

Que sont les compétences psychosociales et pourquoi les développer en milieu scolaire ?

Les compétences psychosociales (CPS) désignent les aptitudes psychologiques qu'un individu met en œuvre pour s'insérer et agir dans la société avec pertinence et en maintenant un état de bien-être.

Santé publique France les définit dans son référentiel¹ comme un ensemble interrelié de compétences psychologiques composé de trois catégories : les compétences cognitives, émotionnelles et sociales. Ces trois catégories se déclinent elles-mêmes en CPS générales et en CPS spécifiques (figure 1).

Les CPS permettent à la personne de maintenir un état de bien-être et favorisent les relations de qualité, l'auto-efficacité, la construction de l'autonomie et le pouvoir d'agir. De nombreux travaux scientifiques en attestent, le développement de ces compétences favorise un rapport apaisé à soi et aux autres et permet à l'École d'améliorer la réussite scolaire et éducative ainsi que le climat scolaire.

La recherche démontre que les CPS peuvent être développées tout au long de la vie et peuvent donc s'acquérir grâce à un enseignement explicite à l'École.

Dans la classe, le développement des CPS se fait soit par le biais de séances dédiées (comme les cours d'empathie), soit au sein de séances pédagogiques articulant un objectif d'apprentissage d'une compétence disciplinaire et un objectif d'apprentissage d'une CPS. Dans tous les cas, l'apprentissage des CPS doit être explicite et conscientisé : les échanges doivent permettre de mettre des mots sur ce qui a été appris et sur l'intérêt pour les élèves de mobiliser ces compétences.

Le développement de l'empathie et des comportements altruistes (ou prosociaux) prend appui sur seize compétences psychosociales qui constitueront les objectifs d'apprentissage des ressources proposées dans ce kit (figure 2).

¹ Les compétences psychosociales : état des connaissances scientifiques et théoriques, rapport complet – Santé publique France, octobre 2022