

# Commentaire de l'infographie « Les compétences psychosociales »

- Transcription de l'entretien audio avec Béatrice Lamboy -

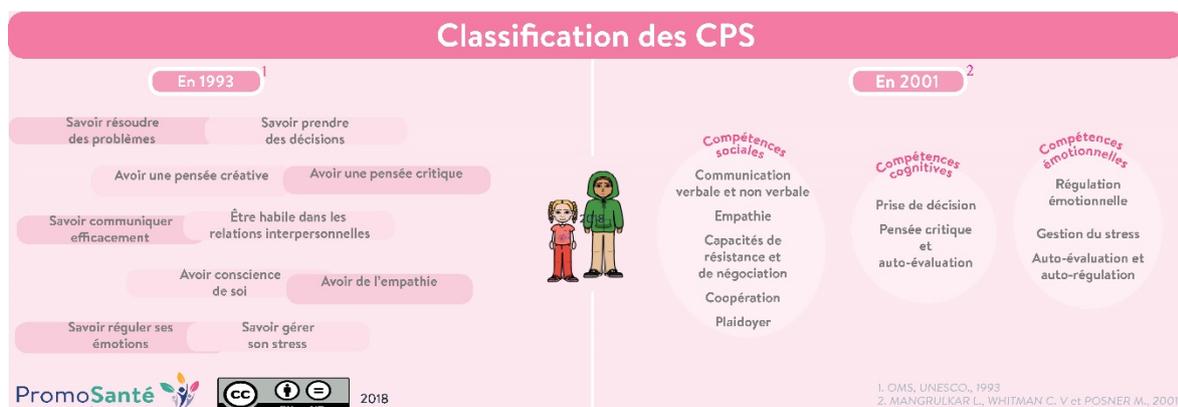
*« Les compétences psychosociales représentent aujourd'hui un enjeu majeur. Elles sont à la fois reconnues dans la littérature et reconnues de plus en plus par les professionnels de terrain comme un facteur essentiel et ce qu'on appelle un facteur générique de la santé globale. »*

Béatrice Lamboy est Docteur en psychologie, chercheur associé au Laboratoire Inter-universitaire de Psychologie (LIP/PC2S) et Présidente de l'AFEPS (Association francophone d'éducation et de promotion de la santé).

Les **compétences psychosociales** (CPS) représentent aujourd'hui un enjeu majeur. Elles sont à la fois reconnues dans la littérature et reconnues de plus en plus par les professionnels de terrain comme un facteur essentiel ; un facteur générique de la santé globale : physique, psychique et sociale. C'est pour ça qu'elles intéressent particulièrement la **promotion de la santé**.

## Classification des compétences psychosociales

En termes de définition, on a l'habitude de s'appuyer sur la classification de l'OMS 1993 qui présente les CPS en cinq binômes, donc **dix compétences**. Mais depuis les années 2000, l'OMS encourage vraiment l'utilisation de la **classification en trois grandes catégories de compétences** : les compétences sociales, les compétences émotionnelles, les compétences cognitives. Ces trois grandes classifications sont plus ancrées dans la science et renvoient aux différentes sphères psychologiques.

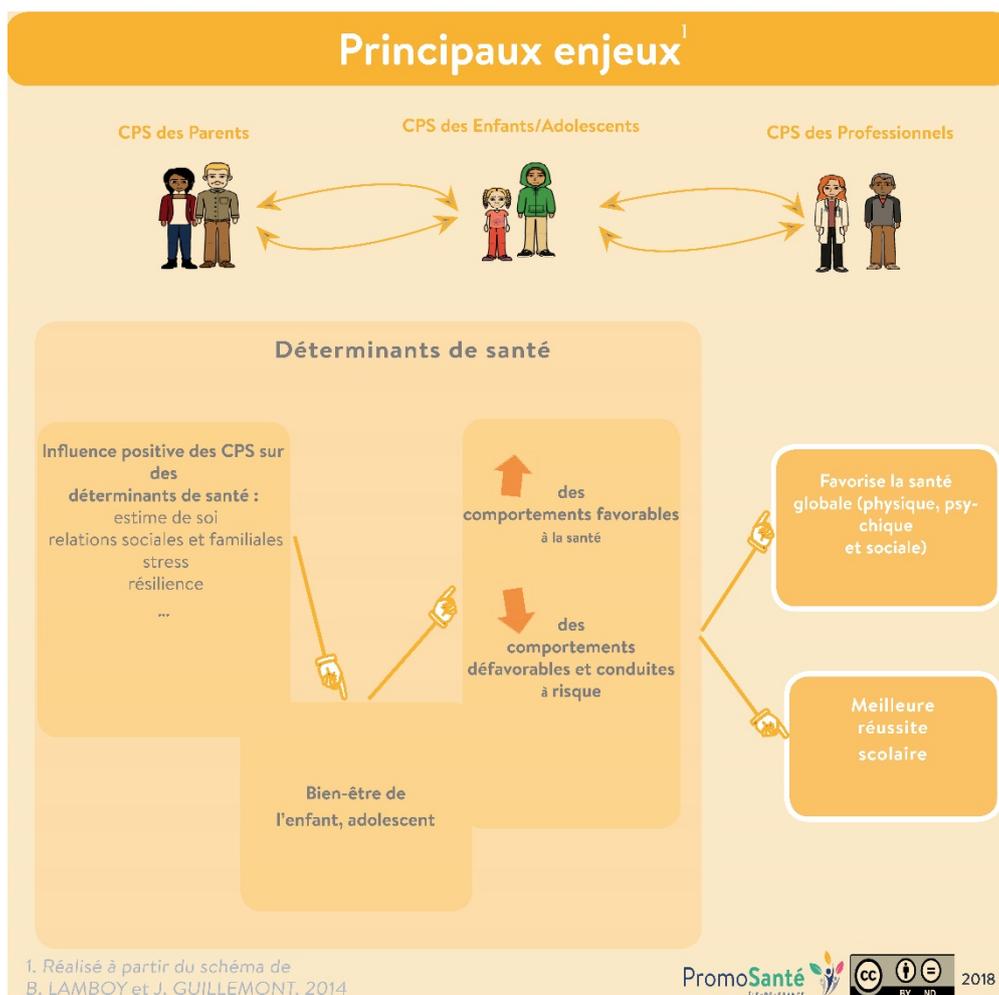


## Principaux enjeux

Les CPS représentent un **déterminant majeur de la santé physique, globale et sociale**. On parle de facteur générique qui permet d'impacter un grand nombre de déterminants et de problèmes de santé.

Les compétences sociales, émotionnelles et cognitives, en effet, permettent d'impacter les relations, favorisent les relations pro-sociales, diminuent les comportements conflictuels et agressifs, agissent sur le stress, augmentent l'estime de soi, favorisent les relations positives, et in fine, agissent sur le bien-être de la personne.

Cet état de bien-être, qui est un **déterminant majeur des comportements de santé**, va permettre de **réduire les comportements à risques**, les comportements défavorables à la santé et d'**augmenter les comportements favorables à la santé**. En augmentant cet état de bien-être par les compétences psychosociales, on va pouvoir prévenir un grand nombre de problèmes de santé physiques et psychiques, en particulier toutes les problématiques liées à la violence, aux problèmes de comportements, aux addictions, aux problèmes liés aux grossesses précoces. On pourra aussi prévenir tous les troubles anxio-dépressifs. Et on sait aujourd'hui qu'il y a une interaction importante entre le bien-être et la réussite scolaire. Donc in fine, on se rend compte que les CPS sont un **facteur générique, à la fois de la santé et de la réussite éducative**.



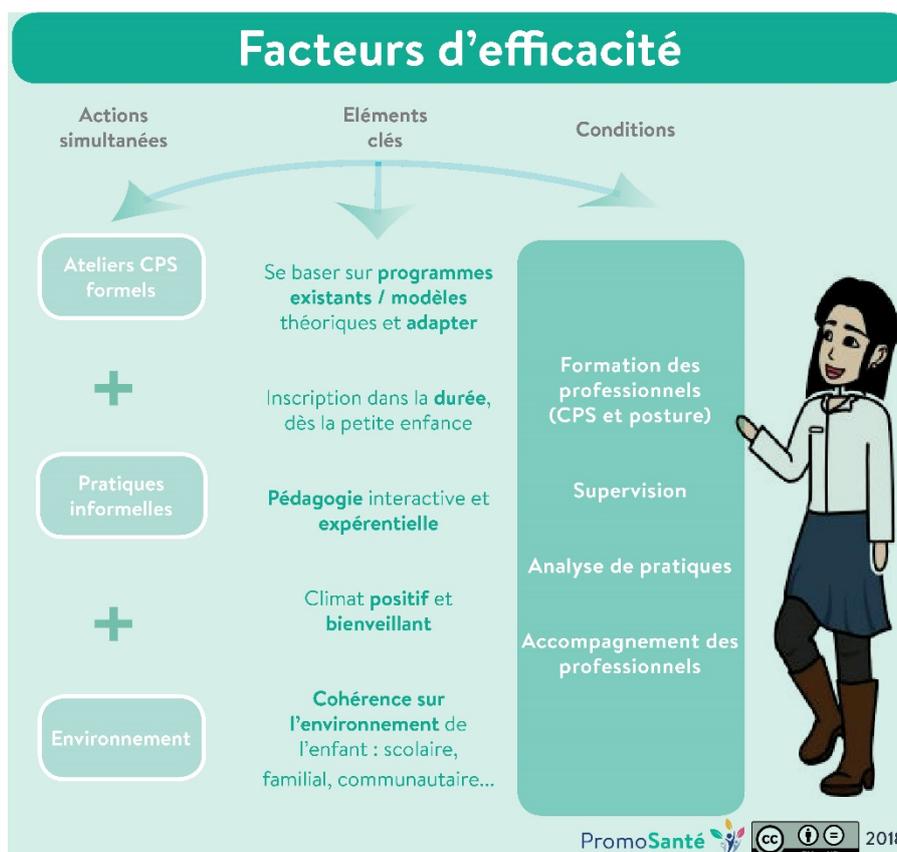
## Facteurs d'efficacité

Pour mettre en place un programme de renforcement des compétences psychosociales, c'est important de bien connaître les **facteurs d'efficacité des interventions CPS**. Donc, on va s'intéresser en premier lieu aux **facteurs liés à l'atelier CPS en particulier**. Il y a aussi des **facteurs informels et des facteurs liés à l'environnement**.

Donc en premier lieu, les **facteurs liés aux ateliers formels** :

- Il est important de s'appuyer sur des ateliers qui sont bien **ancrés et fondés scientifiquement**.
- Tout d'abord, ils s'inscrivent tous dans la **durée**. Et pour les enfants, on recommande vraiment des **interventions pluriannuelles**.
- Au niveau des méthodes d'interactions, ce sont les **pédagogies expérientielles** qui sont mises en avant dans ces programmes CPS validés. Donc, c'est moins par la transmission de savoir que par l'expérimentation que ces CPS peuvent être renforcées.
- Et ces ateliers formels qui sont mis en œuvre par les adultes, les intervenants qui ont fonction de modèles, ont bien sûr lieu dans un **cadre positif**.

Ensuite, ce que l'on observe de plus en plus, c'est l'importance **d'articuler ces pratiques structurées, donc ces ateliers, avec toutes les pratiques informelles et l'environnement**. S'il y a une grande dissonance entre l'environnement de l'enfant et ses pratiques formelles qui ont lieu dans le cadre de séances, cela peut être assez compliqué et ne pas être propice au développement et au renforcement des CPS.



Ces ateliers structurés vont être mis en place par **des personnes qui sont à même de démontrer ces CPS**. Donc, les intervenants vont devoir travailler sur leurs propres CPS. En effet, la particularité des ateliers et des programmes CPS, est que **c'est autant ce que l'intervenant va être et va démontrer qui va avoir de l'impact que les activités qu'on va proposer** aux enfants. Donc, pour soutenir le renforcement des CPS des intervenants, toute une gamme est proposée dans la littérature. Ça va d'une formation expérientielle intensive en travaillant ses propres CPS, jusqu'à la supervision, l'analyse de pratiques et un travail sur soi.

## Les compétences psychosociales au niveau politique

Aujourd'hui, que ce soit au niveau des scientifiques, des professionnels de terrain et des politiques, il y a une **véritable prise de conscience**. Donc différents acteurs aujourd'hui, à différents niveaux sont vraiment mobilisés sur les compétences psychosociales. Et c'est en totale adéquation avec les données de la science. Donc, on n'est pas uniquement dans un effet de mode et on espère que cela puisse s'incarner à tous les niveaux.

### Pour aller plus loin

---

- Lamboy et al., AFEPS, 2017. [Les outils CPS Mindful ©](#). En accès libre sur le site de l'AFEPS.
- [Développer les compétences psychosociales chez les enfants et les jeunes – Dossier](#). La Santé en action n°431. Mars 2015
- Lamboy B, Guillemont J. [Développer les compétences psychosociales des enfants et des parents. Pourquoi et comment ?](#) Revue Devenir, 2014, 26, 307-325.