

Apprentissage socioémotionnel

Pratiques gagnantes

6^e ÉDITION

Consortium Centre Jules-Léger (CCJL)

6^e ÉDITION

Programme d'ateliers de bien- être

6^e ÉDITION

Pourquoi ce programme?

- **Mandat de l'école d'application:** adresser la difficulté à apprendre de l'élève, pour en faire un apprenant ou une apprenante plus efficace.
- **Les troubles d'apprentissage ont un impact significatif sur les habiletés sociales et socioémotionnelles des élèves, notamment sur:** l'estime de soi, la communication, la régulation, le décodage des signaux sociaux et des interactions sociales.
- Ce programme est proposé afin de répondre à ces défis et d'accompagner les élèves dans leur cheminement.

Pour qui?

École d'application:

- Élèves avec des troubles sévères d'apprentissages
- Placement variant de 1 à 2 années scolaires



La méthode

- **Fréquence:** bimensuels (16 ateliers prévus cette année)
- **Durée:** 45 minutes par atelier
- **Groupes:** formés en fonction de l'âge et de l'année de placement
- **Animateur:** intervenants des services de santé et bien-être
- **Approche:** Modèle harmonisé et intégré (MHI)- Niveau 1 (compréhension et promotion)
- **Adaptabilité:** 1 ou 2 ateliers supplémentaires ajoutés en cours d'année selon les besoins des élèves
- **Formation du personnel:** Séances de modelage et formations offertes aux membres du personnel

Année 1

- Les Zones de régulation (4 ateliers: les sensations, les émotions, les stratégies et la grosseur du problème)
- Personnes-ressources
- Comment fonctionne mon cerveau (Flip the lid)?
- Résolution de conflits
- Résolution de problèmes
- Relations saines
- Consentement
- Traite sexuelle
- Habitudes alimentaires
- Transition saine (été)




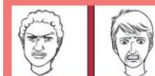
























Année 2

- Les Zones de régulation révision (2 ateliers)
- Personnes-ressources
- Comment fonctionne mon cerveau (Flip the lid)?
- Résolution de conflits
- Résolution de problème
- Relations saines
- Consentement
- Traite sexuelle
- Habitudes alimentaires
- Transition saine (réintégration)
- Affirmation de soi
- Affirmation identitaire en lien avec leur trouble d'apprentissage
- Cultiver l'empathie (3 ateliers)

Thèmes abordés

Zones de régulation (4 ateliers dédiés)

- Comment mon corps se sent?
- Les émotions
- Les stratégies
- La grosseur des problèmes

BLEU	VERT	JAUNE	ROUGE
			
			
 MES MUSCLES • RELÂCHÉS	 MES MUSCLES • ALERTES • PRÊTS À TRAVAILLER	 MES MUSCLES • TENDUS	 MES MUSCLES • RAIDÉS • CRISPÉS
 MES MOUVEMENTS • JE M'ÉTIRE • JE BAILLE • JE SUIS VOÛTÉ 	 MES MOUVEMENTS • J'ÉCOUTE • JE SOURIS • POSITION D'ÉCOUTE 	 MES MOUVEMENTS • JE ROUGE • JE SUIS INCONFORTABLE • JE JOUE AVEC LES OBJETS 	 MES MOUVEMENTS • JE M'AGITE • JE PARLE FORT • JE TAPPE MON BUREAU 
 MA RESPIRATION • LENTE	 MA RESPIRATION • NORMALE	 MA RESPIRATION • UN PEU VITE	 MA RESPIRATION • TRÈS VITE
 MON COEUR BAT • LENTEMENT	 MON COEUR BAT • NORMALEMENT	 MON COEUR BAT • UN PEU VITE	 MON COEUR BAT • TRÈS VITE

Reconnaître ses émotions et développer des stratégies de régulation

Thèmes abordés

Relations saines

- Respect des limites personnelles
- Développement de relations positives
- Être alerte aux signes avant-coureurs d'une relation malsaine.

UNE RELATION SAINÉ

COMMUNICATION

Vous parlez ouvertement des problèmes, êtes à l'écoute et respectez l'opinion de l'autre.

RESPECT

Vous vous acceptez tels que vous êtes et respectez vos limites émotionnelles, sexuelles et dans le monde numérique.

CONFIANCE

Vous vous croyez mutuellement, sans ressentir le besoin de prouver que vous êtes dignes de confiance.

HONNÉTÉTÉ

Vous êtes honnêtes l'un envers l'autre, toute en gardant certaines choses privées.

ÉGALITÉ

Vous prenez les décisions ensemble et avez les mêmes attentes l'un envers l'autre.

Pourquoi ces interventions sont essentielles?

Les troubles d'apprentissage ont un impact direct sur **les habiletés sociales et socioémotionnelles** des élèves. Il est donc crucial de leur offrir des opportunités d'**apprentissage adaptées** et de mettre en place **un langage commun** pour mieux les soutenir dans leur développement.

Avez-vous des questions?



École élémentaire 
catholique
Saint-Jean-Baptiste

Conseil scolaire de district catholique de
l'Est Ontarien (CSDCEO)

6^e ÉDITION



École secondaire publique De la Salle



Conseil des
écoles publiques
de l'Est de l'Ontario

6^e ÉDITION

Conseil des écoles catholiques du Centre-Est (CECCE)

6^e ÉDITION

L'APPRENTISSAGE SOCIO-ÉMOTIONNELLE DANS UN MILIEU D'APPRENTISSAGE FAVORISANT LA SANTÉ MENTALE

École élémentaire catholique Horizon-Jeunesse
Julie Doyon - Directrice

6^e ÉDITION



MERCI!