

MIEUX VIVRE
ENSEMBLE



LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

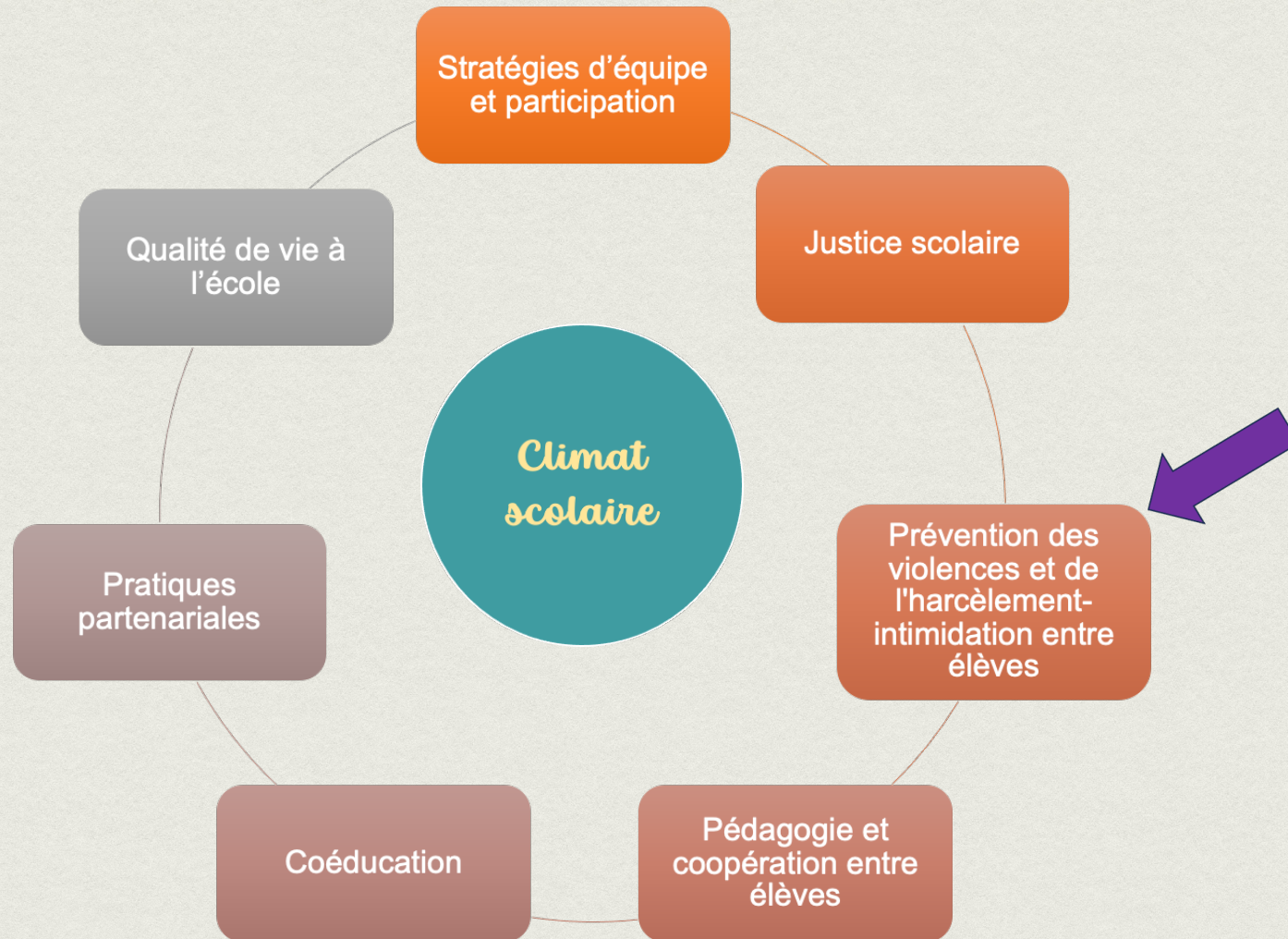
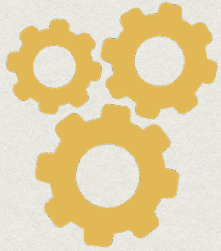
EPS Aigle - APE du 22.04.26

PRÉSENTATION

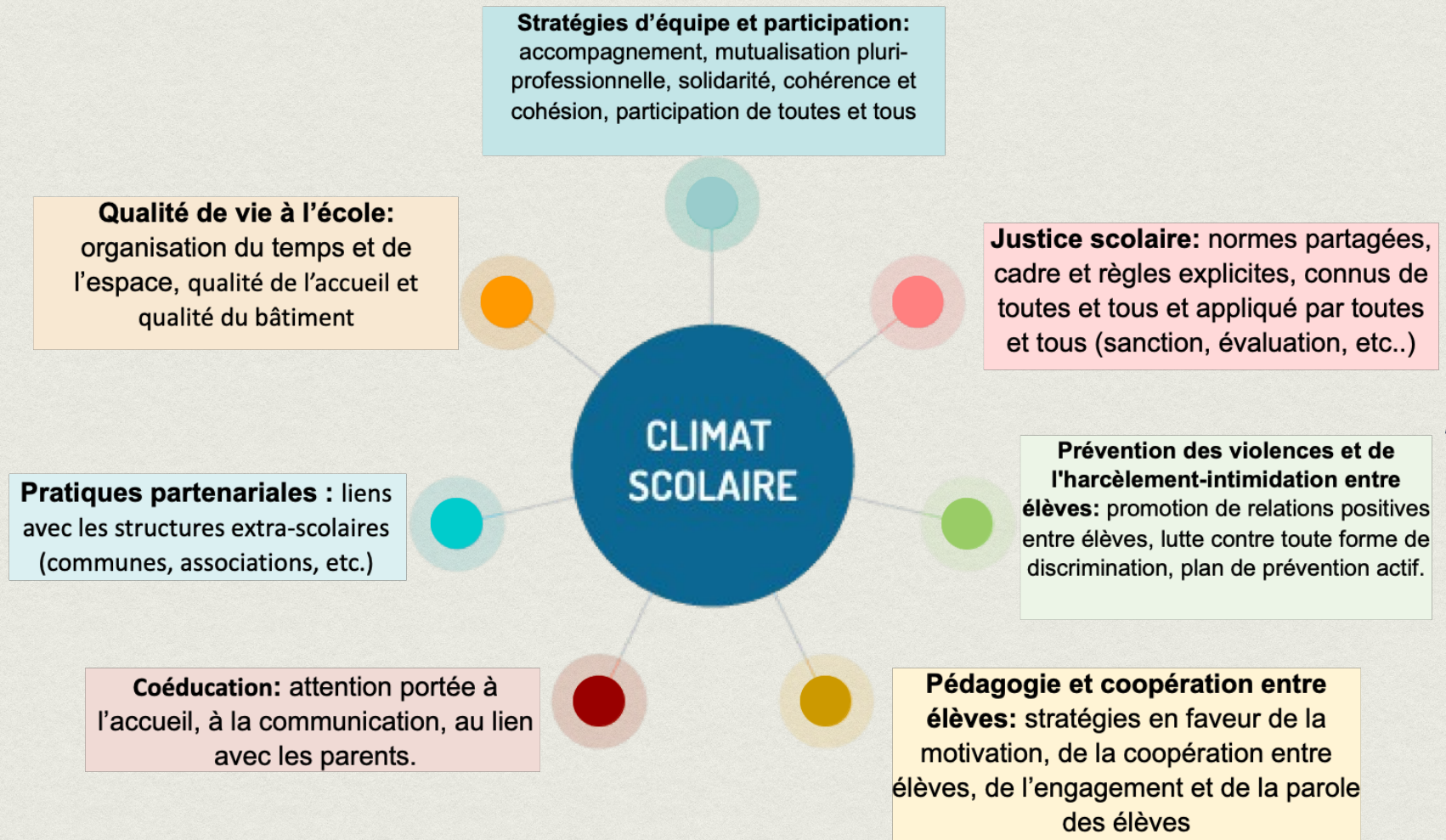
1. Présentation des 3 intervenants : Audrey MORET, Monica TACK et Christophe ROD
2. Le développement de compétences psychosociales : définition
3. Les dispositifs mis en place au sein de l'EPS Aigle
4. Les réflexions au sein de l'EPS Aigle
5. Questions - échange

1. PRÉSENTATION DES 3 INTERVENANTS

- Audrey MORET, enseignante primaire, médiatrice
- Monica TACK, éducatrice en milieu scolaire (ESS), conseillère Ecole-Famille
- Christophe ROD, enseignant spécialisé, titulaire de classe 9-11VG/1



Pour un climat scolaire positif, 2015, C. Veltcheff, Canopé éditions, 2015



2. LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

Les **compétences psychosociales** (CPS) à l'école sont des capacités **cognitives, émotionnelles** et **sociales** permettant aux élèves de gérer efficacement les exigences du quotidien, de maintenir un bien-être mental et de **favoriser des relations positives**. Regroupant des habiletés comme l'empathie, la gestion des émotions, la pensée critique et la coopération, elles soutiennent les apprentissages et le développement global de l'enfant.

Sources: inspiré de [scholavie.fr](https://www.scholavie.fr) et OMS, 2021

Catégories	CPS générales	CPS spécifiques
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 problèmes de façon créative
Compétences émotionnelles	Avoir conscience de ses émotions et de son stress	Comprendre les émotions et le stress Identifier ses émotions et son stress
	Réguler ses émotions	Exprimer ses émotions de façon positive Gérer ses émotions
	Gérer son stress	Réguler son stress au quotidien Capacité à faire face en situation d'adversité
Compétences sociales	Communiquer de façon constructive	Capacité d'écoute empathique Communication efficace
	Développer des relations constructives	Développer des liens sociaux Développer des attitudes et des comportements prosociaux
	Résoudre des difficultés	Capacité d'assertivité et de refus Savoir demander de l'aide Résoudre des conflits de façon constructive

Tableau réalisé à partir du référentiel de Santé publique France, 2022, page 16

**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 problèmes
de façon créative

Compétences émotionnelles	Avoir conscience de ses émotions et de son stress	Comprendre les émotions et le stress Identifier ses émotions et son stress
	Réguler ses émotions	Exprimer ses émotions de façon positive Gérer ses émotions
	Gérer son stress	Réguler son stress au quotidien Capacité à faire face en situation d'adversité

**Compétences
sociales**

**Communiquer
de façon constructive**

Capacité d'écoute empathique
Communication efficace

**Développer des
relations constructives**

Développer des liens sociaux
Développer des attitudes
et des comportements prosociaux

**Résoudre
des difficultés**

Capacité d'assertivité et de refus
Savoir demander de l'aide
Résoudre des conflits de façon
constructive

3. LES DISPOSITIFS AU SEIN DE L'EPS AIGLE

- **SEMAINE 1** de la 1P à la 12S : le vivre-ensemble
- **CAMP** d'une semaine en début de 9S
- **PROJET PAKOBÊ** (1P - 6P)
- **PROJET MINDMATTERS** (7P - 12S)
- **LIEU RESSOURCE** au Cycle 2

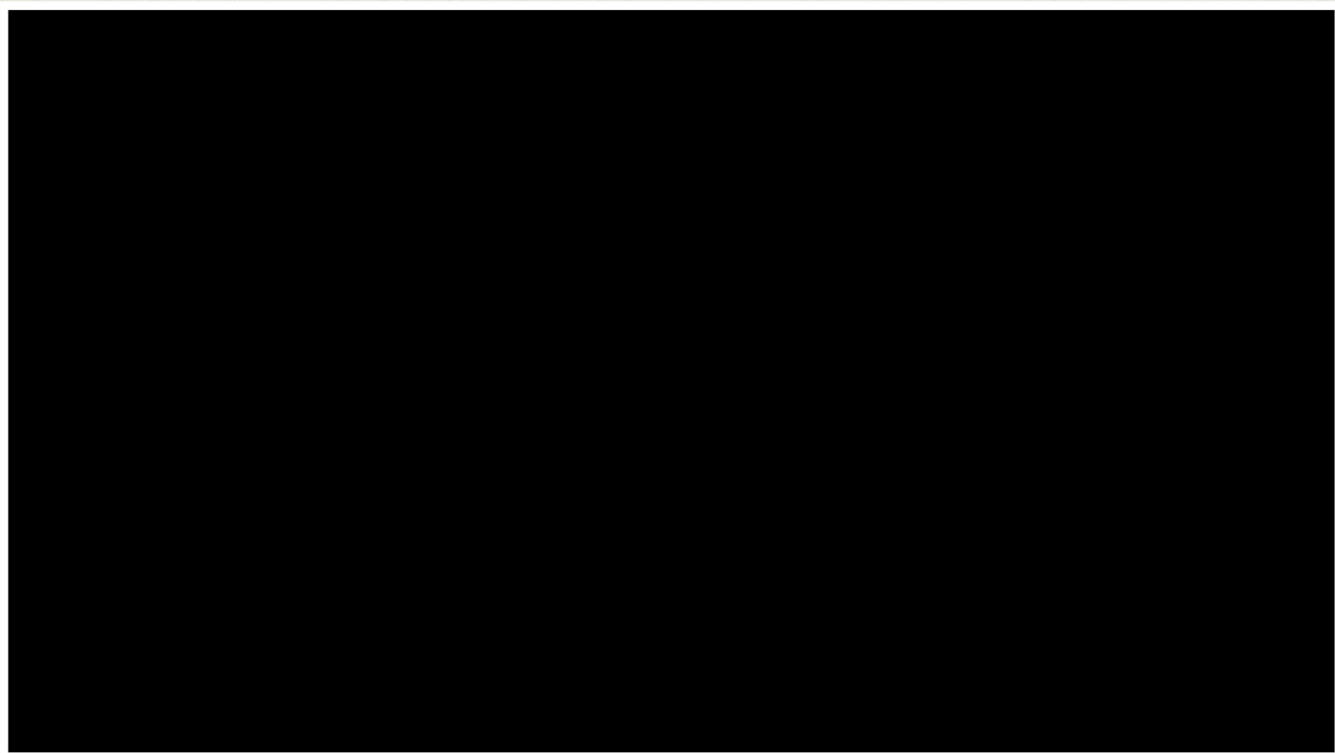
3. LES DISPOSITIFS AU SEIN DE L'EPS AIGLE

- Travail hebdomadaire au Cycle 1 + Cycle 2
- Gaspar
- Nouveaux projets: Ateliers TM et boîte éducative au Cycle 3
- **MEDIATION : la MPP (Méthode de Préoccupation Partagée) + les médiateurs.trices**
- **En préparation** au sein de l'EPS Aigle

3. SEMAINE 1 DE LA 1P À LA 12S

- **SEMAINE 1** de la 1P à la 12S : accent sur le vivre-ensemble
- Apprentissages scolaires mis entre parenthèses au profit du développement de compétences sociales et transversales
- Jeux collectifs
- Promenade(s) par classe

3. SEMAINE 1 DE LA 1P À LA 12S



3. CAMP D'UNE SEMAINE EN 9S

- Améliorer la gestion des émotions au travers du jeu
- Améliorer la confiance en soi et envers autrui au travers de l'escalade
- Améliorer les relations interpersonnelles au travers d'activités de coopération.

3. PROJET PAKOBÊ (1P À 6P)

PACOBÊ (PRATIQUES-ATTENTION-CONCENTRATION-BIEN-ETRE) est un projet d'établissement qui consiste à travailler avec les élèves sur les éléments suivants :

- Les émotions
- La concentration, l'attention
- Le stress, l'agitation
- Les relations

3. PROJET PAKOBÊ (1P À 6P)

L'objectif du projet **PACOBÊ** est de donner des outils et des stratégies aux élèves pour mieux appréhender certains moments de la vie scolaire :

- Les transitions
- Les tests
- Gérer son attention
- Se sentir bien

3. PROJET MINDMATTERS (7P À 12S)

- Un programme global de promotion de la santé psychique à l'école
- Donner de la place et du temps pour renforcer les capacités transversales, les compétences psychosociales des élèves.
- Objectifs : diminuer les problèmes de harcèlement, la violence physique et/ou verbale, développer l'estime de soi, le respect de soi et des autres, ...
- Développer des compétences de collaboration et de communication
- Favoriser le développement d'un climat scolaire positif et bienveillant



3. LE LIEU RESSOURCE AU CYCLE 2

- Le Lieu Ressource est composé de 5 modules pour soutenir et accompagner les élèves en fonction de leurs besoins.

Ce module vise à :

- Apprendre à se connaître
- Apprendre à connaître l'autre
- Identifier ses émotions et celles des autres
- Identifier ses ressources et ses faiblesses
- Travailler sa confiance en soi
- Trouver des ressources internes pour se mobiliser



3. TRAVAIL HEBDOMADAIRE AU CYCLE 1 + CYCLE 2

Climat de classe

- Messages clairs
- Jeux coopératifs
- Conseils de classe

3. GASPAR



GASPAR

Par des histoires vécues et racontées, GASPAR :

- Sensibilise à des thématiques telles que harcèlement, gestion des conflits, gestion des émotions, compassion et empathie, savoir-vivre ensemble.
- Raconte des histoires dans lesquelles les élèves peuvent se projeter, exprime les émotions qu'il a ressenties en écoutant/vivant ces situations (modelling), propose des activités visant à développer les compétences des élèves (savoir dire merci, valoriser les compétences des camarades, écouter ses émotions, reconnaître ses forces, etc.)

3. CYCLE 3

- Atelier Travaux manuels
- Atelier Boxe éducative
- Elèves à besoins particuliers

3. LA MÉDIATION

- La **MPP**: **M**éthode de **P**réoccupation **P**artagée
- Les **médiatrices** et les **médiateurs**

4. EN PRÉPARATION AU SEIN DE L'EPS AIGLE

- Projet **Sanction éducative** (1P - 12S) (*Justice scolaire*)

6. QUESTIONS - ECHANGE



MERCI DE VOTRE ATTENTION