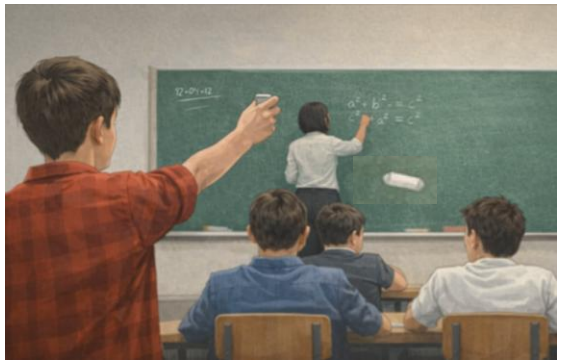
Approche intégrée du développement des compétences psychosociales à l'Ecole

Damien Tessier
Enseignant-chercheur UGA
Responsable du DU ProMoBE
Damien.tessier@univ-grenoble-alpes.fr

1er octobre 2026







ProMoBE

Quelles sont les CPS en jeu dans cette situation ?





CPS sociales

CPS émotionnelles

CPS cognitives





En classe, enseignant comme élèves mobilisent constamment leurs CPS.

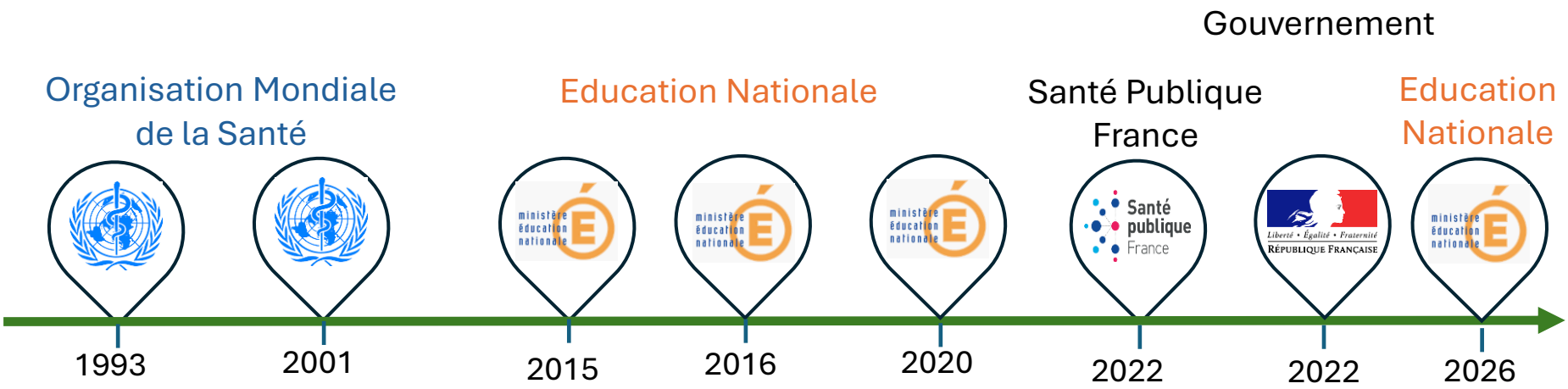
Sommaire

- Les compétences psychosociales : **Qu'est-ce que c'est** ?
- Quels sont les **effets des CPS** à l'Ecole ?
- Approche CPS intégrée, **mécanismes d'apprentissage** et gestes professionnels
- **Exemples** de séquences CPS intégrées

C’est quoi les CPS ?

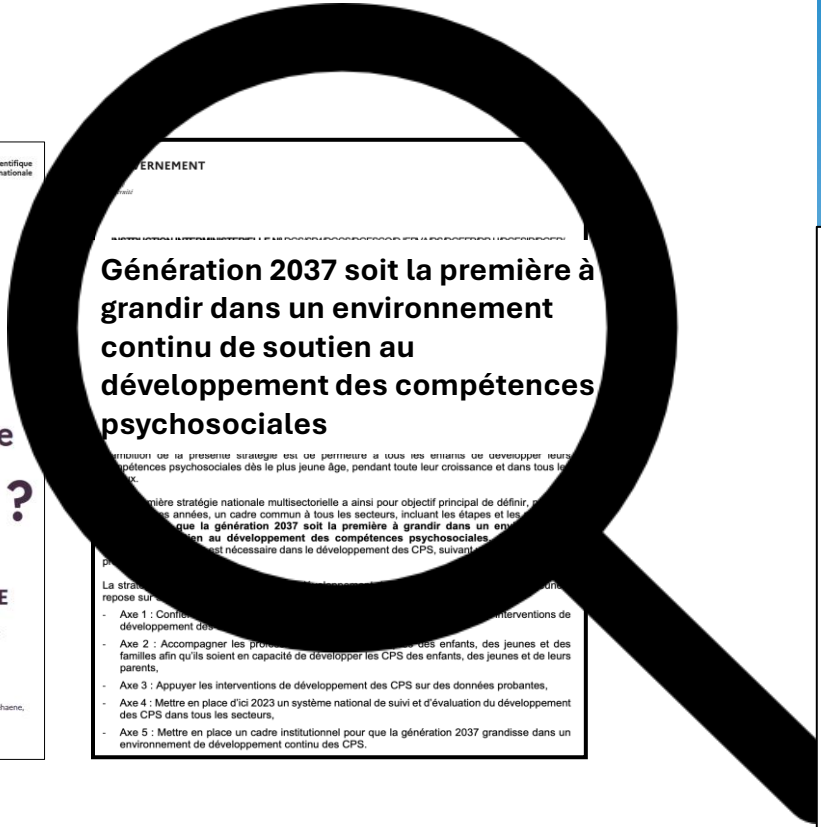


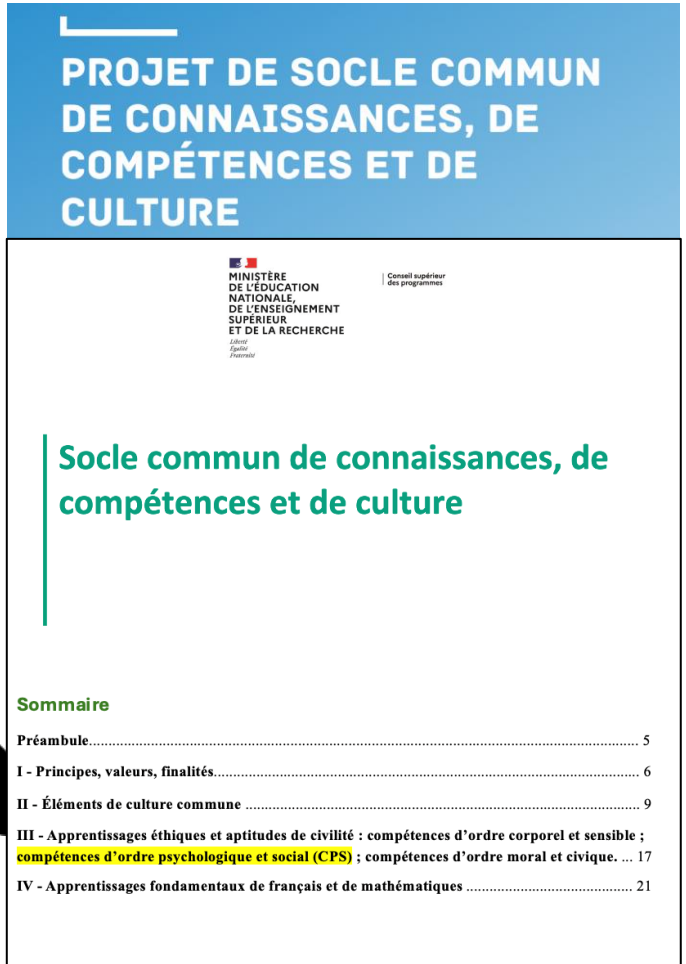
Evolution des CPS



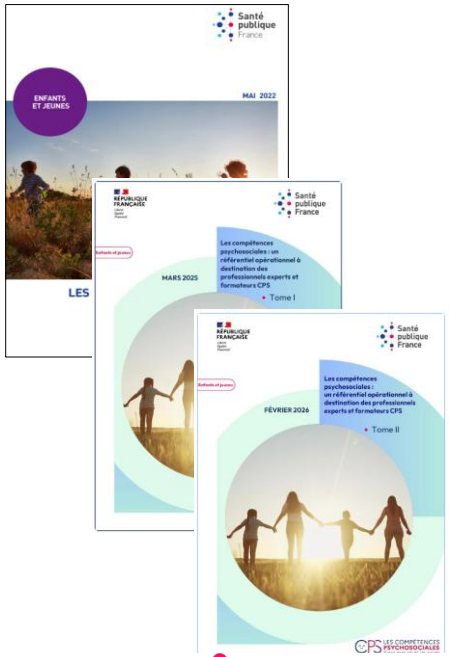
Contexte & enjeux







Référentiel des CPS – Définition



Santé publique France

> Ensemble cohérent et interrelié de **capacités cognitives, émotionnelles et sociales**, impliquant des **connaissances**, des **processus intrapsychiques** et des **comportements spécifiques**, qui permettent d'augmenter l'autonomisation et le pouvoir d'agir, de maintenir un état de bien-être psychique, de favoriser un fonctionnement individuel optimal et de développer des interactions constructives (SPF, 2022).

Référentiel des CPS – Classification

ProMoBE

COGNITIVES



Renforcer sa conscience de soi

- Accroître sa connaissance de soi et savoir penser de façon critique
- Connaître ses valeurs, besoins et but et prendre des décisions constructiv
- S'auto-évaluer positivement
- Renforcer sa pleine attention

Renforcer sa maîtrise de soi et son accomplissement

- Atteindre ses buts personnels
- Gérer ses impulsions
- Résoudre des problèmes de façon créative et efficace et savoir demander de l'aide

ÉMOTIONNELLES



Renforcer sa conscience des émotions

- Comprendre les émotions
- Identifier ses émotions

Réguler ses émotions et son stress

- Exprimer ses émotions de façon constructive
- Réguler ses émotions agréables et désagréables
- Comprendre et gérer son stress

SOCIALES



Développer des relations constructives

- Communiquer de façon efficace et positive
- Communiquer de façon empathique
- Développer des liens et des comportements prosociaux

Résoudre des difficultés relationnelles

- S'affirmer et résister à la pression sociale par l'assertivité et le refus
- Résoudre les conflits de façon constructive

Santé publique France

Mais concrètement, c'est quoi les CPS ?

CPS COGNITIVES

Constat : Des élèves qui ne s'engagent pas dans la tâche, sont en difficulté dans la matière, et se dévalorisent



S'auto-évaluer positivement

Reconnaitre ses qualités, ses forces et ses compétences	Vivre des expériences de maitrise



Mais concrètement, c’est quoi les CPS ?

CPS EMOTIONNELLES

Constat : Des élèves qui sont agis par leurs émotions, et n’identifient que l’inducteur émotionnel



Comprendre ses émotions

Connaitre le fonctionnement des émotions	Connaitre la fonction des émotions



Mais concrètement, c’est quoi les CPS ?

CPS EMOTIONNELLES

<u>Constat</u> : Des élèves qui ne disposent pas de stratégies pour réguler leurs émotions et leur stress.



Réguler ses émotions et son stress

Connaitre les stratégies de régulation des émotions et du stress	Renforces ses expériences émotionnelles agréables



Mais concrètement, c’est quoi les CPS ?

ProMoBE

CPS SOCIALES

<u>Constat :</u> Des élèves qui peinent à communiquer en tenant compte des autres : ils coupent la parole ou ramènent la discussion à eux plutôt que d’écouter réellement ce que dit l’autre



Communiquer de façon empathique

Ecouter	Valider et reformuler les propos de l’autre



Les CPS : une approche éducative

. Si un enfant ne sait pas lire, nous lui enseignons
. Si un enfant ne sait pas nager, nous lui enseignons
. Si un enfant ne sait pas faire une multiplication, nous lui enseignons
. Si un enfant ne sait pas se comporter, nous… lui enseignons ? Punissons?
(Bissonnette, 2025)

⇒ Les élèves n'apprennent pas ce qu'on leur dit, mais ce qu'on leur enseigne !

Développement des CPS et environnement de l'enfant

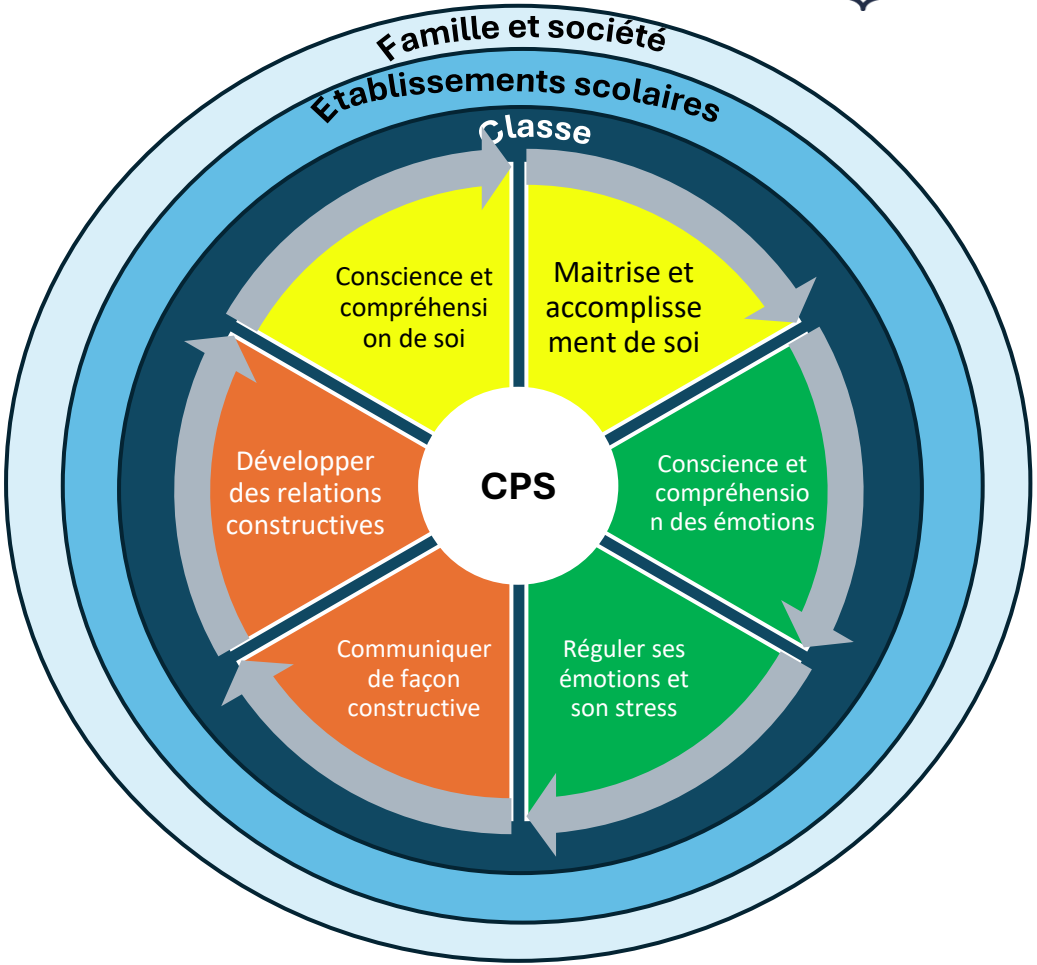
ProMoBE

Compétences cognitives

Compétences émotionnelles

Compétences sociales

. 6 CPS générales
. 20 CPS spécifiques

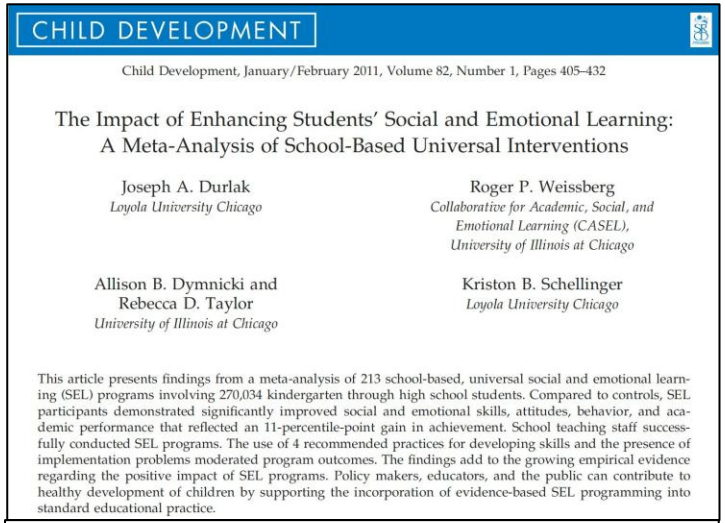


Quels sont les effets des activités CPS ?



Effets des CPS : des résultats robustes

1955 — 2007 — 2008 — 2020



CHILD DEVELOPMENT

Child Development, January/February 2011, Volume 82, Number 1, Pages 405–432

The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions

Joseph A. Durlak
Loyola University Chicago

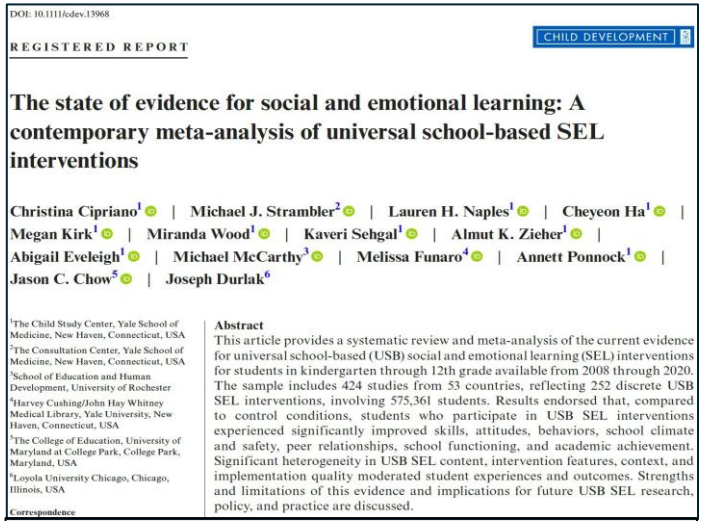
Roger P. Weissberg
Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL), University of Illinois at Chicago

Allison B. Dymnicki and Rebecca D. Taylor
University of Illinois at Chicago

Kriston B. Schellinger
Loyola University Chicago

This article presents findings from a meta-analysis of 213 school-based, universal social and emotional learning (SEL) programs involving 270,034 kindergarten through high school students. Compared to controls, SEL participants demonstrated significantly improved social and emotional skills, attitudes, behavior, and academic performance that reflected an 11-percentile-point gain in achievement. School teaching staff successfully conducted SEL programs. The use of 4 recommended practices for developing skills and the presence of implementation problems moderated program outcomes. The findings add to the growing empirical evidence regarding the positive impact of SEL programs. Policy makers, educators, and the public can contribute to healthy development of children by supporting the incorporation of evidence-based SEL programming into standard educational practice.

Échantillon : 213 études et 270 000 élèves
Pays : surtout anglo-saxons



DOI: 10.1111/cdev.13968

REGISTERED REPORT

CHILD DEVELOPMENT

The state of evidence for social and emotional learning: A contemporary meta-analysis of universal school-based SEL interventions

Christina Cipriano[1] | Michael J. Strambler[2] | Lauren H. Naples[1] | Cheyeon Ha[1] | Megan Kirk[1] | Miranda Wood[1] | Kaveri Sehgal[1] | Almut K. Zieher[1] | Abigail Eveleigh[1] | Michael McCarthy[3] | Melissa Funaro[4] | Annett Ponnock[1] | Jason C. Chow[5] | Joseph Durlak[6]

[1]The Child Study Center, Yale School of Medicine, New Haven, Connecticut, USA
[2]The Consultation Center, Yale School of Medicine, New Haven, Connecticut, USA
[3]School of Education and Human Development, University of Rochester
[4]Harvey Cushing/John Hay Whitney Medical Library, Yale University, New Haven, Connecticut, USA
[5]The College of Education, University of Maryland at College Park, College Park, Maryland, USA
[6]Loyola University Chicago, Chicago, Illinois, USA

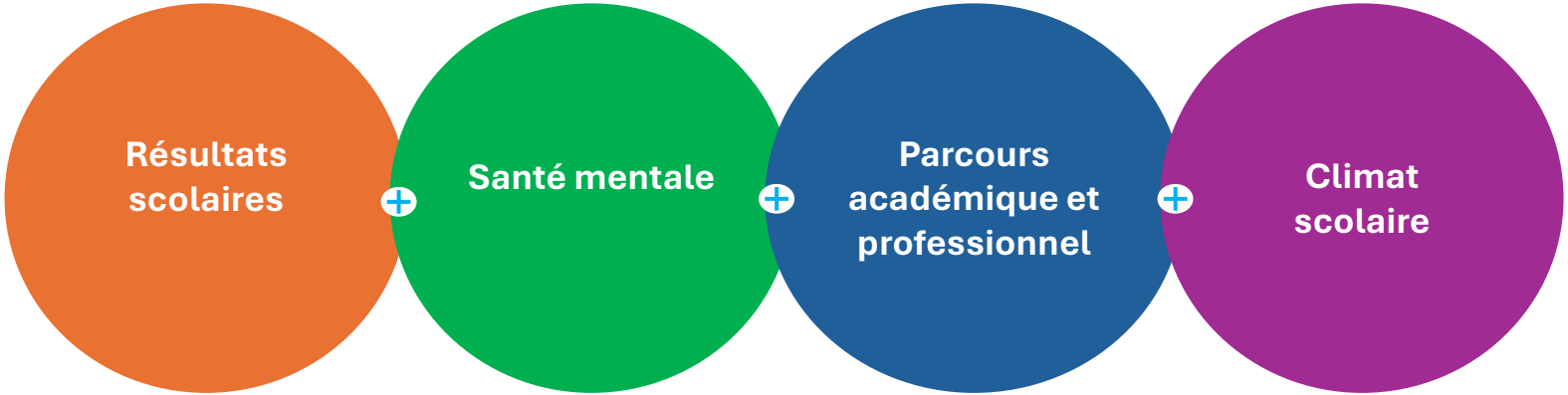
Correspondence

Abstract
This article provides a systematic review and meta-analysis of the current evidence for universal school-based (USB) social and emotional learning (SEL) interventions for students in kindergarten through 12th grade available from 2008 through 2020. The sample includes 424 studies from 53 countries, reflecting 252 discrete USB SEL interventions, involving 575,361 students. Results endorsed that, compared to control conditions, students who participate in USB SEL interventions experienced significantly improved skills, attitudes, behaviors, school climate and safety, peer relationships, school functioning, and academic achievement. Significant heterogeneity in USB SEL content, intervention features, context, and implementation quality moderated student experiences and outcomes. Strengths and limitations of this evidence and implications for future USB SEL research, policy, and practice are discussed.

Échantillon : 252 études et 575 361 élèves
Pays : 153 pays

Effets des CPS

Des centaines d'études indépendantes démontrent de manière consistante que les CPS ont des effets positifs sur :



> *Les pays qui investissent davantage dans les compétences psychosociales (…) développent bien davantage le bien-être et la confiance des élèves, tout comme leurs résultats académiques.* ***Ce point est crucial dans le contexte français, où les élèves présentent un déficit de compétences psychosociales considérable par rapport à la plupart des pays de l'OCDE***

(Rapport du Grenelle de l'éducation, CSEN, 2021)

Effets des CPS

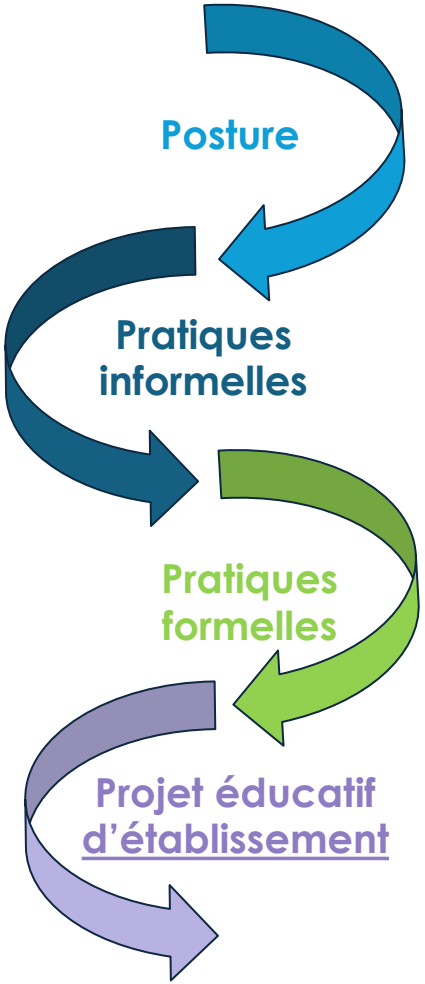
ProMoBE

Résultats scolaires		Bien-être et santé mentale
Au cours du secondaire, le développement CPS dans le cadre scolaire a un **impact positif et continue sur les performances scolaires** des élèves. *Durlak et al., 2022* Lorsque l'enseignement s'ancrent sur des expériences sociales et émotionnelles, il permet un **apprentissage plus profond et à plus long terme**. *Farrington et al, 2012*	Des années après que les élèves aient participé à un programme CPS, leurs **résultats scolaires** sont en moyenne **supérieurs de 13%** à ceux de leurs camarades. *Taylor et al, 2017*	Les élèves ayant participé à un programme CPS à l'Ecole ont rapporté avoir : . Moins de symptômes de dépression et d'anxiété . moins d'émotions désagréables . moins de comportements perturbateurs . Plus de comportements prosociaux *Cipriano et. al, 2023*

Effet des CPS

Climat scolaire	Parcours académique et professionnel	Bien-être enseignant
Les élèves ayant participé à un programme CPS à l'Ecole ont rapporté : . Moins de faits de harcèlement, et de cyber-harcèlement *Cipriano et. al, 2023; Durlak et al., 2011*	Les élèves qui ont les CPS les plus développés sont plus enclins à franchir des étapes importantes de leur parcours : . l'obtention d'un diplôme d'études secondaires . l'inscription dans un établissement d'enseignement supérieur . l'obtention d'un diplôme universitaire . un emploi stable et à temps plein *Jones et al., 2015; Coleman & DeLeire, 2003; Heckman et al., 2006*	Les enseignants ayant participé à un programme CPS ont rapporté : . Moins de stress, anxiété, dépression . Moins d'épuisement émotionnel . Un meilleur sentiment d'accomplissement professionnel . Plus de bien-être *Oliveira et al., 2021*

Facteurs d'efficacité



Posture

Intervenants mettant en œuvre leurs propres CPS, apportant bienveillance, soutien et cadre. Intervenants accompagnés (formation, analyse de pratique…).

Pratiques informelles :

Outils et rituels quotidiens proposés en classe (e.g., météo des émotions, blobtree)

Pratiques formelles :

*Fondées scientifiquement, d'une durée d'**au moins 10h***

S. A. F. E.

Séquencée — Active — Focalisée — Explicite

Projet éducatif d'établissement :

Environnement éducatif soutenant porté par tous les éducateurs (scolaire, périscolaire, familial…).

Développement des CPS et mécanismes d’apprentissage



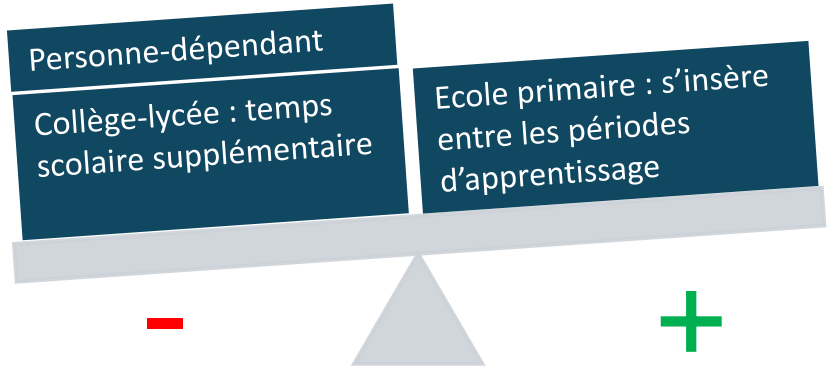
Approche décrochée vs. intégrée des CPS

ProMoBE

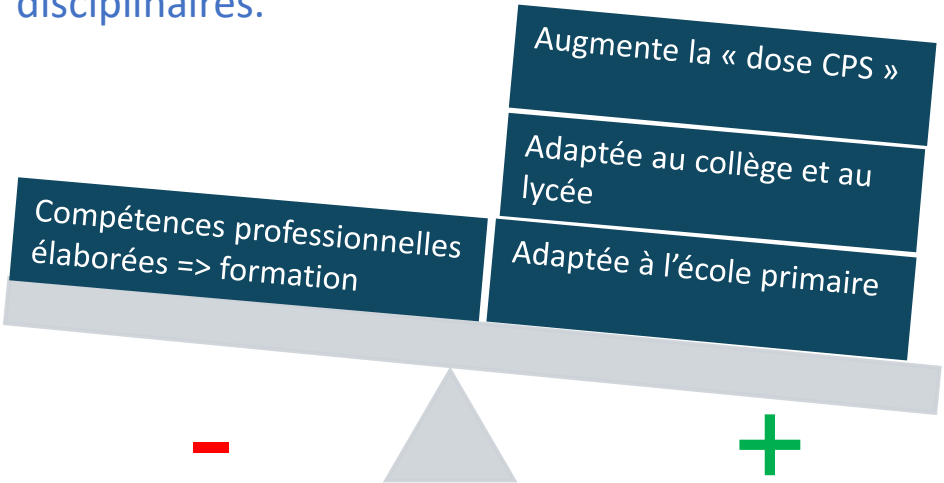
Approche décrochée ⟷ **Approche intégrée**

Développement des CPS à travers…

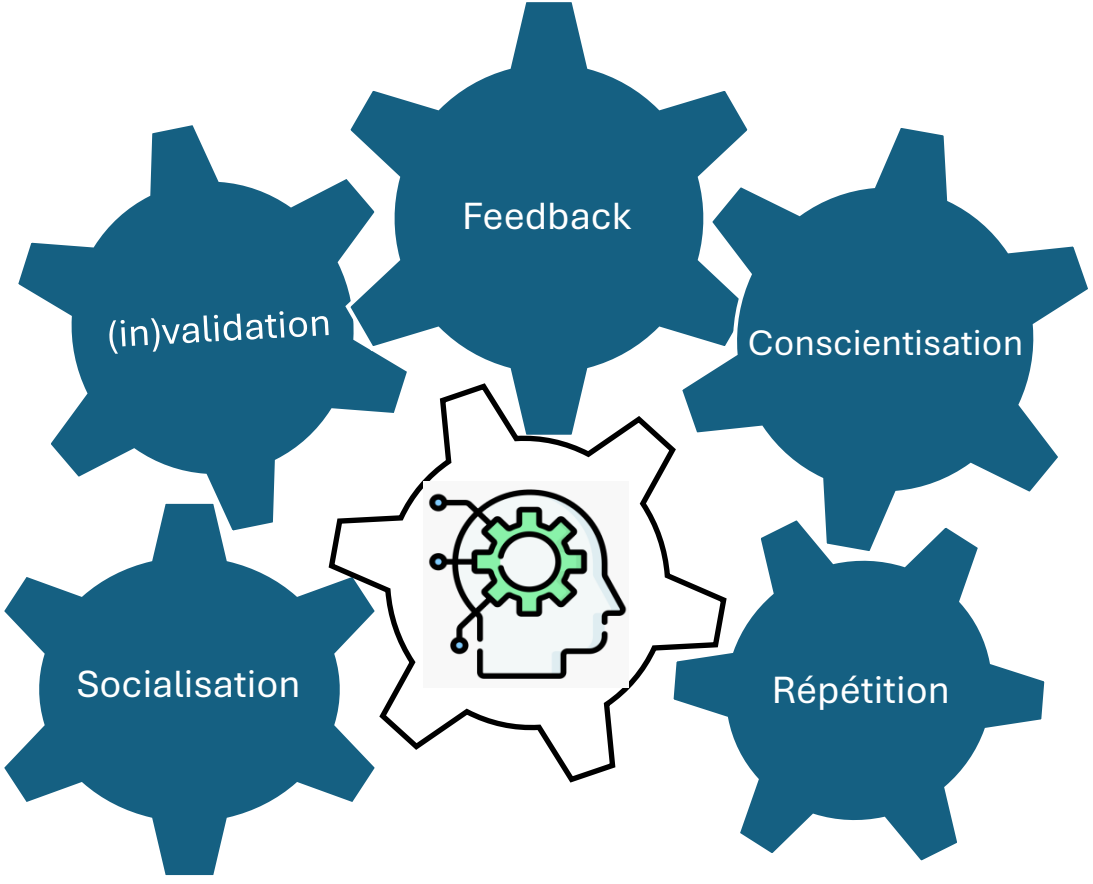
des programmes probants (unplugged, prodas, Good Behaviour Game, Tina et Toni, etc.) qui proposent des activités a-didactiques qui ciblent spécifiquement les CPS.



des situations d'apprentissage qui permettent le développement des CPS ET des compétences disciplinaires.



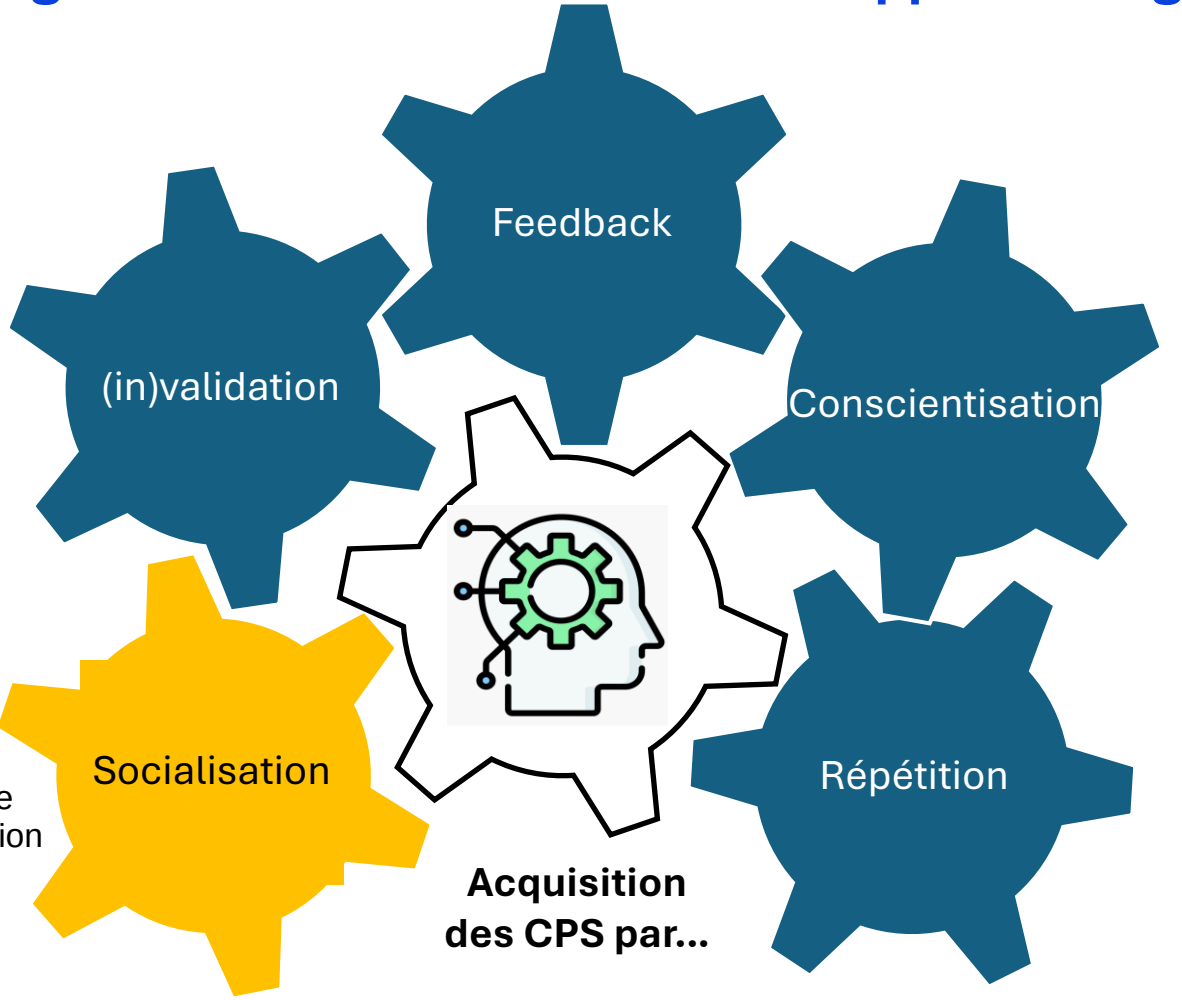
Approche intégrée des CPS et mécanismes d'apprentissage



Zieher A., Bailey C., Cipriano C., McNaboe T., Smith HK., Strambler M., (2024) Considering the "How" of SEL: A framework for the pedagogies of social and emotional learning, Social and Emotional Learning: *Research, Practice, and Policy*,3.

Approche intégrée des CPS et mécanismes d'apprentissage

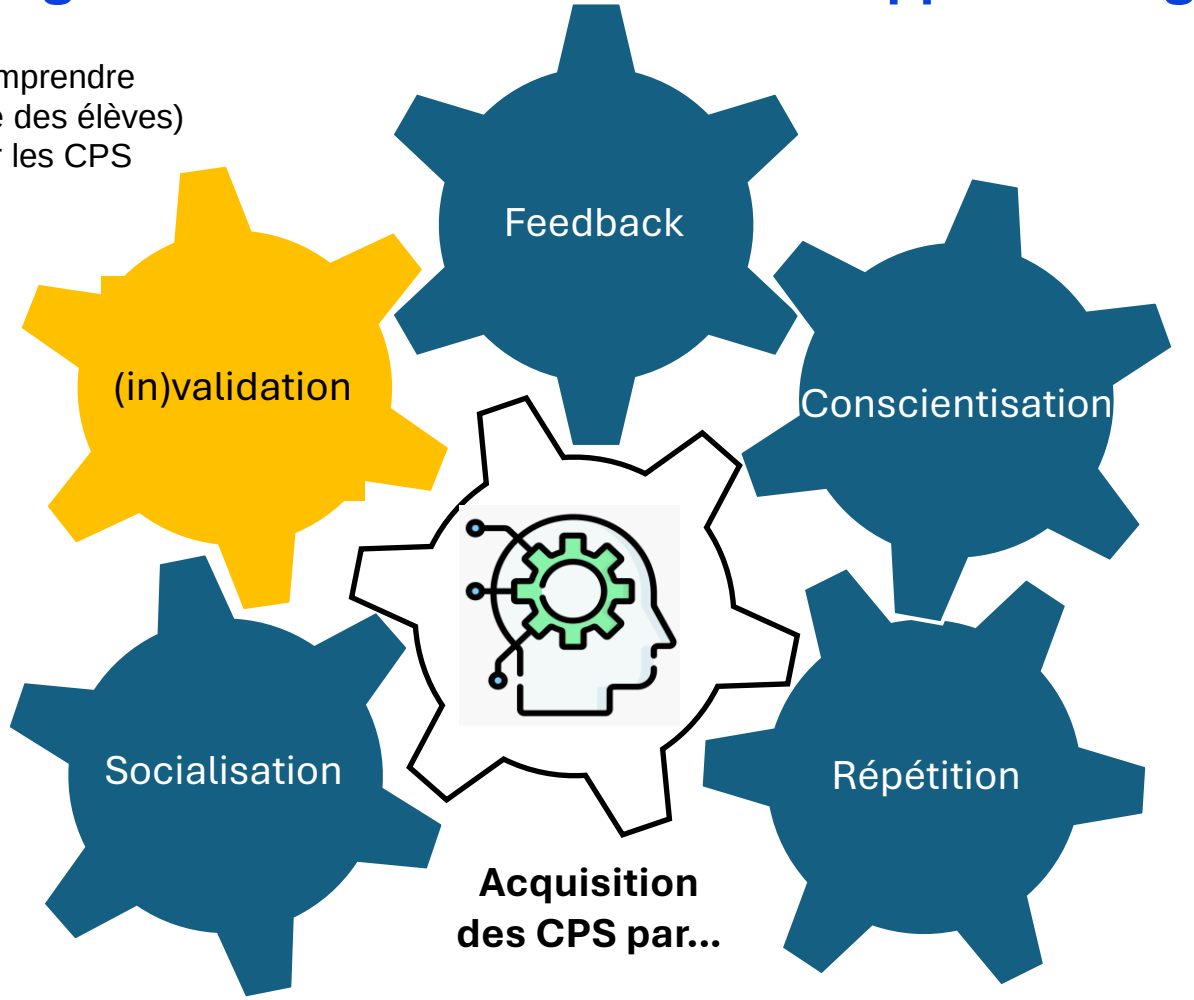
ProMoBE



Apprentissage implicite
par observation, imitation

Approche intégrée des CPS et mécanismes d'apprentissage

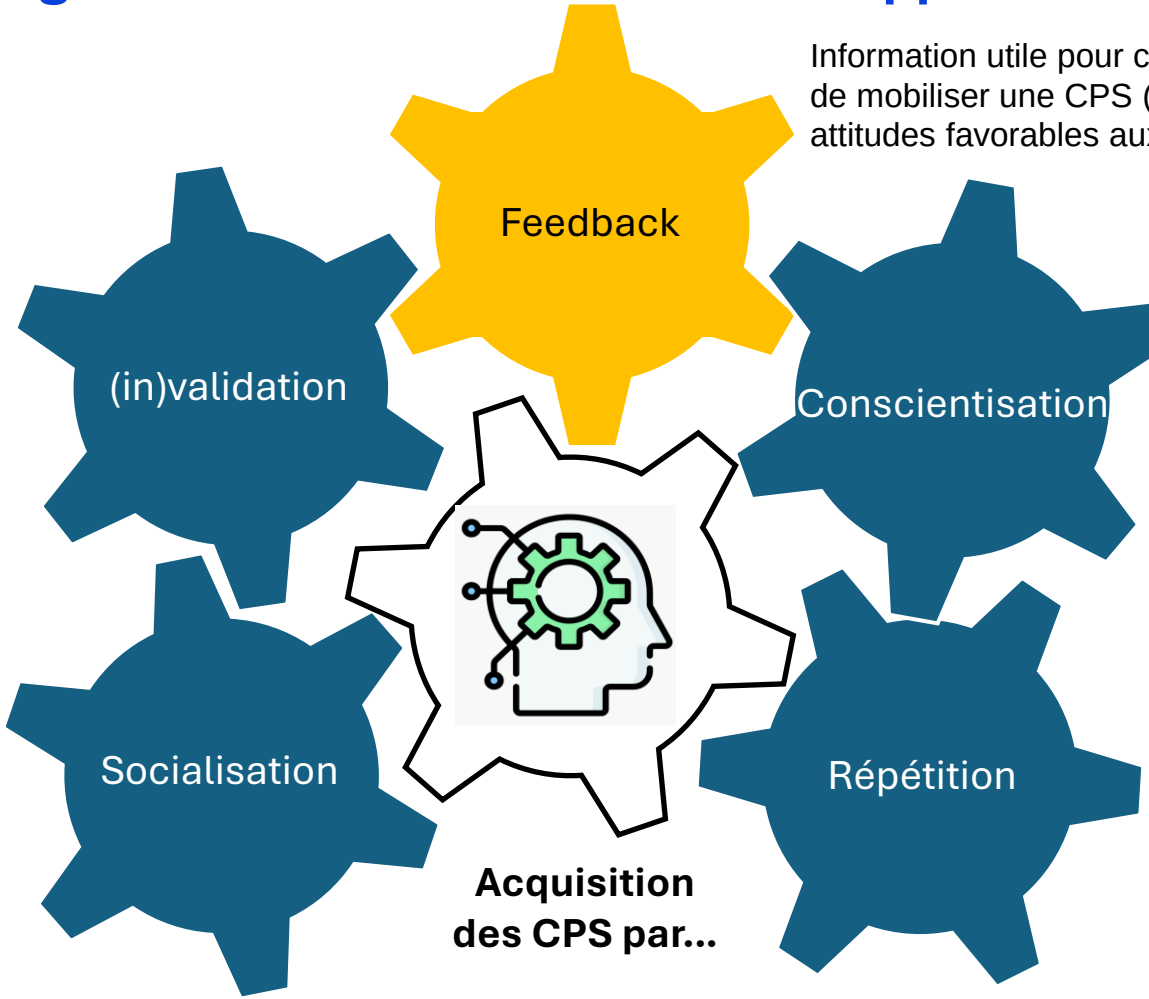
Valider (accueillir et comprendre émotions et expérience des élèves) favorise la réflexion sur les CPS



Approche intégrée des CPS et mécanismes d'apprentissage

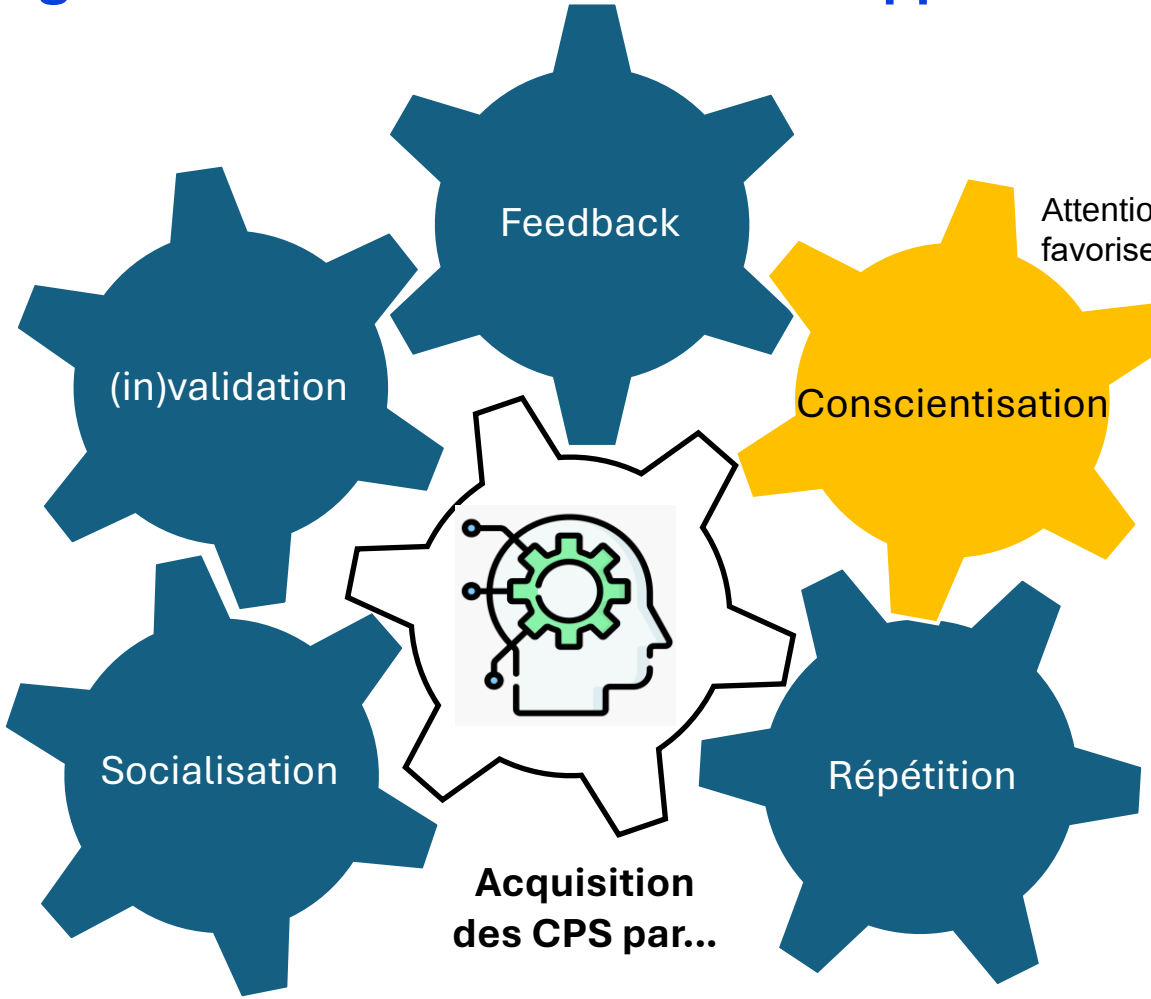
ProMoBE

Information utile pour comprendre les raisons de mobiliser une CPS (connaissances et attitudes favorables aux CPS)



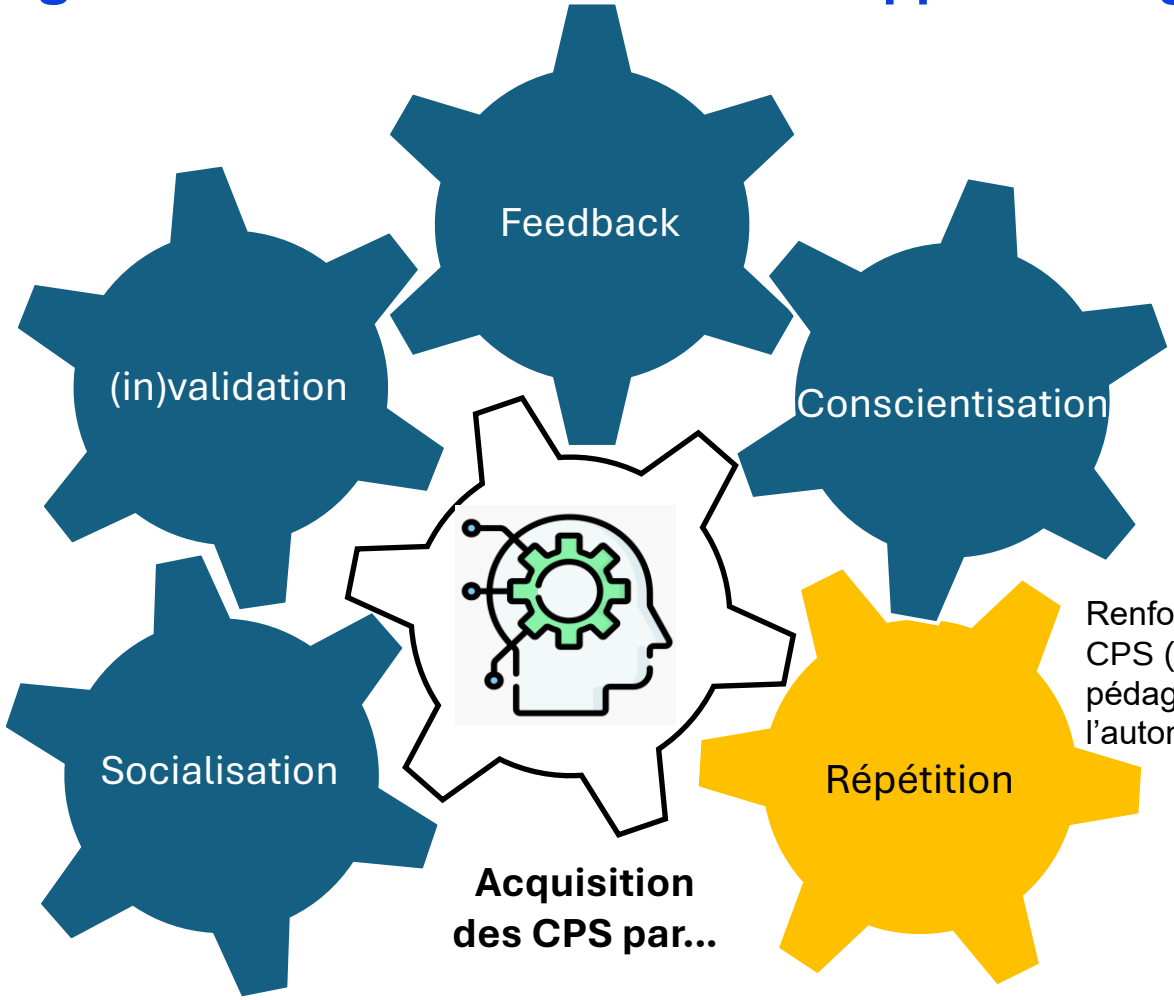
Approche intégrée des CPS et mécanismes d'apprentissage

ProMoBE



Attention et prise de conscience favorisent l'acquisition des CPS.

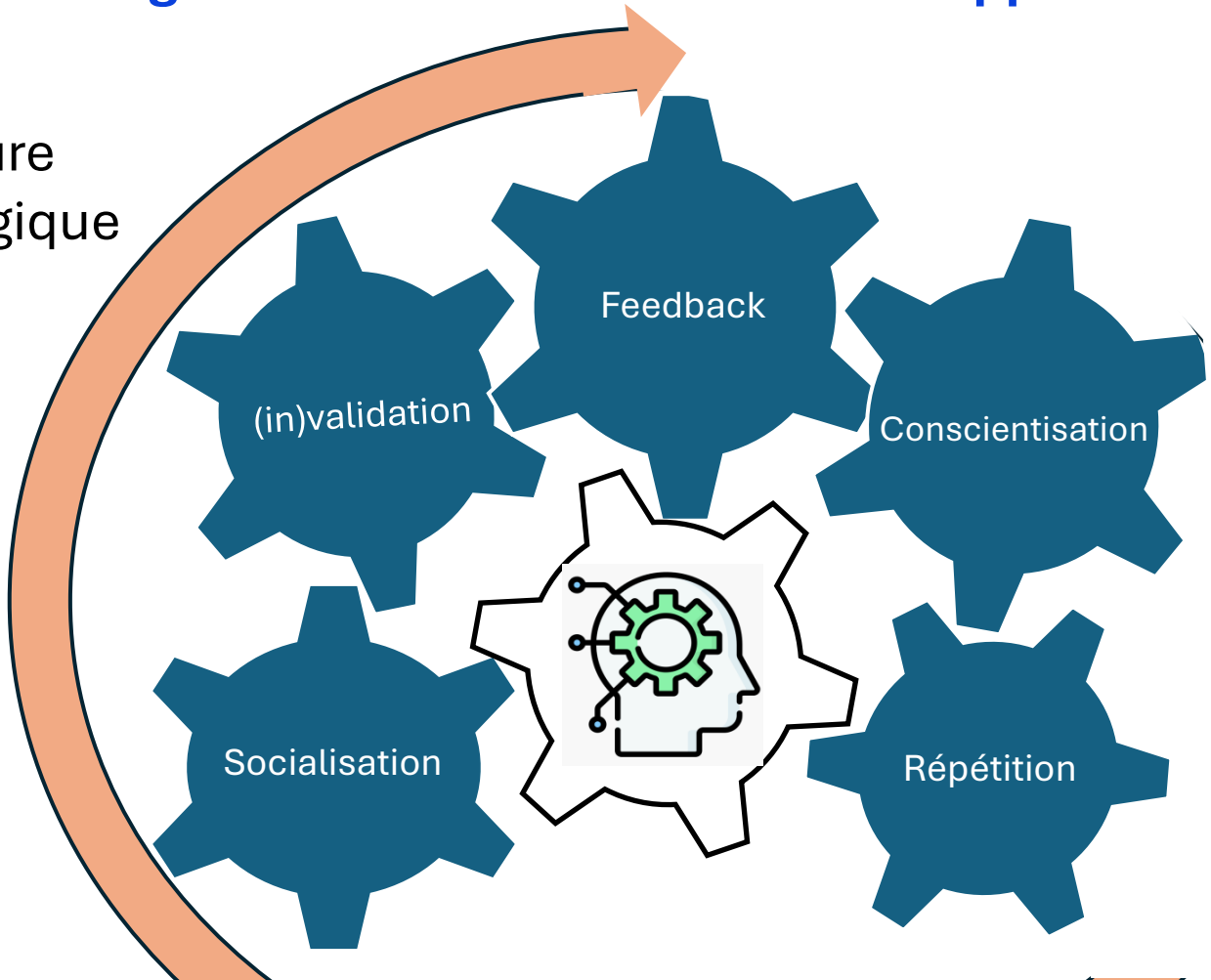
Approche intégrée des CPS et mécanismes d'apprentissage



Renforcer l'acquisition des CPS (par des dispositifs pédagogiques) jusqu'à l'automatisation

Approche intégrée des CPS et mécanismes d'apprentissage

Posture pédagogique

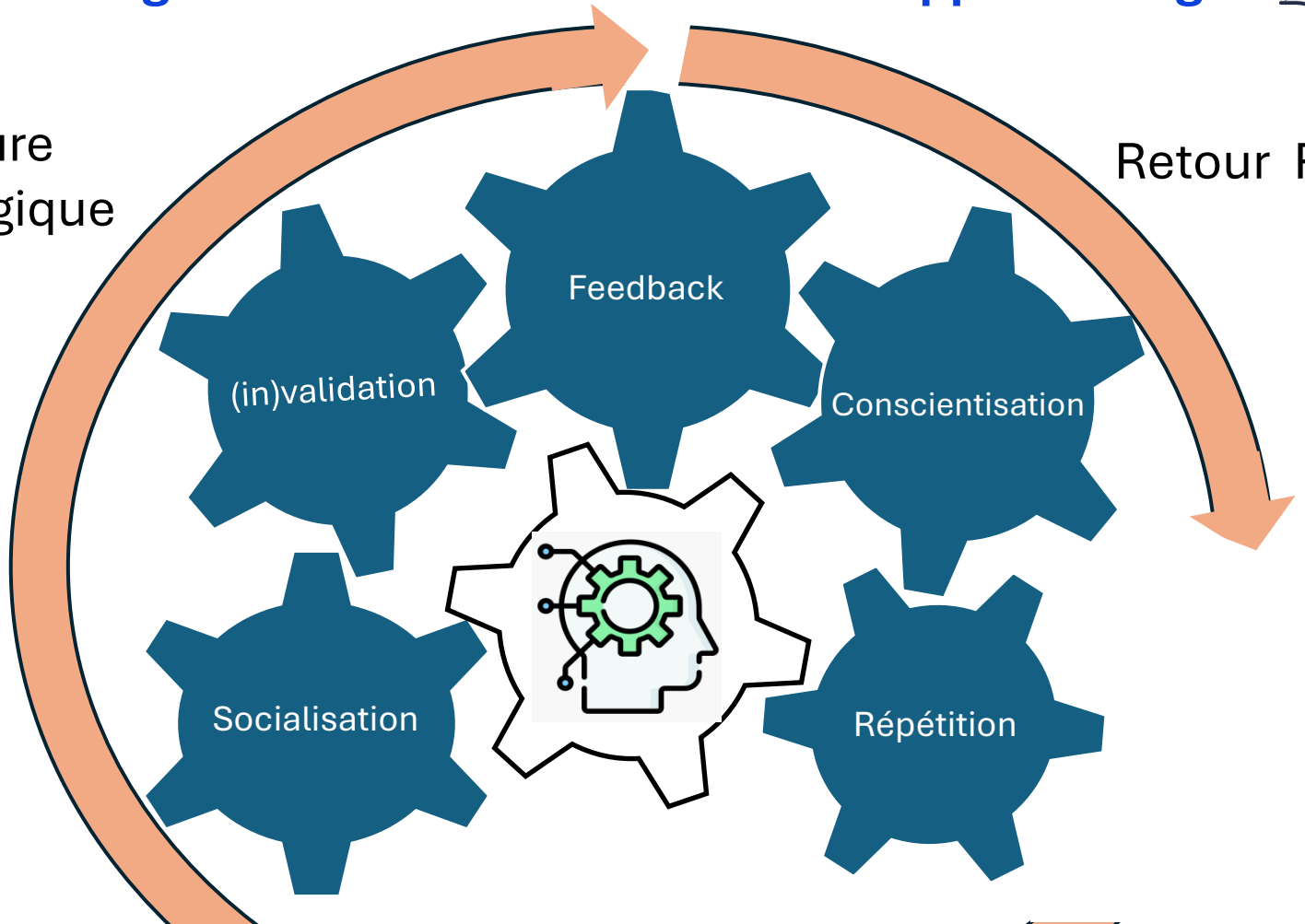


Approche intégrée des CPS et mécanismes d'apprentissage

ProMoBE

Posture pédagogique

Retour Réflexif

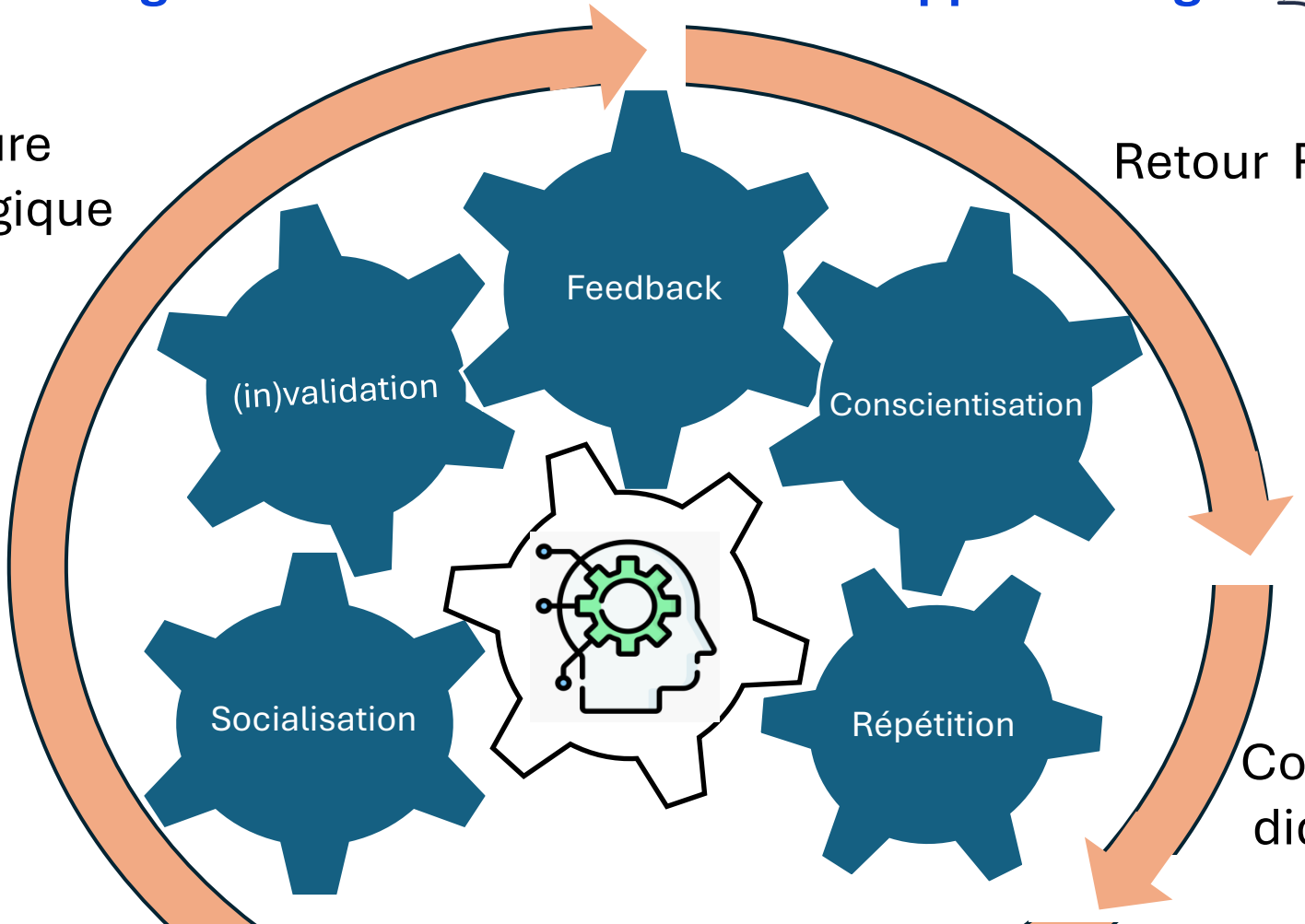


Approche intégrée des CPS et mécanismes d'apprentissage

ProMoBE

Posture pédagogique

Retour Réflexif



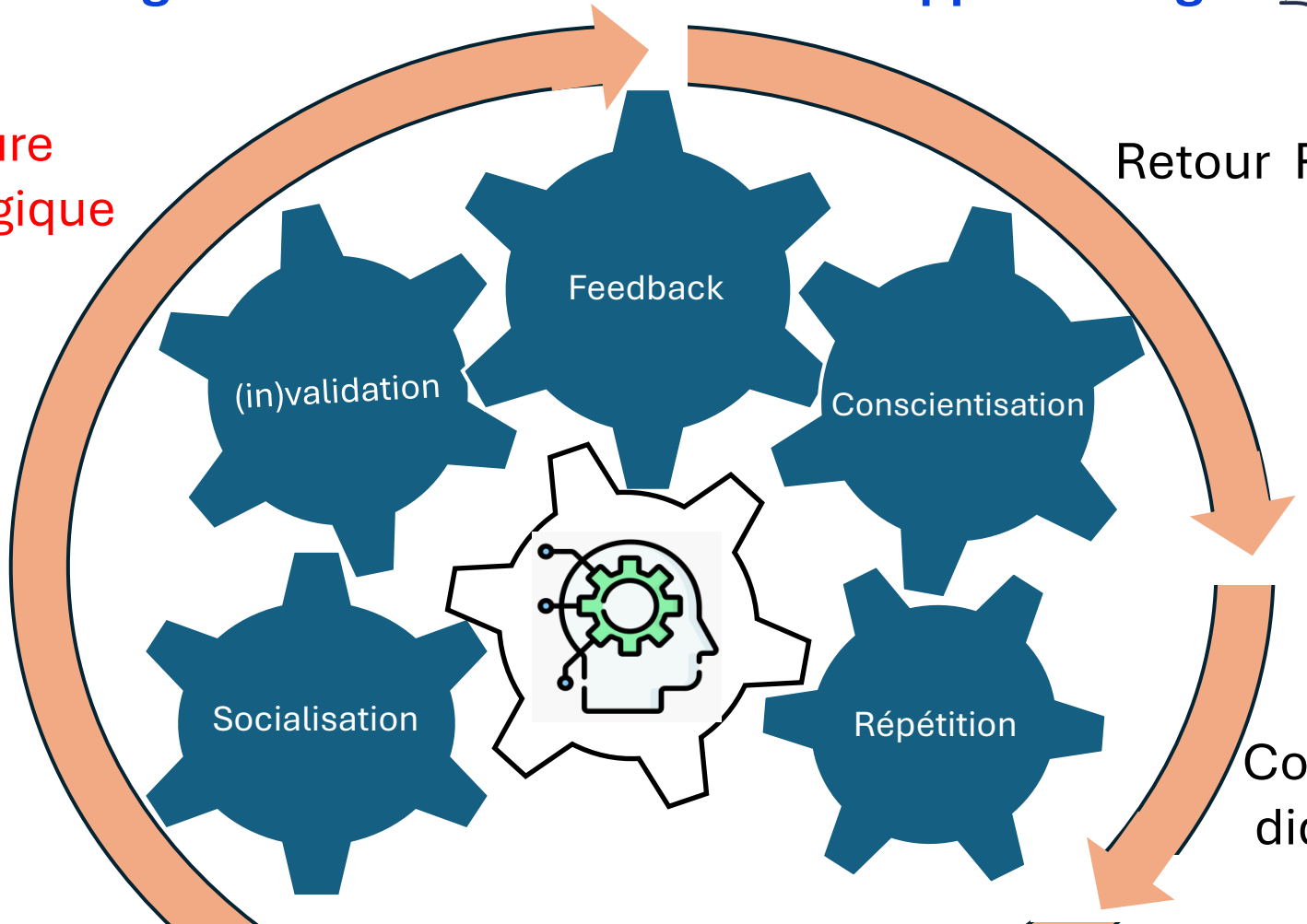
Conception didactique

Approche intégrée des CPS et mécanismes d'apprentissage

ProMoBE

Posture pédagogique

Retour Réflexif



Conception didactique

Posture incarnant les CPS

Posture de l'enseignant	Effets sur l'élève
 - Utilise les émotions positives (joie, enthousiasme) pour soutenir l'apprentissage	Explore, découvre, essaie, accepte de se tromper et recommence
- Régule ses émotions pour maintenir des interactions positives et un cadre sécurisant	Ressent de l'espoir, joie, fierté, satisfaction qui renforcent l'apprentissage ; Ressent peu d'ennui, honte, anxiété, colère, frustration qui amenuisent l'apprentissage
 - Fait preuve d'empathie pour : . favoriser des relations soutenantes et gérer les conflits efficacement . Respecter les points de vue différents et s'ajuster dans l'interactions aux besoins des élèves	Se régule, coopère, s'adapte, s'engage
- Manifeste du respect, de l'affection et de l'intérêt pour ses élèves	Respecte les règles, adhère aux normes sociales, manifeste les comportements attendus
 - L'absence de régulation émotionnelle en criant, en blâmant ou en menaçant de mesures disciplinaires coercitives	Peur d'explorer, de se tromper et de prendre des risques, éléments essentiels au processus d'apprentissage.

Elbertson, Jennings et Brackett (2025). The role of educators in school-based social and emotional learning. *Social and Emotional Learning: Research, Practice, and Policy* 66:100134

Mécanismes explicatifs

Pressions issues du contexte → CPS de l'enseignant → Posture ou style motivationnel → Besoins psychologiques fondamentaux élèves → Effets sur motivation et engagement élèves







Posture de soutien

. Relation d'étayage/guidage
. Attitude centrée sur l'élève
. Manifestation de respect/intérêt

Posture de contrôle

. Relation descendante / surplombante
. Attitude centrée sur l'enseignant
. Exige de l'élève qu'il exécute/ se conforme aux attentes

AUTONOMIE

Avoir son mot à dire, Pouvoir choisir, prendre des initiatives



COMPÉTENCE

Sentir que l'on a les capacités à faire face à la demande de la situation.

PROXIMITÉ SOCIALE

Etre respecté par, et connecté avec les autres

Motivation
Engagement volontaire
– curiosité et émotions positives
– persévérance
- autorégulation
– conceptualisation

Démotivation
Désengagement
– passivité
– craintes
– abandon précoce
– pas de conceptualisation

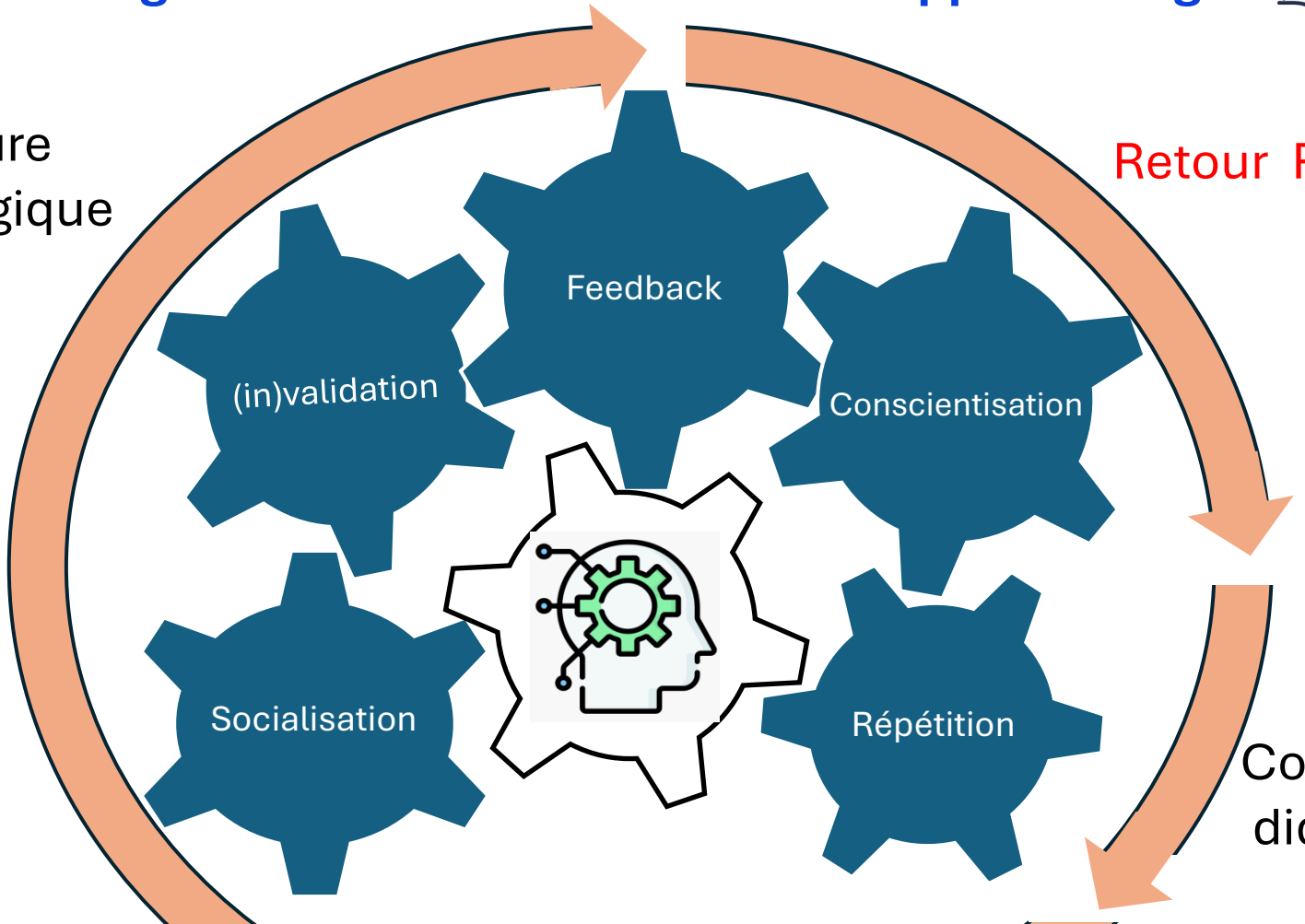
Ryan & Deci (2017). Self-determination theory : Basic Psychological needs in Motivation Development and wellness

Approche intégrée des CPS et mécanismes d'apprentissage

ProMoBE

Posture pédagogique

Retour Réflexif

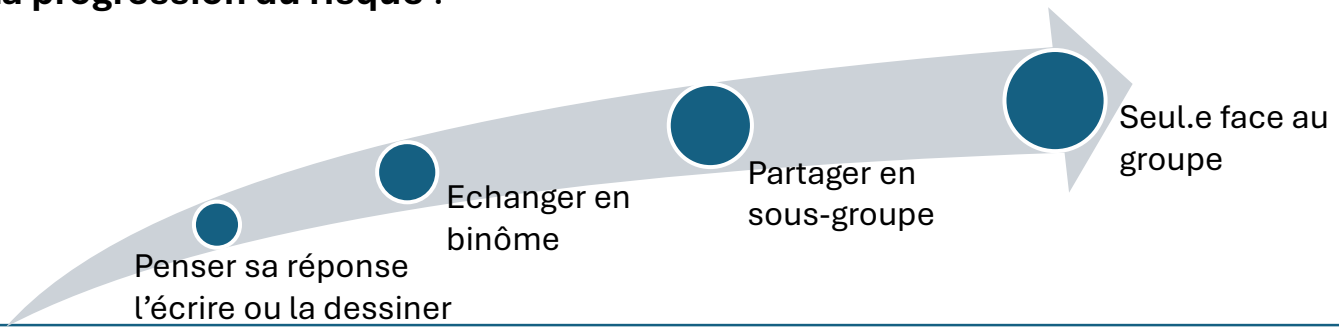


Conception didactique

Construire le retour réflexif

Objectifs :
. Porter attention à son expérience et la mettre en mots.
. Dégager de nouveaux savoirs qui vont être utiles dans la vie quotidienne

Organisation de la progression du risque :



Questions possibles :

- **Observer :** Comment avez-vous vécu/ressenti l'activité ? Qu'est-ce qui s'est passé pour vous ?
- **Analyser :** Est-ce qu'il y a des choses qui ont été plus faciles que d'autres ? Qu'avez-vous remarqué du groupe, du fonctionnement, des interactions, … ?
- **Transférer :** Je vous invite à imaginer un moment dans le futur, aujourd'hui, demain, plus tard, où vous allez utiliser ce que vous avez appris pendant cette séance. Quelle nouvelle stratégie allez-vous utiliser ? Quelle différence cela peut-il faire pour la suite pour vous ?

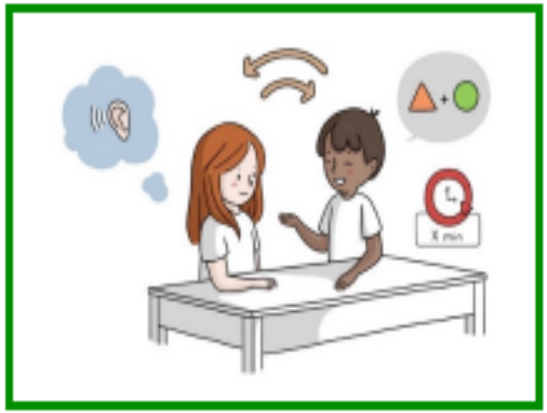


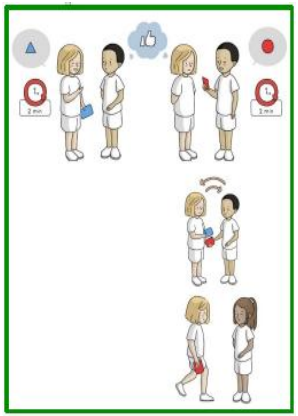
Ne pas biaiser le retour en enfermant (questions fermées) ou polarisant l'échange (valider certains retours et pas d'autres)

Pause active !!



Mini-structures coopératives





<u>But</u> : faire le point sur ce que j'ai compris

<u>Organisation</u> :
Par 2, avec votre voisin.e :
. <u>Personne A</u> : présente ce qu'elle a retenue de la présentation
. <u>Personne B</u> : écoute attentivement, puis complète en apportant les précisions qui lui semblent utiles

Exemples de séquences
CPS intégrées



Séquencer « la connaissance de soi »

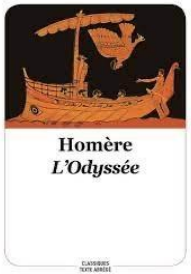
ProMoBE

Leviers

- Connaitre le vocabulaire des forces
- Identifier les forces d'autrui
- identifier ses forces
- Utilises ses forces dans différents contextes

Outils d'intervention

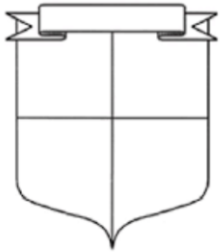
Livre



Cartes des forces



Blason des forces



Carnet des forces



Posture de soutien



Séquencer « la connaissance de soi »

ProMoBE

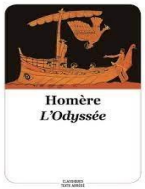
Contexte : **Albane** est prof de français. Ses élèves de 5ème la sollicitent souvent pour qu'elle vienne vérifier leur travail. Elle souhaiterait qu'ils prennent davantage confiance en eux

Se connaître et s'auto-évaluer positivement			
Séance 1	Séances 2 et 3	Séance 4	Séance 5

. Objectif :

. Scénario d'enseignement :

. Susciter l'intérêt pour les « forces »



1. Lecture du passage
   Noter les qualités d'Ulysse
2. Classer les qualités par famille de mots
3. Intégrer ces qualités dans un portrait

Séquencer « la connaissance de soi »

ProMoBE

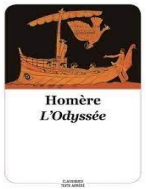
Contexte : Albane est prof de français. Ses élèves de 5ème la sollicitent souvent pour qu'elle vienne vérifier leur travail. Elle souhaiterait qu'ils prennent davantage confiance en eux

Se connaître et s'auto-évaluer positivement			
Séance 1	Séances 2 et 3	Séance 4	Séance 5

. Objectif :

. Scénario d'enseignement :

. Susciter l'intérêt pour les « forces »



1. Lecture du passage
   Noter les qualités d'Ulysse
2. Classer les qualités par famille de mots
3. Intégrer ces qualités dans un portrait

. Objectif :

. Scénario d'enseignement :

. Enrichir le vocabulaire sur les « forces »,

1. Cartes de forces pour enrichir l'analyse des personnages
2. Intégrer les forces dans un portrait en action
3. Faire son blason des forces.



Séquencer « la connaissance de soi »

ProMoBE

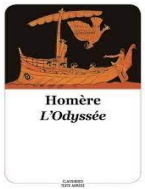
Contexte : Albane est prof de français. Ses élèves de 5ème la sollicitent souvent pour qu'elle vienne vérifier leur travail. Elle souhaiterait qu'ils prennent davantage confiance en eux

Se connaître et s'auto-évaluer positivement

Séance 1	Séances 2 et 3	Séance 4	Séance 5

. Objectif :
. Scénario d'enseignement :

. Susciter l'intérêt pour les « forces »



1. Lecture du passage
   Noter les qualités d'Ulysse
2. Classer les qualités par famille de mots
3. Intégrer ces qualités dans un portrait

. Objectif :
. Scénario d'enseignement :

. Enrichir le vocabulaire sur les « forces »,

1. Cartes de forces pour enrichir l'analyse des personnages



2. Intégrer les forces dans un portrait en action



3. Faire son blason des forces.

. Objectif :
. Scénario d'enseignement :

Mobiliser ses forces

1. Rappel de la structure du schéma narratif
2. Rédigé récit structuré, dont vous êtes le héros

Séquencer « la connaissance de soi »

ProMoBE

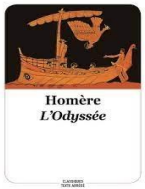
Contexte : Albane est prof de français. Ses élèves de 5ème la sollicitent souvent pour qu'elle vienne vérifier leur travail. Elle souhaiterait qu'ils prennent davantage confiance en eux

Se connaître et s'auto-évaluer positivement

Séance 1	Séances 2 et 3	Séance 4	Séance 5

. Objectif :
. Scénario d'enseignement :

. Susciter l'intérêt pour les « forces »



1. Lecture du passage
   Noter les qualités d'Ulysse
2. Classer les qualités par famille de mots
3. Intégrer ces qualités dans un portrait

. Objectif :
. Scénario d'enseignement :

. Enrichir le vocabulaire sur les « forces »,

1. Cartes de forces pour enrichir l'analyse des personnages



2. Intégrer les forces dans un portrait en action



3. Faire son blason des forces.

. Objectif :
. Scénario d'enseignement :

Mobiliser ses forces

1. Rappel de la structure du schéma narratif
2. Rédigé récit structuré, dont vous êtes le héros

. Objectif :
. Scénario d'enseignement :

Transfert

Remplir le carnet des forces à la fin de chaque cours



Observer Séances 1 & 2	Analyser Séance 3	Transférer Séance 4

Pour aller plus loin …



Diplôme Universitaire ProMoBE



Damien Tessier
Responsable du Diplôme Universitaire ProMoBE
Damien.tessier@univ-grenoble-alpes.fr

Bravoure



Je défends mes idées et les autres, même quand c'est difficile.

Persévérance



Je continue mes efforts même quand c'est dur ou que ça prend du temps.

Ouverture d'esprit



Je suis capable d'écouter et de respecter des idées différentes des miennes.

AUTODISCIPLINE



Je me contrôle pour rester concentré sur mes objectifs.

HUMOUR



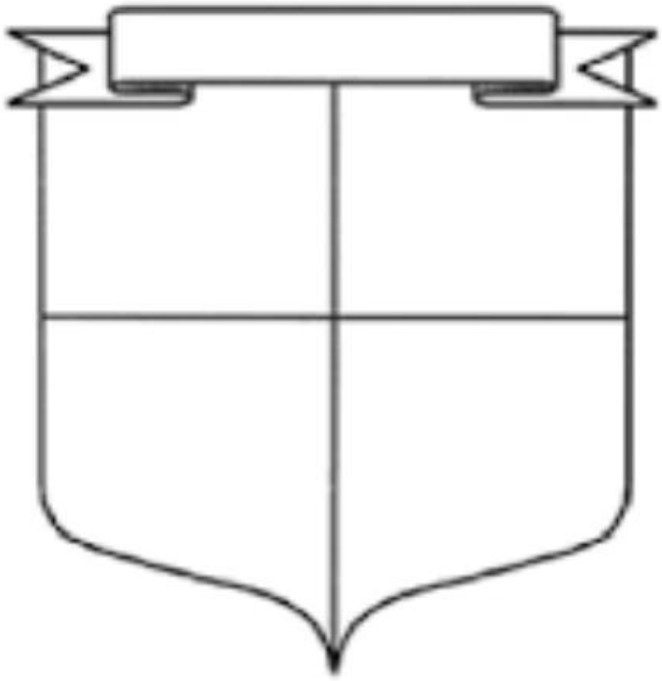
HUMOUR

J'aime faire rire les autres et voir le côté drôle des choses.

Humilité



Je connais mes qualités sans me croire supérieur aux autres.



LE CARNET DE MES FORCES

MES FORCES DANS LA FAMILLE SAGESSE ET CONNAISSANCES

CRÉATIVITÉ



Goût d'apprendre



Curiosité



Ouverture d'esprit



Sagesse



MES FORCES DANS LA FAMILLE COURAGE

Bravoure



Persévérance



SINCÉRITÉ



Enthousiasme

