



Les cahiers mensuels

SCHOLAVIE 

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

Quel sens vais-je donner à cette nouvelle année ?



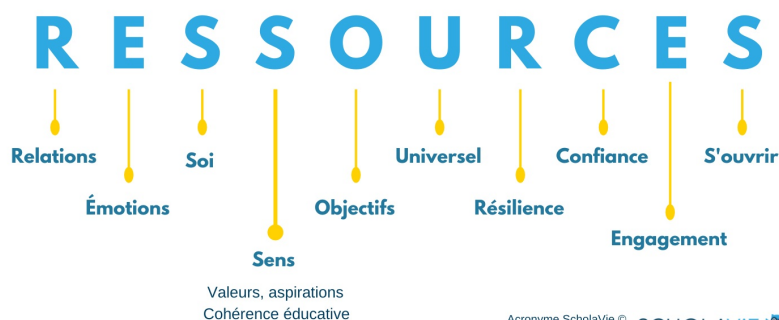
« Celui qui croit que la vie a un sens est plus apte à accepter les événements défavorables de sa vie pour faire d'eux des outils d'évolution et d'apprentissage. »

A.C. Ping

Cette année, cheminons avec l'acronyme RESSOURCES !

Pour cette année scolaire 2022-2023, nous vous proposons de vous laisser guider par **le nouvel acronyme ScholaVie** pour (re)découvrir les compétences psychosociales et les développer, à la fois pour vous et pour les jeunes que vous accompagnez au quotidien.

Ce mois-ci, nous nous intéressons à une **thématique passionnante et qui tombe à point nommé** pour bien démarrer cette nouvelle année. Place au **sens** : sens que l'on donne aux apprentissages, à ses études, à notre métier, à notre vie... Bonne lecture et bonne année



Coup d'œil sur la classification des CPS

La notion de sens transparaît à plusieurs niveaux dans la nouvelle classification des compétences psychosociales proposée par Santé Publique France en octobre 2022.

Donner du sens à sa vie, c'est avant tout savoir faire des **choix responsables**, en cohérence avec ses valeurs et ses convictions profondes. C'est, ensuite, être en capacité d'**agir de façon concrète en direction des buts que l'on s'est fixé** pour avancer selon nos convictions. C'est donc aussi savoir **faire face aux petits et grands défis** qui se présenteront au cours du chemin. Et, pour cela, nous avons besoin de mobiliser d'autres CPS encore : **savoir demander de l'aide, savoir résoudre un problème de façon créative...**

Les CPS sont partout



Compétences cognitives

Prendre des décisions constructives

- Capacité à faire des choix responsables

Capacité de maîtrise de soi

- Capacité à atteindre ses buts



Compétences émotionnelles

Gérer son stress

- Capacité à faire face en situation d'adversité



Compétences sociales

Résoudre des difficultés

- Savoir demander de l'aide

[Je retrouve la classification complète](#)

Le sens : ce qu'en dit la recherche

Donner un sens à sa vie apparaît comme incontournable pour **développer le sentiment de bonheur, de satisfaction dans sa vie et dans son travail.**

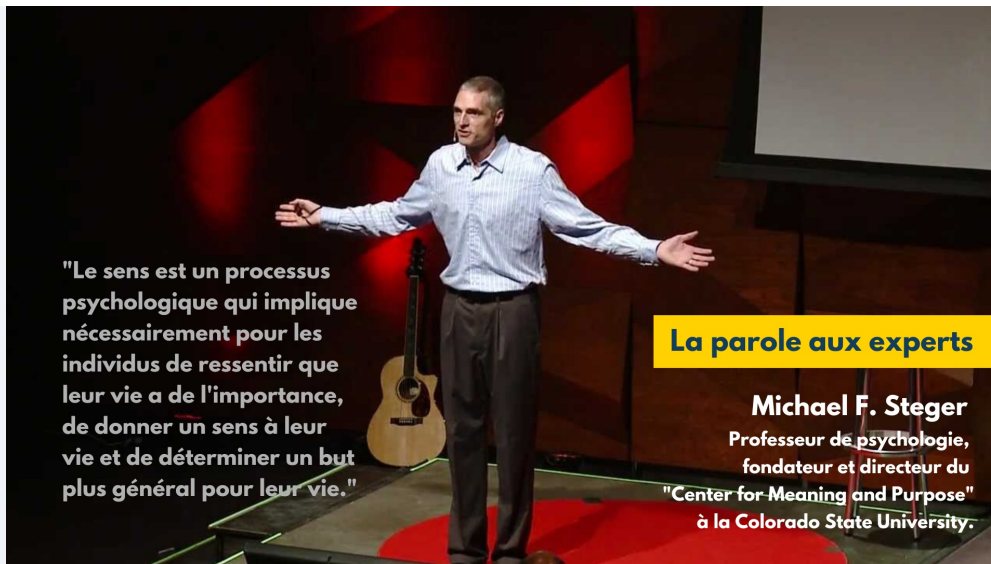
Trois aspects fondamentaux contribuent à donner du sens à l'existence :

- **la dimension affective** : l'amour, l'amitié, la parentalité, les relations constructives ;
- **la dimension cognitive** : nos croyances et pensées sur la vie, nos valeurs, notre "philosophie de vie" en quelque sorte ;
- **la dimension comportementale** : les actions entreprises et les engagements concrets que nous prenons, mettre en place des comportements pour mettre en action nos valeurs.

Intéressant non ? C'est en nourrissant chacune de ces dimensions que l'on donne sens à sa vie.

Et vous, **où en êtes-vous dans chacune de ces dimensions ?**

*Tiré de l'ouvrage "La santé mentale des étudiants : approches innovantes pour la prévention et l'accompagnement"
Shankland, Gayet et Richeux (2022)*



Des outils ludiques et pédagogiques

En tant que **professionnel de terrain**, vous n'avez pas toujours le temps de créer des supports, des activités pour développer les CPS, les vôtres et celles des jeunes que vous accompagnez. ScholaVie vous propose des contenus ludiques et pédagogiques pour vous aider dans votre mission au quotidien, dont des outils pour que vous puissiez **aider les jeunes à se connaître et à connaître leurs valeurs, à découvrir celles des autres, et celles d'une équipe, et comment les mettre en action au quotidien pour une vie pleine de sens.**

Retrouvez cette liste des valeurs proposée par ScholaVie qui recense les valeurs existantes.

LA LISTE DES VALEURS

Un outil pour identifier ses/nos valeurs et les faire vivre au quotidien.

altruisme	coopération	humilité	proactivité
amitié	courage	humour	professionnalisme
amour	curiosité	indépendance	progrès
audace	créativité	intégrité	régularité
authenticité	dépassement de soi	intelligence	respect
autorité	détermination	innovation	réussite
autonomie	efficacité	joie	responsabilité
beauté	égalité	justice	rigueur
bienvillance	empathie	légèreté	sagesse
bien-être matériel	enthousiasme	liberté	santé
bonheur	équilibre	loyauté	sécurité
bonté	esprit d'équipe	nature	sensibilité
calme	éthique	optimisme	sérénité
capacité d'initiative	excellence	ordre	simplicité
clarté	expérience	organisation	sincérité
cœur	fidélité	ouverture	solidarité
collaboration	fiabilité	paix	spiritualité
compassion	gentillesse	partage	spontanéité
compétence	gratitude	performance	stabilité
confiance	harmonie	persévérance	stimulation
conformité	hédonisme	perspicacité	tolérance
congruence	honnêteté	plaisir	tradition
connaissance		polyvalence	travail
conscience		pouvoir	universalisme

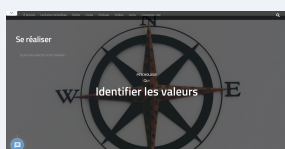
Sources :

- Les valeurs en bleu sont les 10 valeurs universelles (Théorie Schwartz, 1992).
- Tisse des liens (Brunbrouck & Retz, 2019).
- La boîte à outils de la psychologie positive au travail (Arnaud, Meller & Dunod, 2019).

SCHOLAVIE
 Outil proposé par ScholaVie ©
 Tous droits réservés - Ed. 2022

Je télécharge le visuel ScholaVie

Des ressources pour aller plus loin



Un site ressource

Un site accessible qui vous permettra d'en découvrir davantage sur les valeurs, quelles sont-elles ? Qu'en dit la recherche ? Et, au fait, quelles sont vos valeurs ?

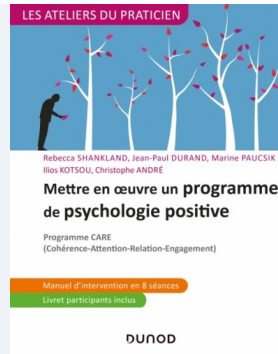
[En savoir plus](#)



Une vidéo

Michael F. Steger a travaillé une bonne partie de sa vie sur notre capacité à trouver du sens dans notre vie et aux bénéfices d'une vie pleine de sens. Découvrez une synthèse de ses travaux dans ce TED Talk !

[En savoir plus](#)



Un livre

L'ouvrage présente le programme de psychologie positive appliqué CARE (Cohérence - Attention - Relation - Engagement). Ce programme innovant propose notamment aux participants d'identifier leurs valeurs et de s'engager dans des actions en lien avec celles-ci.

[En savoir plus](#)

SAVE THE DATE ! MERCREDI 15 MARS 2023

ScholaVie vous convie tous, professionnels de l'éducation et de la santé, à une **soirée événement gratuite à Paris**, sur le thème des compétences psychosociales.



- Vous pensez que les CPS n'ont plus de secret pour vous ? Ou bien vous vous demandez pourquoi on en parle autant ?
- Vous voulez savoir comment les développer ? Ou bien vous n'êtes pas sûr de votre rôle à jouer dans leur développement ?

Quelle que soit votre situation, que vous soyez professionnel du terrain, acteur institutionnel ou chercheur, **cet événement est fait pour vous !**

Cela vous intrigue ? Restez connectés sur nos réseaux sociaux, on vous en dit plus bientôt ... 😊

Vous souhaitez vous inscrire ? C'est par ici !

Retour sur les dernières actualités ScholaVie



ScholaVie sur le plateau de SQOOL TV !

Le bonheur, ça s'apprend à l'école ?

Pour en parler, Patrice Boisfer a invité sur le plateau **Laure Reynaud**, co-fondatrice et directrice de la pédagogie ScholaVie.

Deux professionnelles formées par l'association sont aussi intervenues, un grand merci à **Carole Desbrosses**, professeure des écoles et formatrice académique à Dijon, et à **Sandrine Bauchet**, professeure d'anglais et formatrice académique à Limoges.

[Découvrez le replay](#)



ScholaVie au salon Educatech Expo

Cette année encore, ScholaVie a proposé un atelier lors du salon Educatech Expo, le 2 décembre dernier, où de **nombreux acteurs éducatifs et professionnels de terrain se retrouvent pour créer des synergies, et renforcer l'innovation en éducation.**

[Découvrez toutes nos actions de sensibilisation](#)

Prochains évènements en perspective



Rejoignez le parcours CPS en 2023 !

Le Réseau Canopé du 93 et l'association ScholaVie vous proposent un parcours ludique et interactif, pour développer vos CPS et celles des jeunes que vous accompagnez, tout au long de l'année !

Les ateliers ont lieu **un mardi soir par mois de 18h à 19h, en visio.**

Inscription gratuite et obligatoire sur le site de Réseau Canopé :

- **Des clés pour la réussite scolaire des élèves** le 10 janvier
- **La place des compétences émotionnelles à l'École** le 7 février
- **Les leviers de la motivation** le 14 mars
- **Des pratiques pour développer l'écoute et l'empathie** le 18 avril
- **Les compétences psychosociales à l'école** le 23 mai

ScholaVie participe au LearningPlanet Festival

LearningPlanet
FESTIVAL

24-26

Janvier 2023

Powered by



Cette année encore, ScholaVie propose **un atelier gratuit en ligne, sur les compétences psychosociales**, dans le cadre du Learning Planet Festival qui rassemble des centaines d'organisations et de pionniers de l'éducation. Rendez-vous le **25 janvier de 14h à 15h15**.

Informations et inscription [par ici](#).

Association ScholaVie

Suivez l'association sur les réseaux sociaux !



Contact

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