



ACCOMPAGNEMENTS ET APPROCHES SPÉCIALISÉS

# Les compétences psychosociales (CPS) : une posture professionnelle au service des bénéficiaires

## CONTEXTE

Les compétences psychosociales (CPS) sont reconnues comme un déterminant majeur et générique de la santé globale. Les développer auprès des parents, des enfants ou des professionnels permet de renforcer les facteurs de protection et de promouvoir ainsi une meilleure santé mentale, physique et sociale.

## OBJECTIFS

- Connaître et comprendre les effets du développement des CPS sur la santé globale, dans une optique de bien-être individuel et sociétal
- Expérimenter et développer ses propres CPS afin de mieux les transmettre au public bénéficiaire
- Être en capacité de choisir l'intervention la plus efficace dans une logique de financement et/ou de déploiement

## PROGRAMME

### PREMIER JOUR

- Origine et préconisation de l'OMS pour développer les compétences psychosociales (CPS)
- Utilité et impact des CPS sur la santé globale
- Expérimenter pour soi-même les compétences psychosociales **émotionnelles** (connaître et identifier les émotions)
- Exprimer ses émotions
- Réguler ses émotions et gérer son stress

### DEUXIÈME JOUR

- Critères d'efficacité des interventions CPS et intervention fondée sur le paradigme des données probantes
- Présentation de matériel et de programmes visant à développer les CPS. Expérimenter pour soi-même les compétences psychosociales **cognitives** (s'autoévaluer positivement, savoir être en pleine conscience, savoir résoudre des problèmes, s'affirmer et résister à la pression sociale)

### TROISIÈME JOUR

- Réflexion sur le développement et l'optimisation d'interventions ou de programmes visant le développement des CPS
- Étude des projets en cours au regard des critères d'efficacité et du contexte
- Expérimenter pour soi-même les compétences psychosociales **relationnelles** (communiquer de façon positive)
- Développer des relations positives
- S'affirmer et résister à la pression sociale



## RÉF. E29

### PUBLIC

Tous les professionnels de la santé, de l'éducation et du social

### PRÉREQUIS

Aucun

### INTERVENANT

Nadine Cotton  
Psychologue de la prévention et promotion de la santé

### MOYENS PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques, pédagogie interactive avec ateliers expérimentiels, livret du participant

### DURÉE DE LA FORMATION

3 jours, soit 21 heures

### SESSION

- De 6 à 12 participants
- Strasbourg  
17, 18 et 19 mars 2024
- 890 €/personne