

# FOCUS SUR LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

**Elodie COULON**  
**Chargée de mission**





# Les compétences psychosociales

Que sont les  
compétences  
psychosociales?



## Organisation Mondiale de la Santé



Définition avec  
10 aptitudes \*



Classification  
en 3 catégories  
sociales  
cognitives  
émotionnelles

## Education Nationale



Intégration dans  
le socle commun  
de connaissances,  
de compétences  
et de culture

## Ministère de la Santé



Intégration  
dans le  
parcours  
éducatif  
de santé

# Définition

- Définies par l'OMS en 1993 comme: « Un ensemble de ressources psychologiques et d'aptitudes sociales »
- Définies par santé publique Frans en 2022 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. »

## SOCIALE

**Communiquer** de façon constructive.  
**Développer** des relations constructives.  
**Résoudre** des difficultés

## ÉMOTIONNELLE

**Avoir conscience** de ses émotions et de son stress.  
**Réguler** ses émotions.  
**Gérer** son stress.

## COGNITIVE

**Avoir conscience** de soi.  
Capacité de **maîtrise** des soi.  
Prendre des **décisions constructives**.

**CPS**

Pourquoi  
développer les  
compétences  
psychosociales?



- Elles peuvent être renforcées tout au long de la vie
- Elles ont montré des effets bénéfiques sur le bien être
  - Physique
  - Mental
  - Social des individus

Santé et  
prévention

Sport

Travail

Justice

8 ministères ont décidé  
d'œuvrer à leur  
déploiement

Agriculture

Enseignement  
supérieur

Culture

Education  
nationale

Pourquoi cela peut  
intéresser la Ligue  
contre le cancer?



- Selon l'INSERM elles ont des effets positifs sur
  - Les consommations de substances psychoactives
  - Les comportements violents
  - Les comportements sexuels à risque
  - Les problèmes de santé mentale
  - Le climat scolaire et la réussite scolaire
  - L'insertion et la réussite professionnelle

- Selon l'INSERM elles ont des effets positifs sur
  - **Les consommations de substances psychoactives**
  - Les comportements violents
  - **Les comportements sexuels à risque**
  - Les problèmes de santé mental
  - Le climat scolaire et la réussite scolaire
  - L'insertion et la réussite professionnelle

Comment faire?



# Explo santé

- Programme expérimental en cours d'évaluation
- Suivi de cohorte sur trois ans (CM1 à la 6<sup>ème</sup>)
- 10 séances de 1h30 par an et par classe
- Éducation à la santé et environnements de vie

