

► *Compétences psychosociales, de quoi parle-t-on ? Ce n'est ni un sujet « technique », ni un sujet « à la mode », ou « bobo ». Sous ces termes, se cachent en réalité ce que nous souhaitons à tous pour nous même et nos proches : des compétences cognitives, sociales et émotionnelles. Elles s'apprennent dès le plus jeune âge et dans tous les milieux de vie, notamment à l'école, mais aussi dans les milieux d'accueil des jeunes enfants, dans les structures sociales y compris pour les adultes. Elles permettent de répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. Un nombre croissant d'interventions reposent désormais sur des données scientifiques, que ce soit des programmes visant la gestion du stress, la régulation des émotions, l'écoute empathique, la gestion des conflits... Elles permettent donc des bienfaits prouvés en prévention des comportements à risque quels qu'ils soient et servent ainsi la prévention des addictions, la santé sexuelle, en développant une santé mentale positive.*

L'Agence régionale Île-de-France est engagée de longue date dans le soutien aux programmes de compétences psychosociales avec l'enjeu de réduire les inégalités. Le passage à l'échelle de programmes validés, leur généralisation, notamment en partenariat avec l'éducation nationale, est un enjeu structurant de notre futur projet régional de santé en Île-de-France.

Ce numéro propose une approche axée sur la prévention du harcèlement, que nous relatent des acteurs situés à Paris, mais qui se développe aussi ailleurs. Nous aurons l'occasion de vous faire partager d'autres démarches de développement de ces compétences, pour mieux faire connaître toutes les facettes de ces « CPS ». ■

Lise Janneau

Directrice adjointe de la Santé publique

LE THÈME DE LA SEMAINE

● Les Compétences psycho-sociales dans la lutte contre le harcèlement scolaire ●

► Le développement des compétences psycho-sociales chez les jeunes et les enfants est un **élément primordial de la promotion de la santé** et du **bien-être des personnes**.

Ces compétences se développent en **trois principaux axes** :

► **Les compétences sociales** - communication verbale et non verbale, capacité de résistance, de négociation, empathie...

► **Les compétences cognitives** - prise de décision, pensée critique, croyances...

► **Les compétences émotionnelles** - gestion de la colère, de l'anxiété, de la confiance en soi ...



De nombreux programmes de prévention se sont développés sur les CPS et ont fait leurs preuves sur plusieurs thématiques de santé (santé mentale, addictions, santé sexuelle, etc.).

L'enjeu du développement de ces CPS est de **chercher à prévenir, les comportements à risque** comme la **prise de substance**, les **comportements violents** ou encore les **comportements sexuels à risque**, étant eux-mêmes des **déterminants de pathologie** (addictions, infections sexuellement transmissibles etc.).

On peut parler dès lors de **déterminants de déterminants** (*causes of the causes en anglais*) et d'où l'intérêt de **chercher à les développer chez les plus jeunes**, afin de prévenir le plus tôt.

Le harcèlement scolaire, c'est quoi ?

C'est une **violence répétée**, qui peut être **verbale, physique, psychologique**

En milieu scolaire, elle peut être le fait d'un ou plusieurs élèves venant **se fonder sur la différence et la stigmatisation de certaines caractéristiques d'une personne ne pouvant se défendre** (*l'apparence physique ou un handicap par exemple*).

Lorsque cette violence est **répétée dans le temps, on parle de harcèlement**.

Trois caractéristiques vont permettre d'identifier une situation de harcèlement :

► **La violence** – rapport de force entre un ou plusieurs élèves et une ou plusieurs victimes

► **La répétitivité** – répétition d'agressions sur une plus ou moins longue période

► **L'isolement de la victime** – souvent isolée, plus faible et dans l'incapacité de se défendre



Pour en savoir plus sur le phénomène d'harcèlement : <https://www.education.gouv.fr/non-au-harcelement>

Ils racontent

Programme pHARe : « Prévenir le harcèlement par le développement compétences psycho-sociales »

Caroline Veltcheff, Inspectrice de l'Académie de Paris et superviseure du programme pHARe à l'Académie de Paris

► « Il est important de préciser qu'il s'agit d'un programme, qui a pu être évalué par **la recherche comme un programme de prévention**.

Ce programme est le résultat d'une **politique publique de lutte contre les violences et le harcèlement** depuis 2011, avec un **travail de comparaison internationale** où des pays ont réussi à diminuer les violences et le problème du harcèlement.

Nous disposons de connaissances assez fines des **phénomènes de victimisation** depuis 2011, date à laquelle les politiques publiques guidées par la recherche ont démarré.

Nous nous situons à l'époque **entre 10% et 14% de taux de harcèlement** pour se situer aujourd'hui **entre 7% et 10%**. (*Direction d'évaluation de la prospective du Ministère - DEPP*)

En appliquant le programme pHARe, on pourrait **ramener ce taux à 3%** qui est un chiffre relativement irréductible.

Le programme phare est le **résultat de domaines de recherche qui ont convergé**.

Entre addictologie (*MILDECA*), sciences de l'éducation, et psychologie, le programme pHARe est le **résultat d'une synthèse entre tous ces champs de recherche**, avec comme axe principal le **développement des compétences psycho-sociales**.

Sur une durée de 2 ans, l'établissement s'engage au travers d'une charte et désigne une équipe ressource de minimum 5 personnes.

Au sein des collèges parisiens, il y eu un **véritable engouement**, le rectorat formant des équipes de 10 à 12 personnes ressources avec **la méthode de préoccupation partagée** (*méthode Anatole PIKAS*).

Cette méthode consiste dans des **entretiens très courts**, des gestes très précis, où l'on demande aux élèves supposés auteurs ou témoins de violences de **partager la préoccupation pour l'élève X** dont on suppose qu'il ne va pas bien.

Parallèlement, **les punitions et les sanctions sont suspendues pendant 10 jours**, l'objectif étant que **la victimisation s'arrête**.

Le principe est celui de **la justice restaurative** où l'on attend des élèves qu'ils **changent de camp, que le témoin passif devienne un aidant de celui qui est victime**, que l'auteur se rende compte qu'il y a souffrance en face.

Cette méthode permet de **développer l'empathie**.

En Suède où cela a été évalué, il y a 85% de réussite avec des élèves auteurs ou témoins, qui changent de posture et qui **arrêtent les phénomènes de violences ou de victimisation**.

Le second volet du programme concerne les **élèves ambassadeurs**.

Deux personnes ressources adultes forment à leur tour **dix élèves ambassadeurs**, et ces élèves ont une mission très simple, **l'information et la sensibilisation des autres élèves**, ils sont à disposition des autres et sont reconnus par

l'établissement.

Dans la cour de récréation, ils s'investissent et vont voir les autres enfants qui ne vont pas bien.

Les élèves ambassadeurs ont aussi une **posture empathique**.

Enfin, le troisième volet est la mise en place de **10 heures par an et par élève**, du CP à la 3ème, de **développement des compétences psycho-sociales**, faites par **d'autres adultes ressources**.

Lors de ces temps, le but est de **développer et d'intégrer par des jeux empathiques, les compétences psycho-sociales**.

Cette année, le programme pHARe est **généralisé à tous les collèges de France**, les enseignants représentent 50% des membres des équipes ressources et découvrent et **apprécient d'avoir des nouveaux gestes professionnels**.

L'objectif n'est pas de punir mais bien de **prévenir le harcèlement à l'école**.

Pour les 23 collèges sur 118 dans l'Académie de Paris, qui sont désormais labellisés, les résultats sont excellents en terme systémique de climat scolaire. » ■

Prévenir le harcèlement scolaire : « Vivre-ensemble - Fri For Mobberi », un programme danois qui a fait ses preuves

► Développé depuis bientôt vingt ans au Danemark par la Fondation Mary et Save the Children Denmark et grâce au soutien de la recherche universitaire, Fri For Mobberi est une **méthode de prévention du harcèlement scolaire** par le biais du **développement des compétences psychosociales chez les enfants entre 0 et 9 ans**.

Vivre-ensemble – Fri For Mobberi : en quoi cela consiste ?

Partant du postulat que le harcèlement prend racine dans des **environnements caractérisés par une faible tolérance, une instabilité marquée et un sentiment d'insécurité**, elle vise, autour des **quatre valeurs fédératrices** de la **tolérance, du respect, de la bienveillance et du courage** à **faire émerger un sentiment de communauté** chez les enfants. Par la mise à disposition d'outils spécifiques dédiés à **travailler les compétences psychosociales** des enfants en crèches, à l'école maternelle et à l'école élémentaire, le programme permet de **favoriser un comportement positif** des enfants dans leur rapport aux autres ainsi que le maintien d'un état de bien-être psychologique.

Une première adaptation française

Inédit en France, la fédération de Paris de la Ligue de l'enseignement a obtenu la licence pour **déployer le dispositif sur tout le territoire national** avec une première expérimentation menée au sein des **cités éducatives de Paris 18e et de Saint-Ouen**. Cette phase de test du programme est soutenue financièrement par l'ARS Île de France. Ainsi, les enfants de 3 à 6 ans de 17 écoles maternelles des deux cités éducatives sont ainsi les premiers à le découvrir cette année.

► ► ► [Lire la suite de l'article sur le site](#)



VOTRE BOÎTE À OUTILS

- Retrouvez [tous les numéros de #Santé Ensemble ici !](#)
- Retrouvez [le référentiel de Santé Publique France sur les Compétences psycho-sociales !](#)
- Ici [le Dossier sur les Compétences psycho-sociales du magazine La Santé en action !](#)
- Retrouvez [le site du ministère de l'Éducation nationale sur le harcèlement !](#)