

## Présentation Magali Ségrétain et Béatrice Lambloy

Mettre en place des projets CPS dans les territoires -  
Regards croisés entre institution et acteur de terrain.



# Les compétences psychosociales

Santé  
Bien-être

Climat scolaire

Vivre ensemble

Réussite

Estime de soi Écoute

Compréhension Expression Amitié

Relation Coopération

Entraide

Argumentation

Conflits Choix

Solutions

Décryptage

Influences

Dire non

Préjugés



Depuis l'Age de la Lecture - [lepep@lepep.org](http://lepep@lepep.org) - [www.lepep.org](http://www.lepep.org)



design by @lepep.com

## Pas à pas, la montée en compétences des enseignants

Visualisation  
des étapes  
du transfert  
de compétences

**Mettre à disposition de ses collègues  
des progressions CPS transférables**  
Prendre du recul sur sa pratique en aidant  
les autres à mettre en place des projets.

**Comprendre les enjeux de santé au-delà  
de ceux sur le climat scolaire / Mettre en place  
un programme de séances de renforcement des CPS  
avec un objectif à long terme, en prévention**

**Mettre en œuvre des pédagogies actives**  
Proposer aux enfants des parcours  
individualisés et par groupes,  
mettre en œuvre des projets

**Intégrer le travail sur les CPS aux autres  
apprentissages dans la classe**  
Les relier au français (vocabulaire qualités  
et émotions), en sport, à l'EMC...

**Mettre en place des fonctionnements  
différents pour renforcer le travail sur les  
CPS dans l'école / Réaménagement de classe,  
instaurer la médiation par les pairs**

13

12

11

10

9

8

7

6

5

4

3

2

1

**Se constituer un « cartable »  
des ressources / Partager son expérience  
dans son équipe et susciter  
l'intérêt des collègues**

**Faire des séances seul / Mettre en place  
des séquences d'apprentissage dédiées au  
renforcement des CPS des enfants**

**Comprendre les enjeux sur le climat  
scolaire / Se servir des activités CPS pour  
construire des relations adulte-enfant,  
enfant-enfant apaisées et positives**

**Reprendre des activités CPS et les  
intégrer au quotidien de la classe**  
Mettre en place des rituels, poser un  
cadre, négocier des règles communes

**Changer sa posture enseignante**  
Prendre en compte spécifiquement les  
émotions et les besoins de chacun, valoriser

**Se lancer**  
Oser, animer une activité  
voire co-animer une séance

**Expérimenter les activités**  
Pour consolider le sens  
et s'approprier les ressources

**Comprendre ce que sont les CPS  
et leur lien avec le milieu scolaire**  
Donner du sens



# LE PROGRAMME

Présentation

Les CPS

Les prestations

Le partenariat régional

Evaluer pour transférer



FÉVRIER 2022

ÉTAT DES CONNAISSANCES

ENFANTS  
ET JEUNES



## LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES : UN RÉFÉRENTIEL POUR UN DÉPLOIEMENT AUPRÈS DES ENFANTS ET DES JEUNES

Synthèse de l'état des connaissances scientifiques  
et théoriques réalisé en 2021

<https://www.santepubliquefrance.fr/docs/les-competences-psychosociales-un-referentiel-pour-un-deploiement-aupres-des-enfants-et-des-jeunes>

**Béatrice Lamboy, PhD**

**beatrice.lamboy@santepubliquefrance.fr**

Conseillère scientifique, DPPS (SpF)

# DEFINITION ET CATÉGORISATION EN ÉVOLUTION

## 1. Définition d'origine (OMS, 1993) : 10 CPS (5 binômes)

- savoir résoudre des problèmes /savoir prendre des décisions ;
- avoir une pensée créative / avoir une pensée critique ;
- savoir communiquer efficacement / être habile dans les relations interpersonnelles ;
- avoir conscience de soi / avoir de l'empathie ;
- savoir réguler ses émotions / savoir gérer son stress.

## 2. Depuis les années 2000 : une aptitude psychosociale générale (OMS 1997) :

« (...) C'est la **capacité d'une personne à maintenir un état de bien-être subjectif qui lui permet d'adopter un comportement approprié et positif à l'occasion d'interactions avec les autres, sa culture et son environnement.** »

### ○ qui regroupe 3 grands types de CPS (OMS, 2001, 2003) :

- Compétences émotionnelles
- Compétences cognitives
- Compétences sociales
- qui contient de nombreuses CPS (15) et sous CPS (66)

# CLASSIFICATION ACTUALISÉE DES CPS (SPF, 2022)

A PARTIR DES CLASSIFICATIONS INTERNATIONALES, PROGRAMMES PROBANTS, MODELES THEORIQUES ACTUELS

Catégories	CPS générales	CPS spécifiques
Compétences cognitives	Avoir conscience de soi	Connaissance de soi (forces et limites, buts, valeurs, discours interne...)
		Savoir penser de façon critique (biais, influences...)
		Capacité d'auto-évaluation positive
		Capacité d'attention à soi (ou pleine conscience)
	Capacité de maîtrise de soi	Capacité à gérer ses impulsions
		Capacité à atteindre ses buts (définition, planification...)
	Prendre des décisions constructives	Capacité à faire des choix responsables
Capacité à résoudre des problèmes de façon créative		
Compétences émotionnelles	Avoir conscience de ses émotions et de son stress	Comprendre les émotions et le stress
		Identifier ses émotions et son stress
	Réguler ses émotions	Exprimer ses émotions de façon positive
		Gérer ses émotions (notamment les émotions difficiles : colère, anxiété, tristesse...)
	Gérer son stress	Réguler son stress au quotidien
		Capacité à faire face (coping) en situation d'adversité
Compétences sociales	Communiquer de façon constructive	Capacité d'écoute empathique
		Communication efficace (valorisation, formulations claires...)
	Développer des relations constructives	Développer des liens sociaux (aller vers l'autre, entrer en relation, nouer des amitiés...)
		Développer des attitudes et comportements prosociaux (acceptation, collaboration, coopération, entraide...)
	Résoudre des difficultés	Savoir demander de l'aide
		Capacité d'assertivité et de refus
		Résoudre des conflits de façon constructive

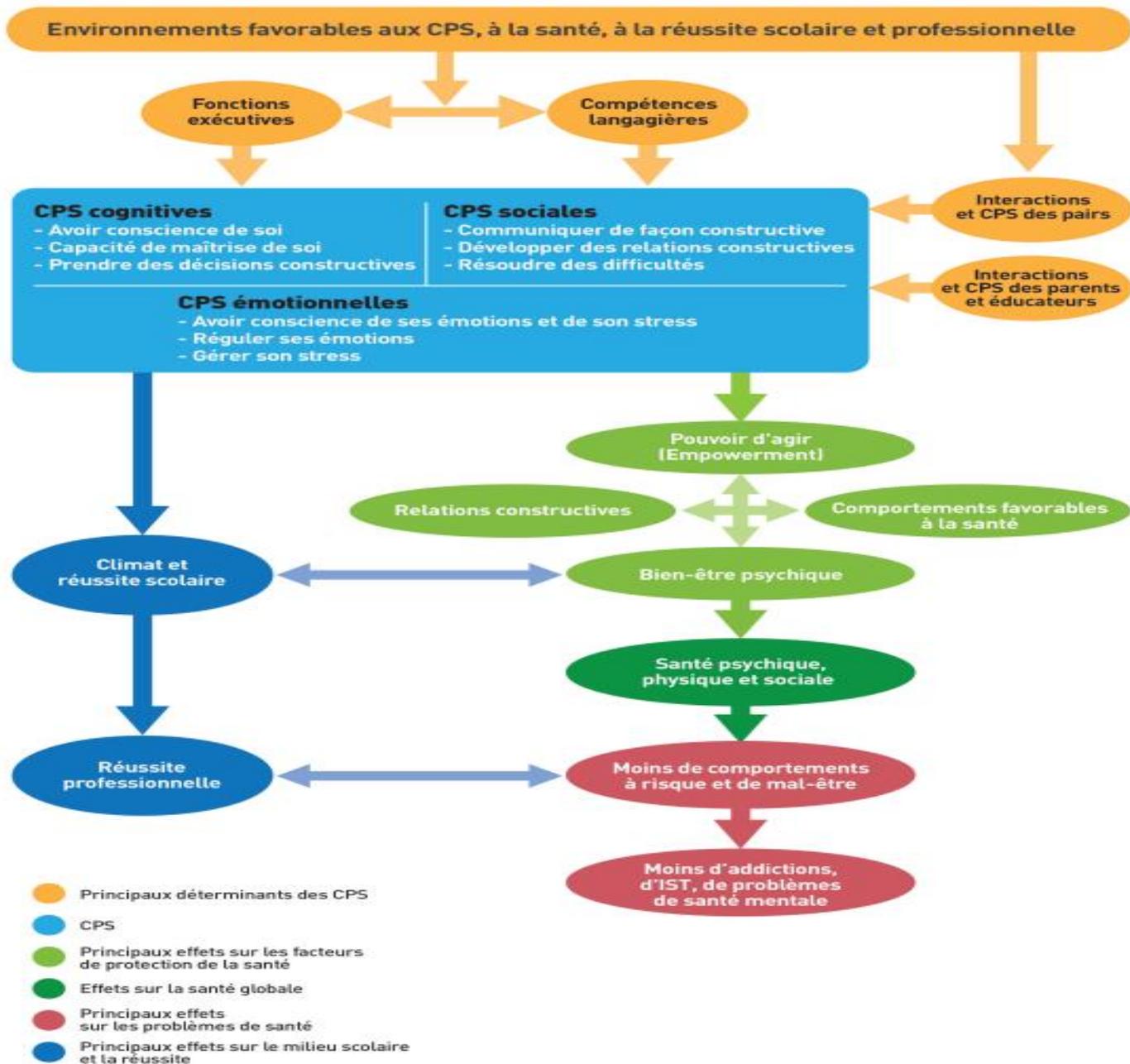
Les compétences psychosociales constituent  
**en ensemble cohérent et interrelié  
de capacités psychologiques  
(cognitives, émotionnelles et sociales),**

impliquant

**des connaissances, des processus intrapsychiques  
et des comportements spécifiques,**

qui permettent d'augmenter l'autonomisation et le pouvoir d'agir  
(*empowerment*), de **maintenir un état de bien-être psychique,**  
de favoriser un fonctionnement individuel optimal et  
**de développer des interactions constructives.**

Figure 1. Représentation schématique des CPS, de leurs principaux effets et déterminants



*Une double signification de l'evidence-based → confusion*

### DÉFINITION 1 : EVIDENCE-BASED PROGRAM

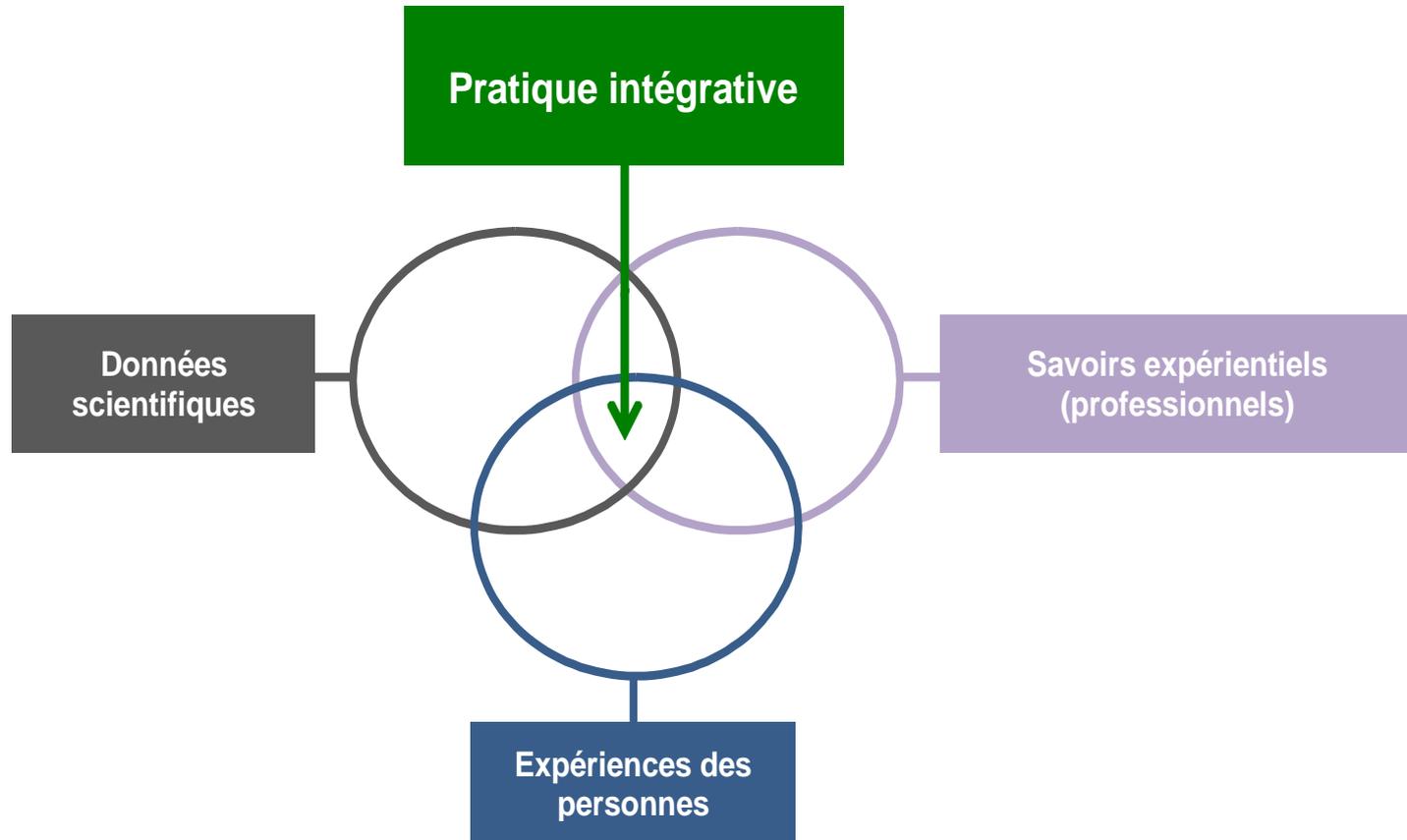
*Evidence* = preuve (sens littéral)

**→ Programme (ou intervention) validé**

### DÉFINITION 2 : EVIDENCE-BASED HEALTH PROMOTION

*Evidence-Based* = paradigme d'intervention (EBM)

**→ Intervention construite selon le paradigme de l'EBM**



# 8 FACTEURS ASSOCIES À L'EFFICACITÉ (SPF, 2022)

## 2 FACTEURS PRINCIPAUX ET 6 COMPLÉMENTAIRES

Tableau 4. Facteurs communs aux interventions CPS efficaces

Facteurs communs	Modalités opérationnelles
<p><b>FACTEUR PRINCIPAL 1</b> (intervention)</p> <p>L'intervention CPS est structurée et focalisée (Pratique CPS SAFE)</p>	<p><b>P1.1</b> Les CPS sont développées grâce à un ensemble d'activités organisées et coordonnées (Pratique CPS Séquencée)</p>
	<p><b>P1.2</b> Les apprentissages des CPS s'appuient sur la participation active des personnes (Pratique CPS Active)</p>
	<p><b>P1.3</b> L'intervention est focalisée sur les principales CPS mentionnées dans la littérature scientifique (Pratique CPS Focalisée)</p>
	<p><b>P1.4</b> Les CPS travaillées sont clairement explicitées et présentées aux participants (Pratique CPS Explicite)</p>
<p><b>FACTEUR PRINCIPAL 2</b> (implantation)</p> <p>L'implantation de l'intervention CPS est de qualité</p>	<p><b>P2.1</b> Les intervenants CPS reçoivent une formation de qualité leur permettant de maîtriser l'intervention CPS et les CPS enseignées</p>
	<p><b>P2.2</b> Les intervenants CPS bénéficient d'un accompagnement (supervision collective, entretiens individuels) durant toute la durée de l'intervention CPS</p>
	<p><b>P2.3</b> La formation et l'accompagnement sont assurés par des professionnels qualifiés maîtrisant l'intervention CPS et les CPS enseignées</p>
	<p><b>P2.4</b> Les intervenants CPS ainsi que les formateurs et accompagnateurs ont une bonne maîtrise des CPS</p>
	<p><b>P2.5</b> Une « équipe CPS » constituée de représentants de toutes les parties prenantes (intervenants CPS, formateurs, accompagnateurs, professionnels, parents, enfants, décideurs...) formée aux CPS a une fonction de « leader » et de plaidoyer.</p>

# 4 FACTEURS D'EFFICACITÉ COMPLÉMENTAIRES (INTERVENTION CPS)

<b>FACTEUR COMPLÉMENTAIRE 1</b> (Intervention) Le contenu des ateliers CPS est fondé sur les connaissances scientifiques	C1.1 Les principales CPS cognitives, émotionnelles et sociales (mentionnées dans la littérature scientifique actuelle) sont travaillées (voir chap.1 et 2)
	C1.2 Les connaissances théoriques transmises lors des ateliers sont fondées scientifiquement
	C1.3 Les activités CPS proposées sont issues des programmes CPS probants et/ou des pratiques expérimentielles CPS prometteuses
<b>FACTEUR COMPLÉMENTAIRE 2</b> (Intervention) Les ateliers CPS sont intensifs et s'inscrivent dans la durée	C2.1 Les ateliers CPS sont d'environ 1 heure pour les enfants (et 2 heures pour les parents)
	C2.2 Le cycle d'ateliers est de plusieurs heures par an (tendre vers au moins 10 h par an)
	C2.3 Des sessions de renforcement (« booster ») sont réalisées après la fin du cycle d'ateliers
	C2.4 L'intervention CPS est pluriannuelle
	C2.5 L'intervention CPS commence dès la petite enfance (avant 6 ans)
<b>FACTEUR COMPLÉMENTAIRE 3</b> (Intervention) L'intervention CPS s'appuie sur plusieurs supports	C3.1 Un guide d'animation pour les intervenants permet de réaliser les ateliers CPS
	C3.2 Un livret pour les bénéficiaires (enfants, parents...) permet de renforcer leurs CPS
	C3.3 Un manuel d'implantation permet de mettre en œuvre l'intervention CPS
<b>FACTEUR COMPLÉMENTAIRE 4</b> (Intervention) Les ateliers CPS utilisent une pédagogie positive et expérimentielle	C4.1 Un temps important est consacré aux activités pratiques et expérimentielles (jeux de rôle, partage d'expérience, observation...) au cours de chaque atelier CPS
	C4.2 L'animation des ateliers CPS s'appuie sur la « communication positive », l'« empowerment » et la valorisation des comportements et ressources personnelles.
	C4.3 Les intervenants CPS mettent en œuvre les CPS et ont une fonction de modèle.

# 4 FACTEURS D'EFFICACITÉ COMPLÉMENTAIRES (ENVIRONNEMENT)

<b>FACTEUR COMPLEMENTAIRE 5</b> (Environnement)  <b>Des pratiques CPS informelles sont mises en œuvre au quotidien</b>	C5.1 Des pratiques CPS ont lieu au cours de la journée (dans la classe, sur les temps péri et extrascolaire, à la maison...)
	C5.2 Les CPS des enfants sont travaillées dans le cadre des disciplines scolaires
	C5.3 Les CPS des adultes en position d'éducation (enseignants, professionnels, parents...) sont renforcées (par des formations, des accompagnements, des échanges de pratique, autres interventions expérientielles...)
<b>FACTEUR COMPLEMENTAIRE 6</b> (Environnement)  <b>Un environnement éducatif soutenant</b>	C6.1 L'ensemble des professionnels du milieu d'implantation (enseignants, personnels administratifs, personnels de santé scolaire, personnels périscolaires...) sont associés à l'intervention CPS.
	C6.2 Les parents sont associés à l'intervention CPS destinées aux enfants
	C6.3 Le climat scolaire (éducatif) est positif (pédagogie positive, attitudes encourageantes, soutenantes et chaleureuses, sécurité physique et psychologique, coopération, auto-évaluations...)

Santé publique France / Les compétences psychosociales :  
un référentiel pour un déploiement auprès des enfants et des jeunes / p. 29

# PRINCIPALES EVALUATIONS

## (SELON LA NATURE ET LE TEMPS)

PHASES DE L'ACTION	EVALUATIONS DE TERRAIN	EVALUATIONS DE RECHERCHE
<b>CONCEPTION</b>	Modélisation et évaluation théorique	
<b>DEVELOPPEMENT</b>	Etudes pilotes (qualitatives)	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Evaluation (quasi)expérimentale d'efficacité</li> <li>-Evaluation de processus</li> </ul>
<b>DEPLOIEMENT</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Evaluation de mise en œuvre (quantitatives et qualitatives)</li> <li>-Evaluation de résultat par suivi d'indicateurs</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Evaluation de processus (d'implantation)</li> <li>-Evaluation d'efficacité par mesures répétées</li> </ul>

## Annexe 6. Exemple d'instruments de mesure CPS (chapitre 8)

1. **Échelle de mesure des compétences psychosociales pour les adolescents** (R. Shankland, D. Tessier et al., in prep.). Cette échelle vise à mesurer les compétences psychosociales des adolescents dans plusieurs contextes (scolaire, familiale, sportifs, etc.)

Consigne : Indiquez la fréquence à laquelle chacune des situations suivantes vous arrivent, sur une échelle allant de 1 (jamais) à 5 (toujours).

	Jamais	Rarement	Parfois	Souvent	Toujours
1. Je suis toujours prêt(e) à aider les autres	1	2	3	4	5
2. Quand je lis une information sur internet, j'essaie de vérifier si elle est vraie.	1	2	3	4	5
3. J'arrive à expliquer aux autres ce que je pense.	1	2	3	4	5
4. Quand il y a une situation stressante, j'arrive à me calmer par moi-même	1	2	3	4	5
5. Je communique facilement avec les autres.	1	2	3	4	5
6. Quand je prends des décisions, je réfléchis au pour et au contre.	1	2	3	4	5
7. Quand je ne suis pas d'accord avec quelqu'un, je lui dis.	1	2	3	4	5
8. Quand je suis en colère, je peux facilement me calmer	1	2	3	4	5
9. Quand quelqu'un me demande de faire quelque chose qui ne me semble pas raisonnable ou me met mal à l'aise, j'arrive facilement à dire non.	1	2	3	4	5
10. Je peux résoudre les problèmes que je rencontre si je fais suffisamment d'effort.	1	2	3	4	5
11. J'arrive à comprendre les sentiments de mes proches quand ils sont en colère ou tristes	1	2	3	4	5
12. J'arrive facilement à savoir ce que je ressens.	1	2	3	4	5
13. J'arrive à comprendre pourquoi les gens ressentent ce qu'ils ressentent.	1	2	3	4	5
14. Je prends le temps de réfléchir avant de faire quelque chose pour résoudre un problème	1	2	3	4	5
15. Si j'en éprouve le besoin pour mon travail, je peux demander de l'aide	1	2	3	4	5
16. J'arrive facilement à trouver les mots pour décrire ce que je ressens.	1	2	3	4	5
17. Les autres viennent facilement se confier à moi.	1	2	3	4	5
18. Pour résoudre un problème, je cherche plusieurs solutions possibles.	1	2	3	4	5
19. J'arrive facilement à travailler en équipe.	1	2	3	4	5
20. Quand je suis triste, j'arrive ensuite à me remettre de bonne humeur	1	2	3	4	5
21. Quand j'ai des problèmes, je demande de l'aide à mes proches.	1	2	3	4	5

- Calculer le score de compétence sociale : faire la moyenne des items 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19, 21
- Calculer le score de compétence émotionnelle : faire la moyenne des items 4, 8, 12, 16, 20
- Calculer le score de compétence cognitive : faire la moyenne des items 2, 6, 10, 14, 18