Ireps Nouvelle-Aquitaine

Vers la santé pour tous

Sélection de ressources documentaires

Promouvoir la santé des jeunes Renforcer les compétences psychosociales

Avril 2023

Pôle documentation
Ireps Nouvelle-Aquitaine
www.IrepsNouvelleAquitaine.org

Les Centres de Ressources de l'Ireps Nouvelle-Aquitaine

Antenne Deux-Sèvres (79)
Niort
Tél. 05 49 28 30 25
antenne79@irepsna.org

Antenne Vienne (86)
Poitiers
Tél. 05 49 41 37 49
antenne86@irepsna.org

Antenne Haute-Vienne (87)
Limoges
Tél. 05 55 75 15 08
antenne87@irepsna.org

Antenne Charente-Maritime (17)
La Rochelle
Tél. 05 46 42 24 44
antenne17@irepsna.org

Antenne Creuse (23)
Guéret
Tél. 05 55 52 36 82
antenne23@irepsna.org

Antenne Charente (16)
Angoulême
Tél. 05 45 25 30 36
antenne16@irepsna.org

Antenne Corrèze (19)
Brive-la-Gaillarde
Tél. 05 55 17 15 50
antenne19@irepsna.org

SIÈGE RÉGIONAL
Antenne Gironde (33)
Bordeaux
Tél. 05 56 33 34 18
direction@irepsna.org
antenne33@irepsna.org

Antenne Dordogne (24)
Périgueux
Tél. 05 53 07 68 57
antenne24@irepsna.org

Antenne Landes (40)
Mont-de-Marsan
Tél. 05 58 06 29 67
antenne40@irepsna.org

Antenne Lot-et-Garonne (47)
Agen
Tél. 05 53 66 58 59
antenne47@irepsna.org

Antenne Pyrénées-Atlantiques (64)
Pau
Tél. 05 59 62 41 01
antenne64@irepsna.org

Cette sélection de ressources documentaires sert de support informatif complémentaire au contenu de **nos formations et projets relatifs au développement et au renforcement des compétences psychosociales (CPS) des enfants et des adolescents (6 à 17 ans).** Elle recense des études récentes et une sélection d'outils adaptés au montage de projets santé en direction des jeunes.
Un catalogue des guides et des outils pédagogiques « **Compétences psychosociales** » est accessible sur notre site internet Clic sur ce lien !
Les liens vers les sites Internet ont été vérifiés le 28 mars 2023.

Promouvoir la santé des jeunes 4

Renforcer les compétences psychosociales des jeunes 5

Accompagner les jeunes en santé : la posture éducative et l'animation 8

Accompagner les jeunes en santé en s'inspirant des interventions probantes ou prometteuses et des référentiels 9

Une sélection d'outils d'intervention 12

Des ressources complémentaires 14

Retrouvez l'offre documentaire des Centres de Ressources sur
www.IrepsNouvelleAquitaine.org

Consultez les bases de données documentaires sur
www.bib-bop.org

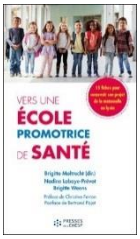
Découvrez la veille et ses collections sur
https://irepsna.org/veille/

Suivez-nous sur

Légende de l'accessibilité des références :
Lire le document : disponible en ligne
: disponible en prêt dans nos centres de ressources

Promouvoir la santé des jeunes

Vers une école promotrice de santé. Guide "du diagnostic à l'action", 15 fiches pour concevoir son projet de la maternelle au lycée. B Moltrecht, N Labaye-Prevot, B Weens (et al.), Presses de l'EHESP, 2022.



Ce guide vise à donner des outils aux professionnels travaillant en milieu scolaire, afin d'assurer des actions efficaces en promotion de la santé. Il présente en quoi consiste la promotion de la santé et décrit la succession des étapes à suivre pour mener un projet. Il fournit un ensemble de fiches pratiques pour constituer une équipe projet, établir un diagnostic, écrire un objectif, tenir un échéancier, évaluer, etc. Toutes les antennes

Onze fondamentaux en promotion de la santé : des synthèses théoriques. H Lambert, I Aujoulat, T Delescluse (et al.), UCL Louvain, Promotion Santé Normandie, FNES, décembre 2021.

Ce document a pour objectif d'aider tout·e professionnel·le se réclamant de la promotion de la santé à développer ses connaissances des fondamentaux de ce domaine d'intervention ; à identifier et visualiser les interrelations entre ces fondamentaux. Cette approche conceptuelle et dynamique des principes d'intervention de la promotion de la santé a pour ambition de mettre à la disposition des professionnels·les des arguments nécessaires pour plaider en faveur de ces principes. Lire le document

Guide d'aide à la construction d'actions d'éducation pour la santé. Ireps Bourgogne-Franche-Comté, novembre 2021.

Ce guide présente différentes utilisations des ressources de la démarche régionale Pass'Santé Jeunes. Il a été construit à partir de pratiques réelles. Lire le document

Promotion de la santé et réussite scolaire. E Darlington, J Masson, Ed. Dunod, 2020.

Cet ouvrage fait le point sur le concept de promotion de la santé et sur ses concepts connexes (éducation à la santé, prévention, déterminant de la santé, compétences psychosociales, inégalités sociales de santé, littératie...). Il démontre ensuite que viser la bonne santé des élèves permet de les aider à mieux apprendre et décrit les différents leviers sur lesquels peuvent agir les acteurs du monde de l'éducation pour améliorer la santé des élèves. Il propose pour ce faire de nombreux outils permettant de mener à bien des projets concrets pour réussir cette approche de promotion de la santé. Toutes les antennes

Faire le tour de la promotion de la santé... en 180 minutes (ou presque). A Sizaret, Ireps BFC, 2018.

Ce dossier documentaire est organisé autour de 19 concepts importants en promotion de la santé. Pour chacun d'eux sont mentionnées : des définitions sourcées qui permettront aux lecteurs de s'approprier les grands repères de la promotion de la santé ; une illustration sous forme d'infographies, d'articles courts ou de schéma, et des ressources bibliographiques pour aller plus loin. Lire le document

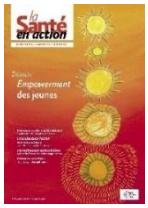
Prévenir et promouvoir la santé : les 11 commandements. Promotion Santé Normandie, 2017.

Agir pour promouvoir la santé et prévenir les maladies impose de se questionner sur son efficacité et son impact. Est-ce que ce que je mets en place atteint son objectif de renforcement des capacités pour une meilleure santé ? Est-ce que j'incite mon public à adopter un comportement favorable à la santé ? La recherche, en se basant sur des expériences, permet de fournir des techniques pouvant guider vers une action efficace. Voilà une synthèse de critères méthodologiques utiles à l'action (extrait). Lire le document Voir la capsule vidéo

Communiquer auprès des jeunes en prévention et promotion de la santé. Repères et techniques pour agir. L Calzetta, Ireps Auvergne Rhône-Alpes, novembre 2019.

Cette fiche propose un tour d'horizon de techniques qui, mises en oeuvre dans une approche de type marketing social, peuvent s'avérer complémentaires d'une démarche éducative auprès d'un public jeune. Lire le document

Empowerment des jeunes. Dossier. La Santé en action, n° 446, décembre 2018, pp. 8-38.



L'empowerment est l'un des principaux leviers pour promouvoir la santé des populations. Communément défini comme l'« accroissement du pouvoir d'agir » des individus, c'est un déterminant de santé peu connu, mal identifié qui permet pourtant de s'attaquer aux inégalités. Le dossier central de ce numéro se veut donc pédagogique dans son approche, avec une première partie « état des connaissances » et une seconde partie « état des pratiques ». Une vingtaine d'experts, chercheurs des sciences humaines et acteurs de terrain, ont accepté d'y contribuer.
Lire le document

Pour aller plus loin : **la sélection spéciale « Méthodologie de projets – Animation de séances collectives »** Clic sur ce lien !

Renforcer les compétences psychosociales des jeunes

Instruction interministérielle du 19 août 2022 relative à la stratégie nationale multisectorielle de développement des compétences psychosociales chez les enfants et les jeunes - 2022-2037. Bulletin officiel santé protection sociale solidarité, n° 18, 31 août 2022, pp. 83-101.

Cette instruction présente la stratégie nationale multisectorielle de développement des compétences psychosociales chez les enfants et les jeunes reposant sur le référentiel national publié par Santé publique France en 2022. Elle édicte la mise en place d'une coordination territoriale et d'un plan d'action pour atteindre un objectif générationnel : permettre à tous les enfants de développer leurs compétences psychosociales dès le plus jeune âge, pendant toute leur croissance et dans tous les milieux. Des objectifs opérationnels seront déclinés selon les 5 axes de la stratégie au travers de feuilles de route et d'indicateurs par secteurs : pour les acteurs de l'éducation nationale, la jeunesse et les sports ; de l'enseignement agricole ; de l'aide sociale à l'enfance et de la protection judiciaire de la jeunesse, de l'insertion, de la formation professionnelle et de l'accompagnement professionnel des 16/18 ans et des jeunes adultes. Lire le document

Les compétences psychosociales : un référentiel pour un déploiement auprès des enfants et des jeunes. Synthèse de l'état des connaissances scientifiques et théoriques réalisé en 2021. B Lamboy, P Arwidson, E Du Roscoat (et al.), Santé publique France (SpF), 2022.

Cet ouvrage synthétise le bilan des connaissances scientifiques sur les CPS et fournit des premiers repères pour l'action et la décision. Le 1er chapitre offre une définition et une catégorisation actualisée en s'appuyant sur la littérature scientifique et les catégorisations internationales. Le 2ème décrit les CPS générales et spécifiques identifiées : CPS cognitives, CPS émotionnelles, CPS sociales. Le chapitre 3 présente un bilan des effets des programmes CPS probants sur la santé (réduction des addictions, de la violence, des problèmes de santé mentale et de santé sexuelle, augmentation du bien-être) et la réussite éducative (amélioration du climat scolaire, des résultats scolaires, de l'insertion professionnelle). S'appuyant sur les études d'efficacité et d'implantation, le chapitre 4 présente les « facteurs-clés » communs aux différents programmes CPS probants afin de faciliter le développement d'interventions CPS de qualité. Lire le document
Lire le rapport complet

Développement des compétences psychosociales des enfants et des jeunes : un référentiel pour favoriser un déploiement national. B Lamboy, séminaire SpF, 14 et 15 décembre 2021.

Sous la forme de plusieurs présentations en diaporamas : définition, classification et présentation des principales compétences psychosociales ; les CPS dans les politiques publiques ; repères méthodologiques ; caractéristiques des interventions CPS efficaces.
Voir les présentations et les vidéos

Les compétences psychosociales, un levier pour la promotion de la santé. R Serrohk, Education santé, n° 396, février 2023, pp. 3-7.

L'approche des CPS a toute sa place dans les actions de prévention et de promotion de la santé, encore plus dans nos contextes de crise où chaque personne doit faire appel à ses ressources cognitives, émotionnelles et sociales pour exercer des compétences dans des contextes pas toujours favorables. Soutenir le renforcement des CPS auprès des enfants et des jeunes c'est investir pour leur bien-être, c'est les aider à développer des facteurs de protection pour leur santé mentale. Les intervenants éducatifs ont un rôle clé à jouer par leur posture professionnelle et les actions qu'ils peuvent mettre en place pour permettre à leurs publics de développer et expérimenter leurs CPS. Lire le document

Cités éducatives et promotion de la santé mentale. Retour sur le groupe pilote santé. E Le Grand, J Simon, FNES, février 2023.

L'objet de ce document est de présenter certains thèmes abordés durant les webinaires sur « la promotion de la santé mentale et du bien-être » organisés dans le cadre du groupe pilote santé des Cités éducatives animé par la FNES. Il propose des définitions et points de repères, des retours d'expériences et quelques ressources disponibles.Lire le document

L'éducation émotionnelle et sociale. Climat relationnel et compétences d'être. M Claeys Bouuaert, Ed. Le souffle d'or, 2022.

L'auteur commence par définir et poser les enjeux de l'éducation émotionnelle et sociale, puis explique comment concevoir et mettre en œuvre des sessions d'éducation émotionnelle et sociale. Enfin, la dernière partie de ce guide pratique propose 270 animations réalisables à l'école ou en dehors et adapté aux enfants de hla maternelle au lycée ainsi qu'aux adultes.

Antenne(s) : 16, 17, 19, 24, 33, 40, 47, 64, 86

En quoi le développement des compétences psychosociales est favorable aux enfants ? M Calvez, M Begnic, C Bourhis (et al.), Ireps Bretagne, mai 2022.

Cette fiche d'information consacrée aux compétences psychosociales en donne la définition ainsi qu'une description et explicite leur importance en tant que déterminant clé de la santé et du bien-être des enfants. Elle présente également les facteurs d'efficacité d'un projet de développement des compétences psychosociales.
Lire le document

Webireps #01 : Renforcer les compétences psychosociales des enfants et des ados pendant la crise. Ireps Nouvelle-Aquitaine, 2020.

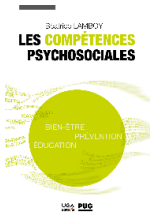
Ce webireps est consacré à la démarche et aux outils permettant le développement et le renforcement des compétences relationnelles et émotionnelles des enfants et des adolescents. Voir le webireps

La preuve par les compétences psychosociales #1 - #2 - #3. Ireps Nouvelle-Aquitaine.

L'Ireps NA, par ces 3 vidéos, propose une synthèse des recherches dans le domaine des compétences psychosociales qui démontrent l'intérêt de cette approche auprès des publics enfants, adolescents et parents en suivant une méthodologie validée scientifiquement. Les 3 vidéos vous permettront de : comprendre ce que sont les compétences psychosociales et identifier leur efficacité auprès des publics, vous appuyer sur les résultats de recherche pour améliorer vos stratégies d'intervention, identifier les facteurs de réussite pour mener des ateliers de développement des compétences psychosociales. Accéder aux vidéos et au dossier de synthèse

Le cartable des compétences psychosociales. Ireps Pays de la Loire.
Un site ressource évolutif pour celles et ceux qui souhaitent renforcer les compétences psychosociales des enfants et des pré-adolescents, de la théorie jusqu'à la pratique (fiches pédagogiques, outils et vidéos). Il propose en outre des parcours d'animation « post-confinement » dont un est à destination des adolescents et des jeunes adultes.
Voir le site Voir le parcours d'animation ados

Les compétences psychosociales. B Lamboy, UGA éditions, Presses universitaires de Grenoble, 2021.



Cet ouvrage décrit ce que sont les compétences psychosociales. Onze compétences clés ont été identifiées et sont présentées. Elles favorisent le développement harmonieux de la personne, à tous les âges de la vie. Feuilleter un extrait Antenne(s) : 17, 23, 24, 47

Les compétences psychosociales. Manuel de développement. B Lamboy, R Shankland, M-O Williamson, Ed. De Boeck Supérieur, 2021.

Ce manuel aborde les principales compétences psychosociales (CPS) permettant aux professionnels de mener des interventions CPS efficaces. La première partie présente l'état des connaissances sur les CPS et les programmes CPS validés, ainsi que des recommandations pour réaliser des ateliers efficaces. Les trois parties suivantes regroupent 11 fiches techniques consacrées aux 11 CPS socles issues de la littérature. En fin d'ouvrage, des tableaux synoptiques permettent d'organiser des ateliers CPS ; des répertoires des exercices et des activités et un récapitulatif des activités complètent l'ouvrage. [Résumé d'après auteures]

Antenne(s) : 16, 17, 23, 33, 47,79, 86

Des neurosciences à l'éducation pour la santé : comment l'attention positive favorise le développement de l'enfant ? Dossier. Priorités santé, n° 59, janvier 2021, pp. 1-6.

Sensibiliser aux compétences psychosociales, expliquer l'apport des neurosciences, rappeler l'importance et le rôle de la fonction parentale positive dans le développement des compétences de l'enfant et ce dès la période périnatale, tels étaient les objectifs du colloque qui s'est tenu le 10 décembre 2020. Lire le document

La formation de la pensée critique. L'Ecole des parents, Ed. Erès, n°638, janvier 2021, pp. 27-62.

Comment se forme l'esprit critique chez l'enfant puis l'adolescent ? Pourquoi ce recul des valeurs communes et de la laïcité dans certains établissements scolaires ? La puissance d'Internet est-elle seule en cause ? Comment éduquer aux médias, à la liberté d'expression et au respect de la différence à l'ère numérique ? Sur le terrain, des associations, des enseignants et des journalistes en font leur combat. Il est temps de mutualiser ces pratiques pour développer la capacité de jugement des enfants et des adolescents, gage de leur liberté. Voir le sommaire

Antenne(s) : 79, 86

Les émotions. Mieux les connaître pour mieux les prendre en compte à l'école et dans la vie.

P Haag, L Cognard, EHESS, Lab school network, avril 2020.
Ce document présente des éléments de recherche sur le thème des émotions. Il a pour objectif de contribuer à une meilleure connaissance des émotions pour permettre aux professionnels de l'éducation de créer un environnement le plus favorable possible au développement de l'enfant et aux apprentissages. Lire le document

L'essentiel sur... le renforcement des compétences psychosociales : pour une prévention efficace à l'école. MILDECA, janvier 2020.

Après un rappel des niveaux de consommation d'alcool, tabac et cannabis par les jeunes en France, ce dossier présente la prévention par le renforcement des compétences psychosociales en milieu scolaire : son principe, son efficacité, les principaux programmes déployés en France et deux exemples d'ateliers. Il se termine par une explication de 3 idées reçues fausses. Lire le document

Quand la peur de l'échec inhibe le plaisir d'apprendre à l'adolescence. L Benoit, yapaka.be, 2020.

Une intervention vidéo de Laelia Benoit, pédopsychiatre, en contexte de crise sanitaire.
Voir la vidéo

Définir et comprendre le bien-être des jeunes pour mieux intervenir. Pr G Michel. In : Le bien-être des jeunes se mesure-t-il ? 1ère conférence INOVA-é, Bordeaux 14 mai 2018. Ireps Nouvelle-Aquitaine, Région NA, ARS NA.

La plupart des travaux se sont inscrits dans une approche pathogène, examinant les conduites à risques, les manifestations psychopathologiques au travers de l'identification des facteurs de vulnérabilité (individuels, familiaux, environnementaux). Or, il existe également une approche positive, qui au travers de l'examen des expériences positives, des facteurs de protection vise le développement du bien-être et le fonctionnement optimal de l'individu. La présentation termine par l'illustration de deux études, l'une portant sur les effets d'un programme d'intervention de pleine conscience (Mindfulness) sur des enfants scolarisés et l'autre portant sur les Compétences Psycho-Scociales (émotionnelles, sociales, cognitives : « Le voyage des Toimoinous » Voir la présentation

Développer les compétences psychosociales chez les enfants et les jeunes. La Santé en action, n°431, mars 2015, pp. 10-40.

Ce dossier pose la problématique, installe une distance critique face à un concept dont la mise en oeuvre requiert la plus grande exigence. Dans une première partie, les experts délivrent un état des connaissances. La seconde partie présente des programmes de terrain. Lire le document

Toutes les antennes

L'estime de soi des adolescents. G Duclos, D Laporte, J Ross, Ed. CHU Saint-Justine, 2002.

L'ouvrage propose quatre chapitres qui s'intéressent chacun à un paramètre majeur permettant l'acquisition d'une bonne estime de soi : faire vivre un sentiment de confiance à l'adolescent, lui apprendre à se connaître, lui apprendre à participer et à coopérer, l'aider à découvrir les stratégies menant au succès. Antenne(s) : 17, 23, 33, 40, 47, 79, 87

L'estime de soi des 6-12 ans. D Laporte, L Sévigny, Ed. CHU Saint-Justine, 2002.

Ce livre fait le point sur les différents paramètres à prendre en compte pour permettre à l'enfant de 6 ans et plus de développer une bonne estime de soi. Quatre points sont évoqués : connaître et reconnaître son enfant ; traiter son enfant avec considération et respect ; intégrer son enfant dans la famille, le groupe, la société ; faire vivre du succès à son enfant. Antenne(s) : 17, 19, 33, 40, 47, 86, 87

Pour aller plus loin : **la sélection spéciale « Développement et renforcement des CPS »**
Clic sur ce lien !

Accompagner les jeunes en santé : la posture éducative et l'animation

Webireps #3 : Posture éducative et messages en santé. Ireps Nouvelle-Aquitaine, 2020.

Ce webireps aborde la promotion de la santé et la posture de l'éducateur. Il donne des éléments pour animer des séances individuelles et collectives et vous permettra de prendre du recul sur vos pratiques. Voir le webireps Voir tous les webireps

La posture éducative en éducation pour la santé : apports de la psychologie humaniste. A Coste, Repères en prévention & promotion de la santé, mars 2019.

Cette fiche a pour objectif de fournir un éclairage théorique à partir de savoirs en psychologie humaniste et en psychologie positive qui peuvent soutenir et renforcer les postures éducatives en promotion de la santé. Elle s'adresse à tout acteur éducatif, qu'il soit parent, enseignant, animateur ou encore formateur. On notera que les publics visés par ces démarches éducatives peuvent tout autant être des enfants, des jeunes, ou des adultes (parents, professionnels, bénévoles, etc.). [Résumé auteure] Lire le document

Leviers d'intervention : mise en œuvre d'activités interactives. In : Savoirs d'intervention/nutrition 0-25 ans, Ireps Auvergne Rhône-Alpes, Emergence.

Les activités interactives sont davantage appréciées des enfants, des jeunes et de leurs parents que les modes de transmission d'information descendants. Il est donc important de mobiliser ces activités interactives pour ne pas aggraver les inégalités sociales de santé. Ce dossier en ligne explique comment les mettre en œuvre.
Lire le document

25 techniques d'animation pour promouvoir la santé. A Douiller (dir.), Ed. le Coudrier, 2012.

Les fondements de la promotion de la santé, la démarche de projet et plusieurs notions indispensables à l'animation sont présentées. 25 techniques d'animation de groupe sont ensuite détaillées. Elles ont été sélectionnées pour leur intérêt, leur pratique et sont illustrées d'exemples d'utilisation : le blason, tour de table des idées, jeu des enveloppes, échelle du temps, focus groupe...

Toutes les antennes

Techniques d'animation en promotion de la santé. FRAPS Centre-Val de Loire, 2020.

Le FRAPS propose une sélection de techniques d'animation, éprouvées par des acteurs de terrain, illustrées d'exemples concrets et de supports en téléchargement pour alimenter vos actions et formations en promotion de la santé. Lire le document

Pour aller plus loin : **la sélection spéciale « Posture éducative et écoute active au service de la qualité de l'accompagnement »** Clic sur ce lien !

Accompagner les jeunes en santé en s'inspirant des interventions probantes ou prometteuses et des référentiels

Le portail des Interventions probantes ou prometteuses en prévention et promotion de la santé. Santé publique France (SpF).

Cette plateforme permet l'articulation et la diffusion des innovations entre la recherche et les pratiques de terrain. Ce portail propose notamment une recherche par thème/public : nutrition et activité physique, santé mentale, enfants et adolescents… Accéder au portail

Les jeunes et le numérique. Des clefs pour les accompagner. Ireps Nouvelle-Aquitaine, Promeneurs du Net 79, mars 2022.

En 2021, nos deux structures ont recueilli les questions concrètes de nos partenaires jeunesse des Deux-Sèvres.

Ces questions ont été transmises à des experts et des chercheurs reconnus. Ceux-ci ont répondu avec pertinence et clarté à ces questionnements, notamment sur le temps d'écran, les Réseaux Sociaux, les jeux-vidéo, la santé mentale, l'intimité. Ce guide, illustré de dessins humoristiques, est le résultat de ce travail. Lire le document

Toutes les antennes

Ressources pour des actions auprès des jeunes. SpF, mis à jour 25 novembre 2022.

Un dossier spécial réalisé dans le cadre de l'accompagnement des étudiants en service sanitaire. Lire le document

Les compétences psychosociales et la prévention des conduites addictives. Addictions France, Fiche Repères, Avril 2021.

Renforcer les compétences psycho-sociales pour prévenir les conduites addictives est aujourd'hui une évidence pour les acteurs en addictologie et plus largement pour les professionnels qui ont pour mission de promouvoir la santé. L'enjeu est d'expliciter en quoi elles participent à la prévention des conduites addictives pour les professionnels de la prévention et/ou de l'accompagnement. La réalisation d'actions de prévention qui se basent sur le renforcement des compétences psychosociales ne s'improvise pas. Elle nécessite un ensemble d'éléments que nous balaierons tout au long de cette fiche repère : du choix du programme ou de sa conception jusqu'à son évaluation [résumé auteur]. Lire le document

Les modules pédagogiques de Pass Santé Pro. Ireps Bourgogne Franche-Comté.

Ce site accompagne les intervenants dans la mise en place et l'animation d'actions de prévention et d'éducation pour la santé à destination des jeunes. Ces modules pédagogiques d'autoformation permettent d'organiser sa réflexion préalable à la mise en œuvre d'une action d'éducation pour la santé. Voir la page du site

Promouvoir la santé psychique des adolescent·e·s à l'école et dans l'espace social. Cahier de référence pour les professionnel·le·s. MindMatters, septembre 2020.

Ce document poursuit les objectifs suivants : fournir de l'information et des connaissances sur les processus et les enjeux de l'adolescence ; proposer un outil de référence partagé et une compréhension commune de la promotion de la santé psychique des adolescent·e·s ; mettre en évidence des leviers et des pistes d'action afin de renforcer l'action globale de l'école et le pouvoir d'agir des enseignant·e·s ; servir d'ancrage à différents projets ou mesures qui soutiennent la santé psychique des adolescent·e·s. Ce document s'appuie à la fois sur des apports théoriques et des concepts liés à l'adolescence et la santé psychique, sur des expériences probantes menées en Suisse. La structure et les éléments qui y sont présentés sont, dans une large mesure, issus d'une démarche de production de savoir basé sur l'expérience. Lire le document

Intervenir en promotion de la santé sur les écrans auprès des 12-25 ans. Ireps Auvergne Rhône-Alpes, mai 2020.

Ce document interactif offre un recueil d'actions de promotion de la santé sur les écrans chez les 12-25 ans en Auvergne-Rhône-Alpes. 15 actions ont été choisies à partir des critères probants pour la promotion de la santé. Elles sont regroupées en 6 catégories en tenant compte des axes forts d'intervention qui ont orienté leur déroulement : soutenir la parentalité, coopérer en réseaux, prévenir les conduites à risque, soutenir l'inclusion sociale, former et informer, répondre aux spécificités des publics vulnérables. Lire le document

Pour une prévention des conduites addictives. Référentiel à destination des intervenants dans et hors milieu scolaire. M Kervarrec, M Boucher, Promotion Santé Normandie, ARS Normandie, décembre 2019.

Ce référentiel propose des standards à suivre afin d'apporter des contenus adaptés à l'âge et au niveau de maturité de l'enfant et de l'adolescent. Son objectif est d'assurer un continuum dans les actions et interventions de promotion de la santé mises en oeuvre de l'école au lycée et dans tous les espaces fréquentés par les enfants et les adolescents (les maisons de quartier, les associations, les centres de loisirs, etc.). De ce fait, ce référentiel s'adresse en priorité aux professionnels membres des CESC exerçant en milieu scolaire (enseignants, personnels sociaux et de santé, personnels d'éducation) et hors milieu scolaire (professionnels de jeunesse, de la santé, du social, associatifs). Lire le document

Pour promouvoir la santé sexuelle. Référentiel à destination des intervenants dans et hors milieu scolaire. R Fonteneau, M Boucher, M Kervarrec, Promotion Santé Normandie, ARS Normandie, décembre 2019. Lire le document

Pour une éducation nutritionnelle. Référentiel à destination des intervenants dans et hors milieu scolaire. S Houssni-Thevenot, M Boucher C Camus (et al.), Promotion Santé Normandie, ARS Normandie, décembre 2019. Lire le document

Synthèse d'actions prometteuses, émergentes et innovantes : Compétences psychosociales & Nutrition. Ireps Grand Est, mars 2019.

Ce document s'articule autour de 3 axes : 1) une présentation synthétique de connaissances issues de la littérature scientifique sur les facteurs renforçant l'efficacité des actions autour du renforcement des compétences psychosociales et de la nutrition ; 2) une synthèse des points transversaux aux actions analysées apportant des éléments d'explication et de compréhension globales ; 3) des fiches individuelles détaillant sept actions de renforcement des compétences psychosociales et quatre actions autour de la nutrition relevant de critères prometteurs, émergents ou innovants. Lire le document

Référentiel d'intervention : prévenir les addictions auprès des jeunes. Ireps Bourgogne-Franche-Comté, septembre 2018.

Ce référentiel de bonnes pratiques vise la prévention de l'entrée dans les conduites addictives chez les jeunes, dans une démarche de promotion de la santé. Dans une première partie, les auteurs posent les grands repères sur les conduites addictives et la promotion de la santé. Ils mettent en avant, dans une deuxième partie, les stratégies de prévention efficaces. La troisième partie de l'ouvrage s'attarde sur la méthodologie de projet et illustre quelques cas pratiques de mise en place d'actions. La dernière partie de l'ouvrage donne des éléments d'évaluation des actions. Lire le document

Synthèse d'interventions probantes pour le développement des compétences psychosociales. SIPrev (Stratégies d'interventions probantes en prévention). Chaire de recherche en prévention des cancers INCa/IReSP/EHESP, 2017.

SIPrev est composé de deux parties : une partie intégralement effectuée par les membres de l'UIPES détaillant l'ensemble des stratégies repérées comme probantes dans la littérature scientifique, adossées s'il y a lieu aux recommandations et/ou référentiels internationaux sur la thématique ; une partie introductive réalisée par l'équipe de projet TC-REG mettant en évidence les éléments clés extraits des revues de littérature (extrait du préambule). Lire le document

Voir également :

Synthèse d'interventions probantes relatives à la contraception et la vie affective et sexuelle chez les jeunes. Chaire de recherche en prévention des cancers INCA/IReSP/EHESP, 2017. Lire le document

Synthèse d'interventions probantes en réduction du tabagisme des jeunes. Chaire de recherche en prévention des cancers INCA/IReSP/EHESP, 2017.
Lire le document

Une sélection d'outils d'intervention

Pour connaître tous les outils CPS proposés en prêt dans nos centres de ressources, consultez notre catalogue « Compétences psychosociales ».
Voir le catalogue des outils

Découvrez notre collection pour les jeunes et leurs familles : L'Essentiel sur… Clic ici ! et aussi ici !

Voici ci-dessous quelques exemples d'outils proposés en prêt. Rapprochez-vous de votre antenne pour connaître les outils disponibles et bénéficier de conseils sur leur utilisation.

Feelings addictions. Act in games.

Co-construit par la Protection Judiciaire de la Jeunesse (PJJ), l'association Addictions France et l'Ireps Nouvelle-Aquitaine, ce jeu est une déclinaison de "Feelings. Le jeu des émotions". Il permet d'échanger autour des émotions en lien avec les conduites addictives en exprimant sa propre émotion puis en tentant de deviner celle ressentie par un autre joueur face à une situation donnée. Les cartes "situation" sont divisées en deux classes d'âge : "dès 11 ans" et "dès 15 ans".

#Distavie. Placote.

Ce jeu a pour objectif de faciliter le dialogue parent-adolescent et en particulier d'aider l'adolescent (12-17 ans) à s'exprimer sur des sujets variés qui le concernent et de l'amener à développer des habiletés sociales. Des cartes-questions sur des thèmes tels que l'avenir, les relations ou les souvenirs sont utilisées pour les aider à développer ce type de compréhension.

Impro social. Placote.

Ce jeu sur le thème du développement socioaffectif est conçu pour aider les jeunes de 8 à 14 ans à réfléchir aux différents comportements qu'ils peuvent adopter dans des situations qui mettent leurs habiletés sociales au défi. La roulette du jeu qui les invite à faire une improvisation de manière émotive, neutre, enfantine ou prosociale les aide à pousser leur réflexion. Le but du jeu est donc d'improviser des situations sociales qui peuvent être problématiques dans la vie des enfants et de trouver le bon comportement pour résoudre le problème.

Le jeu des qualités. Comitys.

Ce jeu aborde les CPS. Il est conçu pour : enrichir son lexique des qualités humaines ; apprendre à se connaître pour mieux s'aimer ; construire la cohésion d'un groupe et s'amuser.

Parcours D-Stress. Le jeu qui pose un autre regard sur le stress. Question santé, Solidaris.

Ce jeu permet de s'interroger sur les causes et les conséquences du stress et éclairer la manière dont chacun y fait face peut aider à le prévenir et à s'en préserver. Tout au long du parcours, les joueurs/équipes rencontrent des événements agréables ou désagréables qui influencent leur stress, s'adaptent à leur environnement en réussissant des défis, témoignent de leurs connaissances relatives au stress, diversifient leurs possibilités de détente et expérimentent le changement de point de vue.

Moi et l'empathie. Questions de perception(s) ? Valorémis.

Ce jeu de cartes permet d'aborder de manière interactive la compréhension de nos émotions et le développement des CPS dont fait partie l'empathie. Grâce aux questions ouvertes, les participants peuvent échanger sur leurs expériences dans ce domaine, imaginer des pistes d'actions pour mieux apprendre de soi, développer l'attention portée aux autres. Ce support est adapté au milieu scolaire et périscolaire à partir de 10 ans.

Feelings. V Bidault, JL Roubira, F Chalard, Act in Games.

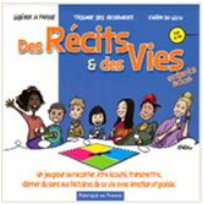
Dans ce jeu, il s'agit de partager son ressenti par rapport à une situation proposée mais aussi de deviner celle de son partenaire de jeu. Il permet de confronter les points de vue de chacun dans un climat de bienveillance, afin de mieux se connaître pour mieux se comprendre. Les cartes "situation" sont réparties en 3 thèmes : "En famille" pour jouer et échanger autour de la vie familiale (dès 8 ans), "Entre amis" pour échanger sur des thèmes de société (dès 12 ans), "A l'école" pour des thèmes liés à la vie en groupe et à l'école (dès 8 ans).

Photo-expression et manuel « Estime de soi ». Comitys.

Le photo-expression, destiné aux adolescents à partir de 15 ans, a pour objectif de permettre l'expression émotionnelle. Il peut servir de support d'animation pour des ateliers sur l'estime de soi. Composé de quarante photographies en noir et blanc, il vise à faciliter la connaissance de soi, l'expression personnelle et l'écoute des autres. Le manuel, sous la forme de 30 exercices, permet également d'animer des séances sur l'estime de soi ou sur l'image du corps.

Le qu'en dit-on ? Version junior. Maison des adolescents de Maine-et-Loire.

Ce support d'expression en groupe, avec des jeunes de 13 à 20 ans, a pour objectif de promouvoir une dimension pacifiée des interrelations entre l'adolescent et son environnement. Il est composé de 60 cartes (regroupées en 6 thèmes) décrivant une situation relationnelle et d'affichettes (acceptable-non acceptable-discutable-interdit par la loi) sur lesquelles vont être positionnées les cartes. Il est accompagné d'un livret méthodologique et de repères juridiques.



Des récits et des vies. 2 versions : enfants-adolescents, adultes. Le comptoir aux histoires.

Ce jeu a pour objectif de libérer la parole, de créer du lien et de trouver des ressources en permettant aux participants de se raconter, d'être écouté, de donner du sens aux histoires de leur vie avec émotion et poésie. Il peut être utilisé en groupe ou dans le cadre d'un entretien individuel.

La roue des émotions. 2 versions : enfant, adolescents-adultes. L'Autrement dit, 2015.

Ce support sert à travailler et développer les compétences des enfants, adolescents et adultes en permettant de verbaliser son humeur, y faire correspondre son émotion, son ressenti et enfin grâce à la dernière roue, trouver le besoin sous-jacent pour comprendre et adapter son comportement.

Dis-nous major. Exerce tes aptitudes sociales en jouant. Pirouette éditions.

Ce jeu invite les adolescents à exercer un certain nombre d'aptitudes sociales de manière ludique sur la base de défis quotidiens. Il favorise ainsi le développement personnel, la connaissance de soi et de ses émotions, la communication positive, le respect des autres, la coopération, la citoyenneté, la faculté d'adaptation.

Cartes des forces. Positran.

Cet outil est conçu pour identifier et développer ses forces personnelles en apprenant à se connaître, à gagner en confiance, à s'épanouir et à être efficace. Chacune des cartes contient une photo et le nom d'une force. Au verso, figurent les questions susceptibles d'être posées pour identifier cette force, sa description et des suggestions afin de l'activer et de la développer.

Ta santé, ton alliée. La santé des jeunes de 16 à 25 ans. Hygiène de vie, vie affective et sexuelle, addictions. CODES du Var, 2020.

Ce livret d'activités est destiné aux jeunes de 16 à 25 ans accompagnés dans diverses structures : Missions Locales, MECS, foyers jeunes travailleurs, écoles de la deuxième chance, centres de formation, unités de la PJJ, lycées. Il propose des jeux, activités et tests visant à étoffer sa culture générale sur diverses thématiques, en autonomie ou en groupe. Il permet aussi à chacun de trouver sa place dans la mise en œuvre d'actions concrètes. Il peut être utilisé pour puiser des idées nouvelles mais aussi servir de véritable rebond aux activités quotidiennes. Un autre livret est proposé pour les jeunes de 11 à 15 ans.

Voir le livret pour les 16 -25 ans Voir le livret pour les 11-15 ans

Les outils CPS mindful.

Association francophone d'éducation et de promotion de la santé.

Voir le site

Estime de soi, regard des autres.

CDJ de Vendée.

Voir l'outil en ligne

Les cahiers engagés du Crips Ile-de-France à destination des jeunes (2021) :

Inspirés des cahiers de vacances, ils invitent, de manière ludique et autonome, à s'informer et réfléchir sur des thématiques en lien avec la santé. Voir ces outils en ligne

Des ressources complémentaires

Les chiffres clés de la jeunesse 2021. Institut National de la Jeunesse et de l'Education Populaire (INJEP), mars 2021.

Ce recueil propose aux acteurs de jeunesse et au grand public de mieux connaître les spécificités des 15-30 ans dans des domaines aussi variés que la démographie, l'éducation, l'emploi, l'engagement et la participation, les loisirs, le sport, la culture, la justice, ou encore la santé.

Lire le document Lire le Baromètre sur la jeunesse 2021 - janvier 2022

Développement neuropsychique de l'adolescent : les étapes à connaître. M Devernay, S Viaux-Savelon, Réalités pédiatriques, n°187, septembre 2014, pp. 1-7.

La période de l'adolescence est marquée par la croissance staturale et la puberté, intimement liées aux étapes du développement neuropsychique. La prise en charge à cette période délicate a des implications importantes, aussi bien sur le plan de la santé physique de l'adolescent que pour la construction de sa personnalité future. Les développements physique, cognitif et psychologique, bien qu'ils présentent une variabilité individuelle dans leur expression et leur temporalité, peuvent être déclinés en trois grandes étapes communes. Les auteurs décrivent ces trois grandes étapes, notamment sous la forme d'un tableau synthétique. Lire le document

A suivre…

Sirena-cps est le futur site ressource national à destination de celles et ceux qui souhaitent renforcer les compétences psychosociales de leurs publics dans tous les milieux de vie.

Pour en savoir plus : Clic ici !