

CRPE niveau BAC + 3	Epreuve orale d'entretien Epanouissement de l'élève
	Fiche-résumé
C	EDUSCOL : DEVELOPPER LES COMPETENCES PSYCHOSOCIALES CHEZ LES ELEVES

EDUSCOL : Développer les compétences psychosociales chez les élèves

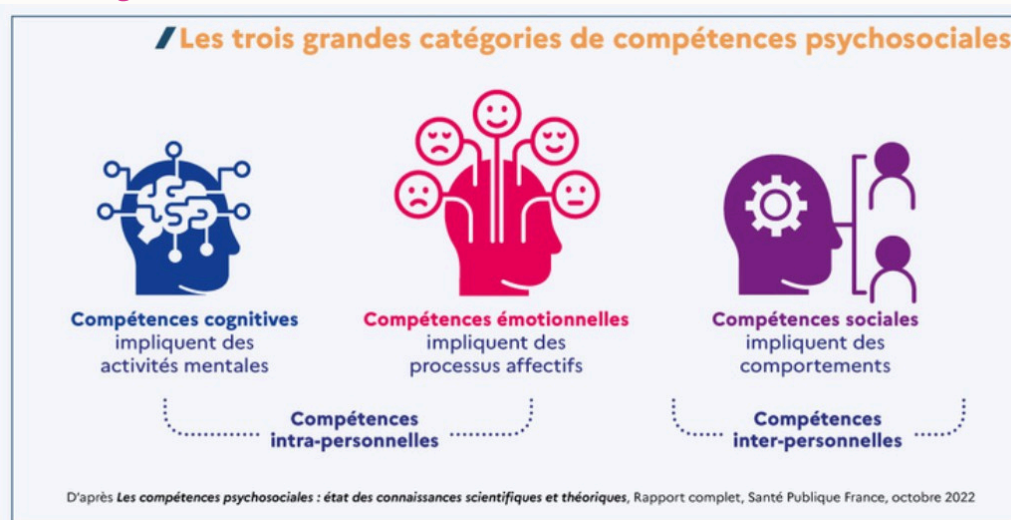
I. Mieux comprendre les CSP :

Les compétences psychosociales (CPS) désignent **les aptitudes qu'une personne mobilise pour faire face aux exigences de la vie quotidienne et prendre part à la vie sociale**. Ces compétences (**empathie, régulation de ses émotions, capacité d'adaptation ou à communiquer efficacement...**) ont pour **objectifs d'améliorer les relations à soi, aux autres et aux apprentissages** et entrent donc en résonance avec l'Ecole. De nombreux travaux scientifiques établissent qu'**elles sont un facteur-clef de la santé, du bien-être et de la réussite éducative et sociale**.

Les **CPS sont proches d'autres compétences** : les « *compétences socio-comportementales* », les « *compétences à s'orienter* ». Elles ont en commun de **désigner des compétences non disciplinaires utiles dans les relations à soi et aux autres, transversales et transférables**.

Les CPS recouvrent la « *capacité d'une personne à maintenir un état de bien-être psychique et à le démontrer par un comportement adapté et positif lors d'interactions avec les autres, sa culture et son environnement* » (OMS, 1994). Autrement dit, **les compétences psychosociales désignent les aptitudes psychologiques qu'un individu met en œuvre pour s'insérer et agir dans la société**. Leur caractère général et transversal apparaît mieux dans la dénomination anglaise de « *life skills* » « *compétences de vie* », traduit par « *compétences psychosociales* ».

Les trois grandes catégories de CPS :



II. Définition des compétences psychosociales :

Les compétences psychosociales (CPS) ont pour origine les travaux menés par l'OMS dans les années 1980 et 1990 pour identifier les aptitudes transculturelles qui permettent de faire face aux exigences de la vie quotidienne. Il s'agissait alors d'adopter une vision globale de la santé (bien-être physique, mental et social) pour pouvoir agir en amont sur la prévention des comportements nocifs et à risque ou des problèmes de santé mentale, en remontant aux déterminants psychiques qui permettent

CRPE niveau BAC + 3	Epreuve orale d'entretien Epanouissement de l'élève
	Fiche-résumé
C	EDUSCOL : DEVELOPPER LES COMPETENCES PSYCHOSOCIALES CHEZ LES ELEVES

de faire des choix éclairés. Sur la base de 30 années de recherche, Santé publique France propose aujourd'hui une définition actualisée et une classification plus stable scientifiquement. **SpF définit les compétences psychosociales** comme « **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** ».

Selon Santé publique France, les CPS se distinguent des traits de personnalité ou de caractères des individus qui désignent « un éventail de facettes personnelles relativement stables dans le temps ». Les CPS se caractérisent par « la possibilité de changement et de développement », elles sont modifiables et dépendent de facteurs individuels et environnementaux. Elles se construisent dès l'enfance via les interactions familiales et sociales, par des interventions éducatives, mais aussi enseignées et renforcées tout au long de la vie. Les CPS sont des compétences transversales, génériques et interdisciplinaires, contrairement aux compétences techniques, académiques et disciplinaires qui sont plus spécifiques à un domaine d'application ou à une discipline. Les CPS sont à différencier des compétences cognitives telles que les compétences intellectuelles et des fonctions exécutives comme la mémoire, l'attention, l'inhibition ou la sélection de l'information, même si la dimension cognitive est largement présente dans les CPS.

La 1^{ère} classification de l'OMS comprenait 10 compétences classées en 5 binômes. **Dans les années 2000, l'OMS propose la classification en 3 groupes de CPS : compétences sociales, compétences cognitives, compétences émotionnelles. SpF s'appuie sur ce cadre théorique et propose une classification actualisée autour de ces 3 grandes catégories, dont 9 CPS générales contenant chacune 2 à 4 CPS.**

- **Les compétences cognitives** sont « *un ensemble de capacités psychologiques impliquant des activités mentales qui permettent de renforcer le pouvoir d'agir (empowerment), de favoriser un fonctionnement individuel et de maintenir un état de bien-être psychique* ». **Compétences cognitives** : **avoir conscience de soi** (connaissance de soi, savoir penser de façon critique, capacité d'auto-évaluation positive, capacité d'attention à soi) ; **capacité de maîtrise de soi** (capacité à gérer ses impulsions, capacité à atteindre ses buts) ; **prendre des décisions constructives** (capacité à faire des choix responsables, capacité à résoudre des problèmes. de façon créative).
- **Les compétences émotionnelles** sont « *un ensemble de capacités psychologiques impliquant des processus et états affectifs qui permettent de maintenir un état de bien-être psychique, de favoriser un fonctionnement individuel optimal, de renforcer le pouvoir d'agir (empowerment) et de développer des relations constructives* ». **Compétences émotionnelles** : **capacité à avoir conscience de ses émotions et de son stress** (comprendre les émotions et le stress, Identifier ses émotions et son stress) ; la capacité à réguler ses émotions - Exprimer ses émotions de façon positive, gérer ses émotions) ; **capacité à gérer son stress** (réguler son stress au quotidien, capacité à faire face (coping) en situation d'adversité).
- **Les compétences sociales** sont « *un ensemble de capacités psychologiques impliquant des comportements relationnels qui permettent de développer des interactions constructives, de renforcer le pouvoir d'agir (empowerment) et de maintenir un état de bien-être psychique* ». **Compétences sociales** : **capacité à communiquer de façon constructive** (capacité d'écoute empathique, communication efficace) ; capacité à développer des relations constructives (développer des liens sociaux, développer des attitudes et comportements prosociaux) ; **capacité à résoudre des difficultés** (savoir demander de l'aide, capacité d'assertivité et de refus, résoudre des conflits de façon constructive).

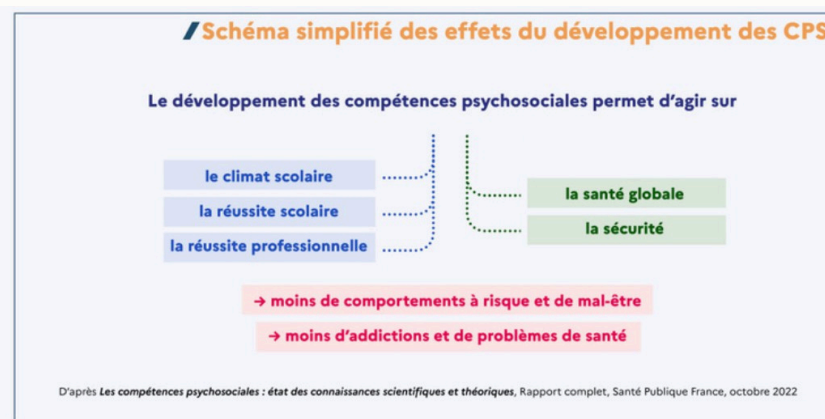
CRPE niveau BAC + 3	Epreuve orale d'entretien Epanouissement de l'élève
	Fiche-résumé
C	EDUSCOL : DEVELOPPER LES COMPETENCES PSYCHOSOCIALES CHEZ LES ELEVES

III. Pourquoi développer les compétences psychosociales ? Les effets en milieu scolaire :

Le développement des CPS favorise **l'autonomisation et renforce le pouvoir d'agir (empowerment) des personnes, le maintien d'un état de bien-être psychologique, la construction de relations saines et positives, l'adoption de comportements favorables à la santé et la réduction des comportements à risque**. Il est un levier majeur pour répondre aux défis auxquels l'école est confrontée car il contribue au développement d'attitudes positives envers l'école, à l'amélioration de la réussite scolaire et du climat de classe ainsi qu'à l'épanouissement des élèves.

Plusieurs études ont confirmé les effets positifs des programmes de développement des CPS notamment dans la prévention des addictions et des comportements à risque, le bien-être et la réussite scolaire. Pisa 2018 a classé la France 62^e sur 65 pays de l'OCDE pour la confiance en soi des élèves, alors que cette compétence est un déterminant de la réussite scolaire.

Schéma simplifié des effets du développement des CPS :



IV. Les CPS, pourquoi les développer et comment ?

Mener des séances d'empathie dans les écoles maternelles et élémentaires

Les cours d'empathie sont généralisés dans les écoles maternelles et élémentaires depuis la rentrée 2024, dans le cadre du renforcement du volet prévention du Plan interministériel de lutte contre le harcèlement (27 septembre 2023). Une phase d'expérimentation de séances d'empathie a eu lieu de janvier à juin 2024 dans 1000 écoles. Former les élèves à l'empathie améliore les relations entre les élèves et favorise l'acquisition de compétences indispensables au vivre ensemble, à l'estime de soi, au respect de l'autre et à la réussite scolaire de tous les élèves dans un climat scolaire serein. Ce processus prend appui sur 16 compétences psychosociales qui constituent les objectifs d'apprentissage des ressources proposées dans le kit.

Les 3 volumes du kit pour des séances d'empathie à destination des professeurs

Pour accompagner la généralisation des cours d'empathie dans les écoles maternelles et élémentaires, un kit composé de 3 volumes est mis à la disposition des professeurs.

Références officielles :

<https://eduscol.education.gouv.fr/4677/developper-les-competences-psychosociales-chez-les-eleves>
Instruction interministérielle n°DGS/SP4/DGCS/DGESCO/DJEPVA/DS/DGEFP/PJJ/DGESIPDGER/2022/131 du 19 août 2022 relative à la stratégie nationale multisectorielle de développement des compétences psychosociales chez les enfants et les jeunes – 2022-2037