musique classique
- musique instrumentale
- musique "white noise"
- métronome
- musique avec rythme régulier



Stratégies sensorielles pour l'autorégulation biologique



Stratégies stimulantes

- massage de mains
- Velcro piquant sous une table
- trouver des objets dans des pâtes alimentaires non cuites
- écrire dans du savon mousse
- senteur de menthe, de citron

Stratégies calmantes

- objets à compresser “squeezies”
- compressions des articulations (précautions)
- utiliser des gants dans les bricolages plus salissants
- utiliser des vestes ou couvertures lourdes (précautions)
- senteur de vanille, de rose
-



Stratégies sensorielles pour l'autorégulation biologique



Stratégies stimulantes

- mouvements non prévisibles
- mouvements de rotation
- bouger avec accélération/décélération rapides
- sauts de grenouille
- "jumping jacks"
- rotation du tronc

Stratégies calmantes

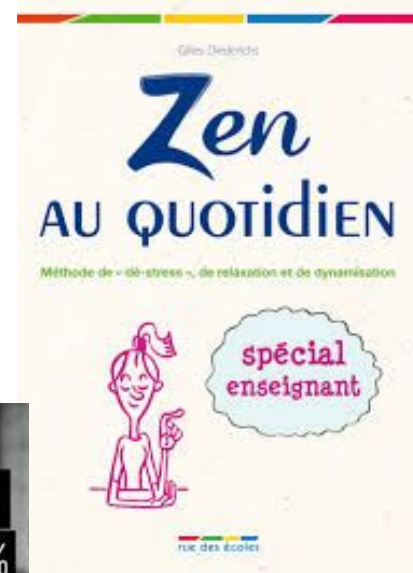
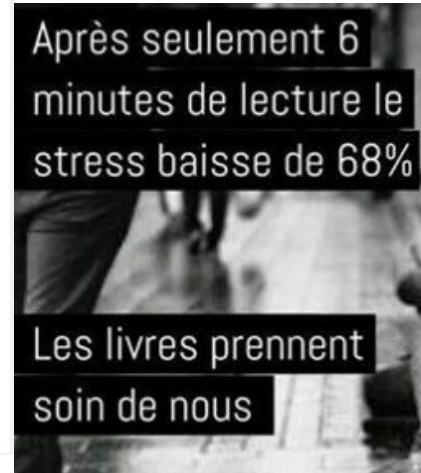
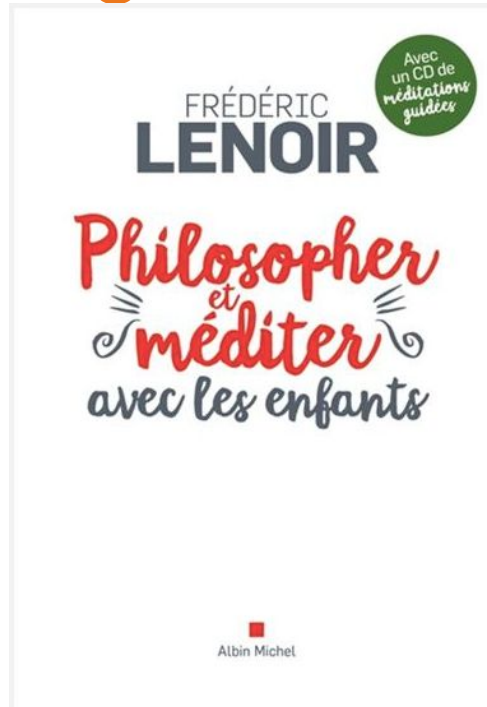
- mouvements prévisibles, linéaires et avec un rythme régulier
- mouvements de haut en bas, d'un côté à l'autre, de l'avant vers l'arrière
- Pousser, tirer, transporter des objets lourds (précautions)
- yoga
- marche d'animaux



Autorégulation biologique

Les adultes doivent eux-mêmes être “régulés” pour que leurs enfants soient aussi “régulés”.

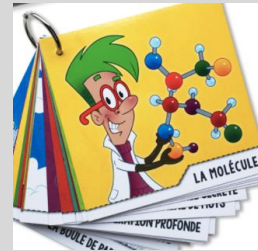
“The better we can remain optimally regulated, the better we can help a student to achieve optimal regulation.” Shanker



La danse des pingouins ou

Ressources
pour le
mouvement

Les récréations



Pauses Cerveau

Pauses actives

Go Noodle



Cartes Je Bouge

Ressources pour le retour au calme

SNAP -Stop N'Agis pas et
Planifie...Stop Plan Action
(outil français)

Le coin du calme

La pleine conscience

La pleine conscience
(méthode ARRÊT)

Vidéo pour
retrouver son état
optimal (avec outil
de rappel visuel)

Gozen (anglais)

Liens pour le retour au
calme



Projet Appartenance
(stratégies de retour au
calme, Détresse et
progresse,...)

Partage d'une équipe-
école en lien avec
l'intégration de
l'autorégulation



Domaine des émotions



Bonne estime de soi
Ouverture à apprendre et
expérimenter
Bonne capacité de moduler
les émotions fortes
Résilience émotionnelle
face aux situations difficiles
Désir de créer et d'innover

Anticipation négative
Anxiété de séparation
Conflits
Parents malades
Changements de
routine
Peur particulière
Culpabilité
Sentiment d'injustice

Stratégies

Autorégulation

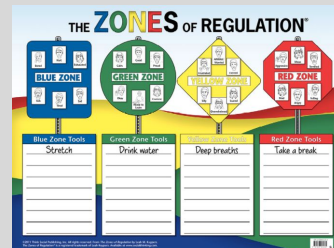
Variation selon les perspectives ([vidéo](#))



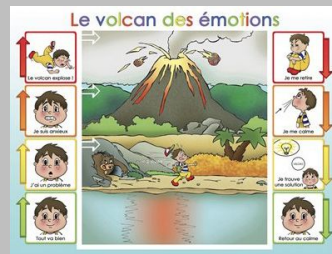
Ressources pour discuter et organiser les émotions



Météo intérieure



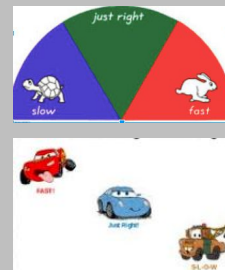
Les zones de régulation



Le volcan des émotions



Opération



Alert program

Formation gratuite
“Cerveau et gestion des émotions”
 (Nancy Doyon)

Stratégies pour favoriser l'autorégulation au niveau des émotions

- L'humour en salle de classe.
- Prendre le temps de parler aux enfants.
- Nommer l'émotion.
- Modelage de la régulation émotionnelle par l'enseignant, "mettre un haut parleur sur ses pensées".
- Observer les signes indiquant que l'émotion devient trop intense et intervenir pour aider l'enfant à la réguler.
- Prendre soin d'un animal.
- Respirer.
- Voix neutre ou douce.



Une super ressource bilingue



MindMasters travaille les habiletés pour vivre positivement: permettant aux enfants de maîtriser leurs émotions, d'établir des relations saines et positives et de surmonter les épreuves de la vie.

Ressource fondée sur des données probantes, pour promouvoir la santé mentale positive et la résilience

Collection d'activités pour aider les enfants âgés de 4 à 9 ans à réguler leurs émotions et à faire face aux défis de la vie

La résilience nous permet de surmonter les déceptions, les défis et la douleur.



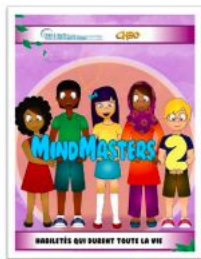
Comment cela aide-t-il?



Que comprend MindMasters 2

Le guide – directives, questions de discussion, conseils pour adapter les activités, durée suggéré pour chaque activité, liens au curriculum, outils d'évaluation

Formats



www.cyhneo.ca

Trouvez-le ici!

Trouvez la ressource complète ci-dessous. Téléchargez l'app MindMasters 2 gratuit sur l'App store.



Guide MindMasters 2
Téléchargez-le ici



Ressources supplémentaires
Téléchargez-le ici

Téléchargez le guide
OU
Consultez les directives
pour commander une
copie imprimée

Téléchargez les
modèles à imprimer

Pistes audio



Téléchargez les
activités audio

Que comprend-il?

Multimédia d'accompagnement (application iPad - activités interactives ou sur site web - chansons, vidéos, activités audio, modèles à imprimer)

Version antérieure de Mindmasters avec vidéos à visionner des activités

1	Ortels spaghetti - act.1	04:01
2	Bedon Jello - act. 3	03:35
3	Mon endroit spécial - act.4	02:06
4	La chasse au trésor - act.5	02:55
5	Umbalakiki - act. 6	04:00
6	Changer de canal(Débutant) - act.7	02:04
7	Changer de canal (Avancé) - act.7	04:39



Que comprend-il?

Lignes directrices

Lignes
Directrices



01

Survol contextuel de
Mindmasters

P. 5

02

Objectifs de la ressource

P. 6

03

Soutenir le développement des
Habilités pour vivre
positivement

P. 7

04

Une ressource pour tous

P. 8

05

Stratégies d'enseignement

P. 9

06

Liens au curriculum (Ontario)

P. 10

07

Mesurer le succès

P. 12

Que comprend-il?

Guide d'activités

Guide
d'activités



01

L'organisation des activités

P. 15

02

Les orteils spaghetti

P. 17

03

Yoga des animaux

P. 19

04

Bedon Jello

P. 21

05

Mon endroit spécial

P. 23

06

La chasse au trésor

P. 25

07

Unbalakiki

P. 27

08

Changer de canal

P. 29

09

La chaîne d'amitié

P. 31

10

Je suis

P. 33

11

Bon écouteur

P. 35

12

Mouvement pleine conscience

P. 37



Une activité

Cette activité enseigne aux enfants à se détendre en maîtrisant leur respiration.

BEDON JELLO

Cette activité démontre une technique de détente . Essayez-la en début de matinée ou et à la fin d'une longue journée. Quand l'enfant s'apprête à rentrer chez lui ou à se coucher. Après avoir présenté l'activité pour la première fois, vous pouvez l'entreprendre à l'improviste lorsqu'un enfant ressent de l'anxiété.



04



Bedon Jello (suite)

Mise en pratique

Avec ou sans l'appli

1. Faites jouer le clip audio Bedon Jello
2. Demandez aux enfants d'écouter attentivement et de participer, en prenant de profondes inspirations.

Plus simple

Demandez aux enfants de se mettre sur le dos pour faire l'activité. Donnez à chaque enfant un objet, comme un oeuf en plastique ou une plume, à placer sur son ventre pendant qu'il fait l'exercice. Laissez-le découvrir comment son ventre Monte et descend avec Chaque respiration.

Plus difficile

Demandez aux enfants de vous montrer la manière dont ils respirent lorsqu'ils participent à différentes activités, par exemple en courant, en dormant, ou en lisant. Demandez-leur comment ils se sentent pendant qu'ils font chaque activité.

Mot de la fin

Discuter de la façon dont on respire lorsqu'on est stressé. Posez les questions suivantes:
Comment ton dedon bougeait-il pendant l'activité?
Pourquoi se gonfle-t-il ou se dégonfle-t-il lentement?
Comment respires-tu (comment bouge ton bedon) quand tu es stressé, inquiet ou en colère?

En plus

Dragon cracheur de feu (bricolage)

Consultez les directives dans la section [Ressources](#)

Pour compléter la ressource

LISTE DES LIVRES

07

UMBALAKIKI : METTRE DE CÔTÉ LES SENTIMENTS INCONFORTABLES



L'étrange peur de Monsieur Pampalon
Émond, Louis



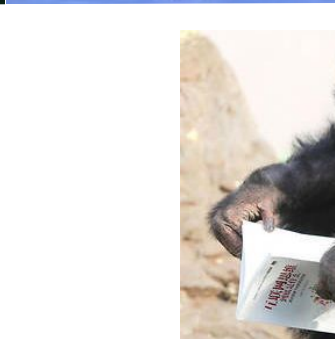
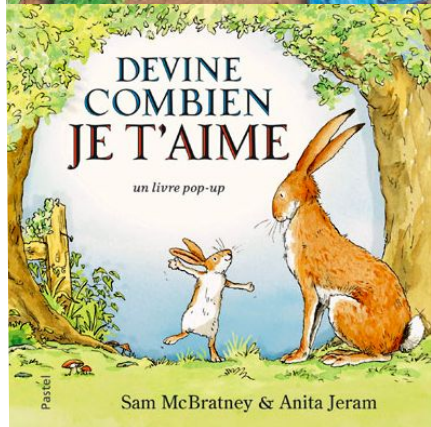
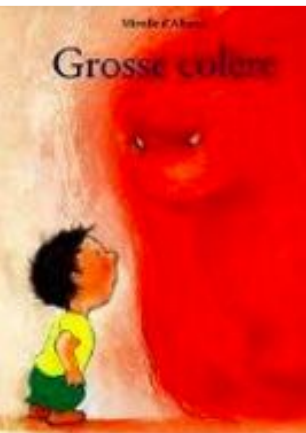
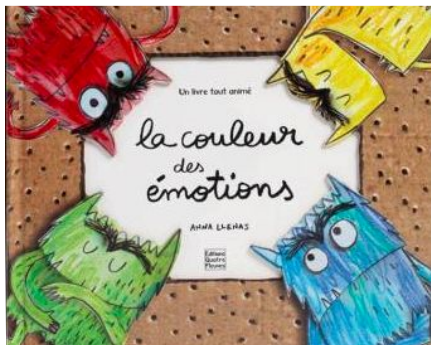
Sarcelle, le chant qui enlève la peur
Paré, Hélène
Sarcelle est une fillette solitaire qui passe beaucoup de temps emmitouffée dans la courtepointe que sa grand-mère a confectionnée pour elle.



Frisson l'écureuil
Watt, Mélanie

Ce n'est pas que Frisson soit peureux; il est seulement un peu paranoïaque. Après tout, pourquoi risquerait-il de descendre de son arbre? En bas, il pourrait trouver des tarantules ou de l'herbe à puces, des microbes ou quelque terrible bestiole. Heureusement qu'il possède une trousse d'urgence! Mais est-ce suffisant?

Autres livres pour discuter



Une boîte à outils

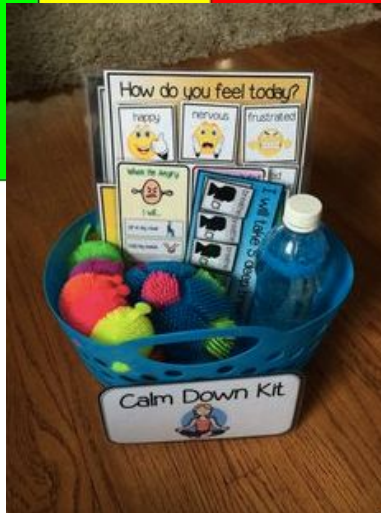
La boîte à outils de

La zone bleu

La zone verte

La zone jaune

La zone rouge



Idées de bacs "calmants"



Des outils pour chacun de mes zones...

Quand j'esuis...	Je peux...
<p>Fatigue ou triste</p> <p>Blue Zone</p> <p>Feeling Blue</p>  <p>Worried</p>	
<p>Calme ou prêt à l'action</p> <p>Green Zone</p> <p>Ready to Learn</p>  <p>Happy</p>	
<p>Frustré ou excité</p> <p>Yellow Zone</p> <p>Time to Think</p>  <p>Excited</p>	
<p>En colère, submergé</p> <p>Red Zone</p> <p>Over of Control</p>  <p>Mad/Angry</p>	





Domaine cognitif

Stresseurs



Connaître ses forces et ses défis

Comprendre la relation de cause et effet et utiliser la logique

Créer des objectifs

Gérer son temps

Gérer sa concentration

Confusion

Compétition

Manque ou trop de stimulations intellectuelles

Apprendre dans une nouvelle langue

Trop d' interruptions

Pauvre mémoire de travail

Stratégies

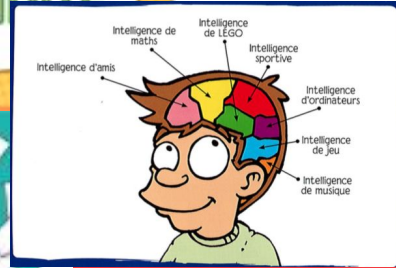
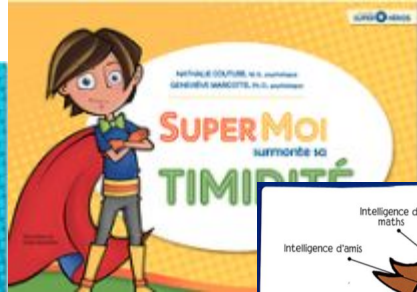
Autorégulation



Stratégies pour favoriser l'autorégulation cognitive

- Des consignes claires et directes.
- Demander aux élèves de faire un choix.
- Les feuilles de travail qui en sont pas surchargés sur le plan visuel.
- Un horaire visuel
- Donnez un rappel auditif pour les transitions.
- Un séquence visuelle pour les étapes d'une tâche
- Le matériel de classe bien organisé (boites de rangements, étagères, couleurs).

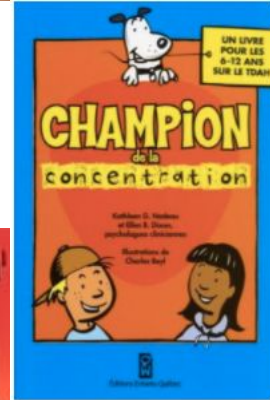




Le néocortex
(nouveau cerveau)
Cartésien

Le cerveau limbique
Emotionnel

Le cerveau reptilien
Instinctif

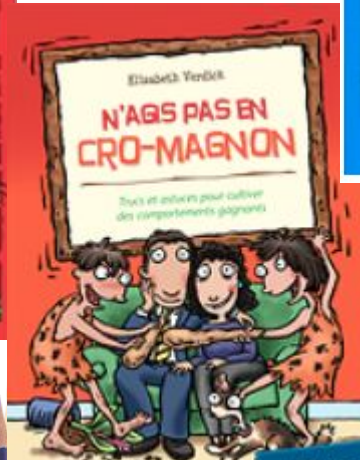
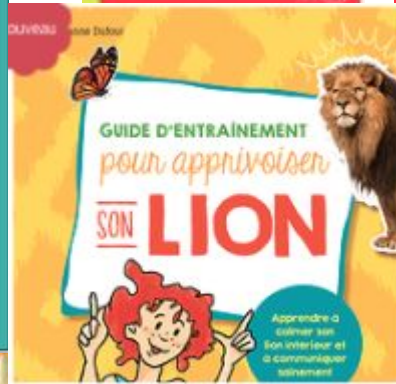


JoAnn Deak, Ph. D.
Illustré par Sarah Ponce

Ton fantastique

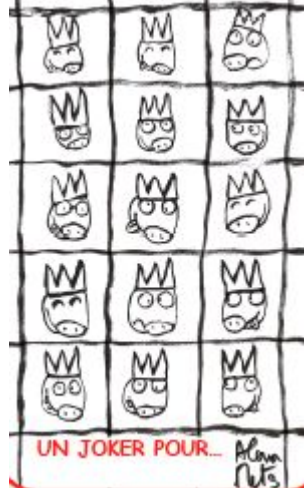
cerveau élastique

Entraîne-le, développe-le!



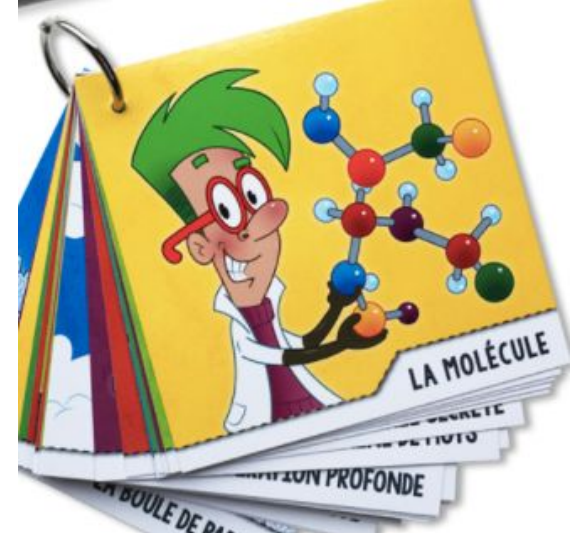
Susie Morgenstern
Joker

Mouche de l'école-des loisirs



Un joker pour
rester au lit, pour
faire ses devoirs,
pour arriver en
retard à l'école,...

Le droit à l'erreur ?



Cartons psychoéducatifs



Size of My Problem → **Size of My Reaction**

My Problem	WHAT I did	Teacher Words
Big: Adults need to solve		Really... Scared! Hurt! Angry! Worried!
Medium: Sometimes I can solve it with help		Worried! Confused! Frustrated! Sad! Mad!
Small: I can solve myself		A little annoyed! Annoyed! Sad!

1 Write my problem.
 2 Circle the size of the problem number (left side).
 3 Circle the size of the reaction number (right side).
 4 Explain how I solved (left side).
 5 Draw a line from the problem number to the reaction number.

• If my reaction circle was the same size as my problem, or smaller, please notify your teacher a new problem was created.
 • If my reaction circle was bigger than my problem size, my teacher created a new problem for the people around me.
 • If the line went "off" to a bigger reaction size, the new problem could be _____ could be _____.

La grosseur de mon problème vs la grosseur de ma réaction

Quand dois-je avertir un adulte?

How Big is My Problem?

- 5

Emergency
 You definitely need help from a grownup (fire, someone is hurt and needs to go to the hospital, a car accident, danger).


- 4

Gigantic problem
 You can change with a lot of help (getting lost, hitting, kicking, or punching a friend, throwing or breaking things, bullying).


- 3

Big problem
 You can change with some help (someone is mean to you or takes something that is yours, a minor accident, needing help calming down).


- 2

Medium problem
 You can change with a little help (feeling sick, tired, or hungry, someone bothering you, being afraid, needing help).


- 1

Little problem
 You can change with a little reminder (not being line leader, not winning a game, not taking turns, making a mess).


- 0

Glitch
 You can fix yourself (changing clothes, cleaning up toys, forgetting favorite toy or blankie).







Domaine social

Stresseurs



- Comprendre ses propres émotions et intentions
- Comprendre les émotions et les intentions d'autrui
- Communiquer efficacement
- Pouvoir faire des compromis
- Avoir le sens de l'humour

- Manque d'amis
- Confrontation
- Se sentir exclus
- Se sentir dominé par les pairs
- Nouveau à l'école
- Défis dans un travail d'équipe
- Intimidation

Stratégies

Autorégulation



Stratégies pour favoriser l'autorégulation au niveau social

- Offrir des opportunités d'apprentissage collaboratif
- Augmenter le vocabulaire des élèves en lien avec les habiletés sociales
- Établir un lien et travailler avec les parents
- Programme de développement socio-émotionnel (Reaching In, Reaching Out, PATHS)
- Profitez de moments significatifs pour faciliter la compréhension de la vision de l'autre et des émotions de chacun



فهم المشاعر (Understanding Feelings)

عندما يظهر الوالدان تفهماً للمشاعر، فإن الأطفال يتعلمون أيضاً تفهم المشاعر ويساعدنا على بناء علاقات قوية والتعامل مع تحديات الحياة.



تشارك "التفهم" مع طفلك...

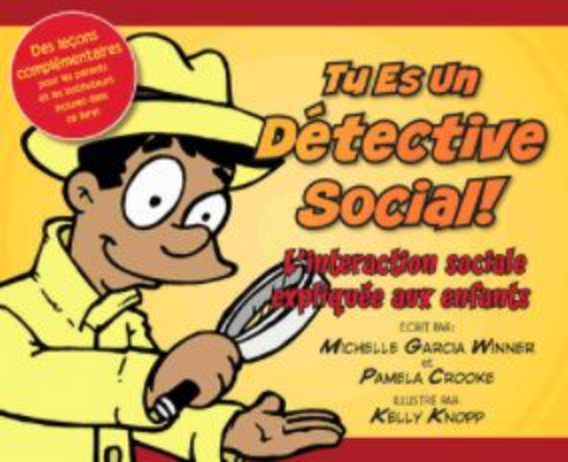
- قم بتهدئة طفلك عندما يكون مسدوداً
- ابدأ تفهم تلك السقوط بولم حلاً.
- من الموزك أنك غضبت عندما أخذ لعبتك.

• قم بتسمية المشاعر:

"أنا أشعر ..."	"أنت تبدو ..."	"ربما تشعر ..."
حزين	فخور	مستاء / غاضب
سعيد	مدهج	خائف
متحمس	قلق	متحار

• اربط المشاعر بما تراه

- "اطنن ان محمد غاضب، إنه يتنفس بسرعة ويغضب كثيره"
- "ما اجمل انيسمتك! - أنت سعيد جداً"



La pensée sociale (Social Thinking)



Tu es un détective social



Kit pensée sociale (en anglais)



Bulles de pensée vs bulles de parole

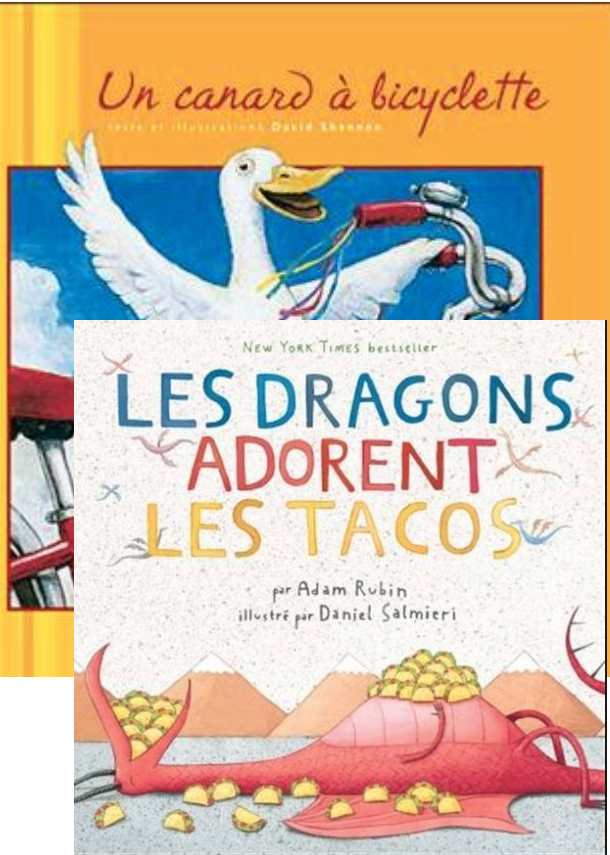


1. Réfléchir tes pensées et ressentir tes émotions
2. Suis le plan du groupe
3. Pense avec tes yeux
4. Garde ton corps dans le groupe
5. Écoute avec tout ton corps



Source

Livres à raconter pour travailler l'autorégulation sociale



Puis Couac rencontra
la maman mouton.
« Bonjour maman mouton !
— Bbbééé », bêla-t-elle.
Mais elle pensait :
« Il va se faire mal
s'il n'est pas plus prudent ! »

Ressources pour l'autorégulation sociale

- Enseigner concrètement les étapes de certaines habiletés manquantes (les scénarios sociaux).
- Règles de travail en groupe (apprentissage collaboratif)
- Étapes concrètes pour gérer des conflits
- Parler des signes non-verbaux de la communication.

Le scénario social pour enseigner les indices sociaux





Domaine prosocial



Être honnête envers
soi-même et les autres
Démontrer une volonté de
bien agir envers les autres
Placer les besoins des
autres avant les siens
Aider les autres
Montrer de l'empathie

Injustice
Centrer sur soi
Culpabilité
Les attentes des autres
Être en retard
Se sentir inférieur
Stéréotypes

Stratégies

Autorégulation



Stratégies pour favoriser l'autorégulation au niveau prosocial

- Utiliser des livres, des romans et des vidéos pour enseigner
- Gestion de classe qui amène l'utilisation de l'autorégulation prosociale dans les autres domaines d'autorégulation
- Programme structuré comme Second Step ou les Racines de l'empathie
- Discutez des modèles positifs et de l'empathie chez les animaux



Scénarios de modelage



Les stratégies socio-affectives



J'évalue mon degré d'anxiété et j'utilise diverses techniques pour le réduire (Qu'est-ce qui me fait peur? Je relaxe. Je ferme les yeux. Je respire lentement.)

Stratégie socio-affective de gestion de l'anxiété

But: L'élève pourra reconnaître les manifestations de son anxiété et recourir à un moyen ou à une technique afin de la réduire.

Trousse CMEC - Guide p. 82 et 344

Préparation	<i>L'enseignant anime une discussion des objectifs de la tâche, fait un survol du matériel disponible, procède à l'activation des connaissances antérieures des élèves et dirige leur attention et leur intérêt.</i>
Identification de la stratégie	<i>L'enseignant donne aux élèves le nom de la stratégie et en explique l'utilité.</i>
Modelage	<i>L'enseignant utilise la stratégie devant les élèves tout en décrivant « le quoi », « le comment » et « le pourquoi » des gestes à poser.</i>
Pratique guidée	<i>Maintenant qu'ils savent ce qu'il faut faire et qu'ils ont vu comment le faire, les élèves mettent en pratique la stratégie tout en étant guidés par l'enseignant (ou par un pair).</i>
Pratique coopérative	<i>Les élèves discutent de la stratégie, de leurs connaissances et de leur savoir-faire, les justifient, les comparent, les confrontent, perçoivent la même réalité sous plusieurs angles, changent de perspectives, modifient ou corrigent leurs conceptions.</i>
Pratique autonome	<i>Lorsqu'ils ont eu l'occasion de répéter la procédure et d'être guidés dans leur pratique, les élèves savent bien quoi faire et comment le faire. L'enseignant peut alors leur demander d'utiliser la stratégie de façon autonome.</i>
Application et transfert	<i>L'enseignant observe le degré de maîtrise de l'élève, intervient pour lui permettre d'organiser ces nouvelles connaissances et discute avec lui du moment où il serait pertinent d'utiliser la stratégie dans des contextes différents.</i>



Ressources pour l'autorégulation prosociale



Petit Loup...

Au coeur de la
question (éducation
civique)



Safe and caring

Respectful Schools
Toolkit

Les racines de
l'empathie

À la soupe!
(trousse
pédagogique)



Interactions

Interactions

Amitié

**Attitude
bienveillante et
positive envers
autrui**

**Résolution de
conflits**





Rôles et processus du groupe

Rôles et processus du groupe

Sens du partage

Reconnaître les forces de chacun

Collaboration (travail en groupe, respecter les différences)

Travailler en équipe





Choix en matière
d'apprentissage pour
la vie



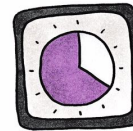
Apprentissage

La conception universelle de l'apprentissage



CLEARING A PATH FOR PEOPLE WITH SPECIAL NEEDS CLEARS THE PATH FOR EVERYONE!

A FEW OF MY FAVORITE (UDL) THINGS



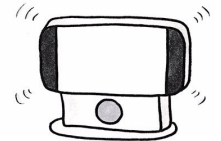
Time Timers



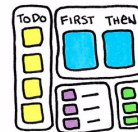
movement BREAKS



Noise cancelling HEADPHONES



SOUND FIELD SYSTEMS



Visuals



Fidgets



BREAK CARDS



CURTAINS (TO HIDE STUFF ON SHELVES)



9 RAISONS D'UTILISER DES SUPPORTS VISUELS

www.northstarpaths.com

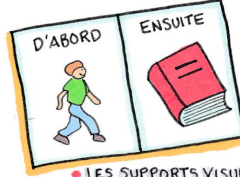
@kwiensbz



- LES SUPPORTS VISUELS SONT PERMANENTS (ALORS QUE LES MOTS PRONONCÉS DISPARAISSENT)



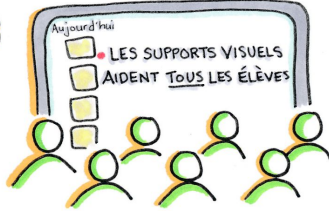
- LES SUPPORTS VISUELS ACCORDENT DU TEMPS POUR LE TRAITEMENT DU LANGAGE



- LES SUPPORTS VISUELS PRÉPARENT LES ÉLÈVES AUX TRANSITIONS



- LES SUPPORTS VISUELS AIDENT LES ENFANTS À VOIR CE QUE VOUS VOULEZ DIRE



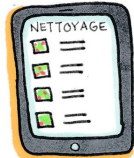
- LES SUPPORTS VISUELS AIDENT TOUS LES ÉLÈVES



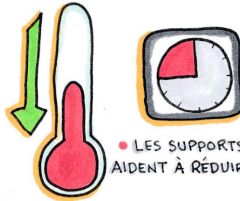
- LES SUPPORTS VISUELS AIDENT À BÂTIR SON INDÉPENDANCE



- LES SUPPORTS VISUELS SONT TRANSFÉRABLES ENTRE LES ENVIRONNEMENTS ET LES PERSONNES



- LES SUPPORTS VISUELS NE FONT PAS DE MANIÈRES
- N'ONT PAS DE TONALITÉ PARTICULIÈRE
- DE FRUSTRATION • DE DÉSAUPTATION



- LES SUPPORTS VISUELS AIDENT À RÉDUIRE L'ANXIÉTÉ

Traduction: Cecilia Huard

“LE JEU EST UNE ACTIVITÉ SÉRIEUSE”

Frédéric Fröbel,
pédagogue allemand

Pour augmenter l'attention
- activités visuo-spatiales (chasse aux trésors, casse-têtes, labyrinthes)
- activités de motricité globale (course à obstacles, marches d'animaux, “twister”, “just dance”, yoga).

Pour contrôler l'impulsivité: “Jean dit”, jeux de table,...

Stratégies d'apprentissage

Travail autonome

Construire l'autonomie des élèves (maternelle)

Compétences de l'élève devenir autonome

10 astuces pour développer l'autonomie

Stratégies pour développer la métacognition et la conscience de soi

Habitudes de travail (M à 6e année)

Organisation et prise de décision

Méthodologie de travail (guide avec ressources)

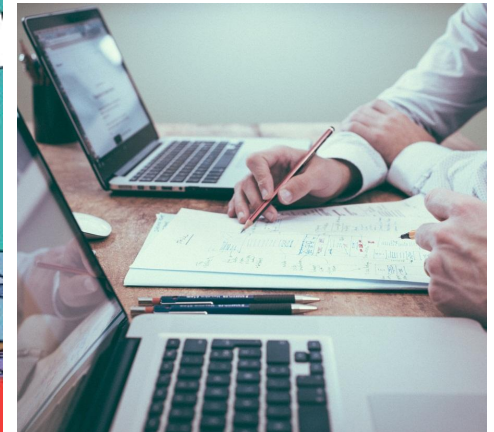
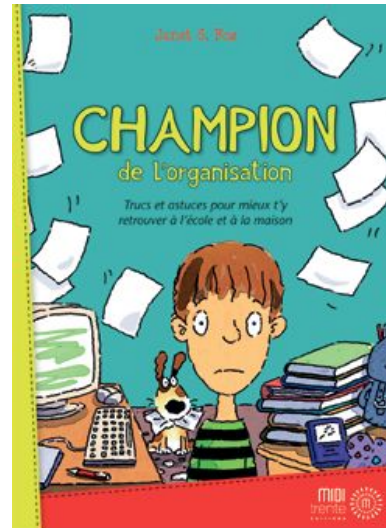
L'autorégulation en tâches d'écriture

Curiosité

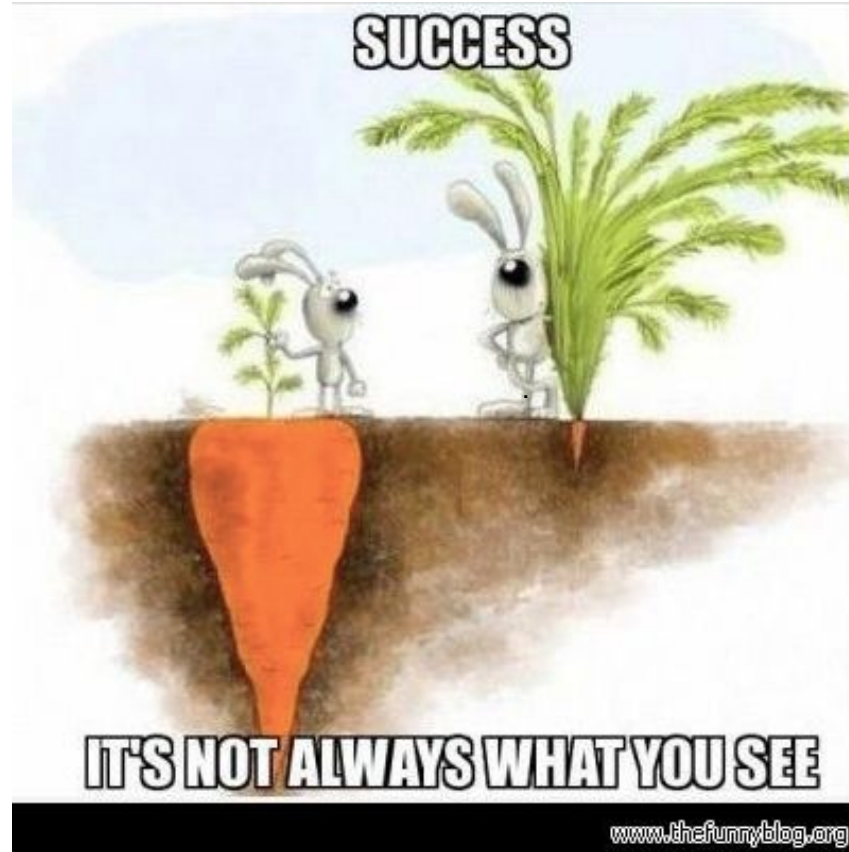
À l'écoute de chaque élève grâce à la différenciation pédagogique

Atteinte d'objectifs

http://learningandtheadolescentmind.org/people_04.html



SUCCESS



IT'S NOT ALWAYS WHAT YOU SEE

www.thefunnyblog.org







Merci!

Références et ressources

- Formations en ligne
 - TDAH, anxiété, devoirs, opposition,... : <https://www.savoirmieuxetre.com/a/>
 - Ressources en ligne de l'ergothérapeute Josiane Caron Santha (prise du crayon, découpage, faire du vélo, côté sensoriel,...) : <http://www.josianecaronsantha.com/youtube/>
 - MORE - Mental Health
- Lectures intéressantes:
 - The Foundational “R”, Canadian Education Association, Summer 17
 - [Faire la différence... de la recherche à la pratique: L'autorégulation: pourquoi le stress chez les élèves nuit à leur apprentissage](#), février 2016
 - [Faire la différence... de la recherche à la pratique: Résilience, vie active et épanouissement](#), août 2015
 - <http://rire.ctreq.qc.ca/2010/03/enseigner-la-maitrise-de-soi-aux-enfants-reduit-les-problemes-en-classe/>
 - <http://rire.ctreq.qc.ca/2010/03/enseigner-la-maitrise-de-soi-aux-enfants-reduit-les-problemes-en-classe/>
- Atelier MindMasters 2 de Julia Kurzawa, mars 2016, Coordinatrice du projet MindMasters 2, Centre hospitalier pour enfants de l'est de l'Ontario
- Présentation d'Andrea Petryk, 2015, L'autorégulation : un élément essentiel pour l'apprentissage
- [Introduction à l'autorégulation de TA@l'école](#)



Références et ressources

- MindMasters 2
- Livre: Bissonnette Steve, L'enseignement explicite des comportements, 2016.
- Application MindMasters 2 sur iTunes
- Sites intéressants:
 - Canadian Self-Regulation Initiative
 - Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning
 - Éditions Midi-Trente
 - The Mehrit Centre
 - <https://childdevelop.ca/snap/fr/emplacement-des-affili-s-de-snap>
 - <http://www.secondstep.org/>
 - Livres what if... ressources gratuites
 - Zones of Regulation, <http://www.zonesofregulation.com/>
 - The Alert Program, <https://www.alertprogram.com/>
 - Children's Mental Health Learning Serie (Anglais)
 - <http://keltymentalhealth.ca/cc/fr>

saulnia.lacombe@francosud.ca & patricia.giguere@francosud.ca



Credits

This presentation template created by [GoogleSlidesppt.com](https://www.google.com/slides/ppt)

All shapes and Icons in this template were created by [GoogleSlidesppt.com](https://www.google.com/slides/ppt)

All backgrounds in this template were created by [GoogleSlidesppt.com](https://www.google.com/slides/ppt)

Illustrated images in this template were created by [GoogleSlidesppt.com](https://www.google.com/slides/ppt)

Inserted pictures in this template were created by [pixabay.com](https://www.pixabay.com)

Thank you for using GoogleSlidesppt.com

