

LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

CATALOGUE



LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

CATALOGUE



EDITO

Face à l'émergence de politiques publiques mentionnant les compétences psychosociales en France, l'IREPS Guadeloupe, Saint-Martin, Saint-Barthélemy a décidé de mettre à disposition de ses partenaires une sélection d'outils dédiés à ce levier clé de la promotion de la santé.

Dans le but de soutenir nos partenaires dans la mise en œuvre de leurs projets et de les aider à mener des interventions CPS efficaces, nous avons souhaité proposer une sélection cohérente de ressources sur le sujet.

Les ouvrages, outils d'interventions, sites internet ou documents de référence présentés permettront d'approfondir vos connaissances sur les CPS et de favoriser leur apprentissage auprès de votre public.

Ce catalogue contient une sélection de 29 ressources différentes, mais vous pouvez découvrir bien d'autres outils sur notre [portail documentaire](#).

Ce catalogue a été réalisé par le pôle documentation de l'IREPS Guadeloupe :

M. Bruno MOUTOUSSAMY, documentaliste ;

Mme Line BALTYDE, chargée de diffusion et de communication ;

Mme Nouria TINTIN, chargée de projet promotion de la santé.

Modalités de prêt

Vous pouvez emprunter gratuitement des ressources. Pour ce faire, il vous suffit de vous inscrire en personne auprès du service de documentation, en apportant avec vous un chèque de caution annuel d'un montant de 50 euros. Les inscriptions sont individuelles et nominatives, et elles sont valables pour toute l'année civile en cours.

Vous avez la possibilité d'emprunter jusqu'à 5 documents, dont 3 outils d'intervention, simultanément, pour une durée de 21 jours, renouvelable une fois.

Une fois inscrits, vous aurez la possibilité de pré-sélectionner les outils qui vous intéressent à partir de notre base documentaire en ligne (<https://ireps-gp.centredoc.org/index.php>).

Le retrait se fait sur rendez-vous dans nos locaux de Jarry du mardi au vendredi de 8h00 à 12h30 et de 14h00 à 17h00 (sauf le mercredi après-midi).

Pour faciliter vos démarches, vous pouvez également effectuer des demandes d'informations par téléphone ou par courrier électronique.



10, quartier Sisyphe - Fond Bois neuf , Voie verte, ZAC de Houëlbourg, 97122, Baie-Mahault.



Centre de documentation Ireps
Tél : 0590 48 93 06 - Mail : documentation@ireps.gp

SOMMAIRE

01 Nouveautés

5

02 Outils d'intervention

16

03 Ouvrages

24

04 Ressources clés

31

05 Ressources en ligne

35

NOUVEAUTÉS



Des récits et des vies : Version adultes (19-99 ans)

2017 / Le comptoir aux histoires



[Clique pour accéder à notre base de données](#)

Ce jeu de plateau simple d'utilisation, repose sur le langage et vise à favoriser l'expression de soi. L'objectif est d'encourager les participants à s'exprimer sur leur histoire de vie. Adapté à un large public d'adultes, il conviendra tout particulièrement aux populations en situation de vulnérabilité. S'appuyant sur la thérapie et la psychologie positives il vise à développer l'estime de soi des personnes, à mettre en lumière leurs qualités, capacités, fragilités, aspirations, projets, valeurs, à trouver des ressources et à créer du lien...

Ce jeu propose également une version pour les enfants et les adolescents.

Public : Tout public



Devine moi si tu peux !

2022 / IREPS Pays-de-La-Loire



Ce jeu de plateau permet aux adolescents de mettre en place des stratégies de *coping* pour répondre au mieux à des situations de stress ou difficiles à gérer. À l'aide des cartes proposées, il permet de réfléchir et d'échanger sur la meilleure stratégie à adoptée dans la situation proposée... L'objectif du jeu est de deviner la réaction adoptée par l'autre et trouver la meilleure solution pour résoudre une situation problématique.

Public : Professionnels de l'éducation et professionnels médico-sociaux pour des animation à destination d'adolescents et de jeunes adultes



Impro social

2021 / Les Editions Passe-Temps



Ce jeu sur le thème du développement socioaffectif est conçu pour aider les jeunes de 8 à 14 ans à réfléchir aux différents comportements qu'ils peuvent adopter dans des situations qui mettent leurs habiletés sociales au défi. La roulette du jeu qui les invite à faire une improvisation de manière émotive, neutre, enfantine ou prosociale les aide à pousser leur réflexion. Le but du jeu est donc d'improviser des situations sociales qui peuvent être problématiques dans la vie des enfants et de trouver le bon comportement pour résoudre le problème.

Public : Enfants / Adolescents / Jeunes adultes / Parents / Professionnels de l'éducation



Pour ou contre ?

5 minutes de moments complices

2020 / Minus éditions



« Pour ou contre ? » est un jeu de cartes incitant à débattre avec humour, en famille ou entre amis, de sujets sérieux ou farfelues. Il peut permettre aux enfants, dès 6 ans, d'aiguiser leur capacité d'argumentation, de développer leur imaginaire, stimuler leur créativité et d'apprendre à défendre leur point de vue.

Public : Enfants / Parents



Résoudre les conflits, mode d'emploi

Pour des relations apaisées et sans violence en couple, au travail, en famille

Pascale De Lomas

2019 /Editions Leduc



Ce guide fournit aux lecteurs des outils afin qu'ils puissent résoudre des conflits sans violence. En explicitant des notions telles que les 10 piliers de la communication bienveillante et en proposant 8 exercices conçus pour aider à démêler des conflits au quotidien, il les encourage à cultiver de relations saines et équilibrées, respectueuses des émotions de chacun.

Public : Tout public



Les compétences psychosociales : Bien-être, prévention, éducation

Béatrice Lamboy

2021 / Presse Universitaire de Grenoble



Les compétences psychosociales (CPS) sont reconnues aujourd'hui comme un déterminant majeur de la santé, du bien-être et de la réussite éducative. Elles occupent ainsi une place centrale à la croisée des champs de la santé, de l'éducation, de la petite enfance et du social. Mises en avant par l'Organisation Mondiale de la Santé dans les années 1990, présentes actuellement dans plusieurs politiques publiques, elles intéressent de plus en plus les acteurs de terrain qui souhaitent promouvoir la santé et le bien-être à tous les âges de la vie. Mais que sont réellement les compétences psychosociales ? Quelles sont celles qui sont contenues dans les programmes validés ? Pourquoi sont-elles si importantes ? Grâce à l'analyse des programmes CPS validés par la recherche scientifique et l'apport des derniers modèles théoriques et scientifiques en psychologie, 11 CPS socles ont pu être identifiées et approfondies. De façon très claire, synthétique et pédagogique, cet ouvrage présente ces « 11 compétences clés » qui permettent de favoriser le développement optimal de la personne.

Public : Tout public



Dix exercices pour bouger et méditer : La méditation en pleine conscience pour les enfants

Thích Nhất Hạnh

2018 / Pocket Jeunesse



Cet ouvrage propose aux enfants dix exercices physiques pour tester leurs appuis, travailler leur respiration, trouver leur point d'équilibre et prendre conscience de leur corps en mouvement.

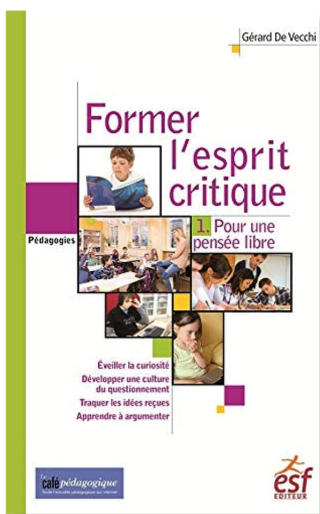
Public : Professionnels / Enfants / Parents



Former l'esprit critique. Pour une pensée libre

Gérard De Vecchi

2017 / ESF Sciences humaines



Destiné aux enseignants du primaire et du secondaire, cet ouvrage est découpé en 26 chapitres au cours desquels l'auteur s'attache à montrer, exemples à l'appui, comment les enseignements disciplinaires peuvent permettre de développer l'esprit critique des élèves.

L'ouvrage se compose de trois parties. Dans la première, l'auteur tente de définir le concept « complexe et ambigu » d'esprit critique. Il explore, dans la deuxième, les grands principes devant guider toute pratique d'éducation de l'esprit critique. Pour finir, la troisième partie, regroupe des activités à adapter en classe.

Public : Professionnels de l'éducation



Attitudes positives : tolérance et coopération

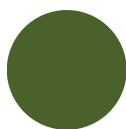
2022 / AKROS Interdidak SL



Ce jeu d'observation s'adresse aux jeunes enfants de 3 ans à 6 ans. C'est un outil éducatif qui permet de travailler sur le vivre ensemble, les valeurs de la tolérance et de la coopération, la civilité, le respect des règles...

Chaque carton comporte 4 images mettant en scène des personnages agissant dans différents contextes de la vie quotidienne, dont un des comportements est inapproprié. En observant les images de chaque carton de jeu, l'enfant signale avec une croix rouge l'attitude inadaptée. Ensuite, il suffit de retourner le carton pour vérifier que le choix est correct.

Public : Professionnels de l'éducation / Parents pour des animations à destination des enfants



50 exercices pour résoudre les conflits sans violence

Christophe Carre

2022 / Editions Eyrolles



Cet ouvrage offre au lecteur une série de fiches d'exercices conçues pour favoriser une meilleure connaissance de soi et pour aborder les conflits sans recourir à la violence. À travers divers outils tels que des tests de personnalité, des études de cas, des questionnaires à choix multiples, des exercices interactifs, et des techniques à expérimenter en dehors de la lecture, le lecteur sera en mesure d'évaluer sa manière habituelle de réagir face aux conflits, d'identifier les origines et les mécanismes sous-jacents des conflits, de les désamorcer en adoptant une approche calme et transparente basée sur les principes de la communication non violente. Enfin, ce livre permettra au lecteur de développer ses compétences relationnelles, son assertivité, son aptitude à l'écoute, et son empathie, lui donnant ainsi les moyens de mieux gérer les situations conflictuelles en face-à-face.

Public : Tout public

OUTILS D'INTERVENTION



E-motion 2

2014 / Mot à mot



[Clique pour accéder à notre base de données](#)

Ce jeu est composé de 75 cartes illustrées, conçu pour guider les élèves en maternelle et aux premiers stades de l'école primaire dans la découverte et la compréhension des diverses sources des émotions et des sentiments. Ces cartes sont regroupées en 15 séries. Chaque série se compose d'une "carte-émotion" évoquant une émotion telle que la peur, la joie, ou la tristesse, accompagnée de 4 "cartes-situation" associées, représentant les circonstances qui déclenchent ces émotions.

Public : Professionnels de la petite enfance et professionnels de l'éducation à destination des enfants



Social Behaviour : Comment se comporter envers les autres

2015 / Stéphanie Holland



Ce jeu rassemble 44 cartes illustrant par des dessins des comportements humains, parfois respectueux, parfois non, dans des situations de la vie quotidienne. Elles permettent de sensibiliser les enfants et les adultes sur leurs comportements envers les autres et leur développement personnel au sein de la société.

Ce kit permet en décrivant les cartes de susciter le débat et la réflexion sur les relations interpersonnelles et d'amorcer ainsi une réflexion sur le respect, le civisme, le développement des compétences personnelles et relationnelles.

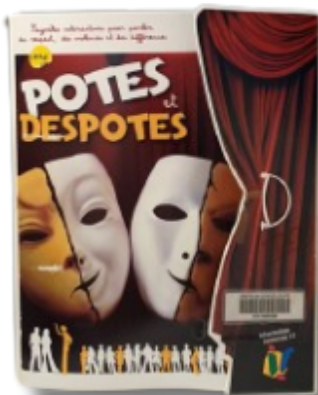
Public : Tout public



Potes et despotes

Saynètes interactives pour parler du respect, des violences et des différences

2009 / Association départementale information jeunesse) Côtes d'Armor



Construit à partir de saynètes théâtrales, cet outil pour les jeunes (11 à 17 ans) vise à promouvoir un changement de comportement et d'attitude face à la violence. Il aspire à sensibiliser les participants à la réalité que la personne exposée à notre agressivité éprouve des émotions susceptibles de la blesser profondément. De plus, il met en lumière l'importance de la communication constructive, de la négociation, de l'expression des opinions, et de l'articulation des ressentis lorsqu'on est confronté à une agression.

Public : Professionnels de l'éducation et professionnels de l'animation pour des animations à destinations d'adolescents



Sociab'Quizz

Les habiletés sociales en questions

2013 / Valorémis



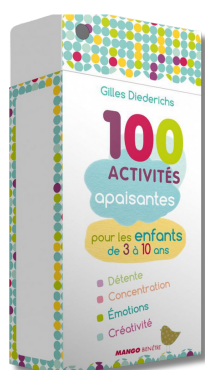
Ce jeu a pour objectif l'acquisition et le renforcement des habiletés sociales dans leur dimension cognitive, émotionnelle et comportementale. Le parcours proposé met les participants en situation de manière individuelle, à partir de différents types de cartes : action, remue-méninges, interview ou mystères. Les sollicitations soulevées par les cartes, proches du vécu des adolescents, sont diversifiées et complémentaires. Elles permettent d'aborder la communication, la résolution de problème, la reconnaissance des émotions, la connaissance de soi, et invitent à faire preuve de créativité et d'imagination.

Public : Professionnels de l'éducation et professionnels de l'animation pour des animations à destinations d'adolescents et d'enfants



100 activités apaisantes pour les enfants de 3 à 10 ans

2013 / Fleurus Editions



Cet outil propose des activités pour canaliser l'énergie des enfants et favoriser la relaxation. Il est conçu sous la forme d'un éventail de 100 fiches d'activités, organisées en 4 thématiques, pour apprendre à se détendre, se concentrer, gérer ses émotions et développer sa créativité. Chaque fiche est en deux parties : côté face pour les parents (description et bienfaits de l'activité...) et côté pile pour l'enfant (étapes de l'activité dans un langage simple, avec matériel, astuces et variantes).

Public : Professionnels de l'éducation et professionnels de la petite enfance pour des animations à destinations d'enfants



Le qu'en dit-on ? Support d'expression en groupe : version junior

2016 / Maison des Adolescents du Maine-et-Loire



Ce jeu a pour objectif de promouvoir une dimension pacifiée des interrelations entre l'adolescent et son environnement. Il convient à des jeunes de 13 à 20 ans notamment en milieu scolaire. Il est constitué de 60 cartes décrivant une situation potentiellement conflictuelle regroupées en grands thèmes (Vie sociale - Vie familiale - Vie scolaire - Vie privée - Vie nocturne - Vie affective et sexuelle) et d'affichettes (Acceptable - Non acceptable - Discutable - Interdit par la loi) sur lesquelles vont être positionnées les cartes. Il s'agit alors de se représenter une situation, d'élaborer une manière d'y répondre, d'argumenter sa position et de se confronter ensuite au débat qu'elle suscite dans le groupe.

Public : Professionnels médico-sociaux / Professionnels de l'éducation pour des animations à destination des adolescents & jeunes adultes



Le qu'en dit-on ? Support d'expression en groupe : version adulte

2013 / Centre de santé mentale angevin



Construit autour de 60 cartes thématiques décrivant une situation relationnelle, ce jeu a pour finalité de permettre aux joueurs de réfléchir à leurs propres représentations du respect de la loi, du rapport à l'autre en se confrontant au débat avec le groupe.

Public : Professionnels médico-sociaux / Professionnels de l'éducation pour des animations à destination d'adultes

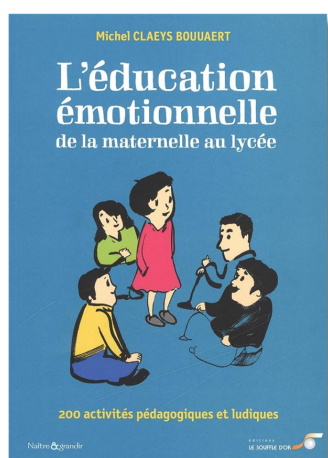
OUVRAGES



L'éducation émotionnelle de la maternelle au lycée : 200 activités pédagogiques et ludiques

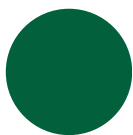
Michel Claeys Bouuaert

2014 / Editions Le Souffle d'or



Ce guide pratique présente les stratégies pédagogiques et les outils à disposition des enseignants souhaitant favoriser l'apprentissage des compétences psychosociales liées à l'intelligence émotionnelle. L'auteur y définit ce concept et présente notamment quels sont les bénéfices de son développement pour les enfants et les adolescents. Il offre, à travers ce document, des solutions simples pour les aider à s'épanouir et à réussir.

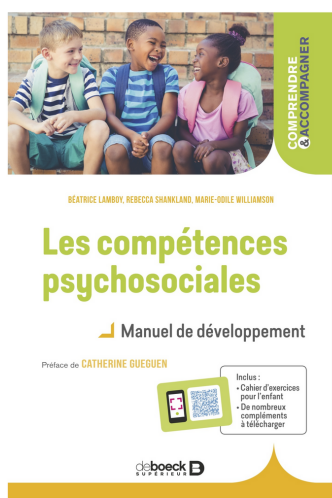
Public : Professionnels de l'éducation



Les compétences psychosociales : Manuel de développement

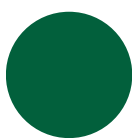
Béatrice Lamboy, Rebecca SHANKLAND et Marie-Odile Williamson

2021 / De Boeck Supérieur



Ce manuel aborde les principales compétences psychosociales (CPS) permettant aux professionnels de mener des interventions CPS efficaces. La première partie présente l'état des connaissances sur les CPS et les programmes CPS validés, ainsi que des recommandations pour réaliser des ateliers efficaces. Les 3 parties suivantes regroupent 11 fiches techniques consacrées aux 11 CPS socles issues de la littérature. En fin d'ouvrage, des tableaux synoptiques permettent d'organiser des ateliers CPS ; des répertoires des exercices et des activités et un récapitulatif des activités complètent l'ouvrage.

Public : Professionnels de l'éducation / Professionnels de l'animation



L'estime de soi : Apprendre à s'aimer avec ou sans les autres

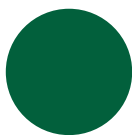
Marie-Joseph Chalvin

2010 / Editions Eyrolles



Ce livre propose une série d'exercices concrets destinés à renforcer son estime de soi. Après avoir analysé le fonctionnement des interactions entre soi et les autres, ainsi que les mécanismes sous-jacents à ces interactions, l'auteur guide le lecteur à travers un travail dans différents domaines de notre vie : le domaine social, les relations de couple et familiales, ainsi que la sphère professionnelle.

Public : Tout public



Favoriser l'estime de soi à l'école. Enjeux, démarches, outils

Dalith Meram, Geneviève Eyraud et Agnès Oelsner

2006 / Chronique Sociale



Cet ouvrage propose un cadre et des outils afin d'aider à la mise en place, en milieu scolaire, d'une démarche préventive axée sur la promotion de l'estime de soi et des compétences relationnelles des enfants de 5 à 7 ans.

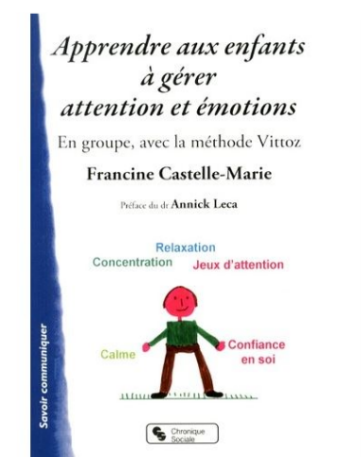
Public : Professionnels de la petite enfance / Parents



Apprendre aux enfants à gérer attention et émotions : En groupe avec la méthode Vittoz

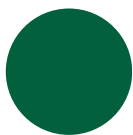
Francine Castelle-Marie

2014 / Chronique Sociale



Cet ouvrage propose 31 fiches d'activités à mener en groupe auprès d'enfants de 8 à 12 ans. Ces activités sont issues de la Méthode Vittoz, dont l'objectif est d'aider les enfants à être plus présents dans ce qu'ils font et à retrouver ainsi leur confiance en eux, grâce à l'apprentissage de jeux, complétés par des séances de relaxations et des coloriages (de type mandalas). Chaque séance est décrite de façon détaillée (objectifs, matériel nécessaire, différentes étapes...) avec en complément des commentaires, anecdotes, conseils à l'animateur afin d'aider chacun à acquérir les bases de cette méthode.

Public : Professionnels de l'éducation / Parents



Développer les compétences sociales des adolescents par des ateliers de parole

Edith Goddet Tartar

2007 / Editions Retz



Ce guide propose une démarche pédagogique pour la mise en place d'un atelier de parole avec des adolescents en contexte scolaire. Une centaine d'exercices ou activités, visant à développer les savoir-faire et savoir-être des adolescents, sont explicités . Au cours de ces ateliers, conçus comme des espaces d'échanges et de discussion, il s'agit :

- d'apprendre à se connaître
- accepter l'autre
- d'apprendre à connaître ses capacités, ses ressources et ses limites
- d'apprendre les compétences nécessaires pour vivre avec et parmi les autres
- de se responsabiliser
- de mettre en pratique les lois et les règles de vie en société.

Public : Professionnels de l'éducation

RESSOURCES CLÉS



Les compétences psychosociales : un référentiel pour un déploiement auprès des enfants et des jeunes : Synthèse de l'état des connaissances scientifiques et théoriques réalisé en 2021

2022 / Santé publique France



Ce document de référence, qui est destiné aux décideurs et aux acteurs de terrain, synthétise le bilan des connaissances scientifiques sur les compétences psychosociales, et fournit des premiers repères pour l'action et la décision.

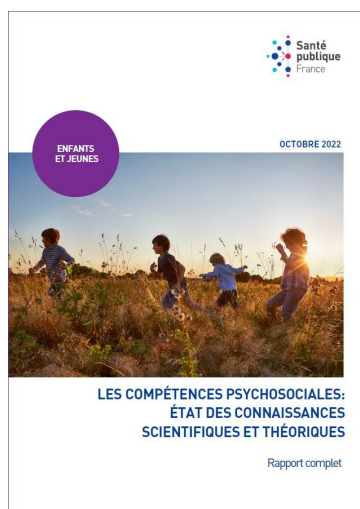
Conçu par Santé publique France avec la collaboration de plusieurs chercheurs, acteurs de terrain et décideurs, il est organisé en quatre chapitres synthétiques fournissant des définitions, une description des 9 CPS générales, un bilan des effets des programmes probants et présentant les “facteurs clés” communs aux différents programmes.

Public : Professionnels



Les CPS : état des connaissances scientifiques et théoriques

2022 / Santé publique France



Ce document élaboré par Santé publique France en collaboration avec des chercheurs, acteurs de terrain et décideurs, s'adresse aux décideurs et aux intervenants sur le terrain. Il synthétise les connaissances scientifiques sur les compétences psychosociales (CPS) en huit chapitres. Ces chapitres abordent divers aspects, tels que la définition des CPS, la description des 9 CPS générales et 21 CPS spécifiques, l'histoire des programmes CPS en France, leur inclusion dans les politiques publiques, leur utilisation dans les territoires, et un bilan des effets probants sur la santé et la réussite éducative.

Public : Professionnels



Stratégie nationale multisectorielle de développement des compétences psychosociales chez les enfants et les jeunes – 2022-2037

2022 / Ministère de la santé et de la prévention, Ministère des solidarités, de l'autonomie et des personnes handicapées



Cette instruction interministérielle présente la stratégie nationale multisectorielle de développement des compétences psychosociales chez les enfants et les jeunes reposant sur le référentiel national publié par Santé publique France en 2022. Elle édicte la mise en place d'une coordination territoriale et d'un plan d'action pour atteindre un objectif générationnel : permettre à tous les enfants de développer leurs compétences psychosociales dès le plus jeune âge, pendant toute leur croissance et dans tous les milieux. Des objectifs opérationnels seront déclinés selon les 5 axes de la stratégie au travers de feuilles de route et d'indicateurs par secteurs : pour les acteurs de l'éducation nationale, la jeunesse et les sports ; de l'enseignement agricole ; de l'aide sociale à l'enfance et de la protection judiciaire de la jeunesse, de l'insertion, de la formation professionnelle et de l'accompagnement professionnel des 16/18 ans et des jeunes adultes.

Public : Professionnels

RESSOURCES EN LIGNE



CAPSule Santé

FRAPS-IREPS Centre-Val de Loire



La RAPS-IREPS Centre-Val de Loire propose un Classeur d'Activités en Promotion de la Santé axé sur cinq thématiques majeures de santé publique : l'éducation aux écrans, la vaccination, la santé environnementale, la nutrition et l'hygiène de vie. L'objectif de ce classeur est de développer les compétences psychosociales des jeunes de 7 à 12 ans tout en renforçant leurs connaissances sur ces sujets, les préparant ainsi à prendre en charge leur santé de manière autonome et responsable.

Public : Professionnels



ScholaVie



ScholaVie élabore des outils ludiques et pédagogiques qui peuvent être facilement appliqués sur le terrain, en s'appuyant sur les résultats de la recherche et les exigences des professionnels. Ces ressources ont pour objectif de renforcer les compétences psychosociales à deux niveaux : d'une part, chez les professionnels de l'éducation et de la santé, et d'autre part, chez les jeunes qu'ils encadrent, de la maternelle au collègue.

Public : Professionnels



Sirena CPS



Sirena-cps est le site ressource national à destination des professionnels qui souhaitent renforcer les compétences psychosociales de leurs publics.

Public : Professionnels