



## POLE DE COMPETENCE EN PROMOTION DE LA SANTE

### REGION CENTRE-VAL DE LOIRE

## Les compétences psychosociales

La FRAPS Centre Val de Loire intègre le développement des compétences psychosociales au sein des actions de prévention qu'elle accompagne et dans le cadre de ses formations depuis de nombreuses années. C'est donc à partir de l'expérience de ses chargés de missions et documentalistes qu'elle vous propose ces quelques lignes de réflexion sur le thème du développement des Compétences Psychosociales en promotion de la santé. (CPS).

Le concept, défini par l'OMS dès 1993, est à la pointe de la promotion de la santé. Mais de quoi s'agit-il précisément ? Et, les actions qui s'en réclament sont-elles efficaces ?

Le concept des CPS renvoie au 4e axe de la charte d'Ottawa (OMS, 1986) qui concerne l'acquisition d'aptitudes individuelles : *« La promotion de la santé soutient le développement individuel et social en offrant des informations, en assurant l'éducation pour la santé et en perfectionnant les aptitudes indispensables à la vie. Ce faisant, elle permet aux gens d'exercer un plus grand contrôle sur leur propre santé, et de faire des choix favorables à celle-ci. Il est crucial de permettre aux gens d'apprendre pendant toute leur vie et de se préparer à affronter les diverses étapes de cette dernière. Cette démarche doit être accomplie à l'école, dans les foyers, au travail et dans le cadre communautaire, par les organismes professionnels, commerciaux et bénévoles, et dans les institutions elles-mêmes. »*

En 1993, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) introduit le concept et fait référence, en premier lieu, à une compétence psychosociale globale : *« Les compétences psychosociales sont la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. 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. »*

### CPS et promotion de la santé

Dix compétences sont à développer au cours de l'éducation, pour permettre l'adoption de comportements favorables à la santé, notamment auprès des enfants :

- Savoir résoudre des problèmes / Savoir prendre des décisions
- Avoir une pensée critique / Avoir une pensée créative
- Savoir gérer son stress / Savoir gérer ses émotions
- Savoir communiquer efficacement / Être habile dans les relations interpersonnelles
- Avoir conscience de soi / Éprouver de l'empathie

Auprès des adolescents et adultes, les programmes et actions développés mobilisent les CPS à travers **différents thèmes** qui se révèlent **interdépendants** : **l'estime de soi, le sentiment d'auto efficacité, la motivation, les stratégies d'adaptation (coping) et l'empowerment.**

FÉDÉRATION RÉGIONALE DES ACTEURS EN PROMOTION DE LA SANTÉ

ANTENNE TERRITORIALE DU LOIRET

5 RUE JEAN HUPEAU 45000 ORLÉANS

02 38 54 50 96 – ANTENNE45@FRAPSCENTRE.ORG – WWW.FRAPSCENTRE.ORG

ASSOCIATION NON ASSUJETTIE À LA TVA - SIRET 49282330700011 - APE/NAF 9499 Z

ORGANISME DE FORMATION ENREGISTRÉ SOUS LE N° 24 37 02635 37 AUPRÈS DU PRÉFET DE LA RÉGION CENTRE-VAL DE LOIRE





## POLE DE COMPETENCE EN PROMOTION DE LA SANTE

### REGION CENTRE-VAL DE LOIRE

#### Pourquoi travailler sur les CPS ?

Toute action de prévention ou de promotion de la santé, doit tenter d'agir simultanément sur plusieurs déterminants de la santé, comme le préconise la charte d'Ottawa. Les comportements humains se construisent et se modifient dans un système, et c'est bien sur l'ensemble du système qu'il faut essayer d'agir. Le renforcement des compétences psychosociales n'échappe pas à cette règle. Ces aptitudes individuelles sont liées et indissociables, et leur développement peut permettre à une personne de maintenir un niveau de bien-être physique mental et social satisfaisant. Il faut tenter d'évaluer l'influence de ces compétences sur ces différents facteurs. Il est important de s'interroger également sur les notions de désir et de plaisir qui influencent parfois nos choix.

Par ailleurs, si elle ne tient pas compte des conditions de vie, l'action sur les CPS peut contribuer à exacerber les inégalités sociales de santé. Certaines stratégies de développement des CPS peuvent apparaître comme normalisantes, il convient de travailler sur la prise de conscience, le vécu et éventuellement la transformation de cette émotion (via la verbalisation). Il convient également d'être particulièrement vigilant au regard de ces exigences éthiques dans la mise en place des actions.

Cette approche renvoie également à une question de fond : l'éducabilité des compétences, qui interroge à la fois l'inné et l'acquis. L'importance du transfert de connaissances entre acteurs de terrain et chercheurs est primordiale à cet égard, et favorise le développement de programmes : les chercheurs fournissent une caution scientifique aux projets, valident les hypothèses des intervenants et favorisent l'obtention de crédits pour ces actions. Des questions autour de la transférabilité des actions ont également été soulevées, liées aux conceptions parfois mécanistes et non dynamiques des compétences psychosociales.

#### Comment travailler sur les CPS ?

Les CPS sont utilisées dans les programmes de promotion de la santé à destination des enfants, principalement dans le cadre d'une collaboration avec les équipes éducatives. Leur utilisation est en revanche moins adaptée dès lors qu'il s'agit de travailler dans une optique de prévention ou de réduction des risques avec des adultes ou de grands adolescents. Il est alors plutôt question de favoriser le changement, ou l'adaptation aux risques encourus, d'attitudes et de comportements déjà installés. Les CPS auxquelles il faut alors faire appel sont plus spécifiques.

La recherche a pu montrer ces vingt dernières années des liens entre différentes CPS et la modification ou le maintien de comportements, qu'il s'agisse d'abstinence, d'activité physique ou d'accès aux soins. Le choix de la ou des compétences à développer se fait en fonction des problématiques rencontrées, de l'âge et de la situation des personnes destinataires de l'action ou du programme.

**FÉDÉRATION RÉGIONALE DES ACTEURS EN PROMOTION DE LA SANTÉ**

**ANTENNE TERRITORIALE DU LOIRET**

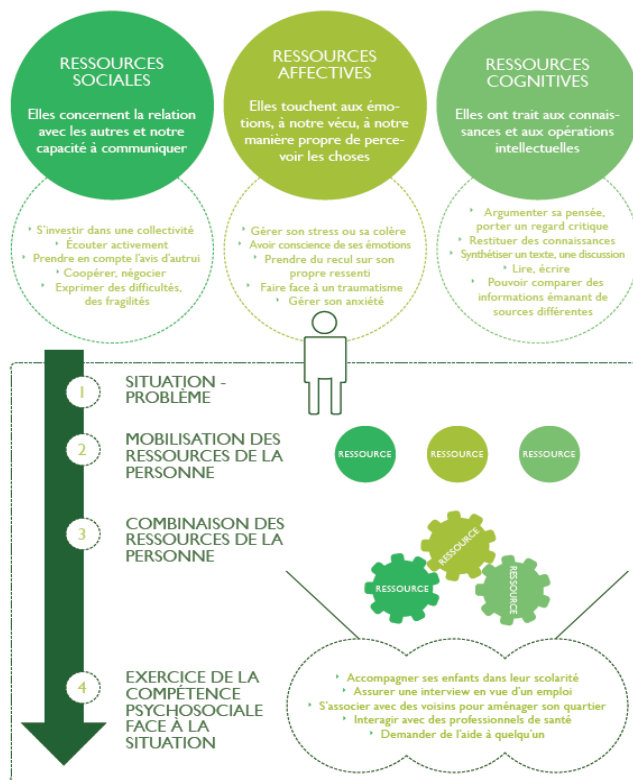
**5 RUE JEAN HUPEAU 45000 ORLÉANS**

**02 38 54 50 96 – ANTENNE45@FRAPSCENTRE.ORG – WWW.FRAPSCENTRE.ORG**

*ASSOCIATION NON ASSUJETTIE À LA TVA - SIRET 49282330700011 - APE/NAF 9499 Z*

*ORGANISME DE FORMATION ENREGISTRÉ SOUS LE N° 24 37 02635 37 AUPRÈS DU PRÉFET DE LA RÉGION CENTRE-VAL DE LOIRE*





#### Une efficacité démontrée

Le développement des CPS apparaît dans une large variété de programmes d'éducation et de prévention (des conduites addictives, des grossesses précoces, de la violence, etc.) avec une efficacité démontrée. Elles ont été mises en œuvre dans des projets portant sur la non-violence, le renforcement de la confiance en soi, etc. Leur utilisation dans des domaines aussi variés tend à démontrer la valeur intrinsèque du développement des CPS dans le champ général de la promotion de la santé. Cette approche permet en effet de travailler de manière transversale à l'acquisition et au maintien du bien-être.

Bien que le concept de CPS renvoie à une représentation différente selon les professionnels, il s'agit d'une approche positive et valorisante qui permet de prendre l'individu dans sa globalité.

Cette approche permet de travailler à partir des ressources des personnes ciblées par l'intervention. Cela permet d'éviter la stigmatisation et de s'appuyer sur la valorisation des savoirs, savoir être et des savoir-faire.

Ces programmes ne peuvent être opérants que si une attention est apportée à la cohérence de l'environnement dans lequel ils s'inscrivent. Ils doivent donc aller de pair avec une attitude pédagogique globale positive des adultes qui favorise l'estime de soi chez les enfants pas seulement lors des séances consacrées au programme. Cette cohérence suppose que tous les adultes qui ont en charge les jeunes se sentent intégrés à un projet commun dans lequel chacun a une part de responsabilité et un rôle reconnu, complémentaire à celui des autres.

Source : *La santé en Action* n° 431 - **Développer les compétences psychosociales chez les enfants et les jeunes**, Mars 2015

