



Le cahier mensuel ScholaVie est de retour après une (petite) pause 😊

Cette année, découvrez le **nouveau format** de notre cahier mensuel. On vous invite à vous asseoir, à prendre un café (ou un thé, ou même un smoothie) et à plonger dans ce numéro spécial rentrée 2023-24 (*même pas en retard !*)

En route vers 2037 ?

La génération 2037 doit être "la première à grandir dans un environnement continu de **soutien au développement des compétences psychosociales**. À cette fin, un changement d'échelle est nécessaire dans le développement des CPS, suivant une offre universelle proportionnée."

Source : Instruction interministérielle du 19 août 2022

Ainsi, les CPS sont désormais **au cœur des préoccupations des autorités** non seulement de la santé mais aussi de l'éducation. L'ambition de la stratégie présentée dans l'instruction interministérielle est de permettre à tous les enfants de développer leurs compétences psychosociales **dès le plus jeune âge, pendant toute leur croissance et dans tous les milieux**.

Le développement des CPS est un des **facteurs déterminants de la santé, du bien-être et de la réussite de tous**. Il représente aussi le cœur de notre mission chez ScholaVie. Alors cette année encore, nous sommes heureuses de continuer notre mission pour être, avec vous, à la hauteur de ces enjeux.

Et bien sûr, qui dit rentrée (ou vacances de la Toussaint 😊) dit nouveautés !

Nouveauté n°1

Dans ce cahier mensuel, nous allons continuer à vous proposer des **apports théoriques et pratiques** sur les CPS, pour vous aider à les **intégrer dans votre posture et pratiques** au quotidien.

Et cette année, nous vous proposons chaque mois d'explorer **une des CPS générales**, telles qu'elles sont définies par Santé publique France (SPF) !

C'est parti ?

On vous propose dans un premier temps de (re)découvrir ci-dessous la classification actualisée des CPS de SPF, datant de 2022. Cliquez dessus pour l'agrandir !

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 de maîtrise de soi	Capacité d'attention à soi (ou pleine conscience)
		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 son stress	Gérer ses émotions (notamment les émotions difficiles : colère, anxiété, tristesse...)
Réguler son stress au quotidien		
Compétences sociales	Communiquer de façon constructive	Capacité à faire face (coping) en situation d'adversité
		Capacité d'écoute empathique
	Développer des relations constructives	Communication efficace (valorisation, formulations claires...)
		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

Source : *Référentiel sur les CPS de SPF (2022)*

Pour ce premier rendez-vous, nous vous proposons de poser le cadre théorique et scientifique des CPS, avant d'aborder chacune des 9 CPS générales pendant les 9 prochains mois.

Nouveauté n°2

Dans ce cahier mensuel, nous vous partagerons également toutes les infos utiles en lien avec **notre plateforme gratuite de formation aux CPS**, afin que vous ne passiez pas à côté de tout ce qu'elle propose.

Hé oui, on fusionne le cahier mensuel avec l'ancienne newsletter spéciale plateforme ! Plus pratique pour aller explorer les CPS et expérimenter des outils **sur nos parcours e-learning** dès que vous avez fini la lecture de ce cahier, non ?

On espère que ce **nouveau format** vous plaira !

Les compétences psychosociales, quésako ?

Les compétences psychosociales englobent un ensemble de **capacités mentales, émotionnelles et sociales** qui permettent à un individu de **gérer efficacement les défis de la vie quotidienne**. En contexte scolaire, elles se manifestent par la capacité à apprendre à se connaître et découvrir les autres, à maîtriser ses impulsions, à établir des relations interpersonnelles positives et constructives avec les membres de la communauté éducative, à résoudre les conflits, à gérer ses émotions, etc.

Découvrez ci-dessous l'**essentiel à connaître sur les CPS**, un guide réalisé par SPF ☐☐

[Découvrir l'essentiel sur les CPS](#)

Définition des CPS

C'est l'**OMS** qui a définies les CPS pour la 1ère fois. Nous vous partageons ci-dessous un visuel qui vous propose plusieurs définitions. A vous de choisir **celle que vous préférerez**, voire d'écrire la vôtre.

DÉFINIR LES CPS

Il s'agit de la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. C'est l'aptitude d'une personne à maintenir un état de bien-être mental en adoptant un comportement approprié et positif à l'occasion des relations entretenues avec les autres, sa propre culture et son environnement.

OMS, 1993

Les CPS constituent un 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.

Référentiel SPF, 2022

Il s'agit de la capacité à mobiliser de façon pertinente un ensemble de ressources des domaines social, cognitif et émotionnel dans une situation donnée en rapport avec la personne elle-même et avec son environnement et son milieu de vie.

Note interministérielle, 2022

La compétence psychosociale est la capacité à mobiliser un ensemble de ressources (savoirs, savoir-faire, savoir-être) dans une situation pertinente.

Ireps, 2014

Les compétences psychosociales sont à considérer comme des outils d'adaptation cognitive, émotionnelle et comportementale permettant à un individu de faire face aux situations de la vie en respectant les autres et en collaborant avec eux.

Jacques Fortin, médecin pédiatre en santé publique, 2015

SCHOLAVIE

Outil proposé par Scholavie ©
Tous droits réservés - Ed. 2023

Pourquoi les CPS ?

Les compétences psychosociales ne sont pas seulement utiles, elles sont **essentielles dans un environnement éducatif**, parce qu'elles favorisent une :

- **Meilleure réussite académique** : les élèves qui maîtrisent ces compétences sont mieux préparés à gérer le stress lié aux études et à rester concentrés sur leurs objectifs académiques par exemple.
- **Réduction du harcèlement scolaire** : les CPS renforcent la tolérance et l'empathie, contribuant ainsi à réduire les comportements de harcèlement.
- **Prévention des comportements à risque** : les CPS aident les élèves à prendre des décisions éclairées, à résister à la pression des pairs et à éviter les comportements à risque tels que la consommation de drogues ou la violence.
- **Amélioration des relations interpersonnelles** : en développant des compétences de communication et de résolution de conflits, les élèves sont mieux équipés pour établir des relations saines avec leurs pairs et leurs enseignants.
- **Préparation à la vie adulte** : ces compétences sont cruciales pour réussir dans le monde professionnel et pour une vie personnelle épanouissante.

Ce qui est **extraordinaire**, c'est que des bienfaits peuvent aussi être mesurés **chez les professionnels** qui accompagnent ces jeunes dans le développement de leurs CPS.

Pour en savoir plus, n'hésitez pas à consulter notre infographie !

Quels sont les bienfaits des CPS ?

Comment développer les CPS des élèves ?

Modélisation

Les CPS des professionnels représentent **leur meilleur outil** pour développer celles de leurs élèves. On l'aura compris, **tout chemin commence par soi**. Oui, on le répète souvent et c'est tant mieux, cela permet de consolider l'apprentissage !

Montrez aux élèves comment gérer les émotions, résoudre les conflits et prendre des décisions constructives en étant un exemple positif, **inspirant** ! En étant attentif aux besoins et émotions de chacun, notamment des plus

vulnérables, qui en ont encore plus besoin.

Au quotidien

En intégrant les CPS **dans vos gestes professionnels quotidiens**, en mettant en place des **rituels** ou en profitant des situations d'apprentissage pour les développer.

Voici quelques exemples :

- **Accueil des élèves** : à la porte de la classe, check, phrases ritualisées, etc.
- **Au début du cours** : brise-glace, météo émotionnelle (utilisez notre [réglette des émotions](#) par exemple).
- **Avant une évaluation** : météo émotionnelle, thermomètre de confiance.
- **Durant le cours** : proposer des pauses actives pour remobiliser les capacités attentionnelles des élèves, corporelles (série de mouvements), sociales (échanger avec un voisin sur une amorce de phrase).
- **Lors d'un travail en groupe** : expliciter les objectifs liés à la discipline et un objectif lié au développement des CPS, développer leurs capacités d'écoute, d'assertivité, à demander de l'aide.
- **En fin de cours** : quiz collaboratif au moment des rappels de connaissances

En investissant le développement des compétences psychosociales, nous pouvons contribuer à former des élèves résilients, empathiques et capables de réussir.

Merci de votre dévouement envers le bien-être des élèves et de votre engagement au quotidien !



Réglette des émotions

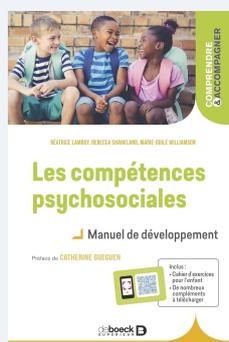


Thermomètre de la confiance

Des ouvrages pour aller plus loin



Rituel pour développer les compétences sociales et émotionnelles (maternelle)



Les compétences psychosociales. Manuel de développement



Développer les compétences sociales et émotionnelles (cycles 2 & 3)

Les actualités de la plateforme ScholaVie

Ces derniers mois, l'équipe a travaillé pour **améliorer la plateforme, la rendre plus belle et plus accessible** ! On vous présente les 2 principales nouveautés :

Le design de la plateforme a été totalement repensé !

Découvrez un design plus engageant et plus à notre image. On l'a pensé pour que cela soit **plus agréable** de naviguer sur votre espace apprenant et dans la bibliothèque de contenus.

Nouveau système d'accès aux parcours e-learning

Le système de promotions a été supprimé. Dorénavant, dès que vous vous inscrivez, vous avez **directement accès aux parcours e-learning**, et ce, **sans durée limitée** !

Si vous êtes inscrit, on vous invite à aller découvrir ces nouveautés en vous connectant, et en finissant les parcours e-learning que vous n'avez peut-être pas encore finis ?

Et sinon, n'hésitez plus à vous inscrire et à commencer un de nos 2 parcours e-learning !

Inscrivez-vous sur la plateforme !



The screenshot shows the ScholaVie login page with a clean, modern layout. On the left, there is a welcome message and a list of features. On the right, there is a login form with fields for email and password, a 'Rester connecté' checkbox, and buttons for 'Me connecter' and 'Inscrivez-vous'. A 'Retour sur le site ScholaVie' button is located in the top right corner.

Bienvenue sur la plateforme de formation gratuite ScholaVie !

Ici, vous trouverez :

- des parcours de formation e-learning
- des ressources théoriques et pratiques
- une communauté d'échanges sur vos pratiques autour des compétences psychosociales (CPS)

Cette plateforme est basée sur le référentiel [Santé publique France](#) et destinée à tous les professionnels de l'éducation qui souhaitent développer leurs CPS et celles des jeunes qu'ils accompagnent au quotidien.

Vous êtes enseignant(e), ATSEM, chef(fe) d'établissement, CPE, médecin, infirmier(e) ou psychologue scolaire... : bienvenue sur votre plateforme ScholaVie :) !

Besoin de plus de détails avant de vous lancer ? Consultez [notre site](#) !

Connectez-vous !

Votre adresse e-mail

Votre mot de passe

Rester connecté

[Mot de passe oublié ?](#)

Me connecter

Vous n'avez pas de compte ?

Inscrivez-vous

Petit aperçu du nouveau design ☺

Retour sur les dernières actualités ScholaVie

Soirée ScholaVie du 4 octobre



Le mercredi 4 octobre se déroulait la soirée ScholaVie autour de la question "Pourquoi les CPS sont-elles un enjeu éducatif majeur ?", réunissant près de 200 participants, encore un GRAND merci !

[En voici un premier aperçu](#) en attendant le replay de la soirée (nous vous tiendrons informés de sa sortie)

L'équipe ScholaVie s'est agrandie !



Avec l'arrivée de trois nouveaux talents : **Anies**, chargée de communication en alternance, **Viviane**, ingénieure pédagogique, et **Antoinette**, stagiaire sur la mission d'évaluation.

ScholaVie fait partie de la deuxième promotion de l'accélérateur passerelle

[Passerelles](#) est un programme d'accélération dédié aux entreprises et associations Edtech, opéré par makesense et financé par la Banque



des territoires.

ScholaVie fait partie des lauréats de la deuxième promotion, aux côtés de Lili.cool, Corneille, L'école comestible, Foxar, Corneille et Déb'Acteur !

Au programme, 1 an de coaching et d'accompagnement par des experts

Prochains événements à ne pas manquer

Salon Educatech

Le 15 novembre, ScholaVie sera présente au salon Educatech, sur le stand de la banque des territoires !

Nous présenterons l'association de 9h30 à 11h30, puis seront présents avec tous les lauréats de la 2ème promotion passerelles jusqu'à 12h30.

[Obtenez votre badge de visiteur gratuitement](#) pour venir nous voir là-bas !



Reprise des ateliers avec Canopé 93 !

Les ateliers ScholaVie reprennent avec le réseau Canopé 93 pour l'année 23-24 ! Au programme, 8 ateliers d'1h en visio, un mardi par mois, de 18h à 19h.

[Inscrivez-vous](#) pour le premier atelier sur les compétences socio-émotionnelles le **05/12** !



Parcours ScholaVie avec l'EAFCLyon

Vous êtes professionnels au sein de l'**académie de Lyon** ? Alors inscrivez-vous au parcours proposé par ScholaVie avec l'EAFCLyon !

Au programme, 2 journées de formation de 6h le premier jour des vacances de février et d'avril, 2 webinaires de 2h et un accès à la plateforme ScholaVie.

[Inscrivez-vous par ici](#) jusqu'au **13 novembre**.



ScholaVie
15 rue de la Bûcherie
75005 Paris
bonjour@scholavie.fr

Nos réseaux sociaux



[Se désinscrire](#)

Envoyé avec
Brevo