

## Promouvoir la santé des jeunes : développement des compétences psychosociales - Sélection documentaire -

« 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 » selon l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS). Un travail exploratoire de ses experts a permis l'établissement d'une liste :

« ... Ces compétences sont au nombre de 10 et présentées par couple :

- savoir résoudre les problèmes, savoir prendre les décisions,
- avoir une pensée créative, avoir une pensée critique,
- savoir communiquer efficacement, être habile dans les relations inter-personnelles,
- avoir conscience de soi, avoir de l'empathie pour les autres,
- savoir gérer son stress, savoir gérer ses émotions.... »

Extrait du **Glossaire : éducation et promotion de la santé**, CRES PACA, octobre 2002, 32 p :

<http://www.fnes.fr/adminfnes/Repertoire/4/Documents/Fichier/060711024350.pdf>

*Les documents sont présentés par ordre chronologique. Ils sont disponibles en ligne et/ou à la documentation du CRES PCH & CODES 86*

**Se former pour développer ses compétences psychosociales. Où ? Quand ? Comment ?** In : Non-Violence Actualité n° 298, mai-juin 2008.

**L'OMS a défini une dizaine de compétences psychosociales qui influent sur la santé et le bien-être de tout humain.** Ces "outils de gestion du conflit" permettent de faire face aux événements de la vie. Il est indispensable de les développer pour mieux vivre avec soi et les autres. **Ce n° est consacré à l'intérêt de se former à la gestion non-violente des conflits et des relations, à tout âge et dans tous les domaines** et aide à se retrouver dans le panel de formations proposées.

BANTUELLE M, DEMEULEMEESTER R, ARCAND L et al. - **Référentiel de bonnes pratiques. Comportement à risque et santé : agir en milieu scolaire. Programmes et stratégies efficaces.** - INPES (Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé), REFIPS (Réseau francophone international pour promotion de la santé), Ed. INPES, 2008.

**Cet ouvrage s'adresse à toute personne qui souhaite engager une démarche de promotion de la santé des jeunes en âge d'être scolarisés (3-18 ans).** Son objectif principal est d'apporter **des repères utiles pour aborder les conduites à risques des jeunes.** Une première partie décrit les étapes et éléments du développement des enfants et adolescents ainsi que les différents comportements considérés comme "à risque" et les facteurs qui influencent voire déterminent ces comportements. La seconde propose des stratégies de prévention reconnues comme efficaces ainsi que des ressources utiles à l'élaboration des interventions. Il se base sur une synthèse de la littérature scientifique internationale concernant les interventions de prévention des conduites à risque.

<http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/ComportRisque>

CRES PCH & CODES 86, Documentation régionale

Sélection documentaire réalisée dans le cadre de l'atelier :

« Découverte outils pédagogiques - Estime de soi et relations avec les autres »

Novembre 2009 - 1/2 p.

N. BENETREAU : [documentation@educationsante-pch.org](mailto:documentation@educationsante-pch.org)

**Promouvoir la santé des jeunes :**  
**développement des compétences psychosociales**  
**- Sélection documentaire -**

**Médias et santé : développer l'esprit critique.**- In : La Santé de l'homme n° 396, 2008/08.

Comment développer l'esprit critique des enfants et adolescents face au flot d'informations sur la santé ? Dans ce dossier central, **des programmes de développement des compétences psychosociales sont présentés, pour aider les jeunes à acquérir un esprit critique.**

<http://www.inpes.sante.fr/index.asp?page=SLH/sommaires/396.htm>

GOURDOL J-P. - **Renforcer l'estime de soi des jeunes... Une démarche d'éducation pour la santé à promouvoir ?** ADES (Association Départementale d'Education pour la Santé) du Rhône, Rhône Echo Santé, n°35, 2007/10, pp 2-9.

[http://www.adestr.asso.fr/PDF/RES\\_35.pdf](http://www.adestr.asso.fr/PDF/RES_35.pdf)

CODES (COmité d'Education pour la Santé), Alpes-Maritimes, 2007.

On parle souvent des facteurs de protection, encore dits "salutogènes". Cette **brochure présente ces facteurs de protection** : l'estime de soi, les compétences psychosociales, la résilience.

[http://www.codes06.org/\\_depot\\_codes06/documentation/53\\_1\\_doc.pdf](http://www.codes06.org/_depot_codes06/documentation/53_1_doc.pdf)

**Promouvoir la santé des jeunes.**- Dossier in : la Santé de l'homme, n°384 de juillet-août 2006 PP. 14-39

Ce numéro consacre son dossier central à cette thématique qui était celle des Journées de la prévention de l'Inpes en 2006. Une dizaine de spécialistes résumant les interventions et débats qui ont eu lieu, avec en introduction la contribution du psychiatre Philippe Jeammet. **Sept thèmes sont abordés : estime de soi, promotion de la santé chez les jeunes enfants, éducation à la sexualité, éducation par les pairs, développement des compétences en éducation pour la santé des professionnels, promouvoir la santé physique à l'adolescence, mieux vivre avec une maladie ou un handicap chez l'enfant.**

<http://www.inpes.sante.fr/>

**De l'éducation pour la santé à la prévention de la violence.** Des programmes pour renforcer les compétences relationnelles dès l'enfance.- In : Non-Violence actualité n° 284, 2006/01, pp. 3-22.\*

GOUDET B.- **Les perspectives ouvertes par la Promotion de la santé** : les notions d'«empowerment» et de «compétences psychosociales».- CRAES-CRIPS Aquitaine, 2005.

Cet article présente les deux notions.

[http://www.educationsante-aquitaine.fr/pub/publications/96\\_bgoudet\\_-\\_empowerment.pdf](http://www.educationsante-aquitaine.fr/pub/publications/96_bgoudet_-_empowerment.pdf)

DUCLOS G.- **L'estime de soi, un passeport pour la vie.**- Ed. Hôpital Sainte-Justine, 2004.

**L'auteur propose aux parents et éducateurs des attitudes éducatives positives** destinées à développer les quatre composantes de l'estime de soi : le sentiment de confiance, la connaissance de soi, le sentiment d'appartenance et le sentiment de compétence. Cette deuxième édition comporte un nouveau chapitre sur le sentiment de compétence parentale.

CRES PCH & CODES 86, Documentation régionale

Sélection documentaire réalisée dans le cadre de l'atelier :

« Découverte outils pédagogiques - Estime de soi et relations avec les autres »

Novembre 2009 - 2/2 p.

N. BENETREAU : [documentation@educationsante-pch.org](mailto:documentation@educationsante-pch.org)