



JOURNÉE D'ÉCHANGES RÉGIONALE

Promouvoir **LA SANTÉ MENTALE DES ADOLESCENTS** dans **UNE SOCIÉTÉ EN CRISE**



État des lieux, diagnostic, repérage et pistes d'orientation

LE RÔLE CLÉ DES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES (CPS) EN PROMOTION DE LA SANTÉ MENTALE

Béatrice Lamboy, PhD

beatrice.lamboy@santepubliquefrance.fr

Conseillère scientifique, DPPS (SpF)



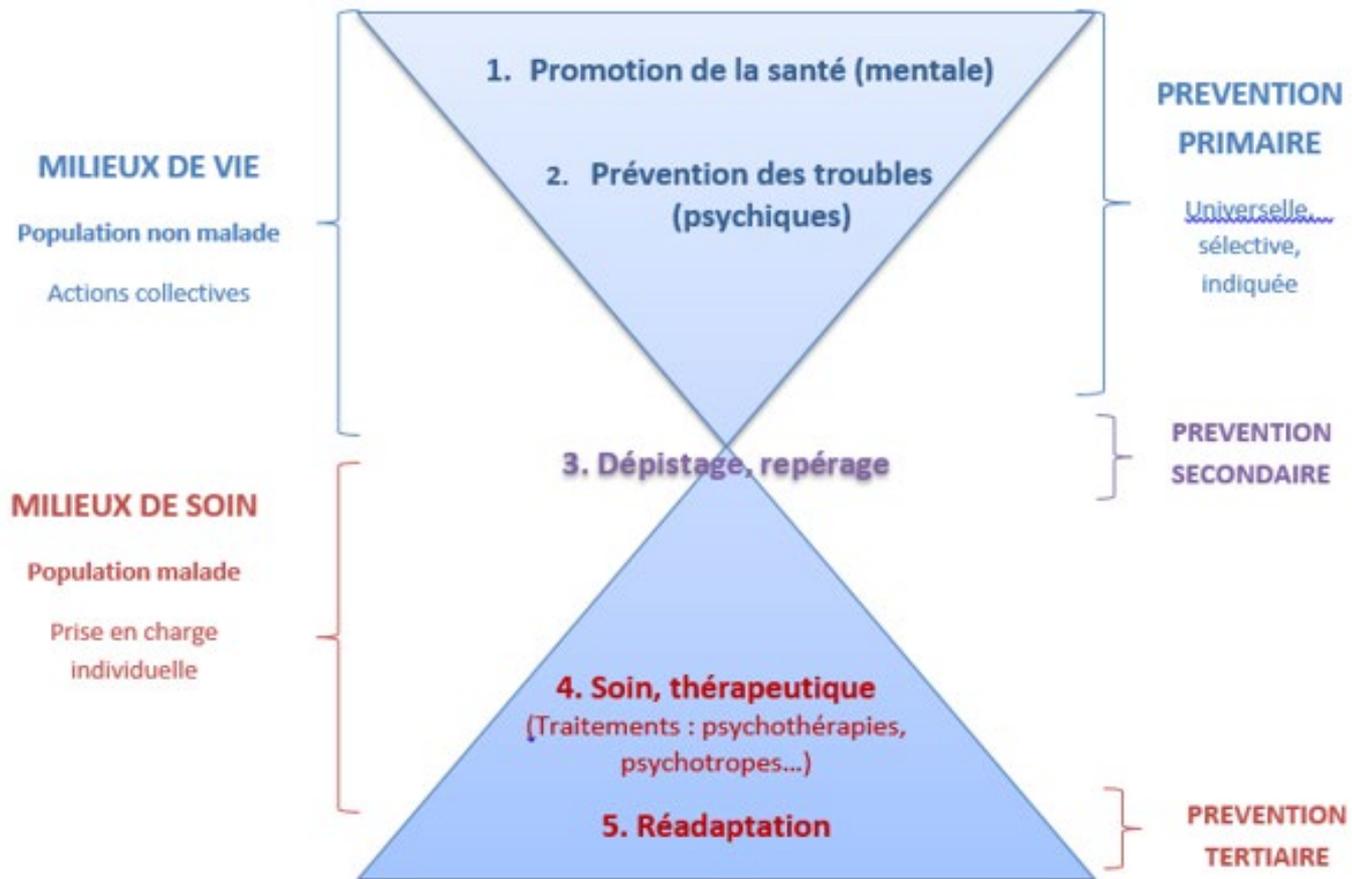
- 1. LA PROMOTION DE LA SANTE MENTALE ET LES CPS**
- 2. STRATEGIE NATIONALE CPS MULTISECTORIELLE (2022-2037)**
- 3. REFERENTIEL ET RAPPORT COMPLET CPS (*SPF, 2022*)**

1.

LA PROMOTION DE LA SANTÉ MENTALE ET LES CPS

5 NIVEAUX D'INTERVENTION EN SANTÉ (MENTALE)

selon l'état de santé des populations bénéficiaires



DEFINITION DE LA PPS

(BASEE SUR OMS, 2004)

**LA PRÉVENTION ET LA PROMOTION DE LA SANTÉ MENTALE
SONT DES DOMAINES D'INTERVENTION**

**QUI VISENT À ACCROÎTRE LA SANTÉ MENTALE POSITIVE
ET À RÉDUIRE L'INCIDENCE ET LA PRÉVALENCE
DES TROUBLES PSYCHIQUES**

EN AGISSANT SUR LES DÉTERMINANTS DE LA SANTÉ MENTALE

**(C'EST-À-DIRE, EN DÉVELOPPANT LES FACTEURS DE PROTECTION
ET EN DIMINUANT LES FACTEURS DE RISQUES ASSOCIÉS AUX
TROUBLES PSYCHIQUES)**

(Arango et al., 2018; Cabarkapa et al., 2020; Chevance et al., 2020; Desjardin N et al., 2008; Gruber et al., 2020; HCSP, 2021; Heitzman, 2020; ICIS, 2009; INSERM, 2002; Béatrice Lamboy et al., 2011; Béatrice Lamboy & Guillemont, 2014; Magill et al., 2020; Marciniak et al., 2020; Orpana et al., 2016; Puyat et al., 2020; Que et al., 2020; Soklaridis et al., 2020; Taylor, 2007; UK Department, 2015; Vera San Juan et al., 2020; Weich et al., 2009; WHO, 2004 a; Yamamoto et al., 2020)

En gras souligné et surligné en vert : facteurs CPS

En gras et surligné en jaune : facteurs directement associés aux CPS

		Facteurs de risque	Facteurs de protection
Facteurs individuels	Biologiques	<ul style="list-style-type: none"> - Problèmes de santé chronique, maladie grave - Comportements de santé défavorables : sédentarité, consommations de substances, alimentation déséquilibrée, comportements à risque, problèmes de sommeil, utilisation excessive des écrans... - Susceptibilité génétique - Problèmes pendant la grossesse: stress, consommation de substances, malnutrition de la mère, infections... - Problèmes postnataux : petit poids de naissance, complications, traumatisme crânien... 	<ul style="list-style-type: none"> - Comportements de santé favorables : activité physique , allaitement,...
	Cognitifs	<ul style="list-style-type: none"> - Faible estime de soi, sentiment d'incompétence et d'impuissance - Dissonance cognitive - Problème de développement cognitif, langagier, d'attention, d'apprentissage ... 	<ul style="list-style-type: none"> - Capacité de résolution de problèmes - Capacité de réflexion, d'organisation - Auto-évaluations positives: estime de soi positive, sentiment d'auto-efficacité...
	Emotionnels et sociaux	<ul style="list-style-type: none"> - Peurs et inquiétudes : en lien avec sa santé, la santé de ses proches, la mort de soi ou d'un proche. - Sentiment de vulnérabilité, de menace - Sentiment de solitude - Sentiment de frustration - Faibles compétences émotionnelles : impulsivité... - Faibles compétences sociales : opposition, comportements agressifs... - Personnalité difficile : caractère difficile, pessimisme... 	<ul style="list-style-type: none"> - Sentiment de sécurité et de confiance - Capacité d'adaptation : coping, résilience - Compétences émotionnelles : bonne gestion du stress et des émotions, habiletés d'autocontrôle... - Compétences sociales : communication positive, comportements prosociaux, bonne gestion des conflits... - Optimisme - Autonomie - Sentiment d'appartenance
	Événements de vie	<ul style="list-style-type: none"> - Événements stressants : violences, abandon, expériences défavorables dans l'enfance, échec scolaire, maladie d'un proche, proche hospitalisé, mort d'un proche, séparation, isolement social, quarantaine, discrimination-stigmatisation, problèmes financiers, perte et problème d'emploi chômage... - Conditions de travail stressantes : augmentation des horaires et charge de travail, changement de fonctions, manque de personnel, manque de sécurité, manque de connaissances et d'accord sur les procédures, soutien organisationnel inconsistant, désorganisation, manque de lignes directrices... 	<ul style="list-style-type: none"> - Réussite scolaire - Bonne condition de travail : soutien institutionnel et organisationnel efficace, leadership efficace, formation, communication claire, valorisation de la direction

Facteurs relationnels et familiaux

Relations parent-enfant	<ul style="list-style-type: none"> - Exposition aux carence des soins maternels : négligence, rejet, absence d'affection... - Exposition aux abus, maltraitance - Exposition à la discipline incohérente, confusion des rôles (parent, enseignant...) 	<ul style="list-style-type: none"> - Parentalité positive : compétences parentales, discipline cohérente, affection, sentiment d'efficacité parentale... - Bonne interaction : attachement et lien précoce positif... - Stimulation cognitive précoce
Santé mentale des parents	<ul style="list-style-type: none"> - Exposition aux troubles psychiques et addictifs des parents, stress parental - Exposition aux comportements à risque et antisociaux des parents (criminalité...) 	
Climat et événements familiaux	<ul style="list-style-type: none"> - Conflits et violences intrafamiliales - Problèmes de communication - Difficultés conjugales - Parent seul, adolescent, avec un faible niveau d'éducation - Événements défavorables : chômage, problèmes financiers, divorce, décès, incarcération, ... 	<ul style="list-style-type: none"> - Soutien familial, en particulier en cas d'événements défavorables
Relations avec les pairs et amis	<ul style="list-style-type: none"> - Isolement social, déconnexion social. - Rejet par les pairs : intimidation, brimades, discrimination - Influence déviante des pairs, pression sociale 	<ul style="list-style-type: none"> - Soutien social, soutien des collègues et des supérieurs. - Groupe prosocial de pairs (influence positive des pairs)

Facteurs environnementaux	Environnement social, économique et culturel	<ul style="list-style-type: none"> - Évènements stressants : guerres, catastrophes... pandémie mondiale, communication anxiogène ... - Problème d'accès et de suivi des soins de santé mentale - Rejet, discriminations - Quartiers difficiles (violences, accès aux drogues, délinquance, pauvreté, chômage...) 	<ul style="list-style-type: none"> - Relations interpersonnelles positives : soutien social, inclusion sociale, cohésion de la communauté... - Opportunités d'avoir un rôle social valorisé - Activités collectives (sports, loisirs, culture...) - Accès et organisation positive des soins et des services sociaux - Sécurité économique - Règles collectives décourageant la violence
	Environnement physique	<ul style="list-style-type: none"> - Problèmes liés au logement - Surpeuplement - Bruit 	<ul style="list-style-type: none"> - Sécurité de logement - Espaces verts

INSTRUCTION INTERMINISTÉRIELLE N° DGS/SP4/DGCS/DGESCOM/DJEP/VA/DS/DGEFP/DP/WJDGESIP/DGER/2022/131 du 19 août 2022 relative à la stratégie nationale multisectorielle de développement des compétences psychosociales chez les enfants et les jeunes – 2022-2037

Le ministre de la justice

Le ministre du travail, du plein emploi et de l'insertion

Le ministre de l'éducation nationale et de la jeunesse

Le ministre de l'enseignement supérieur et de la recherche

Le ministre de l'agriculture et de la souveraineté alimentaire

Le ministre de la santé et de la prévention

Le ministre des solidarités, de l'autonomie et des personnes handicapées

Le ministre des sports et des jeux olympiques et paralympiques

à

Mesdames et Messieurs les préfets de région
Mesdames et Messieurs les directeurs généraux
des agences régionales de santé
Mesdames et Messieurs les recteurs d'académie
Mesdames et Messieurs les directeurs régionaux
de l'agriculture, de l'alimentation et de la forêt

Copie à :

Mesdames et Messieurs les préfets de département
Mesdames et Messieurs les directeurs interrégionaux
de la protection judiciaire de la jeunesse
Mesdames et messieurs les directeurs régionaux
de l'économie, de l'emploi, du travail et des solidarités
Monsieur le directeur régional et interdépartemental de l'économie,
de l'emploi, du travail et des solidarités
Mesdames et Messieurs les directeurs de l'économie,
de l'emploi, du travail et des solidarités
Mesdames et Messieurs les délégués régionaux et départementaux
à la jeunesse, à l'engagement et aux sports
Monsieur le président de la Mission interministérielle
de lutte contre les drogues et les conduites addictives
Monsieur le directeur général de la Caisse nationale d'assurance maladie
Monsieur le directeur général de la Caisse nationale des allocations familiales
Madame la directrice générale de l'Agence nationale de santé publique
Monsieur le directeur de l'École nationale de protection judiciaire de la jeunesse

2.

STRATÉGIE NATIONALE CPS MULTISECTORIELLE (2022-2037) : INSTRUCTION ET PROJET SPF

DEPLOIEMENT NATIONAL DES CPS

CHEZ LES ENFANTS ET LES JEUNES (2022-2027-2035)

- **Stratégie CPS nationale multisectorielle : Instruction multisectorielle** (19/08/2022)
 - **Objectif générationnel 2037** : « Permettre à tous les enfants de développer leurs CPS dès le plus jeune âge, pendant toute leur croissance et dans tous les milieux »
 - **Objectifs de résultats 2037**
 - **Santé mentale** : 10% d'amélioration des indicateurs des enfants et des jeunes
 - **Tabac** : 92% des 15 ans n'ont pas fumé dans les 30 derniers jours
 - **Climat scolaire et bien-être** : amélioration
 - **Résultats scolaires** : progression aux évaluations nationales (CP, CE1, 6^e, 2nde)
 - **5 axes d'intervention** : 1/coordination territoriale (COTER) 2/ accompagnement des professionnels 3/ interventions probantes 4/système de suivi et d'évaluation 5/ cadre institutionnel pour un environnement CPS
 - **Feuilles de routes par secteur** (tous les 5 ans)
- **Appui de SpF**
 - Des référentiels théorique et pratique
 - Des guides d'intervention (par population)
 - Une auto-formation en ligne (professionnels)
 - Un programme CPS (grand public : adultes puis jeunes)
 - Des actions de communication et de plaidoyer



LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES:
ÉTAT DES CONNAISSANCES
SCIENTIFIQUES ET THÉORIQUES

Rapport complet

3.

**LE REFERENTIEL ET
LE RAPPORT COMPLET
CPS (SPF, 2022)**

<https://www.santepubliquefrance.fr/les-actualites/2022/competences-psychosociales-publication-d-un-referentiel-sur-l-etat-des-connaissances-scientifiques-et-theoriques>

<https://www.santepubliquefrance.fr/docs/les-competences-psychosociales-un-referentiel-pour-un-deploiement-aupres-des-enfants-et-des-jeunes.-synthese-de-l-etat-des-connaissances-scientif>

Objectifs :

1. Favoriser la mise en œuvre d'interventions CPS fondées sur les données probantes
2. Mettre à disposition les connaissances scientifiques et théoriques sur les CPS
3. Développer une culture commune autour des CPS

Les livrables associés :

- **Séminaire** (décembre 2021) : <https://www.santepubliquefrance.fr/a-propos/evenements/seminaire-developpement-des-competences-psychosociales-des-enfants-et-des-jeunes-un-referentiel-pour-favoriser-un-deploiement-national-14-et-1>
- **Le référentiel pratique CPS et les guides d'aide à l'action CPS** par tranche d'âge : connaissances scientifiques et expérientielles (à venir)
- **Les outils en ligne et les supports de communication** (à venir)

CLASSIFICATION ACTUALISÉE DES CPS (SPF, 2022)

A PARTIR DES CLASSIFICATIONS INTERNATIONALES, PROGRAMMES PROBANTS, MODELES THEORIQUES ACTUELS

Catégories	CPS générales	CPS spécifiques
Compétences cognitives	Avoir conscience de soi	Connaissance de soi (forces et limites, buts, valeurs, discours interne...)
		Savoir penser de façon critique (biais, influences...)
		Capacité d'auto-évaluation positive
		Capacité d'attention à soi (ou pleine conscience)
	Capacité de maîtrise de soi	Capacité à gérer ses impulsions
		Capacité à atteindre ses buts (définition, planification...)
	Prendre des décisions constructives	Capacité à faire des choix responsables
Capacité à résoudre des problèmes de façon créative		
Compétences émotionnelles	Avoir conscience de ses émotions et de son stress	Comprendre les émotions et le stress
		Identifier ses émotions et son stress
	Réguler ses émotions	Exprimer ses émotions de façon positive
		Gérer ses émotions (notamment les émotions difficiles : colère, anxiété, tristesse...)
	Gérer son stress	Réguler son stress au quotidien
		Capacité à faire face (coping) en situation d'adversité
Compétences sociales	Communiquer de façon constructive	Capacité d'écoute empathique
		Communication efficace (valorisation, formulations claires...)
	Développer des relations constructives	Développer des liens sociaux (aller vers l'autre, entrer en relation, nouer des amitiés...)
		Développer des attitudes et comportements prosociaux (acceptation, collaboration, coopération, entraide...)
	Résoudre des difficultés	Savoir demander de l'aide
		Capacité d'assertivité et de refus
		Résoudre des conflits de façon constructive

Les compétences psychosociales constituent
**en ensemble cohérent et interrelié
de capacités psychologiques
(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
(*empowerment*), de **maintenir un état de bien-être psychique,**
de favoriser un fonctionnement individuel optimal et
de développer des interactions constructives.

8 FACTEURS ASSOCIES À L'EFFICACITÉ (SPF, 2022)

2 FACTEURS PRINCIPAUX ET 6 COMPLÉMENTAIRES

Tableau 4. Facteurs communs aux interventions CPS efficaces

Facteurs communs	Modalités opérationnelles
<p>FACTEUR PRINCIPAL 1 (intervention)</p> <p>L'intervention CPS est structurée et focalisée (Pratique CPS SAFE)</p>	<p>P1.1 Les CPS sont développées grâce à un ensemble d'activités organisées et coordonnées (Pratique CPS Séquencée)</p>
	<p>P1.2 Les apprentissages des CPS s'appuient sur la participation active des personnes (Pratique CPS Active)</p>
	<p>P1.3 L'intervention est focalisée sur les principales CPS mentionnées dans la littérature scientifique (Pratique CPS Focalisée)</p>
	<p>P1.4 Les CPS travaillées sont clairement explicitées et présentées aux participants (Pratique CPS Explicite)</p>
<p>FACTEUR PRINCIPAL 2 (implantation)</p> <p>L'implantation de l'intervention CPS est de qualité</p>	<p>P2.1 Les intervenants CPS reçoivent une formation de qualité leur permettant de maîtriser l'intervention CPS et les CPS enseignées</p>
	<p>P2.2 Les intervenants CPS bénéficient d'un accompagnement (supervision collective, entretiens individuels) durant toute la durée de l'intervention CPS</p>
	<p>P2.3 La formation et l'accompagnement sont assurés par des professionnels qualifiés maîtrisant l'intervention CPS et les CPS enseignées</p>
	<p>P2.4 Les intervenants CPS ainsi que les formateurs et accompagnateurs ont une bonne maîtrise des CPS</p>
	<p>P2.5 Une « équipe CPS » constituée de représentants de toutes les parties prenantes (intervenants CPS, formateurs, accompagnateurs, professionnels, parents, enfants, décideurs...) formée aux CPS a une fonction de « leader » et de plaidoyer.</p>

4 FACTEURS D'EFFICACITÉ COMPLÉMENTAIRES (INTERVENTION CPS)

FACTEUR COMPLÉMENTAIRE 1 (Intervention) Le contenu des ateliers CPS est fondé sur les connaissances scientifiques	C1.1 Les principales CPS cognitives, émotionnelles et sociales (mentionnées dans la littérature scientifique actuelle) sont travaillées (voir chap.1 et 2)
	C1.2 Les connaissances théoriques transmises lors des ateliers sont fondées scientifiquement
	C1.3 Les activités CPS proposées sont issues des programmes CPS probants et/ou des pratiques expérientielles CPS prometteuses
FACTEUR COMPLÉMENTAIRE 2 (Intervention) Les ateliers CPS sont intensifs et s'inscrivent dans la durée	C2.1 Les ateliers CPS sont d'environ 1 heure pour les enfants (et 2 heures pour les parents)
	C2.2 Le cycle d'ateliers est de plusieurs heures par an (tendre vers au moins 10 h par an)
	C2.3 Des sessions de renforcement (« booster ») sont réalisées après la fin du cycle d'ateliers
	C2.4 L'intervention CPS est pluriannuelle
	C2.5 L'intervention CPS commence dès la petite enfance (avant 6 ans)
FACTEUR COMPLÉMENTAIRE 3 (Intervention) L'intervention CPS s'appuie sur plusieurs supports	C3.1 Un guide d'animation pour les intervenants permet de réaliser les ateliers CPS
	C3.2 Un livret pour les bénéficiaires (enfants, parents...) permet de renforcer leurs CPS
	C3.3 Un manuel d'implantation permet de mettre en œuvre l'intervention CPS
FACTEUR COMPLÉMENTAIRE 4 (Intervention) Les ateliers CPS utilisent une pédagogie positive et expérientielle	C4.1 Un temps important est consacré aux activités pratiques et expérientielles (jeux de rôle, partage d'expérience, observation...) au cours de chaque atelier CPS
	C4.2 L'animation des ateliers CPS s'appuie sur la « communication positive », l'« empowerment » et la valorisation des comportements et ressources personnelles.
	C4.3 Les intervenants CPS mettent en œuvre les CPS et ont une fonction de modèle.

4 FACTEURS D'EFFICACITÉ COMPLÉMENTAIRES (ENVIRONNEMENT)

FACTEUR COMPLEMENTAIRE 5 (Environnement) Des pratiques CPS informelles sont mises en œuvre au quotidien	C5.1 Des pratiques CPS ont lieu au cours de la journée (dans la classe, sur les temps péri et extrascolaire, à la maison...)
	C5.2 Les CPS des enfants sont travaillées dans le cadre des disciplines scolaires
	C5.3 Les CPS des adultes en position d'éducation (enseignants, professionnels, parents...) sont renforcées (par des formations, des accompagnements, des échanges de pratique, autres interventions expérientielles...)
FACTEUR COMPLEMENTAIRE 6 (Environnement) Un environnement éducatif soutenant	C6.1 L'ensemble des professionnels du milieu d'implantation (enseignants, personnels administratifs, personnels de santé scolaire, personnels périscolaires...) sont associés à l'intervention CPS.
	C6.2 Les parents sont associés à l'intervention CPS destinées aux enfants
	C6.3 Le climat scolaire (éducatif) est positif (pédagogie positive, attitudes encourageantes, soutenantes et chaleureuses, sécurité physique et psychologique, coopération, auto-évaluations...)

Santé publique France / Les compétences psychosociales :
un référentiel pour un déploiement auprès des enfants et des jeunes / p. 29

MERCI DE VOTRE ATTENTION !

beatrice.lamboiy@santepubliquefrance.fr