

# JEU DES ÉTIQUETTES DES CPS

Classification actualisée par Santé publique France (2025)

**Compétences cognitives**

**Compétences qui impliquent des activités mentales**

**Renforcer sa conscience de soi**

**Renforcer sa maîtrise de soi et son accomplissement**

**Accroître sa connaissance de soi et savoir penser de façon critique**

**Connaître ses valeurs, besoins et buts et prendre des décisions constructives**

**S'auto-évaluer positivement**

**Renforcer sa pleine attention**

# JEU DES ÉTIQUETTES DES CPS

Classification actualisée par Santé publique France (2025)

**Atteindre ses buts personnels**

**Gérer ses impulsions**

**Résoudre des problèmes de façon créative et efficace et savoir demander de l'aide**

**Compétences intrapersonnelles**

**Compétences émotionnelles**

**Compétences qui impliquent des processus affectifs**

**Renforcer sa conscience des émotions**

**Réguler ses émotions et son stress**

# JEU DES ÉTIQUETTES DES CPS

Classification actualisée par Santé publique France (2025)

Comprendre les émotions

Identifier ses émotions

Exprimer ses émotions de façon constructive

Réguler ses émotions agréables et désagréables

Comprendre et gérer son stress

Compétences intrapersonnelles

Compétences sociales

Compétences qui impliquent des comportements

# JEU DES ÉTIQUETTES DES CPS

Classification actualisée par Santé publique France (2025)

**Développer  
des relations  
constructives**

**Résoudre des  
difficultés  
relationnelles**

**Communiquer de  
façon efficace et  
positive**

**Communiquer de  
façon empathique**

**Développer des liens  
et des comportements  
prosociaux**

**S'affirmer et résister  
à la pression sociale  
par l'assertivité et le  
refus**

**Compétences  
interpersonnelles**

**Résoudre les conflits  
de façon constructive**

# JEU DES ÉTIQUETTES DES CPS

Classification actualisée par Santé publique France (2025)

**Activités informelles  
ou intégrées au  
quotidien  
(rituels, disciplines)**

**Activités formelles ou  
décrochées  
(des apprentissages),  
ciblant le  
développement  
d'une CPS**

**Posture et gestes  
professionnels CPS  
(modélisants)**

**Projet de nouveau  
socle commun de  
connaissances,  
de compétences et  
de culture**

**Kits empathie  
(Dgesco, 2024)**

**Référentiels Santé  
publique France  
(2022, 2025)**

**Nouveaux  
programmes EMC,  
Programme EVARS, etc.**

**Instruction  
interministérielle  
de 2022**

# JEU DES ÉTIQUETTES DES CPS

Classification actualisée par Santé publique France (2025)

**Compétences de compréhension et d'acception de l'expérience cognitive, émotionnelle et sociale**

**Compétences de régulation et d'accomplissement cognitif, émotionnel et social**

# JEU DES ÉTIQUETTES DES CPS – PUBLIC

## GUIDE D’UTILISATION

 PUBLIC | Adultes en position d'éducation

 OBJECTIFS

- Découvrir et comprendre la classification actualisée de SpF
- Identifier les documents de référence concernant le déploiement des CPS
- Identifier les grands principes de développement des CPS

### Comment utiliser l'outil ?

#### COMPOSITION DE L’OUTIL

##### 12 ÉTIQUETTES ORANGES

- **Noms des catégories de CPS (x3)** : compétences cognitives, émotionnelles et sociales
- **Descriptif des catégories de CPS (x3)** : compétences qui impliquent des activités mentales (compétences cognitives), compétences qui impliquent des processus affectifs (compétences émotionnelles), compétences qui impliquent des relations (compétences sociales)
- **Les CPS générales (x6)** : 2 compétences générales par catégorie
  - Renforcer sa conscience des émotions et sa maîtrise de soi et son accomplissement (compétences cognitives)
  - Renforcer sa conscience des émotions et réguler ses émotions et son stress (compétences émotionnelles)
  - Développer des relations constructives et résoudre des difficultés relationnelles (compétences sociales)

##### 3 ÉTIQUETTES JAUNES

- **Compétences intrapersonnelles** (x2 pour les compétences cognitives et émotionnelles) et
- **Compétences interpersonnelles** (x1 pour les compétences sociales)

# JEU DES ÉTIQUETTES DES CPS – PUBLIC

## GUIDE D'UTILISATION

### 2 ÉTIQUETTES BLEUES

- **Compétences de la phase 1 de développement** : compréhension et d'acceptation de l'expérience cognitive/émotionnelle et sociale → renforcer sa conscience de soi, renforcer sa conscience des émotions et développer des relations constructives
- **Compétences de la phase 2 de régulation et accomplissement** : cognitif, émotionnel et social → renforcer sa maîtrise de soi et son accomplissement, réguler ses émotions et son stress et résoudre des difficultés relationnelles

### 17 ÉTIQUETTES VIOLETTES

- **Les CPS spécifiques** (certaines sont regroupées, conformément aux documents de SpF (2025)

### 5 ÉTIQUETTES ROSES

- **Les documents de référence** à connaître (cadre institutionnel et réglementaire)

### 3 ÉTIQUETTES ROUGES

- **Les 3 grands principes de développement des CPS** : activités formelles, informelles, posture et gestes professionnels (apprentissage vicariant)

# JEU DES ÉTIQUETTES DES CPS – PUBLIC

## GUIDE D'UTILISATION



### EXEMPLES D'UTILISATION, INDIVIDUELLE OU COLLECTIVE

- Parmi les **étiquettes oranges**, prenez les celles qui portent le nom des 3 catégories de CPS et celles qui les décrivent. Associez-les.
- Prenez les 3 **étiquettes jaunes** et associez-les avec la bonne catégorie.
- Prenez les restes des **étiquettes oranges** et classez les par catégorie.
- Essayez de les classer en 2 phases (**étiquettes bleues**), dans un ordre qui vous paraît logique et correspondre aux mécanismes de développement des CPS concernées.
- Puis, prenez les **étiquettes violettes** et tachez de les associer avec la CPS générale correspondante. Là encore, essayez de trouver un ordre de développement qui selon vous pourrait être logique. Vous pouvez prendre des post-it et noter des activités ou rituels que vous mettez déjà en place ou que vous pourriez mettre en place pour développer plusieurs (ou toutes les) CPS spécifiques. Quelle réflexion cela vous inspire ?
- Prenez les **étiquettes rouges** : ce que vous mettez déjà en place correspond à quelle étiquette ?
- Enfin, observez attentivement les **étiquettes roses** concernant les documents de référence. Quelles sont les raisons qui font que Santé publique France s'est saisie de la question des CPS ?

*Nous vous invitons à consulter la page des CPS d'eduscol pour approfondir le sujet : <https://eduscol.education.fr/3901/developper-les-competences-psychosociales-chez-les-eleves>*

# JEU DES ÉTIQUETTES DES CPS – PUBLIC

## GUIDE D'UTILISATION

Classification opérationnelle des CPS, structurée autour de deux phases de développement (1. Compréhension et acceptation 2. Régulation et accomplissement)  
Source : Référentiel CPS de Santé publique France, 2025



COMPÉTENCES COGNITIVES



COMPÉTENCES ÉMOTIONNELLES



COMPÉTENCES SOCIALES

### PHASE 1 : Compréhension et acceptation

<b>(C1)</b> Renforcer sa conscience de soi	<b>C1.1</b> Accroître sa connaissance de soi	<b>(E1)</b> Renforcer sa conscience des émotions	<b>E1.1</b> Comprendre les émotions	<b>(S1)</b> Développer des relations constructives	<b>S1.1</b> Communiquer de façon efficace et positive
	<b>C1.2</b> Savoir penser de façon critique				<b>S1.2</b> Communiquer de façon empathique
	<b>C1.3</b> Connaitre ses valeurs, ses besoins et ses buts personnels				
	<b>C1.4</b> Prendre des décisions constructives				
	<b>C1.5</b> S'auto-évaluer positivement		<b>E1.2</b> Identifier ses émotions		
	<b>C1.6</b> Renforcer sa pleine attention				<b>S1.3</b> Développer des liens et des comportements prosociaux

### PHASE 2 : Régulation et accomplissement

<b>(C2)</b> Renforcer sa maîtrise de soi et son accomplissement	<b>C2.1</b> Atteindre ses buts personnels	<b>(E2)</b> Réguler ses émotions et son stress	<b>E2.1</b> Exprimer ses émotions de façon constructive	<b>(S2)</b> Résoudre des difficultés relationnelles	<b>S2.1</b> S'affirmer et résister à la pression sociale par l'assertivité et le refus
	<b>C2.2</b> Gérer ses impulsions		<b>E2.2</b> Réguler ses émotions (a) agréables (b) désagréables		
	<b>C2.3</b> Résoudre des problèmes de façon créative et efficace				
	<b>C2.4</b> savoir demander de l'aide		<b>E2.3</b> Comprendre et gérer son stress		<b>S2.2</b> Résoudre les conflits de façon constructive

**Point de vigilance : comme toute classification, elle est perméable et toutes les compétences sont interrelées.**