

# CPS dans les pratiques pédagogiques

CPS : Définition, enjeux et effets

Les CPS Intégrées

Des exemples de pratiques

Plan de formation 2026-2027

# Définitions, enjeux et effets



Définitions

Enjeux

Effets

Ressources



# Définitions



# Définition

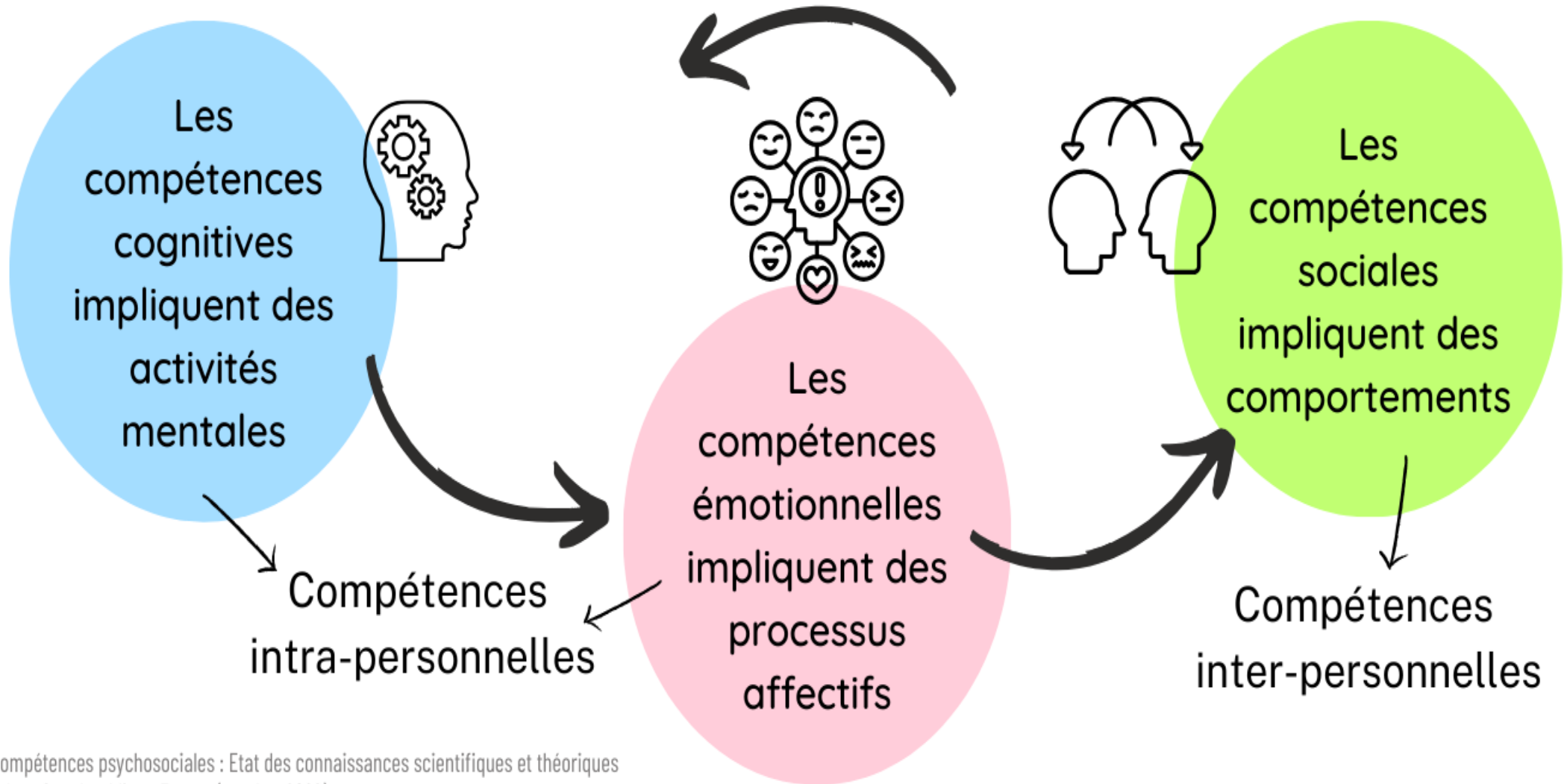


Ensemble cohérent et interrelié de capacités cognitives, émotionnelles et sociales, impliquant des connaissances, des processus intrapsychiques et des comportements spécifiques, qui permettent d'augmenter l'autonomisation et le pouvoir d'agir, de maintenir un état de bien-être psychique, de favoriser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

Les compétences psychosociales (CPS) représentent un ensemble de compétences psychologiques (cognitives, émotionnelles et sociales) qui permettent de maintenir un état de bien-être psychique. Leur développement favorise la santé mentale positive, définie par l'OMS en 2004 comme « un état de bien-être dans lequel la personne peut se réaliser, surmonter les tensions normales de la vie, accomplir un travail productif et fructueux, et contribuer à la vie de sa communauté » et concourt à accroître la santé globale positive (mentale, physique, sociale). En améliorant le bien-être, l'autonomisation et le pouvoir d'agir (empowerment), le développement et le fonctionnement psychologique de la personne ainsi que la qualité des interactions, les compétences psychosociales influencent les déterminants de la santé et de la réussite éducative. (SPF, 2026)



# Classification



D'après Les compétences psychosociales : Etat des connaissances scientifiques et théoriques  
Rapport complet - Santé publique France (octobre 2022)



# Classification



## COGNITIVES

### Renforcer sa conscience de soi

Accroître sa connaissance de soi et savoir penser de façon critique

Connaître ses valeurs, besoins et buts et prendre des décisions constructives

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

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

D'après Santé Publique France - Référentiel 2025





# Enjeux





L'instruction interministérielle relative à la stratégie nationale multisectorielle de développement des compétences psychosociales chez les enfants et les jeunes 2022-2037 fixe comme objectif que **la génération 2037 soit la première à grandir dans un environnement continu de soutien au développement des compétences psychosociales**. Cette instruction est co-signée et portée par 9 ministères (Santé et Prévention, Travail, Justice, Solidarité, Éducation Nationale et Jeunesse, Sports, Enseignement supérieur, Agriculture, Culture).

## OBJECTIFS GENERATION 2037

- Santé mentale : 10% d'amélioration des indicateurs des enfants et des jeunes
- Tabac : 92% des jeunes de 15 ans n'ont pas fumé dans les 30 derniers jours
- Climat scolaire et bien-être : Amélioration des indicateurs
- Résultats scolaires : Progression aux évaluations nationales.





# Effets



# Effets des CPS



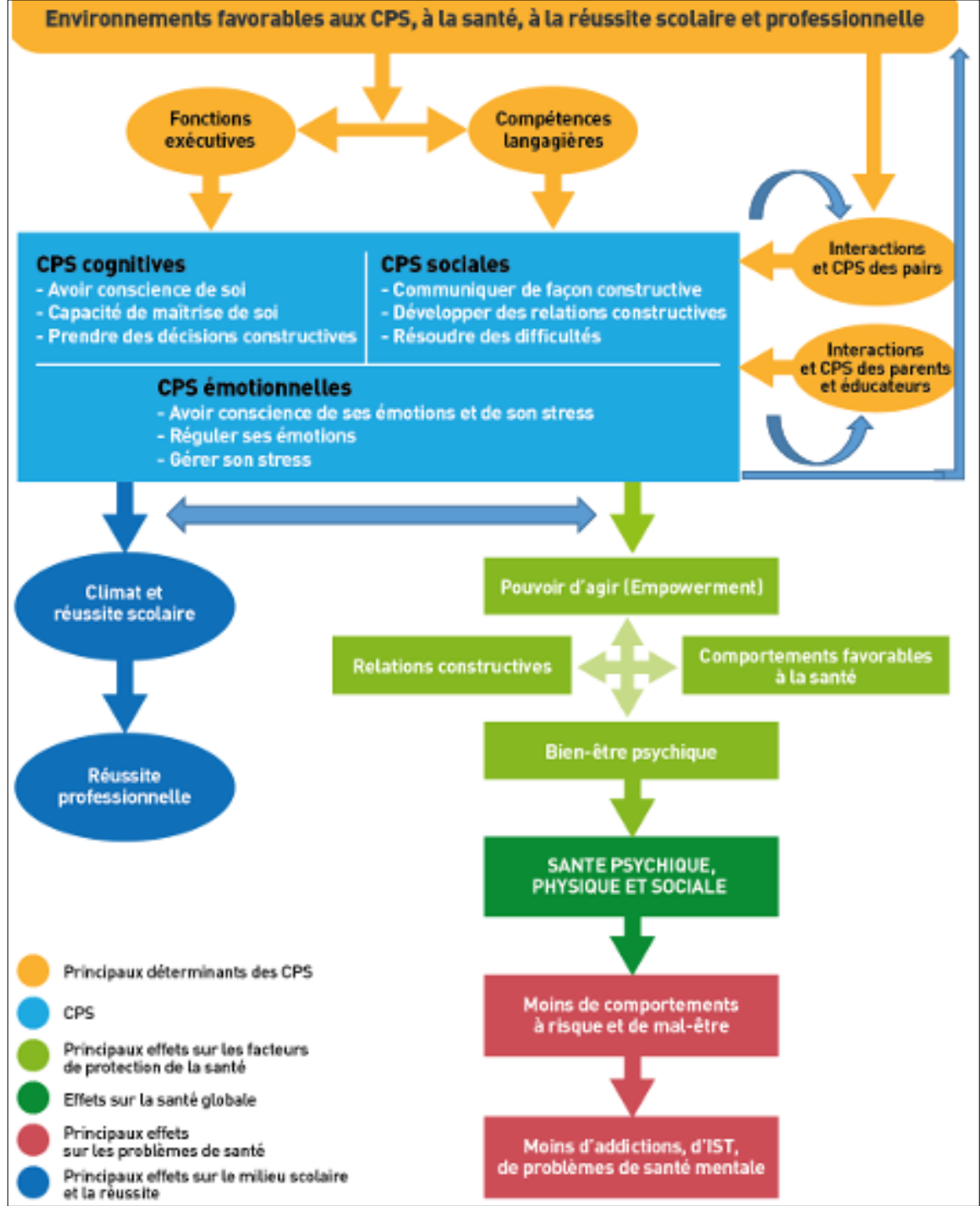
« De nombreuses méta-analyses de travaux scientifiques attestent de l'efficacité de l'enseignement des CPS dans le cadre scolaire. La mise en œuvre de séances dédiées dans le cadre d'un apprentissage progressif et structuré et, surtout, leur prise en compte dans l'ensemble des heures d'enseignement ont un impact direct sur la réussite des élèves. Le développement de leurs CPS améliore leurs relations à l'École et au travail scolaire (auto-évaluation, confiance en soi, persévérance), permet de développer des sociabilités scolaires (travail collectif, communication efficace, empathie, sentiment d'appartenance) tout en renforçant leur autonomie, leur esprit critique et leur capacité d'adaptation. Ces compétences transversales, qui contribuent aux apprentissages disciplinaires, sont désormais inscrites dans les nouveaux programmes et dans le socle commun de connaissances, de compétences et de culture.

En milieu scolaire, développer les CPS répond aussi à de forts besoins tant sur le plan de la santé mentale, du bien-être des enfants et des adolescents (dégradés depuis la crise Covid) que sur celui de la lutte contre les violences et notamment le harcèlement. Le développement des CPS permet également d'enrichir la posture et les gestes professionnels des adultes et de construire un cadre explicite, sécurisant et propice aux apprentissages. »





# Effets des CPS



# Les CPS pour nourrir les besoins fondamentaux



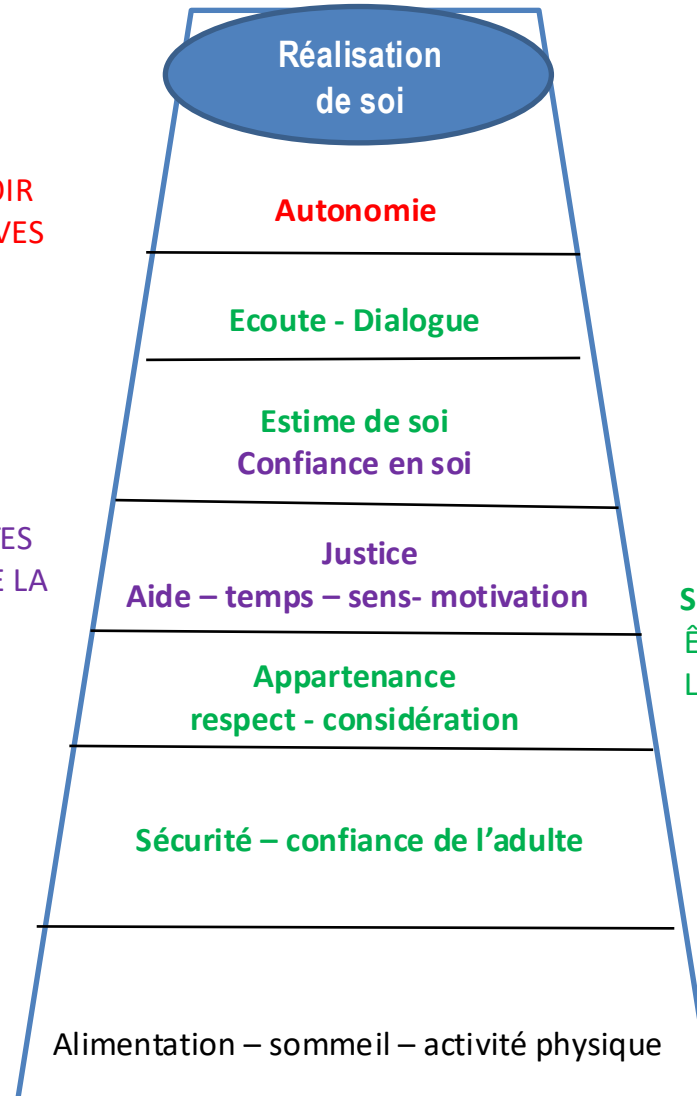
## Théorie de Deci et Ryan

### Sentiment d'autonomie

AVOIR SON MOT À DIRE, POUVOIR  
CHOISIR, PRENDRE DES INITIATIVES

### Sentiment de compétence

SENTIR QUE L'ON A LES CAPACITÉS  
À FAIRE FACE À LA DEMANDE DE LA  
SITUATION



### Sentiment d'appartenance

ÊTRE RESPECTÉ PAR ET CONNECTÉ AVEC  
LES AUTRES

Vivre des activités formelles et  
à double valence pour découvrir  
ses propres ressources et  
construire des liens avec les  
autres.





# Ressources





Direction des services départementaux  
de l'éducation nationale  
des Hauts-de-Seine

**Monsieur Christophe Marsollier**

Inspecteur général de l'éducation, du sport et de la recherche

*"Les compétences psychosociales dans la formation des enseignants"*

**Conférence Christophe Marsollier**

**Eduscol**

**Santé publique**  
**France**



# Les CPS intégrées



Les CPS au cœur de la Mission de l'École

Mise en place de séquences (Travaux de Damien Tessier)

Le geste professionnel

Ressources



# Les CPS au cœur de la mission de l'École



# Rapport de l'IGESR

Rapport à monsieur le ministre de l'Éducation nationale

Les compétences psychosociales :  
une exigence pour soutenir la promesse  
émancipatrice de l'École républicaine

N° 24-25 108B – octobre 2025



Liste des préconisations par ordre hiérarchique, en vue d'un passage à l'échelle en matière de développement des CPS en milieu scolaire

## « 2. Intégrer les CPS dans le cœur de l'institution scolaire (systématisation) »

**Objectif :** ancrer durablement les CPS dans les programmes, référentiels, évaluations et temps scolaires. *Il s'agit de faire des CPS un levier structurant de la réussite éducative, en les inscrivant au cœur des missions de l'École et dans l'organisation concrète du travail pédagogique, afin de garantir leur appropriation réelle, durable et systémique. (...)*

**Recommandation n° 12 :** veiller au développement d'une démarche intégrée d'acquisition des CPS qui s'appuie sur les enseignements disciplinaires et les situations rencontrées en classe et hors la classe, dans la perspective de soutenir les apprentissages et renforcer la qualité des relations et du climat scolaire.

**Recommandation n° 9 :** privilégier l'évaluation formative et continue des CPS, et s'appuyer sur des échelles de descripteurs clairs, contextualisés et partagés, permettant aux enseignants d'observer, valoriser et documenter les évolutions individuelles des élèves sans les inscrire dans une logique de performance ou de classement. »



# Inscrire les CPS au cœur de la mission de l'École



Extrait de l'Approche intégrée du développement des compétences psychosociales à l'École (Damien Tessier)

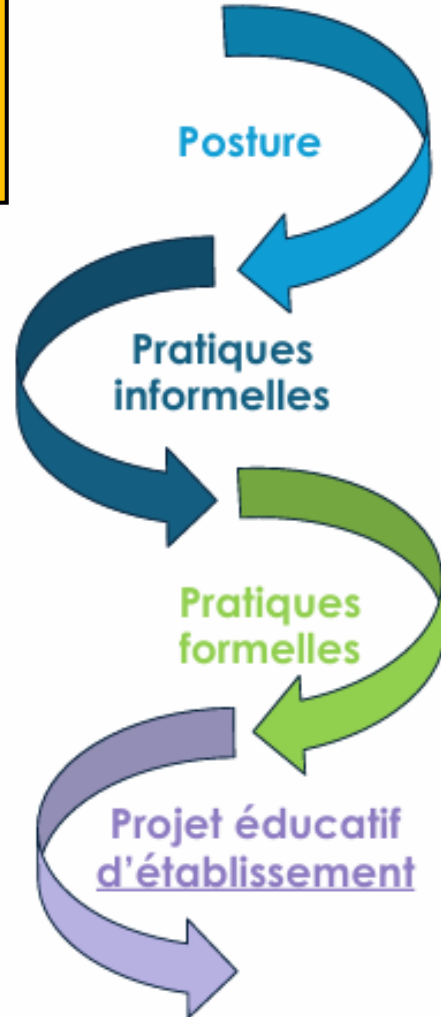
Différentes temporalités, différentes situations permettant le développement des CPS des élèves sont réalisables au sein des établissements

## Pratiques informelles :

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

## Projet éducatif d'établissement :

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



## Quand ? Comment ?



### Posture

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

### Pratiques formelles :

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





# Construire une séquence d'apprentissage (Travaux de Damien Tessier)



# Les travaux de Damien Tessier



## Construire une séquence d'apprentissage

Les travaux de Damien Tessier mettent en avant l'intégration des CPS dans les séquences pédagogiques.

Il préconise de repérer les besoins des élèves de la classe et de privilégier une compétence psychosociale qui sera progressivement travaillée, en l'intégrant dans la progression pédagogique retenue pour construire les compétences du programme disciplinaire.

Il met en avant le recours aux étapes de l'enseignement explicite pour construire cette compétence psychosociale : phase d'ouverture, phase de modelage, phase de pratique guidée puis phase de pratique autonome.

En complément d'une grille d'auto-évaluation sur les contenus disciplinaires construits au cours de la séquence, les élèves sont invités à faire un retour réflexif sur la compétence psychosociale travaillée et sur leur capacité à la transférer dans d'autres contextes.

Pour ce retour réflexif, Damien Tessier prend appui sur les travaux de Céline Buchs (*Des routines coopératives pour engager (tou.te.s) les élèves. Des mini structures coopératives pour favoriser la participation des élèves.*). Il préconise de débiter par un retour individuel, puis par binôme, puis peu à peu avec un groupe plus grand, avant une présentation en groupe classe.

Ce retour réflexif se construit au fil des séances. Au départ, il s'agit de faire un retour sur les ressentis, ce qui est observé sur soi, puis d'amener les élèves à analyser leurs ressentis lors des activités. Le transfert de la CPS est enfin abordée en fin de séquence.





## Construire une séquence d'apprentissage

### Démarche de didactisation des CPS à partir des préoccupations professionnelles



Quels sont les besoins de mes élèves de 4<sup>ème</sup> 6 ?



Après les consignes, ils attendent que je passe les voir pour se mettre au travail. Ils me sollicitent pour que je vienne vérifier leur travail avant de passer à l'étape d'après.

Je souhaiterais qu'ils soient plus autonomes, qu'ils se fassent confiance, et soient capables de s'auto-évaluer.



Autonomie,  
Confiance  
et auto-évaluation



- . Faire vivre des réussites
- . Connaitre sa valeur et ses qualités
- . Identifier ses compétences



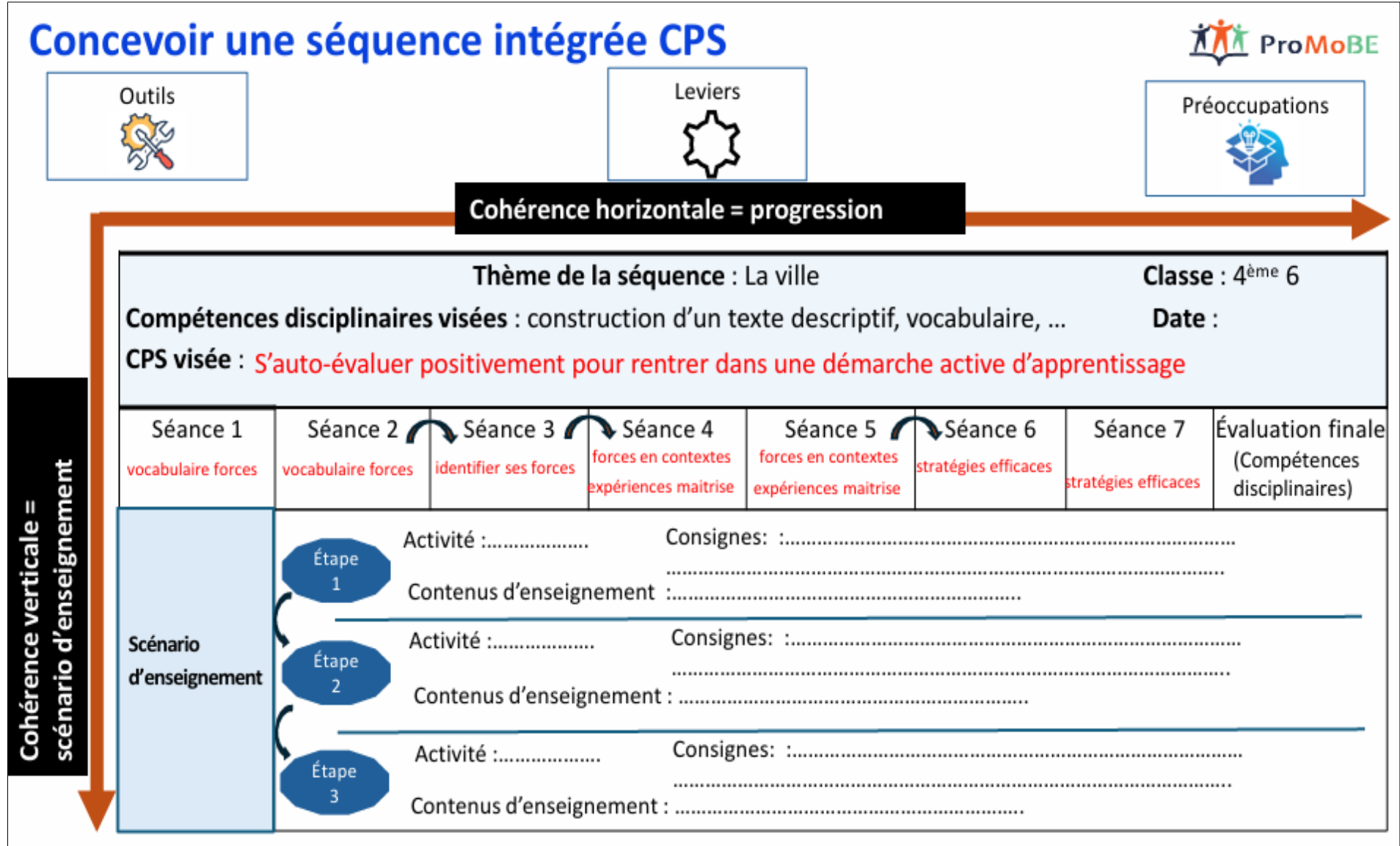
CARTES DES FORCES





# Les travaux de Damien Tessier

## Construire une séquence d'apprentissage

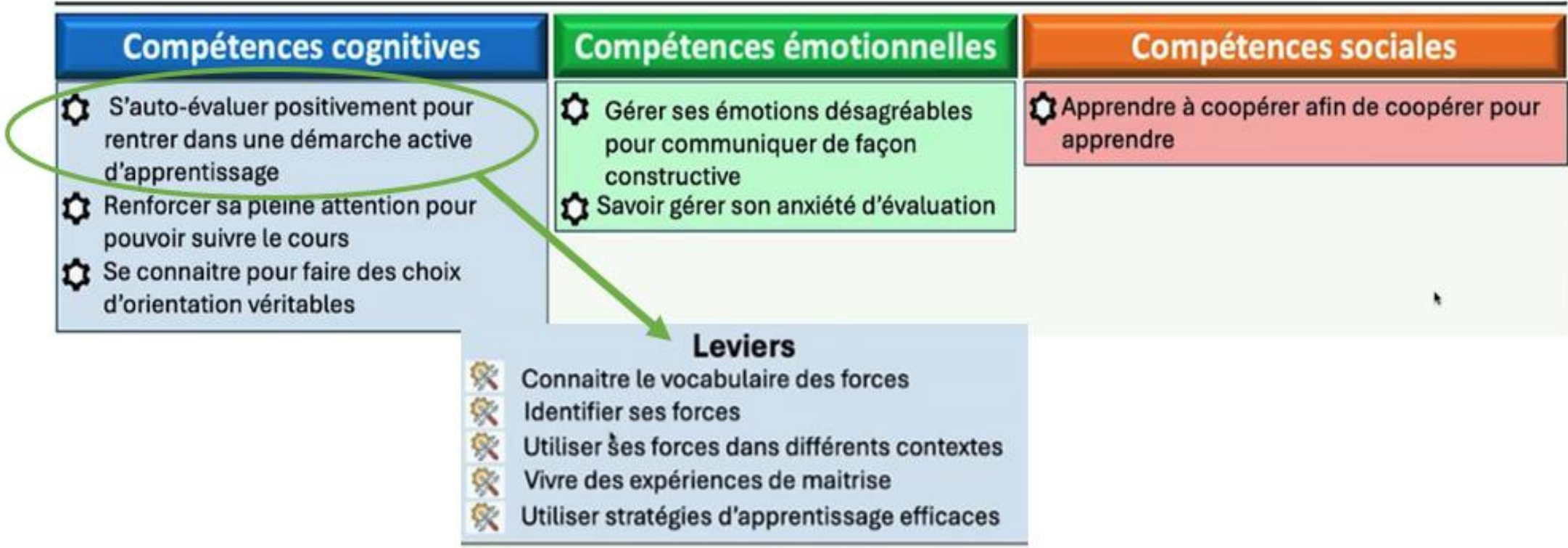




# Les travaux de Damien Tessier

## Construire une séquence d'apprentissage

### Identifier les leviers CPS et les outils à manipuler





# Les travaux de Damien Tessier

## Construire une séquence d'apprentissage

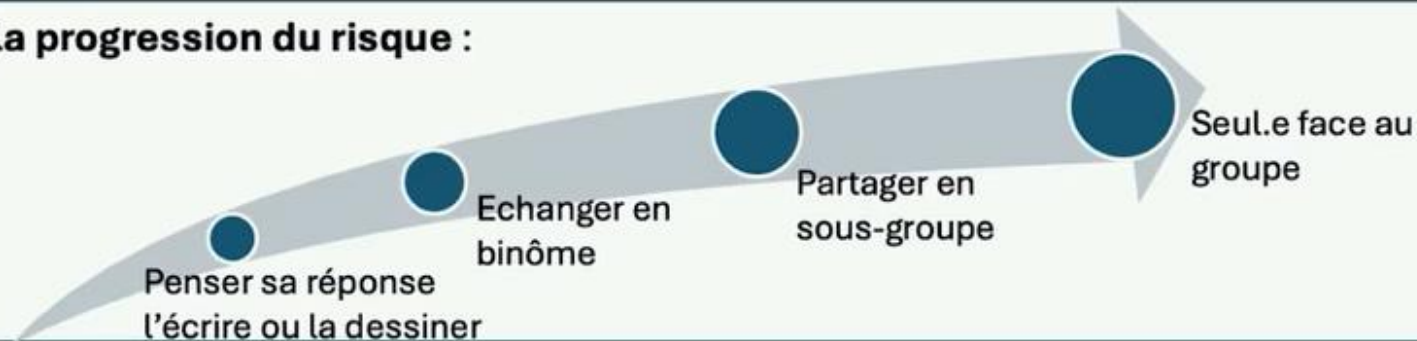
### Construire le retour réflexif



#### Objectifs :

- . Porter attention à son expérience et la mettre en mots.
- . Partager sa propre expérience vécue et écouter celle des autres
- . 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)





# Le geste professionnel



# Posture Professionnelle : accompagner la réflexion



## Les gestes professionnels renforçant le développement des CPS

Extrait de l'Approche intégrée du développement des compétences psychosociales à l'École (Damien Tessier)

<p><b>La posture pédagogique de soutien</b></p>	<p><b>Modelage</b> : Adopter des comportements qui incarnent les CPS dans les situations d'enseignement/apprentissage et les interactions avec les élèves</p>
	<p><b>Validation</b> : Adopter des comportements qui font de la place, manifestent de l'intérêt ou légitiment la diversité des préférences, des émotions, des idées et des opinions.</p>
<p><b>Le retour réflexif</b></p>	<p>Il vise à aider les élèves à conscientiser la CPS principale mobilisée dans la situation afin de favoriser son développement. Il s'organise autour de trois temps :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•<b>Observer</b> : orienter l'attention des élèves vers les ressentis et les pensées générées pendant la situation</li> <li>•<b>Analyser</b> : aider les élèves à prendre du recul sur les éléments observés et d'être capable de nommer les CPS mobilisés</li> <li>•<b>Transférer</b> : accompagner les élèves dans une projection future leur permettant de visualiser comment ils pourraient réutiliser ces CPS</li> </ul>



# Posture Professionnelle : accompagner la réflexion

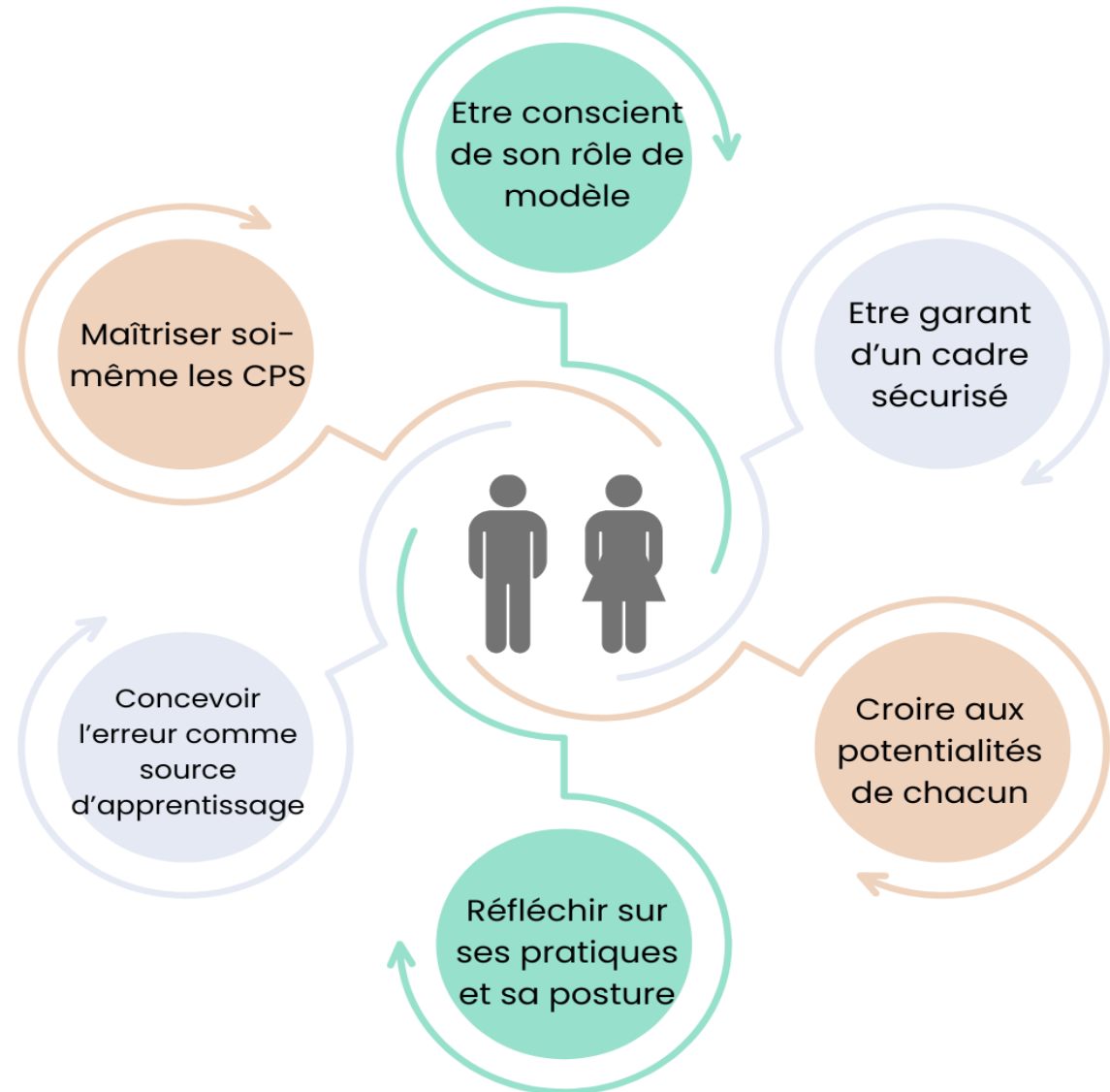


## Les gestes professionnels renforçant le développement des CPS

Accompagner la réflexion



Attitude empathique  
Regard valorisant





# Ressources





 **ACADÉMIE DE GRENOBLE**  
*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

# Printemps de l'Innovation

INSPIREZ INNOVEZ TRANSFORMEZ



CONFÉRENCES THÉMATIQUES  
MON EXPERIMENTATION EN 180 SECONDES  
ATELIERS ET VISITES



# Rapport IGESR

## Conférence de Damien Tessier\_mars 2026



# Des exemples de pratiques



*M. Pandolfo Yorick, enseignant d'histoire-géographie au lycée Jean Perrin à Rezé (44)*

*Mme Caujolle Laurence, formatrice CPS (EAFC) et enseignante de Lettres au collège Georges-Clemenceau, Les Essarts-en-Bocage (85)*

*Mme Da-Mota Lucie, formatrice CPS (EAFC) et enseignante d'espagnol au collège Frida-Kahlo à Pontchâteau (44)*

*Mme Hubert Nathalie, formatrice CPS (EAFC) et enseignante de lettres-histoire au lycée professionnel Léonard-de-Vinci à Mayenne (53)*

# M.Pandolfo Yorick, *enseignant d'histoire-géographie au lycée Jean Perrin à Rezé (44)*



## **Les CPS dans ma pratique enseignante en histoire-géographie**

### **Pourquoi intégrer les apports des CPS dans mon enseignement disciplinaire ?**

- L'enseignement moral et civique (EMC) axe mon enseignement sur une approche civique où les élèves se questionnent sur la vie en société et leur engagement en tant que citoyen·ne·s. Ces temps avec les élèves sont centrés sur la parole, les mises en situation de la vie quotidienne ou encore les expérimentations sociales (théâtre forum, dessin sur les préjugés, etc.).

### **Quelques aspects sur la pédagogie que j'essaie de mettre en place en lien avec les CPS**

- La capacité à coopérer avec les autres est développée en classe en lien avec les contenus du cours. Différentes formes de coopération sont utilisées avec mes élèves : îlot simple, classe puzzle, world café, ambassadeurs à l'oral... Depuis peu, j'expérimente le marché des connaissances en géographie : un échange et un transfert de savoirs s'opèrent dans des stands individualisés.
- La pédagogie par plan de travail favorise et accroît l'autonomie de l'élève, ses capacités à prendre des décisions, mais également la confiance en ses capacités et en son travail.
- J'évalue les élèves par compétences. Je continue à évaluer les connaissances attendues, mais je privilégie fortement la métacognition, les chemins d'apprentissage ou encore les protocoles mis en place par les élèves pour résoudre une situation-problème.
- À chaque temps évalué, je demande aux élèves de s'auto-évaluer ou de se donner trois conseils lors du retour de l'évaluation.



# Mme Caujolle Laurence, formatrice CPS (EAFC) et enseignante de Lettres au collège Georges-Clemenceau, Les Essarts-en-Bocage (85)



## Exemple de séance : préparer le travail de groupe

### **Préparer le travail de groupe : apprendre à se connaître soi en tant qu'individu / faire connaissance avec les autres**

- La « fleur des qualités » est un outil utilisé lors d'une séance formelle. Il permet aux élèves d'identifier leurs qualités et leurs fragilités, et de préciser leurs attentes à l'égard de leurs camarades lors d'un travail de groupe.
- Cet outil permet à la fois de se connaître et de connaître les autres.

### **Réactiver les compétences lors d'une séance de cours**

- L'enseignante organise des travaux de groupes. La composition des groupes change régulièrement, ce qui permet aux élèves de travailler avec de nouvelles personnes d'une séquence à l'autre.
- Lors de la première séance, les élèves échangent leur « fleur des qualités » pour mieux se connaître avant d'amorcer le travail du groupe.
- Au sein de chaque groupe, les élèves ont un rôle défini, choisi parmi une liste de possibles.
- Selon les thèmes abordés, le groupe est invité à se construire une identité en lien avec un personnage du cours de français (auteur, personnage de fiction, etc.).
- Les groupes disposent de tableaux blancs répartis dans la salle ; ils coopèrent pour y rédiger leur production.
- L'enseignante se met en retrait : elle peut aisément observer la dynamique des groupes lors de ces activités et conduire une régulation du travail de groupe si nécessaire.





# Mme Da-Mota Lucie, formatrice CPS (EAFC) et enseignante d'espagnol au collège Frida-Kahlo à Pontchâteau (44)

## Exemple de séance : accueillir les émotions des élèves

### Accueillir le groupe : développer des relations constructives

- L'enseignante se place devant la porte de la salle de classe et accueille chaque élève par un bonjour bienveillant.
- Elle remet à chaque élève un dé à six faces de couleurs différentes, comportant des émoticônes en lien avec des émotions. Le sens des icônes a été travaillé au préalable lors d'une activité formelle.



### Réactiver les compétences lors d'une séance de cours

- En début de séance, un rituel permet de rappeler la date du jour. Pendant ce rituel, l'enseignante circule dans la salle et repère quel émoticône est choisi par chaque élève, ce qui lui permet de saisir rapidement leur état d'esprit avant le cours.
- Les dés sont ramassés par l'enseignante après le rituel.
- Pendant la séance, les élèves disposent de dés colorés leur permettant d'indiquer qu'ils sont à l'aise avec l'activité proposée, ou qu'ils sont en difficulté et nécessitent une aide mineure ou majeure. Certains élèves peuvent aussi indiquer qu'ils sont en capacité d'aider leurs camarades qui ont besoin d'aide.
- L'enseignante perçoit l'état émotionnel des élèves et peut cibler son intervention en direction de ceux qui sont les plus en difficulté.



# Mme Hubert Nathalie, formatrice CPS (EAFC) et enseignante de lettres-histoire au lycée professionnel Léonard-de-Vinci à Mayenne (53)



## « I feel good », dispositif de renforcement des CPS

Mis en place depuis 2018, « I feel good » est un parcours d'ateliers à destination des élèves entrant au lycée professionnel. Animées par six enseignantes formées au renforcement des compétences psychosociales (CPS), ces séances sont intégrées à l'emploi du temps des élèves et abordent différentes thématiques : mieux se connaître, apprendre à communiquer, gérer ses émotions, accepter autrui, favoriser la coopération, etc.

### Quel est l'objectif du dispositif ?

- Le dispositif a pour ambition de rendre les élèves acteurs de leur formation, de favoriser leur persévérance, de les aider à prendre leur place et à renforcer leur résilience. Les ateliers se déroulent en groupes de 15 élèves en moyenne, dans un espace dédié, selon une méthode expérientielle et interactive. Il s'agit d'apprendre de l'expérience vécue, au travers de mises en situation, de jeux de plateau, de photolangages ou d'ateliers de parole. La dynamique de groupe qui se crée favorise les échanges et accélère les prises de conscience.

### Quelle est la posture de l'intervenant ?

- L'enseignant change de posture : il ne se pose plus en détenteur d'un savoir mais en guide. Au travers des ateliers menés, il apporte aux élèves des clés qu'ils sont libres de tester, de s'approprier, mais également de ne pas mobiliser. Les participants mettent en avant une meilleure connaissance d'eux-mêmes et des autres, et une plus grande confiance en eux. Porter un regard positif et de non-jugement permet en effet d'instaurer un climat de confiance et de respect mutuel, et favorise une ambiance de classe plus sereine.

### Quelles thématiques ont été abordées ?

- En seconde : se connaître, coopérer, communiquer, accepter l'autre, prendre des risques... jusqu'où ? etc.
- En terminale : réactivation du programme pour la préparation de la poursuite d'études (parcours différencié).

