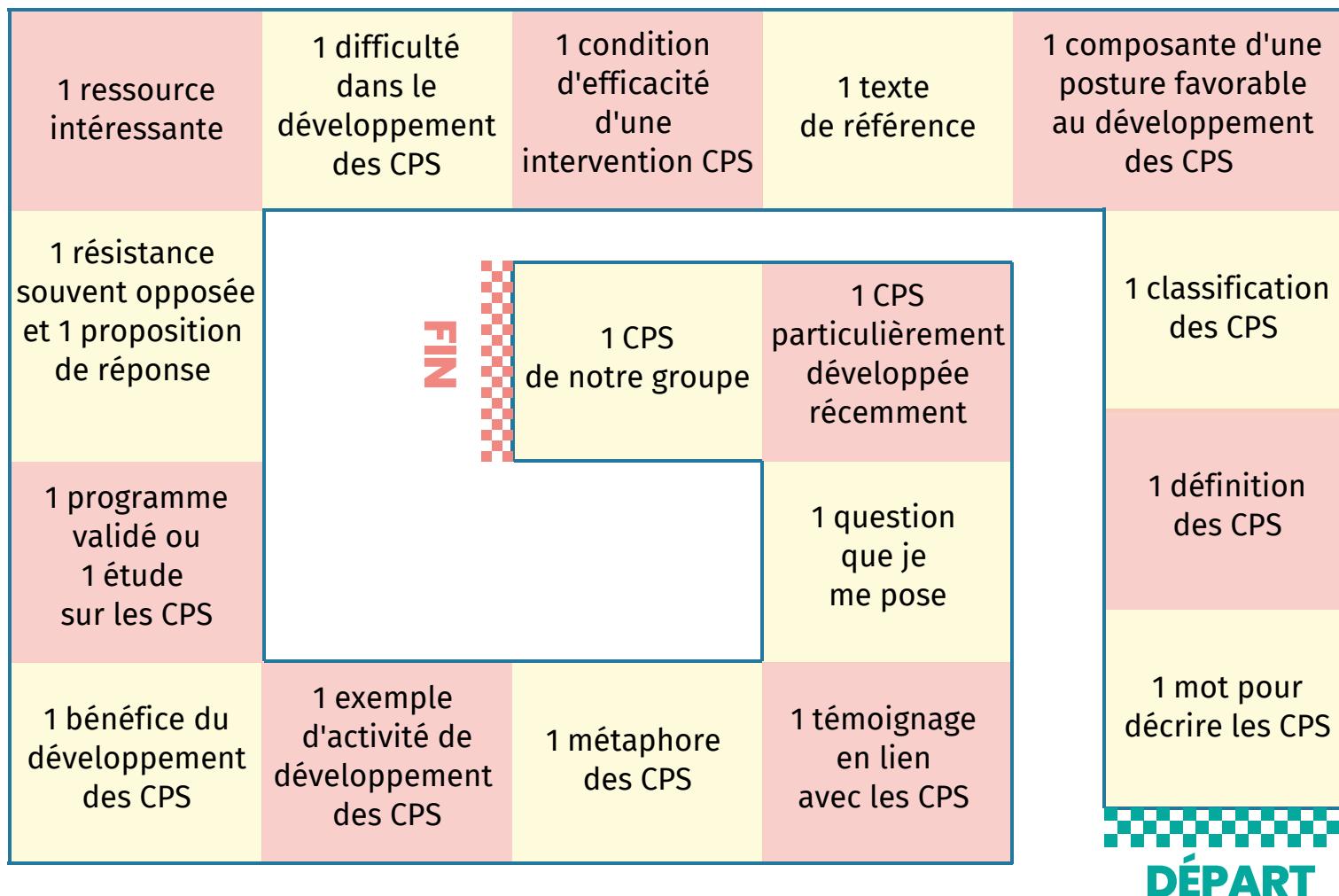


LE JEU DE CONNAISSANCES DES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

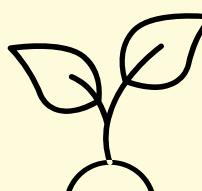
Un jeu pour partager et consolider ses connaissances sur les CPS.



LE JEU DE CONNAISSANCES DES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

Un jeu pour partager et consolider ses connaissances sur les CPS.

Exemple

Ouvrage de Béatrice LAMBOY "Les compétences psychosociales"	Appropriation inégale du concept des CPS et des pratiques liées	Formation des professionnels de l'éducation et de la santé	Le référentiel des CPS de Santé Publique France (2025)	Posture empathique : être un modèle permet l'expérience et l'inspiration
Ce n'est pas dans les programmes éducatifs Maintenant les CPS en font partie	Coopération	S'auto-évaluer positivement	FIN	3 familles de compétences : cognitives, émotionnelles et sociales Capacité à répondre efficacement aux exigences de la vie quotidienne
Programme UNPLUGGED		Comment convaincre mes collègues ?		Prévention
Contribution au bien-être mental, physique et social	Le travail autour des forces de caractère		J'ai conscientisé pas mal de choses que je faisais déjà. Maintenant, je sais comment être plus efficace.	DÉPART

LE JEU DE CONNAISSANCES DES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

GUIDE D'UTILISATION

 CPS TRAVAILLÉES | Connaissances sur les CPS

 PUBLIC | Adulte

 OBJECTIFS

- Partager et consolider ses connaissances en lien avec les CPS et les enjeux liés à leur développement.
- Développer son écoute

Comment travailler les connaissances sur les CPS via l'outil ?

PRÉPARATION

Matériel

- Un dé
- Des pions
- Imprimez un outil par personne/groupe ou projetez l'outil

ANIMATION

1 DÉROULÉ DE L'ACTIVITÉ

- Les joueurs se mettent en groupe de 5 maximum.
- Chacun leur tour, les joueurs lancent le dé. Le joueur le plus jeune commence.
- Le joueur avance son pion selon le chiffre obtenu sur le dé (*par exemple, si le chiffre obtenu est 4, il avance son pion de 4 cases*). Il essaie de répondre à l'item indiqué sur la case correspondante. **Chaque joueur dispose d'un joker s'il ne veut pas donner de réponse pour l'item inscrit sur sa case.**

Le gagnant est celui qui atteint **exactement** la dernière case.

Si le score au dé est supérieur au nombre de cases nécessaires pour atteindre la dernière case, le joueur devra reculer (*exemple : s'il me reste 2 cases avant d'atteindre la case finale, mais que je tire un 5, j'avance de 2 et je recule de 3*).

LE JEU DE CONNAISSANCES DES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

GUIDE D'UTILISATION

2 RETOUR RÉFLEXIF

À la fin de l'activité, prenez un moment pour conscientiser la CPS principale mobilisée dans l'activité afin de favoriser son développement dans d'autres contextes.

Le retour réflexif peut s'organiser en 3 temps :

- **Observer** ce qui s'est passé (chez soi, l'autre, le groupe) : *Quels sont vos ressentis, émotions et pensées ?*
- **Analysier, Expliciter** les compétences développées : *Qu'avez-vous développé comme compétences ?*
- **Projeter /Transférer** dans un futur proche les apports de cette activité : *En quoi cette activité peut-elle vous être utile pour la suite ? Quelle différence fera-t'elle, pour vous, pour les autres ? Comment le remarquerez-vous ?*

Pour favoriser la **liberté pédagogique**, cet outil, comme tous les autres proposés par ScholaVie, peut-être **adapté selon les besoins et/ou co-construit avec les participants** afin de les associer le plus possible et d'augmenter leur niveau d'engagement.

Éclairage théorique

QUESTION

QUE SONT LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES ?

Selon l'OMS (1993), une compétence psychosociale 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. [1]

Ces compétences de vie sont **transversales** et peuvent être **cultivées** et renforcées au quotidien.

LE JEU DE CONNAISSANCES DES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

GUIDE D'UTILISATION

On distingue **3 familles de CPS** :

- les compétences psychosociales **cognitives**
- les compétences psychosociales **émotionnelles**
- les compétences psychosociales **sociales**



POURQUOI DÉVELOPPER LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES ?

Les **bénéfices** du développement des CPS sont multiples [2] :

- Amélioration du **bien-être** psychique, physique et social ;
- Prévention de **problèmes de santé** (troubles mentaux, consommation de tabac, alcool, drogue, de maladies sexuellement transmissibles, etc.) ;
- En faveur d'un **climat scolaire** stable et la **réussite académique**.



COMMENT DÉVELOPPER ET CONSOLIDER LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES ?

Elles peuvent se développer de plusieurs manières :

- **Apprentissage décroché des disciplines** : dispensé dans un contexte organisé et structuré, qui est explicitement désigné comme apprentissage (en termes d'objectifs, de temps ou de ressources). Cela peut prendre la forme d'un programme probant pour développer les CPS (type Unplugged), ou d'une séquence pédagogique sur l'écoute par exemple ou encore d'un atelier spécifiquement et explicitement dédié au renforcement de l'auto-évaluation positive grâce aux forces personnelles.
- **Apprentissage intégré** : il est intégré dans le quotidien de la vie de la classe dans la discipline. Cela peut prendre la forme d'un rituel de météo intérieure au début de cours ou d'un apprentissage intégré à la discipline (ex: en groupe, en même temps que mes élèves apprennent une notion en mathématiques, ils apprennent à s'écouter et à coopérer).

LE JEU DE CONNAISSANCES DES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

GUIDE D'UTILISATION



RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- [1] World Health Organization. Division of Mental Health. (1994). Life skills education for children and adolescents in schools. Pt. 1, Introduction to life skills for psychosocial competence. Pt. 2, Guidelines to facilitate the development and implementation of life skills programmes, 2nd rev. World Health Organization. <https://iris.who.int/handle/10665/63552>
- [2] Les compétences psychosociales : état des connaissances scientifiques et théoriques. Saint-Maurice : Santé publique France, 2022. 135 p. Disponible à partir de l'URL : <https://www.santepubliquefrance.fr/maladies-et-traumatismes/sante-mentale/depression-et-anxiete/documents/rapport-synthese/les-competences-psychosociales-etat-des-connaissances-scientifiques-et-theoriques>
- [3] Apprentissage formel, informel, non-formel, des notions difficiles à utiliser... pourquoi ? Sylvie Ann Hart, Observatoire Compétences-Emplois. 2013. <https://oce.uqam.ca/apprentissage-formel-informel-non-formel-des-notions-difficiles-a-utiliser-pourquoi/>