



## Questions de réflexion et de discussion :

- Pensez à une expérience récente où vous avez dû évaluer ou réfléchir sur votre propre croissance et votre bien-être personnels. En puisant dans votre propre expérience, expliquez pourquoi il est important de développer cette compétence.
- Quel type d'environnement scolaire encourage la croissance et le bien-être personnels ?
- Incorporer la croissance et le bien-être personnels peut nécessiter un changement pédagogique. Comment pourriez-vous appuyer ce changement dans votre curriculum, votre classe ou votre école ? Qu'est-ce qui serait différent ?
- Quelles stratégies et approches avez-vous intégrées à votre programme pour appuyer le développement et le bien-être personnels des élèves ?
- Comment pourrions-nous adapter notre pratique pour guider les élèves de différents niveaux à mettre l'accent sur leur croissance et bien-être personnels ?
- Comment pourrions-nous guider les élèves dans chaque matière et à chaque niveau à aborder l'apprentissage et le bien-être personnels avec un esprit de développement et à développer des stratégies, une attitude persévérante et des habitudes productives ?
- Comment pourrions-nous modéliser les comportements, les façons de penser et le langage afin d'intégrer cette compétence à notre pratique quotidienne et d'aider les élèves à établir des objectifs, à faire une introspection et à célébrer leurs réussites ?
- Comment les enseignants peuvent-ils travailler ensemble pour aider les élèves à atteindre un équilibre dans les aspects émotionnels, intellectuels, physiques, sociaux et spirituels de leur développement et bien-être personnels ?
- Comment pourrions-nous fournir de la rétroaction pour renforcer le développement et le bien-être personnels des élèves ?

Pour de plus amples renseignements :

[Établir un profil de l'apprenant](#)  
[Écoles en santé](#)

## Exemples de stratégies pour les enseignants :

- Modéliser, démontrer et utiliser des habiletés, des attitudes et du vocabulaire de développement et de bien-être personnels en classe.
- Utiliser le portfolio de l'élève pour mettre l'accent sur son développement dans ce domaine.
- Aider les élèves à comprendre comment leur bien-être émotionnel, intellectuel, physique, social et spirituel influence leur apprentissage et comment ce dernier a un impact sur leur bien-être général.
- Offrir aux élèves des occasions d'établir des objectifs S.M.A.R.T. (spécifiques, mesurables, atteignables, réalistes et temporels).
- Aider les élèves à relier leur apprentissage en classe à leurs expériences ou objectifs personnels.

## Exemples d'activités d'apprentissage pour les élèves :

- **Établir des objectifs personnels**- objectifs d'apprentissage, sociaux, physiques, spirituels et financiers.
- **Créer et utiliser des portfolios**- pour suivre et célébrer le développement.
- **Créer des liens**- avec les intérêts, les passions, les forces personnelles ou les possibilités de carrière.
- **Identifier et développer**- ses forces et intérêts personnels.
- **Trouver un appui et des ressources**- pour plus facilement atteindre ses objectifs personnels.
- **S'adapter**- aux conditions changeantes
- **Réfléchir**- sur la façon dont le bien-être émotionnel, intellectuel, physique, social et spirituel influence le développement.