

*Les compétences psychosociales :  
de quoi parle-t-on ?*  
**Histoire et Définition**

Rencontre régionale :

Le développement des compétences psychosociales :  
une démarche et des expériences

Felicity Kelliher,  
Caen, 14 novembre 2013

# Introduction

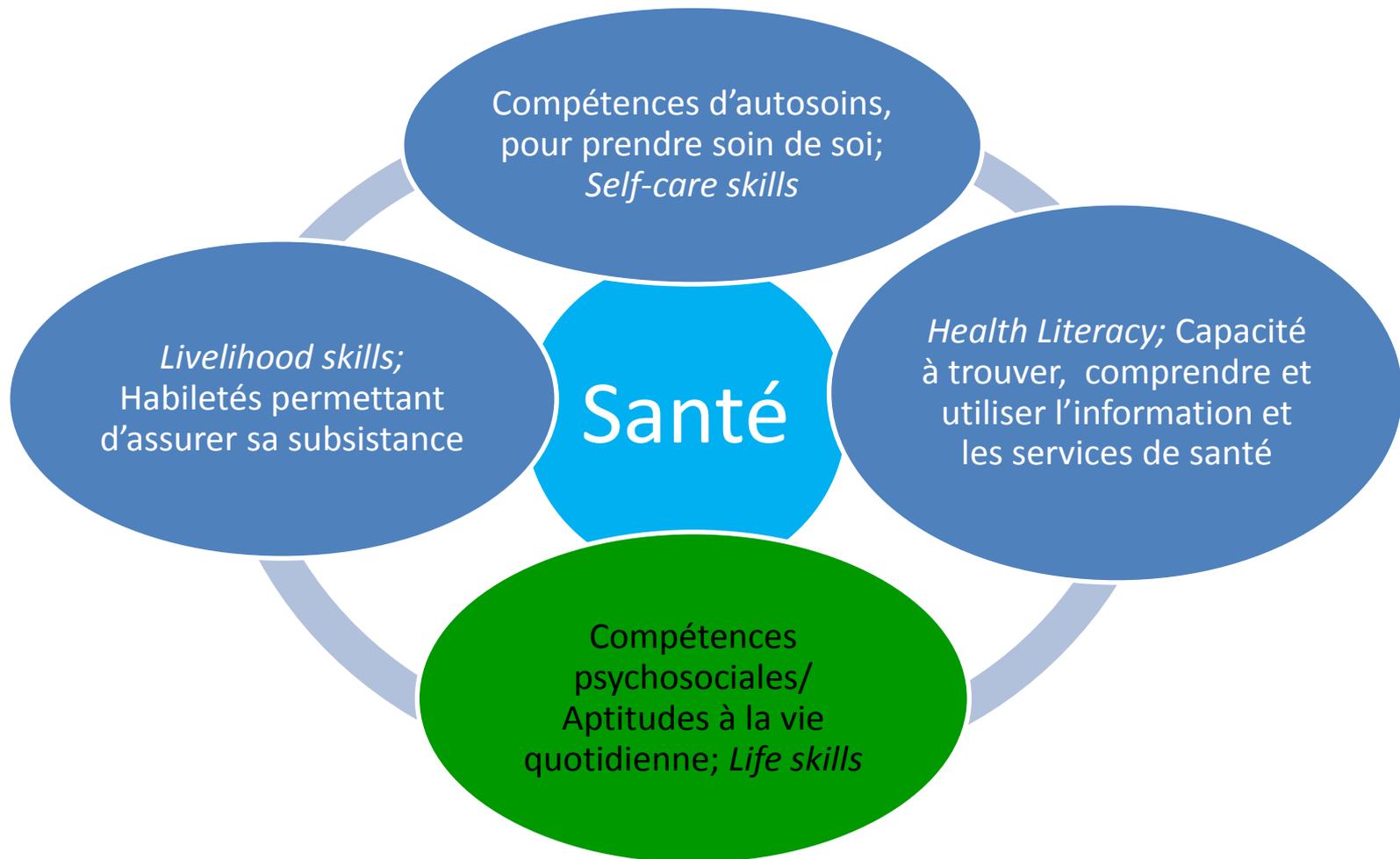
# Plan

1. De quoi parle-t-on?
2. Comment les compétences psychosociales sont-elles apparues?
3. Intervenir sur les compétences psychosociales
4. Autres questions à se poser

# 1. De quoi parle-t-on?

- Les Compétences Psychosociales relèvent des compétences jugées utiles pour décrire les habiletés et les aptitudes nécessaires pour agir sur sa santé

# Champs de compétence pour agir sur sa santé



# 1. De quoi parle-t-on?

- Les Compétences psychosociales sont *la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne*

# 1. De quoi parle-t-on?

- **Les Compétences Psychosociales**

- *C'est l'aptitude d'une personne à maintenir un état de bien-être mental, en adoptant un comportement approprié et positif à l'occasion des relations entretenues avec les autres, sa propre culture et son environnement*
  - OMS, Division de la santé mentale et de la prévention des toxicomanies, 1993

# 1. De quoi parle-t-on?

- Les compétences psychosociales sont au nombre de dix, par paires
  - Savoir résoudre des problèmes - Savoir prendre des décisions
  - Avoir une pensée créative - Avoir une pensée critique
  - Savoir communiquer efficacement - Etre habile dans les relations interpersonnelles
  - Avoir confiance en soi – Avoir de l'empathie pour les autres
  - Savoir gérer son stress - Savoir gérer ses émotions
    - OMS 1993

# 1. De quoi parle-t-on?

- *Une boîte à outils de la vie quotidienne en société*

- <http://www.dreamstime.com/royalty-free-stock-images-composition-working-tools-image20369889#res1668487>. Page consultée le 9 novembre 2013



## 2. Comment les compétences psychosociales sont-elles apparues?

- Depuis 40 ans, notre approche à l'éducation est en mutation:
- Des apprentissages comme but en soi...
- A leur utilisation dans la vraie vie

# 2. Comment les compétences psychosociales sont-elles apparues?

## Evolution des théories et modèles d'apprentissage et d'éducation

- Behaviorisme (Skinner...)
- Constructivisme (Piaget)
- Socioconstructivisme (Vygotski...)
- Cognition située (Lave...)
- Apprentissage social (Bandura)
- Montessori, Freinet
- Pédagogie basée sur le Contenu
- Education par la Peur, la Honte...
- Pédagogie par Objectifs
- Pédagogie du Projet
- Education et Formation basées sur les compétences

# 2. Comment les compétences psychosociales sont-elles apparues?

## Des concepts qui évoluent

- **Empowerment** (Freire...)
- Développement de l'enfant et de l'adolescent
- Education et soutien au rôle de parent
- Efficacité personnelle (Bandura)
- Apprentissage vicariant (Bandura)
- Résilience (Cyrułnik...)
- Intelligences multiples (Gardner)
- Comportements à risque
- Résolution de problèmes
- Modèle de croyance de santé
- Motivation (Miller et Rollnick)
- Modèle transthéorique du changement (Prochaska et DiClemente)
- Locus de contrôle (Rotter...)
- Prévention de la violence

## 2. Comment les compétences psychosociales sont-elles apparues?

- Défis et difficultés pour la réalisation du potentiel des individus et des communautés
  - Addictions
  - Maladies chroniques (sida, diabète...)
  - Conflits
  - Migration
  - Chômage, changements professionnels
  - Conscientisation des difficultés spécifiques de filles et des femmes
  - Hyperconnectivité...

## 2. Comment les compétences psychosociales sont-elles apparues?

- Un peu d'histoire
- Années 50
  - **Empowerment** (FREIRE)
- Années 60
  - Le terme *Life Skills* utilisé par les parents d'enfants autistes (USA)
  - Constat que les approches par la Peur et la Moralisation ne fonctionnent pas pour les addictions
  - Le concept de *Life skills* se développe: travail social, enfants handicapés (Etats Unis et Royaume Uni)
    - « Education sociale et informelle (pour mener à un) choix personnel responsable » Royaume Uni, HMSO, 1960 (103)

## 2. Comment les compétences psychosociales sont-elles apparues?

- **Années 70 et 80**
  - Pays anglo-saxons
  - Education et formation
    - *Interpersonal skills* en formation infirmière
    - *Social and Life Skills*
    - Dans les écoles britanniques, des tutorats de groupe
    - Mouvements de jeunesse...
  - Et à la fin des années 80, les parents utilisent le terme *Life Skills* (USA, Irlande, Bermudes...)

**2<sup>nd</sup> ANNUAL SUMMER CAMP**  
**BBFS LIFE SKILLS & FOOTBALL CAMP**  
SWIMMING | EXCURSIONS | TEAM BUILDING EXERCISES

**5<sup>th</sup> Year Anniversary**

BBFS is offering a Summer Camp for boys and girls ages 7 - 16  
**JULY 8<sup>TH</sup> - 12<sup>th</sup> and JULY 15<sup>th</sup> - 19<sup>th</sup>**  
9:00am - 3:00pm | BAA (Goose Gosling Field)  
Cost \$165.00

Register online at [www.bermudabfs.com](http://www.bermudabfs.com) or  
Email [info@bermudabfs.com](mailto:info@bermudabfs.com)

*Celebrating 5 years of Football Excellence!*

HISCOX

Bank of Bermuda FOUNDATION

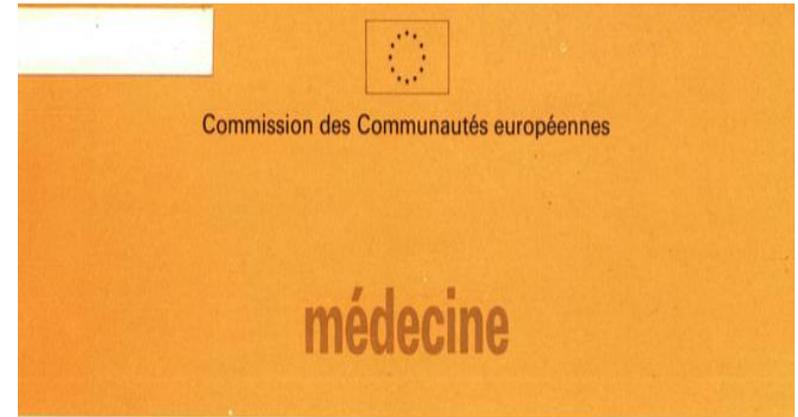
LIFE SKILLS | EDUCATION | FOOTBALL | FUN

## 2. Comment les compétences psychosociales sont-elles apparues?

- La Charte d'OTTAWA 1986
  - ACQUISITION D'APTITUDES INDIVIDUELLES
  - La promotion de la santé appuie le développement individuel et social grâce à l'information, à l'éducation pour la santé et au perfectionnement des **aptitudes indispensables à la vie**. Ce faisant, elle donne aux gens davantage de **possibilités de contrôle** de leur propre santé et de leur environnement et les **rend mieux aptes à faire des choix judicieux**.
  - Il est crucial de permettre aux gens d'apprendre à faire **face à tous les stades de leur vie** et à se préparer à affronter **les traumatismes et les maladies chroniques**. Ce travail doit être facilité dans le cadre scolaire, familial, professionnel et communautaire et une action doit être menée par l'intermédiaires des organismes éducatifs, professionnels, commerciaux et bénévoles et dans les institutions elles-mêmes.

## 2. Comment les compétences psychosociales sont-elles apparues?

- Première Conférence Européenne 1990
  - *Life skills* = Compétences Sociales
- OMS, Division Santé Mentale 1993
  - Compétences Psychosociales
    - Définition de dix compétences
- Rapport Delors, UNESCO, 1996
  - 4 piliers pour l'éducation, repris par UNESCO et le Bureau International d'Education
    - Apprendre à connaître
    - Apprendre à faire
    - Apprendre à être
    - Apprendre à vivre ensemble



### Des écoles saines

Actes de la première conférence européenne  
sur l'éducation à la santé  
et la prévention du cancer dans les écoles

Dublin, 7-9 février 1990

## 2. Comment les compétences psychosociales sont-elles apparues?

- Education pour la santé fondée sur les compétences
  - Forum Mondial de l'Education, Dakar 2000 (UNESCO, UNICEF, Banque mondiale et OMS)
  - OMS séries de publications: Santé à l'Ecole, 1995-2003
- Evolution vers trois champs de compétences
  - OMS, UNICEF

The World Health Organization's

INFORMATION SERIES ON SCHOOL HEALTH DOCUMENT 9

### Skills for Health

Skills-based health education including life skills:  
An important component of a  
Child-Friendly/Health-Promoting School

WHO gratefully acknowledges the generous financial contributions to support the layout and printing of this document from: the Division of Adolescent and School Health, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Centers for Disease Control and Prevention, Atlanta, Georgia, USA.



## 2. Comment les compétences psychosociales sont-elles apparues?

- Référentiel de compétences en trois champs
- OMS/ UNICEF 2003
  - **Aptitudes à la communication et compétences interpersonnelles**
  - **Aptitudes à la prise de décisions et à la réflexion critique**
  - **Capacités d'adaptation et gestion de soi**
    - [http://www.unicef.org/french/lifeskills/index\\_7308.html](http://www.unicef.org/french/lifeskills/index_7308.html). page consultée le 28 octobre 2013.

## 2. Comment les compétences psychosociales sont-elles apparues?

- En France...
- Education populaire
  - A partir des années 20
- Education alternative
  - Lycées autogérées
- Education nationale
  - Socle commun de connaissances et de compétences 2006
  - Aménagement du rythme scolaire 2013-14



## 2. Comment les compétences psychosociales sont-elles apparues?

- Promotion de la santé
  - En France, utilisation du terme *Compétences Psychosociales* à partir des années 90
    - Programmes PRODAS Marseille, à partir de 2005
    - Projet de d'éducation par les paires dans le cadre d'Alcotra (2007-2013)
- Education thérapeutique du patient
  - Recommandations HAS 2007 reprennent la définition de l'OMS de 1996
    - (l'ETP) vise à aider les patients à acquérir ou maintenir les compétences dont ils ont besoin pour gérer au mieux leur vie avec une maladie chronique
    - Compétences personnelles et interpersonnelles, cognitives et physiques qui permettent aux personnes de diriger leur existence et d'acquérir leur capacité à vivre dans leur environnement et à modifier celui-ci.  
(World Health Organization. Skills for health. Geneva : WHO ; 2003)
  - Compétences d'Autosoins
  - Compétences d'Adaptation

# 3. Intervenir sur les Compétences Psychosociales

# 3. Intervenir sur les Compétences Psychosociales

- Qu'est-ce qu'une compétence?



[www.freeimages.co.uk](http://www.freeimages.co.uk) page consultée le 7 novembre 2013.

# 3. Intervenir sur les Compétences Psychosociales

- Quand l'éducation est centrée sur le développement de compétences, on se situe dans le registre de l'accompagnement :
  - Engagement et intentions
  - Hâbiletés, connaissances...
  - L'expérience et la production du sens

# 3. Intervenir sur les Compétences Psychosociales

- **Référentiel de compétences (OMS/UNICEF 2003)**
  - **Aptitudes à la communication et compétences interpersonnelles**
  - **Aptitudes à la prise de décisions et à la réflexion critique**
  - **Capacités d'adaptation et gestion de soi**
    - [http://www.unicef.org/french/lifeskills/index\\_7308.html](http://www.unicef.org/french/lifeskills/index_7308.html). page consultée le 28 octobre 2013.

# 3. Intervenir sur les Compétences Psychosociales

- Champs de compétence 1/3
- **Aptitudes à la communication et compétences interpersonnelles**
  - Aptitudes à la communication interpersonnelle
    - Communication verbale /non verbale
    - Ecoute active
    - Exprimer ses sentiments; réagir (sans faire de reproches) et enregistrer la réaction des autres
  - Aptitudes à la négociation /refus
    - Négociation et gestion des conflits
    - Aptitudes à s'affirmer
    - Aptitudes à refuser
  - Compassion (*Empathie...*)
    - Capacité à écouter et à comprendre les besoins et la situation d'autres personnes, et à exprimer cette compréhension
  - Coopération et travail d'équipe
    - Respecter les contributions et le style différent des autres
    - Evaluer ses propres capacités et contribuer au groupe
  - Aptitudes à la mobilisation
    - Capacité à influencer et pouvoir de persuasion
    - Prise de contacts et aptitudes à motiver les autres

# 3. 3. Intervenir sur les Compétences Psychosociales

- Champs de compétence 2/3
- **Aptitudes à la prise de décisions et à la réflexion critique**
  - Prise de décisions / règlement de problèmes
    - Aptitudes à recueillir des informations
    - Evaluer les conséquences futures d'actions présentes, pour soi et pour les autres
    - Trouver des solutions alternatives aux problèmes
    - Capacité d'analyse de l'influence des valeurs et des attitudes de soi et des autres sur la motivation
  - Réflexion critique
    - Analyse de l'influence des pairs et des médias
    - Analyse des attitudes, des valeurs, des normes sociales, des croyances et des facteurs qui influent sur elles
    - Identifier les informations et les sources d'informations pertinentes

# 3. 3. Intervenir sur les Compétences Psychosociales

- Champs de compétence 3/3
- **Capacité d'adaptation et gestion de soi**
  - Renforcement du locus de contrôle interne
    - Estime de soi / renforcement de la confiance en soi
    - Connaissance de soi, y compris la connaissance de ses droits, de ses influences, de ses valeurs, de ses attitudes, de ses points forts et de ses points faibles
    - Aptitude à fixer des objectifs
    - Autoévaluation / affirmation de soi / auto-surveillance
  - Contrôle des sentiments
    - Gestion de la colère
    - Faire face au deuil et à l'angoisse
    - Mécanismes d'adaptation après une perte, des mauvais traitements, un traumatisme
  - Gestion du stress
    - Gestion du temps
    - Idées positives
    - Techniques de relaxation

# 3. Intervenir sur les Compétences Psychosociales

- Liste de compétences
  - Savoir résoudre des problèmes - Savoir prendre des décisions
  - Avoir une pensée créative - Avoir une pensée critique
  - Savoir communiquer efficacement - Etre habile dans les relations interpersonnelles
  - Avoir confiance en soi – Avoir de l'empathie pour les autres
  - Savoir gérer son stress - Savoir gérer ses émotions
    - OMS 1993

## 4. Autres questions à se poser

- La notion de compétences psychosociales manque encore de stabilité et de partage
- Compétences psychosociales? de vie? ...?
  - Promotion de santé
  - Education Nationale
  - Education thérapeutique du patient

# 4. Autres questions à se poser

- **Modalités d'intervention**
  - Création de la relation avec la personne, acteur central de la construction de compétences de vie
  - Multiplicité d'acteurs
    - Pluriprofessionnels
    - Associatifs
    - Aidants naturels
  - Comment travailler en cohérence?
  - Quelles compétences pour les éducateurs?

## 4. Autres questions à se poser

- Les compétences psychosociales se développent tout au long de la vie
- Un continuum
- Pour des stades, situations et défis très diverses
  - Faut-il des référentiels différents?

## 4. Autres questions à se poser

- Quelle est la place des compétences psychosociales dans la promotion de la santé et dans l'éducation pour la santé en France actuellement ?
- Quel usage des compétences psychosociales est fait en éducation du patient ?

## 4. Autres questions à se poser

- Comment se construit et s'évalue une action centrée sur la construction de compétences psychosociales ? Et Comment se passe une séance ?!?

## 4. Autres questions à se poser

- Y a-t-il des enjeux pour la société avec la mise en place des programmes axés sur les compétences psychosociales ?
- Puisqu'on ne touche pas aux comportements sans toucher à l'éthique, comment la prendre en compte ?

# Conclusion

- Les compétences psychosociales interviennent dans les moments-clé de l'existence.
- Elles permettent à une personne d'avoir plus d'emprise sur sa vie que sa vie n'a sur lui.
- Elles lui apportent plus de maîtrise et plus de choix dans son existence et pour la préservation de sa santé
- C'est l'ambition de notre travail que d'œuvrer à ce résultat

# MERCI

- Felicity KELLIHER
  - Infirmière, Cadre de Santé
  - Chargée de mission à l'Association Française pour le Développement de l'Education Thérapeutique
  - [f.kelliher@afdnet.net](mailto:f.kelliher@afdnet.net)