

PROLONGEMENT DE L'APPRENTISSAGE

Dans notre souci de répondre aux besoins de perfectionnement professionnel des programmes, nous avons conçu cette série de tutoriels et ces questions de discussion en groupe pour vous aider à animer facilement la formation de votre équipe sur les façons de favoriser l'autorégulation.

QUESTIONS DE RÉFLEXION PERSONNELLE/DE DISCUSSION EN GROUPE

1. Nous savons que l'autorégulation est la capacité de comprendre et de gérer nos propres émotions, nos comportements et nos réactions. Dans votre travail de tous les jours, quand pensez-vous à aider les enfants à s'autoréguler?
2. Quelle différence y a-t-il entre la sécurité physique et la sécurité émotionnelle des enfants? Actuellement, comment aidez-vous les enfants à se sentir en sécurité émotionnelle dans votre programme?
3. Discutez d'une occasion dans laquelle vous avez vu les enfants de votre programme dans un « état de calme alerte ». Qu'est-ce que vous avez ressenti et comment décrivez-vous cet état? Qu'est-ce que vous avez fait?
4. Pensez aux enfants de votre programme et à l'individualité de chacun.
 - a. Y a-t-il certains enfants qui ont besoin d'un soutien supplémentaire ou différent pour apprendre à s'autoréguler et/ou à gérer leurs émotions fortes?
 - b. Comment votre équipe peut-elle fournir ce soutien supplémentaire ou différent?
5. Comment faites-vous la distinction entre un « comportement indésirable » et un « comportement dû au stress »?
6. Qu'est-ce qu'un « moment propice à l'enseignement »? Quand est-il bon d'introduire de nouvelles stratégies et de nouvelles idées sur l'autorégulation?
7. Comment pouvez-vous agir proactivement dans votre programme pour favoriser l'autorégulation et atténuer les comportements dus au stress?
8. Quelles idées pouvons-nous partager avec les parents pour aider les enfants à la maison?
9. Quels sont les obstacles et les défis auxquels votre équipe fait face lorsqu'elle cherche à aider les enfants à atteindre et maintenir un état de calme alerte? Que pouvez-vous faire pour surmonter ces obstacles et défis?
10. Nommez trois (3) choses nouvelles que vous aimeriez essayer pour aider les enfants à comprendre et gérer leurs émotions fortes.
11. En groupe, réfléchissez à votre programme et demandez-vous comment vous favorisez l'autorégulation dans votre travail de tous les jours.
 - a. Énumérez trois (3) activités que vous avez faites pour aider les enfants à développer leur autorégulation et les aider à comprendre leurs émotions fortes.
 - b. Énumérez trois (3) éléments de votre approche qui ont bien fonctionné.

