

Les compétences psycho-sociales

Qu'est-ce que les CPS ?

Dans sa première définition proposée dans les années 90, l'OMS définit de façon générale la compétence psychosociale comme " la capacité d'une personne à faire face efficacement aux exigences et aux défis de la vie quotidienne. C'est 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 ". Le développement de cette capacité psychosociale globale peut se faire par " l'enseignement de compétences de base utiles à la vie (dénommé en anglais " life skills ") ".

Une nouvelle classification actualisée des CPS se focalise sur 9 CPS principales regroupées en trois grandes catégories :

- 3 CPS cognitives (avoir conscience de soi, capacité de maîtrise de soi, prendre des décisions constructives),
- 3 CPS émotionnelles (avoir conscience de ses émotions et de son stress, réguler ses émotions et gérer son stress),
- 3 CPS sociales (communiquer de façon constructive, développer des relations constructives, et résoudre des difficultés).

Comment sont abordées les CPS au collège ?

Les ateliers s'effectuent en demi-classe encadrée par 2 animateurs.

Au travers de jeux, nous travaillons sur la bonne connaissance des élèves de la classe entre eux et par les enseignants.

Ainsi, les connaissant mieux, nous pouvons nous trouver des points communs, apprendre de nos différences et faire en sorte que le groupe classe vive mieux.

Nous travaillerons également la coopération entre les élèves toujours au travers de jeux.

Nous apprendrons aussi à mieux connaître et reconnaître les qualités : les nôtres et celles des autres.

Enfin, nous travaillons à connaître et reconnaître nos émotions.

L'équipe CPS

Au collège, l'équipe CPS est composée de 12 enseignant(e)s, de l'infirmière, du CPE. Elle est renforcée par 5 animateurs de la Mairie de La Chapelle sur Erdre. Tous les membres de l'équipe ont été formés aux CPS. Les deux dernières journées de formation ont eu lieu au collège les 8 et 25 mars 2022.

Les sessions en classes de 6ème

Calendrier prévisionnel 2022-2023 :

3 séances de 2h par élève au cours de l'année

- Séances les Mardi/Mercredi/Jeudi/Vendredi de 10h00 à 12h00.
- Séance 1 entre le 3/10 et 21/10
- Séance 2 entre le 9/01 et 27/01
- Séance 3 entre le 13/03 et 31/03

- SÉANCE 1 -

- Présentation des ateliers CPS 2002-2023
- Définition du cadre de travail : Rédaction de la charte de fonctionnement du groupe

Thématiques abordées lors de la séance :

- Connaissance de soi
- Les émotions

- SÉANCE 2 -

- Définition du cadre de travail : Rappel de la charte de fonctionnement du groupe

Thématiques abordées lors de la séance :

- Coopérer
- Les qualités

- SÉANCE 3 -

- Définition du cadre de travail : Rappel de la charte de fonctionnement du groupe

Thématiques abordées lors de la séance :

- Communiquer
- Prévenir les conflits