



## Les cahiers mensuels

# SCHOLAViE

La newsletter pour développer vos **compétences psychosociales** et celles des jeunes que vous accompagnez !

## Ces émotions qui nous font vibrer



« N'oublions pas que les petites émotions sont les grands capitaines de nos vies et qu'à celles-là nous y obéissons sans le savoir. »

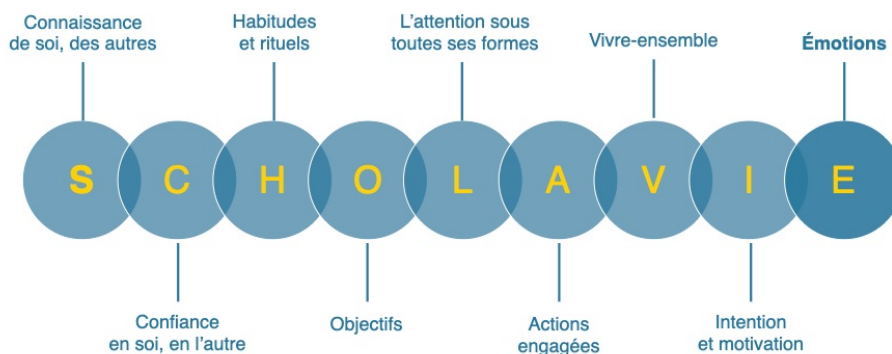
Vincent Van Gogh

### Cheminons avec l'acronyme ScholaVie !

Pour cette année scolaire, nous vous proposons de vous laisser guider par l'**acronyme ScholaVie** pour développer vos **compétences psychosociales** et celles des jeunes que vous accompagnez.

Le mois dernier, nous avons parlé **d'intention et d'engagement**, nous nous sommes intéressés à l'**état d'esprit de développement** ainsi qu'aux trois **besoins psychologiques fondamentaux**.

Pour finir cette année scolaire en beauté, nous vous proposons de porter notre attention sur les **émotions agréables** et sur la façon de les cultiver au quotidien, en classe ! Nous espérons que vous aurez le sourire aux lèvres en parcourant cette newsletter, bonne lecture 😊



[Je veux relire les derniers cahiers mensuels](#)

## Les émotions agréables, quelles sont-elles ?



**Quelles sont les émotions agréables que vous avez ressenties ces derniers jours ?** Avec vos collègues, vos élèves... ?

Les émotions ont la particularité d'être autant reliées que contagieuses !

**Un sacré cocktail à consommer sans modération.**

## Pourquoi parler d'émotion agréable plus que d'émotion positive ?

Nous avons tendance à parler d'émotions positives ou négatives. Pourtant **toutes les émotions sont positives puisqu'elles sont toutes porteuses de messages** : elles nous informent sur l'atteinte (ou non) de nos objectifs, sur le respect (ou non) de nos valeurs... Ainsi nous pouvons essayer de les accueillir tout autant que nos émotions agréables, et **être à l'écoute des précieuses informations qu'elles cherchent à nous transmettre !**



## Faire des émotions de vraies alliées pour les apprentissages !

Les émotions sont omniprésentes dans les environnements scolaires (Weiss, 2000), alors comment faire pour que l'école soit un lieu où l'émotion constitue **une aide forte à l'acquisition** (Cuq, 2003) ?

La psychologue **Barbara Fredrickson** a développé la théorie "Broaden and Build" (élargir et construire) pour expliciter **l'impact des émotions agréables au niveau de l'élargissement de notre attention**, de l'accès à nos ressources et de notre

adaptation dans les diverses situations.

Si vous désirez en savoir davantage sur cette théorie, vous pouvez visionner [cette vidéo](#).

## ScholaVie vous accompagne au quotidien

**Tout d'abord, nous vous proposons de relever un défi** quand ce sera le bon moment pour vous : nous vous invitons à faire **un inventaire des émotions agréables** (et parfois ce n'est pas si facile) et, pour chacune d'elles, vous pouvez noter une liste d'activités qui permettent de les déclencher.



**Par exemple :**

- **la fierté** grâce à un journal des réussites du mois de mai
- **l'inspiration** grâce à un partage d'une collègue
- **l'humour** grâce à un exercice de yoga du rire

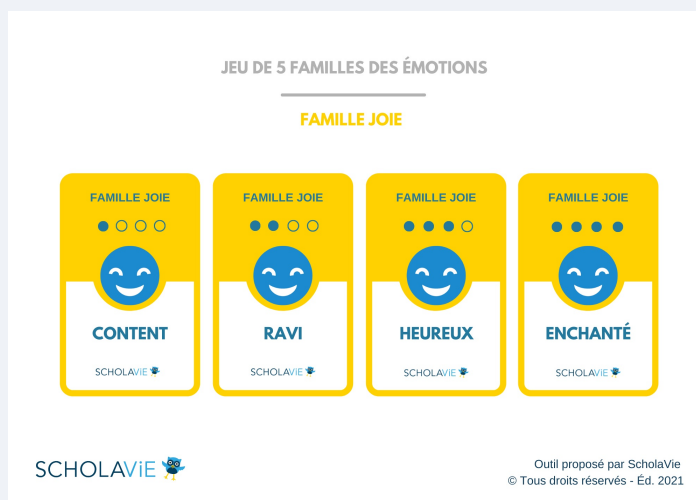
**Comment pourriez-vous transférer ce type de défi dans vos classes, vos établissements ?**

Et souvenez-vous, ce n'est pas tant l'intensité de l'émotion qui compte, mais **plutôt sa multiplicité !**

**Concrètement, comment développer les compétences émotionnelles des jeunes ?**

Pour vous y aider, ScholaVie a créé plusieurs **outils ludiques et pédagogiques** : téléchargez gratuitement le [jeu de 5 familles des émotions](#) et les [comptines sur les émotions](#) pour les tout-petits.

**Je découvre les outils ScholaVie**



**Pour aller plus loin**





## Un ouvrage

Une mine d'or de ressources proposée par les plus grands spécialistes francophones sur les émotions.  
[En savoir plus](#)

## Une vidéo

Vous voulez en découvrir davantage sur la gratitude ? En plus d'être l'émotion du lien social par excellence, la gratitude est aussi un état d'esprit et une force de caractère. Une courte vidéo de Laure Reynaud, cofondatrice de ScholaVie.  
[En savoir plus](#)



## Un article

Anne Theurel et Edouard Gentaz, de l'Université de Genève, explicitent les bénéfices d'un programme portant sur les compétences émotionnelles auprès d'élèves de 6 à 12 ans.  
[En savoir plus](#)

## Retour sur les dernières actualités ScholaVie



### De riches journées de formation au mois de mai

Ateliers auprès de collégiens, formation continue de professeurs, formation de personnes ressources pour les établissements...

**Les interventions ScholaVie ont touché près de 400 personnes, jeunes et adultes, ce mois de mai !**

[Découvrir notre offre.](#)



### La journée nationale de l'innovation

ScholaVie a participé à la journée nationale de l'innovation à Lyon. Un évènement qui a permis de mettre en valeur les projets innovants, de partager les expertises et expérimentations.

[Plus d'informations.](#)



### Le colloque CPS de l'IREPS ARA

Deux journées riches en rencontres et partages autour des compétences psychosociales, entre professionnels de terrain et chercheurs. Un colloque organisé par l'IREPS Auvergne-Rhône-Alpes.

[Plus d'informations.](#)



### ScholaVie partenaire de la #grandcause de Make.org

Quelles solutions pour que chaque jeune trouve sa place dans la société ? Cette grande consultation citoyenne a été une grande réussite : 297 876 participants qui ont émis 2 864 propositions et au total 584 864 votes. Plus d'informations [par ici.](#)

### L'équipe ScholaVie grandit ! Bienvenue Anna



Nous avons accueilli il y a 2 semaines **Anna, la nouvelle responsable des opérations et des partenariats de ScholaVie.**

Découvrez les membres de notre équipe [par ici](#).

## Prochains évènements en perspective



### Formation ScholaVie ouverte à tous ! 21 et 22 juin 2022 - Metz

En partenariat avec le Centre Pierre Janet de l'Université de Lorraine, ScholaVie vous propose une formation sur le développement des compétences sociales et émotionnelles avec les outils de la psychologie positive.

**Cette formation est ouverte à tous les professionnels de l'éducation et de la santé** intéressés par cette thématique !

[Informations et inscriptions.](#)



### Les weekends de l'éducation En juin - Paris Montreuil

La Communauté makesense Éducation et le Lab School Network vous proposent **2 weekends autour de l'éducation** avec, au programme, rencontres avec des experts, conférences et ateliers pour tous les âges.

[Informations et inscriptions.](#)

## ScholaVie recrute un(e) stagiaire pour l'an prochain !

Vous recherchez un stage dans le **milieu éducatif et associatif** ? Vous souhaitez contribuer à **l'élaboration de contenus sur les compétences psychosociales** pour soutenir la formation des professionnels de l'éducation ? Cette proposition est faite pour vous !

[Je découvre l'offre de stage](#)

## OFFRE DE STAGE

CONCEPTION DE CONTENUS  
PÉDAGOGIQUES ET NUMÉRIQUES  
SUR LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

SCHOLAVIE 

### Plateforme de formation en ligne ScholaVie

Vous avez 5 minutes et souhaitez nous aider à construire une plateforme de formation au plus proche de vos besoins et attentes ? **Professionnels de l'éducation et de la santé, à vous la parole !**

**Je répons au questionnaire en ligne**

### Association ScholaVie

Suivez nous sur les réseaux sociaux !



#### Contact

[bonjour@scholavie.fr](mailto:bonjour@scholavie.fr)

Cet email a été envoyé à `{{contact.EMAIL}}`  
Vous recevez ce mail car vous êtes inscrit aux cahiers mensuels de ScholaVie.

[Afficher dans le navigateur](#) | [Se désinscrire](#)

Envoyé par  
 **sendinblue**