

Comment participer ?

- Être volontaire !
- S'engager sur 2 ans à plusieurs professionnels de l'établissement (Enseignant.e.s, Conseiller.e.s, Principal.e.s d'Éducation, Infirmier.e.s, Assistant.e.s Social.e.s...) pour réfléchir et co-animer en classe...

Que va apporter le renforcement des CPS pour les jeunes et pour les professionnels ? Compétences fondamentales (Inscrites dans les programmes scolaires)

- Favoriser un climat de classe propice à l'apprentissage et au vivre ensemble • Développer ses capacités de communication (s'adapter aux personnes, parler à l'oral, affirmer ses choix) • Agir sur la confiance en soi, soutenir son orientation • Favoriser son bien-être dans un milieu professionnel et personnel
- **Pour les professionnels** • Contribuer au bien-être des jeunes • Développer un projet en équipe • Améliorer la collaboration/coopération avec les jeunes • Mieux communiquer avec les parents • Expérimenter de nouveaux outils pédagogiques

Les compétences psychosociales (CPS) représentent des leviers indispensables en prévention universelle ou ciblés dans de nombreux domaines de la santé : la santé mentale, les consommations de substances psychoactives, la vie affective et sexuelle, l'alimentation... Le développement des CPS offre à chacun la possibilité d'être acteur de sa santé, condition indispensable pour s'épanouir.

Dans la Sarthe, le programme « En Santé au Lycée »

- Améliorer la santé des jeunes lycéens et apprentis
- Implanter un projet de renforcement des compétences psychosociales (CPS) qui s'intègre dans le temps et dans le quotidien de l'établissement scolaire.

De quoi allez-vous bénéficier ? Les chargés de missions de l'IREPS et leurs partenaires vous accompagnent pendant deux ans au travers de différentes modalités d'actions adaptées à vos besoins.

- **Une co-intervention**, une intervention menée par un professionnel de l'éducation pour la santé, en binôme avec l'enseignant en classe. Un contenu et des méthodes répondant aux critères de qualité et progression des programmes CPS validés.
- **Un accompagnement des équipes**, un travail d'équipe avec des contenus adaptés en fonction des besoins.
- **Une formation**, 3 jours alternant des contenus théoriques et pratiques pour l'ensemble d'une équipe ou plusieurs enseignants d'établissements différents.
- **Une journée d'échanges de pratiques**, un temps pour échanger autour des pratiques et des séances de renforcement des CPS auprès des jeunes.



En Santé au lycée



Expérimentation d'un programme de renforcement des compétences psychosociales (CPS) auprès des lycéens professionnels et des apprentis en Sarthe (72)

IREPS Pays de la Loire - 2022/2025

Ce qu'en disent les professionnels des lycées

Cela favorise la cohésion de classe en complément des journées d'intégration. Sur du long terme, cela permet de lutter contre le harcèlement scolaire. De plus, beaucoup d'élèves de lycée pro ont besoin de regagner l'estime de soi.

Ces ateliers m'ont appris à savoir communiquer avec les autres.

Ce qu'en disent les lycéens

C'est un complément de la discipline prévention santé environnement qui aborde des questions de santé comme le sommeil, l'activité sportive, la prévention des addictions...

J'ai plus appris sur la classe et sur moi. C'était agréable d'échanger avec mes camarades. J'ai retenu que l'on a tous des compétences. J'ai découvert des qualités sur moi. Cela m'a permis de donner un nom aux émotions. Je vais plus facilement vers les autres.

Contact :
Expérimentation coordonnée par l'IREPS Pays de la Loire
• Mélanie Champion, mchampion@irepspdl.org
• Audrey Pavageau, apavageau@irepspdl.org

Les compétences psychosociales (CPS)

Santé
Bien-être

Climat scolaire

Vivre ensemble

Orientation

Estime de soi



Nomenclature de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), 1993.

Définition Santé Publique France, 2022 :

« Les compétences psychosociales (CPS) constituent 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. »

designed by freepik.com

