



**PROGRAMMES BASÉS
SUR LES APPORTS
SCIENTIFIQUES DE
LA RECHERCHE
EN PSYCHOLOGIE
POSITIVE**



**FORMATIONS
À LA CARTE**



- **CLIMAT DE CLASSE**
- **CONFIANCE EN SOI**
- **RÉSILIENCE**
- **GESTION DU STRESS**
- **MOTIVATION**
- **FORCES**
- **RÉUSSITE**
- **BIEN-ÊTRE**



**OUTILS LUDIQUES &
JEUX PÉDAGOGIQUES**

Apprendre les compétences de vie pour la vie.
Un apprentissage ludique basé sur les apports scientifiques.

**www.scholavie.fr
contact@scholavie.fr**

Présentation



ScholaVie, des projets éducatifs pour apprendre à être heureux à l'école et dans la vie

ScholaVie propose des programmes d'éducation positive clés en main, des outils et des formations pour développer l'apprentissage des compétences du bien-être et de la résilience de l'enfant et de l'adolescent, à l'école et en famille.

Les ressources proposées sont basées sur les apports de la recherche en psychologie positive. Cette science étudie les conditions et processus qui contribuent à l'épanouissement ou au fonctionnement optimal des individus, des groupes et des institutions (Gable & Haidt, 2005).



Ilona Boniwell

Psychologue et chercheuse en psychologie positive.



Laure Reynaud

Enseignante pendant 17 ans au primaire et lycée.

Une action reconnue et encouragée

Les programmes ScholaVie sont enseignés en France et à l'étranger : Singapour, Japon, Angleterre, Portugal, Pays-Bas, Mali... En France, notre action se développe dans les différentes académies.

De nombreux enseignants, parents et psychologues ont suivi les formations ScholaVie, permettant ainsi à des milliers d'enfants et adolescents d'en bénéficier.

Depuis 2016, notre action innovante a été soutenue et récompensée par différents prix. Une belle reconnaissance du travail engagé et une motivation de plus pour continuer !



Prix de l'innovation pédagogique - 2016
Fondation Apprendre & Réussir

**Université
Grenoble
Alpes**

Prix de l'innovation positive en éducation
2016 – Université Grenoble Alpes



Lauréat de l'appel à initiatives - 2017
Association Française de Promotion de la Santé dans
l'environnement Scolaire et Universitaire



Finaliste du prix de l'innovation pour son
programme de résilience, SPARC - 2017
Ministère de l'éducation nationale

Programmes, formations et outils clés en main

pour développer les compétences psycho-sociales

PROGRAMMES POUR LES ÉCOLES

BIEN-ÊTRE

BECS

Bien-Être et Climat Scolaire

De la maternelle au
collège P. 6

RÉSILIENCE

PARCOURS DE RÉUSSITE

De la 3^e au lycée
P. 7

SPARC

Apprendre à rebondir

Collège P. 8

Des formations et des jeux pédagogiques
accompagnent les programmes proposés.

PARCOURS PEPS

Parcours d'Éducation
Positive et Scientifique

Ouvert à tous
P. 5

OUTILS LUDIQUES ET JEUX PÉDAGOGIQUES

En classe et
en famille P. 9

PARCOURS PEPS PARCOURS D'ÉDUCATION POSITIVE ET SCIENTIFIQUE

POUR TOUS LES ACTEURS ÉDUCATIFS

(EN DEHORS DU CADRE SCOLAIRE)

QUOI ?

Un parcours de 10 modules pour réveiller le potentiel, la confiance et l'état de bien-être des enfants et adolescents à l'école, en famille et dans la vie quotidienne. Les modules ont lieu une fois par mois. Ils apportent un double éclairage par rapport à la thématique choisie : scientifique et pratique. Ce parcours est proposé à Paris et en région.

POURQUOI ?

Le parcours vise à développer les connaissances et compétences scientifiquement validées des diverses composantes du bien-être, afin d'être en mesure de les utiliser. Il s'agit de comprendre les principes de la psychologie positive appliquée au monde de l'éducation et apprendre comment intégrer ces théories dans sa pratique personnelle et/ou professionnelle.

POUR QUI ?

Le parcours est destiné à tous les acteurs éducatifs : parents, enseignants, psychologues, acteurs associatifs, coaches, directeurs d'établissement, CPE, etc.

COMMENT ?

Modules ouverts à tous. Plus d'informations sur www.scholavie.fr

1. Le puzzle positif
2. Le bonheur, ça s'apprend
3. La confiance en soi
4. Les forces de signature
5. Les émotions
6. La résilience
7. La pleine attention
8. Le corps, meilleur allié
9. La motivation
10. Les relations positives

**NOUVEAUTÉ !
LE LIVRE PARCOURS PEPS**

PARU EN JANVIER 2018



POUR LE PRIMAIRE ET LE COLLÈGE

QUOI ?

Un programme basé sur les apports scientifiques de la recherche en psychologie positive, validé scientifiquement et enseigné en Angleterre, au Japon, au Portugal, à Singapour, en Australie, au Mali et en France depuis septembre 2014¹.

POURQUOI ?

Le programme BECS permet :

- d'améliorer l'état de bien-être des élèves en développant les compétences qui le permettent : motivation, gestion du stress, régulation des émotions, confiance en soi, créativité, etc.
- d'améliorer le climat de classe : respect, gratitude, empathie, écoute active, concentration, autonomie, coopération, etc.
- de développer la capacité des enseignants à intégrer une dimension psychosociale dans leurs pratiques pédagogiques, sans entrer dans le domaine de la psychopathologie.

POUR QUI ?

Le programme est destiné aux élèves de la maternelle au collège, âgés de 3 à 14 ans. Il est proposé sous trois formes différentes, afin de correspondre aux étapes de développement de l'enfant et de l'adolescent.

COMMENT ?

Le programme BECS est composé de leçons regroupées en séquences. Les leçons sont construites indépendamment les unes des autres. Chacune d'entre elles propose un aperçu, un déroulement détaillé, des fiches élèves et des ressources pour le professeur :

- **Fiches de préparation détaillées pour chaque leçon** : objectifs, durée, matériel nécessaire, déroulement et résultats de la recherche qui la sous-tendent.
- **Références et lectures supplémentaires** pour approfondir les apports de la recherche.
- **Ressources** : supports de présentation orale, références de vidéos, images et fiches pour les élèves (enquêtes, questionnaires, exercices, etc.)

¹ Boniwell, I., Osin, E. N., & Martinez, C. (2016). Teaching happiness at school: Non-randomised controlled mixed-methods feasibility study on the effectiveness of Personal Well-Being Lessons. *The Journal of Positive Psychology*, 11(1), 85-98.

PARCOURS DE RÉUSSITE

POUR LA 3^{EME} ET LE LYCÉE

QUOI ?

Un parcours pour apprendre à développer les compétences du bien-être et de la résilience, centré sur la motivation, l'orientation et la réussite des objectifs académiques, méthodologiques et/ou personnels. Le parcours de réussite est :

- un parcours ludique, à la portée de tous, modulable selon les besoins de chacun,
- un ensemble d'outils basés sur les apports scientifiques de la recherche,
- une progression en plusieurs étapes, dans le respect du rythme et des profils d'apprentissage de chacun,
- un moyen de rassembler les différents acteurs du parcours, élèves, enseignants, parents autour d'un même objectif de réussite.

POURQUOI ?

Un parcours pour accompagner l'élève dans son orientation et son développement personnel en impliquant l'ensemble des acteurs de son éducation. Il prend en compte l'élève dans sa globalité, en intégrant les compétences psycho-sociales.

POUR QUI ?

Le parcours est destiné aux élèves de 3^e et de lycée, aux acteurs éducatifs (établissement, équipe pédagogique, etc.) et à la famille. Il vise à créer du lien entre tous et faciliter la communication entre les acteurs de façon cohérente.

COMMENT ?

Un parcours modulable qui peut être suivi sur un trimestre ou une année, voire tout un cycle, pendant les heures de vie de classe, d'accompagnement personnalisé ou à l'occasion d'un projet interdisciplinaire. À disposition pour avancer sur ce parcours de réussite organisé en plusieurs étapes :

- La boussole de l'élève,
- Le sac à dos des ressources de l'élève pour l'aider à se repérer sur son parcours, à avancer et à mesurer ses progrès,
- Des activités construites comme des fiches de préparation de professeurs, pour accompagner l'élève dans son parcours.

SPARC

APPRENDRE À
REBONDIR

POUR LE COLLÈGE

QUOI ?

Un programme validé scientifiquement², basé sur les apports de la recherche en psychologie positive, des TCC (thérapies cognitivo-comportementales), de la Croissance Post-Traumatique et de la Communication Non-Violente, et centré sur le développement de la résilience ordinaire chez l'adolescent.

POURQUOI ?

Le programme SPARC a pour but de développer chez les adolescents la capacité à contrôler leurs réactions, surmonter les situations de stress et les difficultés quotidiennes et rebondir après une épreuve.

POUR QUI ?

Le programme SPARC est destiné aux collégiens.

COMMENT ?

Le programme SPARC est proposé sous forme de 6, 12 et 18 leçons, autour de l'acronyme SPARC :

- Situation de stress
- Perception
- Affect
- Réaction
- Conséquences

Les élèves apprennent à décomposer ce qu'il se passe en eux pour acquérir la maîtrise de chacune de ces cinq étapes.

SPARC, *Apprendre à rebondir* comprend un livret de l'enseignant, un cahier de l'élève, des ressources pour l'enseignant (supports et lectures supplémentaire) et un jeu de plateau.

² Kibe, C., & Boniwell, I. (2015). Teaching Well-Being and Resilience in Primary and Secondary School. *Positive Psychology in Practice: Promoting Human Flourishing in Work, Health, Education, and Everyday Life*, 297.

OUTILS LUDIQUES

Apprendre la confiance, l'empathie, l'optimisme... en jouant, c'est possible !

ScholaVie conçoit des jeux pédagogiques basés sur les apports de la recherche pour développer de manière ludique les compétences du bien-être.

POUR JOUER EN CLASSE OU EN FAMILLE

Les jeux du bonheur

42 cartes avec 3 possibilités de jeux. À partir de 6 ans.

Le tourbillon du bonheur

Jeu de l'oie autour des compétences du bien-être, **disponible gratuitement sur notre site**. À partir de 8 ans.

Les défis positifs

84 défis positifs pour challenger les autres ou soi-même. À partir de 8 ans.

Les cartes des forces

Identifier, développer et activer ses forces. À partir de 3 ans.

Aventure résilience

Jeu de plateau pour développer la résilience ordinaire. À partir de 11 ans.



POUR LES ENSEIGNANTS

Les cahiers enseignants

3 cahiers regroupant des dizaines d'activités sur les thèmes de la confiance en soi, des émotions et du vivre ensemble.

La boîte à outils

72 fiches activités clés en main, courtes, à utiliser en fonction des besoins : motivation, coopération, écoute, régulation des émotions, etc.

FORMATION DE

FORMATEURS

POUR TOUS LES ACTEURS ÉDUCATIFS

Vous êtes éducateur, professeur, psychologue, formateur, acteur du monde associatif ?

Vous êtes désireux d'agir pour faire bouger les lignes et adapter l'école au monde du 21^{ème} siècle ?

Vous êtes curieux et ouvert aux apports scientifiques de la recherche ?

Vous voulez intervenir en milieu scolaire et/ou en dehors pour apprendre aux enfants et aux adolescents les compétences psycho-sociales ou les compétences de vie pour la vie ?

Venez vous informer, vous former à nos programmes et rejoindre l'équipe dynamique de ScholaVie.

A bientôt!



“ VERBATIMS ”

Nous avons remarqué que les élèves sont plus attentifs entre eux, et qu'une bienveillance s'est installée entre les professeurs et les élèves. Le programme encourage les élèves à être actifs : ce sont eux qui travaillent, qui ont des idées, qui posent les questions et qui trouvent des solutions.

Directrice d'école

J'aime bien les leçons car elles sont amusantes et elles permettent de parler de choses dont on n'a pas l'habitude de parler et ça fait du bien.

Élève de CM1

Ma fille a la chance de suivre le programme BECS. Chaque vendredi est une journée différente pour elle, plusieurs sujets importants vont être travaillés et toujours de façon très ludique. Ces moments de bien-être sont présents au quotidien dans la classe.

Parent d'élève

Pour moi ce genre de programme a été au départ déroutant : il fallait changer sa manière de faire en classe avec ses élèves. Mais ce programme a été tellement innovant, enrichissant et motivant que depuis 3 ans maintenant, j'ai même changé ma façon d'aborder les thèmes proposés. Je les travaille au quotidien et je les intègre dans le programme de la journée, c'est devenu une manière de mieux vivre avec et pour les enfants.

Enseignante de CM1

Formation rafraîchissante qui donne des outils concrets aux professionnels et aux parents, avec des formatrices bienveillantes, merci à vous.

Participante Parcours PEPS



**RETROUVEZ
NOS ACTUALITÉS
EN LIGNE**

SUIVEZ NOUS SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX



contact@scholavie.fr

www.scholavie.fr