



Les compétences psychosociales

publié le 31/01/2016 - mis à jour le 01/04/2016

EMC - Dimension sensible

Descriptif :

Présentation du lien entre les compétences psychosociales et la dimension sensible de l'EMC. Ressources pour travailler les compétences psychosociales en classe.

L'enseignement Moral et Civique comprend quatre dimensions. La dimension sensible vise à mieux connaître et identifier ses sentiments et émotions, à les mettre en mots et à les discuter, et à mieux comprendre ceux d'autrui.

Les deux premiers objectifs de formation de "La sensibilité : soi et les autres" sont :

1. Identifier et exprimer en les régulant ses émotions et ses sentiments.

2. S'estimer et être capable d'écoute et d'empathie.

Ce qui correspond à un certain nombre de compétences psychosociales telles qu'elles ont été définies en 1993 par l'Office Mondial de la Santé.

L'OMS a défini la **santé** comme l'état de complet bien-être physique, mental et social. 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.

L'OMS précise les dix compétences psychosociales nécessaires au maintien de la santé (présentées par couples) :



Vous trouverez des ressources pédagogiques sur le site

[Le cartable des compétences psychosociales || IREPS Pays de la Loire](#) (HTML de 7.2 ko)

proposées par l'Instance Régionale d'Education et de Promotion de la santé (IREPS) Pays de la Loire.

L'IREPS Poitou-Charentes peut vous accompagner dans la mise en œuvre de séances liées aux compétences psychosociales et/ou vous fournir de la documentation :

IREPS Niort - 5 avenue de Limoges / 05 49 28 30 25

Camille Renaud, Chargée de projets : camille.renaud@educationsante-pch.org

[IREPS Poitou-Charentes](#) (HTML de

Un outil de formation pour la mise en oeuvre des compétences psychosociales :

 Développer les compétences sociales et civiques - ProfEdus (PDF de 1.3 Mo)



**Académie
de Poitiers**

Avertissement : ce document est la reprise au format pdf d'un article proposé sur l'espace pédagogique de l'académie de Poitiers.

Il ne peut en aucun cas être proposé au téléchargement ou à la consultation depuis un autre site.