

# Prévention et promotion de la santé des jeunes par le développement des compétences psychosociales et des compétences parentales



**Juillet 2021**

Réalisation :

Laetitia Vassieux

Chargée d'ingénierie documentaire

Ireps Bourgogne-Franche-Comté

[l.vassieux@ireps-bfc.org](mailto:l.vassieux@ireps-bfc.org) - 03 80 67 05 10

# Introduction

Cette bibliographie porte sur le développement des compétences psychosociales (CPS) et des compétences parentales. Elle présente des documents accessibles en ligne et/ou consultables au Centre de documentation de l'Instance régionale en éducation et promotion de la santé Bourgogne-Franche-Comté.

La première partie de la bibliographie propose un glossaire de concepts importants dans le champ de la promotion de la santé (**p. 3**) : compétences psychosociales, déterminants de la santé, éducation pour la santé, empowerment, parentalité, promotion de la santé, santé.

La deuxième partie (**p.9**) propose des données contextuelles et théoriques pour approfondir ses connaissances.

La troisième partie (**p.12**) mentionne des ressources permettant la mise en place d'actions : des référentiels et des exemples de programmes de santé ; des exemples d'actions probantes ou prometteuses à travers lesquels peut se poser la question de la transférabilité.

Enfin, la dernière partie (**p.16**) liste des sites internet et outils pédagogiques pouvant être utilisés dans le cadre de vos interventions auprès des enfants et adolescents et / ou de leurs parents.

Les notices sont présentées par ordre ante-chronologique. Les documents en ligne ont été consultés pour la dernière fois le 5 juillet 2021.

Bonne lecture !

Laetitia Vassieux

# 1. Glossaire

## Action de santé

Toute pratique visant le maintien, l'amélioration ou le recouvrement de la santé (éducation sanitaire, prévention des risques, soins de santé...) est fondé sur un choix de définition de la santé. Ce choix oriente la nature des pratiques, influence les méthodes et stratégies qu'elles emploient, ainsi que les publics qu'elles visent et les acteurs impliqués.

Lorsque la santé est définie en termes biophysologiques, elle s'évalue uniquement par des mesures objectives (ou objectivées) du même type, principalement en terme de normalité ou de risque, et exclut les aspects de bien-être, ou la capacité d'action. Dans ce cas, les objectifs des actions de santé sont aussi définis dans les mêmes termes, ainsi que leurs indicateurs d'effets et d'efficacité, et la santé y est surtout l'affaire des professionnels de santé et de soins.

Lorsque la santé est perçue à la fois comme un état et comme une dynamique, une « capacité à... », elle s'évalue aussi en termes de pouvoir de mobilisation, de capacité d'action et d'interaction avec autrui, de prise de conscience... Dans ce cas, l'action de santé ne se limite pas à la gestion ou l'apprentissage des risques de maladie ou d'accidents et des dangers, des comportements protecteurs ou préventifs. Elle s'étend à d'autres éléments comme les interactions sociales, le bien-être, le rôle et le pouvoir sur sa propre santé, la conscience des déterminants de santé, la réflexion sur la place et la priorité de la santé dans la vie... L'action de santé devient alors le rôle conjoint des professionnels de la santé et des éducateurs.

### Éducation pour la santé des jeunes : concepts, modèles, évolution

In : Arwidson Pierre, Bury Jacques, Choquet Marie. Éducation pour la santé des jeunes : démarches et méthodes. Paris : Inserm, 2001, pp. 16. En ligne :

<http://www.ipubli.inserm.fr/handle/10608>

## Compétences psychosociales

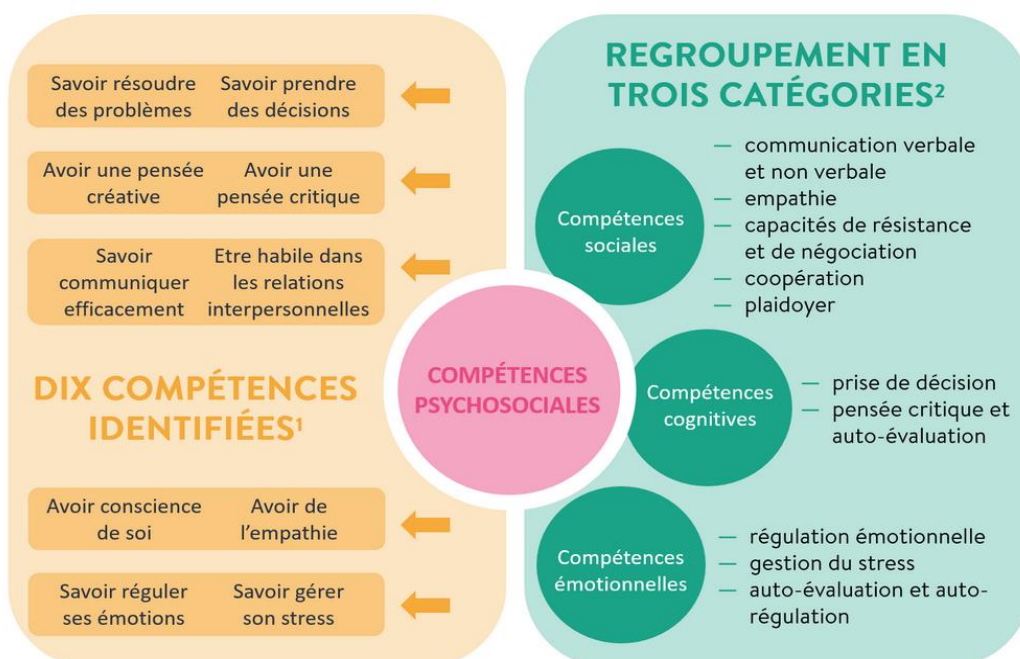
Les compétences psychosociales sont la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. C'est l'aptitude d'une personne à maintenir un état de bien-être mental, en adoptant un comportement approprié et positif à l'occasion des relations entretenues avec les autres, sa propre culture et son environnement. Les compétences psychosociales ont un rôle important à jouer dans la promotion de la santé au sens large ; en termes de bien-être physique, mental et social. Plus particulièrement, quand les problèmes de santé sont liés à un comportement, et quand le comportement est lié à une incapacité à répondre efficacement au stress et aux pressions de la vie, l'amélioration de la compétence psychosociale pourrait être un élément important dans la promotion de la santé et du bien-être, puisque les comportements sont de plus en plus impliqués dans l'origine des problèmes de santé.

[...] Ces compétences sont au nombre de dix et présentées par couples :

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

### Le développement des compétences psychosociales

Arwidson Pierre. In : Sandrin-Berthon Brigitte. Apprendre la santé à l'école.  
Paris : ESF Editeur (Pratiques & enjeux pédagogiques), 1997, p. 7



1. OMS, UNESCO. 1993

2. MANGRULKAR L., WHITMAN C.V. et POSNER M. 2001

**Concept [en ligne]**

Paris : PromoSanté Ile-de-France, 2017.

En ligne : <https://www.promosante-idf.fr/concepts>

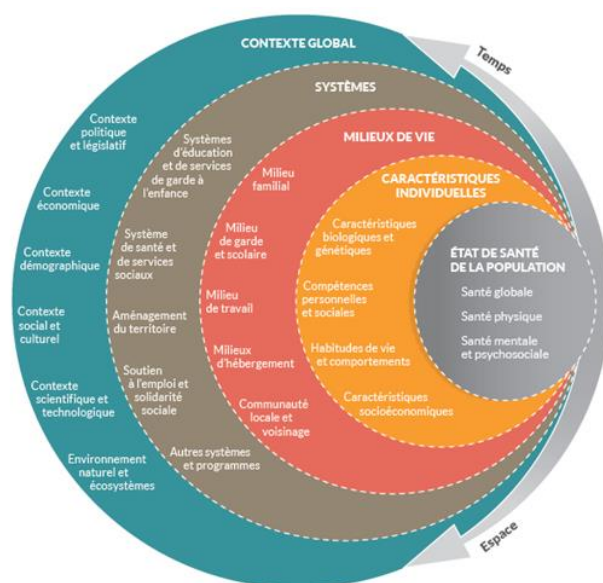
## Déterminants de la santé

Les déterminants sociaux de la santé (DSS) peuvent être compris comme les conditions sociales dans lesquelles les personnes vivent et travaillent. Leur étude s'attache à montrer l'impact du contexte social sur la santé mais aussi les mécanismes par lesquels ces déterminants l'affectent. Ce concept trouve ses sources dans les années 1970, à partir de critiques suggérant que la recherche et l'action publique devraient être dirigées plus vers les sociétés dans lesquelles les individus vivent que vers les individus eux-mêmes. Il s'agissait de passer d'un service fourni aux personnes lorsqu'elles étaient malades à un programme de santé publique qui les aiderait à rester en bonne santé. Les DSS conditionnent la façon dont une personne dispose des ressources physiques, sociales, économiques et personnelles pour satisfaire ses besoins, ses aspirations et s'adapter à son environnement. Si la question des DSS évoque les ISS, il est important de faire une distinction entre DSS et déterminants sociaux des ISS. Certaines interventions peuvent avoir pour effet d'améliorer l'état de santé moyen d'une population, tout en aggravant dans le même temps les inégalités sociales de santé. Les exemples, liés à l'introduction d'innovations qui ont eu pour résultat d'accroître les inégalités, ne manquent pas.

### Inégalités sociales de santé

Lang Thierry. Les tribunes de la santé 2014 ; 43 : 31-38

En ligne : <https://www.cairn.info/revue-les-tribunes-de-la-sante1-2014-2-page-31.htm>



### Carte de la santé et de ses déterminants.

In : Pigeon Marjolaine. La santé et ses déterminants : mieux comprendre pour mieux agir. Montréal : Ministère de la santé et des services sociaux – Direction des communications, 2012, p. 7.

En ligne : <http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2011/11-202-06.pdf>

## Éducation pour la santé

L'éducation pour la santé comprend la création délibérée de possibilités d'apprendre grâce à une forme de communication visant à améliorer les compétences en matière de santé, ce qui comprend l'amélioration des connaissances et la transmission d'aptitudes utiles dans la vie, qui favorisent la santé des individus et des communautés.

L'éducation pour la santé concerne non seulement la communication d'informations, mais également le développement de la motivation, des compétences et de la confiance en soi nécessaires pour agir en vue d'améliorer sa santé. L'éducation pour la santé comprend la communication d'informations concernant les conditions sociales, économiques et environnementales de base qui ont des effets sur la santé, ainsi que sur les différents facteurs de risque et comportements à risque, et sur l'utilisation du système de santé. En conséquence, l'éducation pour la santé peut consister à communiquer des informations et à transmettre des aptitudes, ce qui démontre la faisabilité politique et les possibilités organisationnelles de différentes formes d'action visant à agir sur les déterminants sociaux, économiques et environnementaux de la santé.

### **Glossaire de la promotion de la santé**

Nutbeam Don. Genève : Organisation mondiale de la santé, 1999, p.6.

En ligne :

[http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67245/WHO\\_HPR\\_HEP\\_98.1\\_fre.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67245/WHO_HPR_HEP_98.1_fre.pdf)

## Empowerment

Processus par lequel une personne accroît son pouvoir sur les décisions et les actions qui influent sur sa santé. L'empowerment, qui peut être un processus social, culturel, psychologique ou politique, permet aux individus et aux groupes sociaux d'exprimer leurs besoins et leurs préoccupations, d'élaborer des stratégies de participation à la prise de décisions et d'intervenir sur les plans politiques, social et culturel pour combler leurs besoins.

### **Compétences essentielles en santé publique au Canada**

Québec : Agence de la santé publique au Canada, 2008 p.11

(Amélioration des compétences en santé publique)

En ligne : <http://www.phac-aspc.gc.ca/php-bsp/ccph-cesp/pdfs/cc-manual-fra090407.pdf>

Processus par lequel des individus et des groupes agissent pour gagner la maîtrise de leurs vies et donc pour acquérir un plus grand contrôle sur les décisions et les actions affectant leur santé dans le contexte de changement de leur environnement social. Leur estime de soi est renforcée, leur sens critique, leur capacité de prise de décision et leur capacité d'action sont favorisées. Même des personnes avec peu de capacités ou en situation de précarité sont considérées comme disposant de forces et de ressources. Les processus d'empowerment ne peuvent pas être produits, seulement favorisés.

### **400 concepts de santé publique et de promotion de la santé**

Rusch Emmanuel

Rennes : BDSP, s.d.

## Parentalité

La parentalité désigne l'ensemble des façons d'être et de vivre le fait d'être parent. C'est un processus qui conjugue les différentes dimensions de la fonction parentale, matérielle, psychologique, morale, culturelle, sociale. Elle qualifie le lien entre un adulte et un enfant, quelle que soit la structure familiale dans laquelle il s'inscrit, dans le but d'assurer le soin, le développement et l'éducation de l'enfant. Cette relation adulte/enfant suppose un ensemble de fonctions, de droits et d'obligations (morales, matérielles, juridiques, éducatives, culturelles) exercés dans l'intérêt supérieur de l'enfant en vertu d'un lien prévu par le droit (autorité parentale). Elle s'inscrit dans l'environnement social et éducatif où vivent la famille et l'enfant.

Comité National de Soutien à la Parentalité. Avis relatif à la définition de la parentalité et du soutien à la parentalité issu du comité national du 10 novembre 2011.

## Promotion de la santé

La promotion de la santé est le processus qui confère aux populations les moyens d'assurer un plus grand contrôle sur leur propre santé, et d'améliorer celle-ci. Cette démarche relève d'un concept définissant la « santé » comme la mesure dans laquelle un groupe ou un individu peut d'une part, réaliser ses ambitions et satisfaire ses besoins et, d'autre part, évoluer avec le milieu ou s'adapter à celui-ci. La santé est donc perçue comme une ressource de la vie quotidienne, et non comme le but de la vie ; il s'agit d'un concept positif mettant en valeur les ressources sociales et individuelles, ainsi que les capacités physiques. Ainsi donc, la promotion de la santé ne relève pas seulement du secteur sanitaire : elle dépasse les modes de vie sains pour viser le bien-être.

La Charte d'Ottawa définit cinq domaines d'action prioritaires :

- Élaborer une politique publique saine
- Créer des milieux favorables
- Renforcer l'action communautaire
- Acquérir des aptitudes individuelles
- Réorienter les services de santé

Charte d'Ottawa pour la promotion de la santé. Genève : Organisation mondiale de la santé, 1986, 5 p.

En ligne : <http://www.phac-aspc.gc.ca/ph-sp/docs/charter-chartre/pdf/chartre.pdf>

## Santé

La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité.

Préambule à la Constitution de l'Organisation mondiale de la Santé, tel qu'adopté par la Conférence internationale sur la Santé, New York, 19-22 juin 1946 ; signé le 22 juillet 1946 par les représentants de 61 États. 1946 ; (Actes officiels de l'Organisation mondiale de la Santé, n°. 2, p. 100) et entré en vigueur le 7 avril 1948.

En ligne : <http://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd47/FR/constitution-fr.pdf?ua=1>



### La santé c'est aussi [Affiche]

Bruxelles : Cultures et santé, 2012

En ligne : <http://www.cultures-sante.be/component/phocadownload/category/12-pdf-ps-2012.html?download=210:la-sante-c-est-aussi-affiche>



## 2. Données contextuelles et théoriques

### Politiques de santé

#### **Les 1000 premiers jours. Là où tout commence**

**Paris : Ministère des solidarités et de la santé, 2020, 125 p.**

**En ligne :** <https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/rapport-1000-premiers-jours.pdf>

La commission des "1000 premiers jours" composée de 18 spécialistes pluridisciplinaires de la petite enfance, présidée par le neuropsychiatre Boris Cyrulnik, présente un rapport comportant de nombreuses propositions basées sur les apports de la science. L'objectif est d'alimenter une politique publique de la petite enfance et de construire un véritable parcours individualisé et adapté aux fragilités et spécificités de l'enfant et de ses parents pendant les 1000 premiers jours, période sensible et déterminante. La commission émet des recommandations et des propositions ambitieuses concernant les enfants et les parents ainsi que les professionnels et la société toute entière.

#### **Stratégie nationale de soutien à la parentalité 2018-2022.**

**Ministère des solidarités et de la santé.**

**Ministère des solidarités et de la santé, 2018, 14 p.**

**En ligne :** [https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/strategie\\_nationale\\_2018-2022.pdf](https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/strategie_nationale_2018-2022.pdf)

La stratégie nationale de soutien à la parentalité présente ses 8 orientations principales : accompagner les parents et les jeunes enfants, accompagner les parents et les enfants de 6 à 11 ans, accompagner les parents face aux enjeux de l'adolescence, développer les possibilités de relais parental et de répit en famille, améliorer les relations entre la famille et l'école pour qu'elles construisent ensemble et en confiance une communauté éducative, accompagner les conflits pour faciliter la préservation des liens familiaux, favoriser le soutien par les pairs et améliorer l'information des familles. Elle présente aussi 4 axes transversaux et des pistes de travail sur parentalité et précarité, parentalité et égalité homme-femme, parentalité et handicap et parentalité en outre-mer.

### État des connaissances

#### **Les besoins fondamentaux des enfants.**

**Gorza Maud, Bolter Flora**

**La santé en action 2019 ; 447 : 4-51.**

**En ligne :** <https://www.santepubliquefrance.fr/docs/la-sante-en-action-mars-2019-n-447-les-besoins-fondamentaux-des-enfants>

Les connaissances se sont considérablement développées au cours des dernières décennies. Et les recherches les plus récentes, y compris en neurosciences affectives et sociales, confirment à quel point l'environnement social et affectif est vital pour le développement du petit enfant. Ce numéro a pour ambition d'être un outil d'aide à la pratique pour les professionnels, le fil conducteur en est la prévention, l'éducation et la promotion de la santé du petit enfant, de sa famille.

### **Le cerveau qui dit oui**

**Siegel Daniel, Bryson Tina Payne**

**Paris : Les Arènes, 2019, 280 p.**

Les auteurs développent une méthode destinée aux parents pour enseigner à leurs enfants le fonctionnement du "cerveau du oui". Il s'agit de les aider à développer des compétences psychologiques clés comme la capacité à gérer leurs émotions, la résilience, l'introspection et l'empathie. Il propose des outils et des techniques pour établir une distance relationnelle adéquate et une interaction fructueuse avec son enfant.

### **Les premières années de Bébé. Son bien-être et ses compétences jour après jour**

**Appell Geneviève, Scheurer Elisabeth, Simon Bogaers Nicole**

**Toulouse : Erès, 2019, 280 p.**

L'auteure partage, à travers de nombreuses descriptions, photos et séquences vidéo, la façon de voir le monde d'un nouveau-né. S'appuyant sur les travaux de la pédiatre Emmi Pikler, elle donne des propositions concrètes pour aider les parents et les professionnels à prendre soin et à participer au développement intellectuel, affectif et moral des nouveau-nés. Des aspects comme la motricité libre, le sommeil, le jeu ou encore la "niche écologique" sont abordés, chacun étant complété de fiches pour aller plus loin dans l'approche d'Emmi Pikler.

### **Les compétences psychosociales des enfants et jeunes ados (3-15 ans)**

**Paris : PromoSanté Ile-de-France, 2018**

**En ligne : <https://www.promosante-idf.fr/les-competences-psychosociales-des-enfants-et-jeunes-ados-3-15-ans>**

Les bénéfices en matière de santé et de bien-être liés aux compétences psychosociales sont avérés. Ce dossier vise à approfondir vos connaissances et donner des ressources utiles au montage d'un projet.

### **Empowerment des jeunes. Dossier.**

**Le Grand Eric, Ferron Christine, Pujol Virginie.**

**La santé en action 2018 ; 446 : pp.8-38.**

**En ligne : <https://www.santepubliquefrance.fr/content/download/153415/2186366>**

L'empowerment est l'un des principaux leviers pour promouvoir la santé des populations. Ce dossier se veut pédagogique dans son approche, avec une première partie " état des connaissances " et une seconde partie " état des pratiques ". Une vingtaine d'experts, chercheurs des sciences humaines et acteurs de terrain, ont accepté d'y contribuer.

### **Place des parents en promotion de la santé.**

**Delmas Emmanuel, Sandon Agathe, Millot Isabelle.**

**Dijon : Ireps Bourgogne Franche-Comté, 2016, 34 p.**

**En ligne : [https://ireps-bfc.org/sites/ireps-bfc.org/files/dossier\\_technique\\_place\\_des\\_parents\\_2017.pdf](https://ireps-bfc.org/sites/ireps-bfc.org/files/dossier_technique_place_des_parents_2017.pdf)**

Ce dossier technique fait le point sur la question de la parentalité, le cadre législatif et le soutien à la parentalité en France. Il présente également des actions en matière de parentalité dont le projet PANJO, et enfin propose des pistes pour l'implication et l'empowerment des parents.

### **L'évolution des savoirs sur la parentalité.**

**Neyrand Gérard.**

**Yapaka.be, 2016-09, 34 p.**

En ligne : <https://www.yapaka.be/sites/yapaka.be/files/publication/ta-90-web.pdf>

Cet ouvrage fait le point sur les changements qui ont marqué la place du jeune enfant et les relations privées depuis la seconde guerre mondiale à travers une approche socio-historique. Le modèle familial nucléaire de la période 1945-1965 a basculé à la fin des années 1960 suite à l'accès massive des enfants du baby boom aux études supérieures. Les années 1980 amorcent une autre mutation avec l'arrivée des premiers «bébés éprouvettes» ainsi que le développement des pratiques d'assistance médicale à la procréation. En fin de décennie 1990 émerge la question de l'homoparentalité.

### **Développer les compétences psychosociales chez les enfants et les jeunes**

**Lamboy Béatrice, Fortin Jacques, Azorin Jean-Christophe, et al.**

**La santé en action 2015 ; 431 : 10-40**

En ligne : <https://www.santepubliquefrance.fr/docs/la-sante-en-action-mars-2015-n-431-developper-les-competences-psychosociales-chez-les-enfants-et-les-jeunes>

De très nombreux programmes d'éducation à la santé, de santé publique, entendent développer les compétences psychosociales. Ce dossier pose la problématique, installe une distance critique face à un concept dont la mise en œuvre requiert la plus grande exigence. Dans une première partie, les experts délivrent un état des connaissances. La seconde partie présente des programmes de terrain.

### **Pour une enfance heureuse. Repenser l'éducation à la lumière des dernières découvertes sur le cerveau**

**Gueguen Catherine**

**Paris : Robert Laffont, 2014, 296 p.**

L'auteure s'appuie sur des recherches en neurosciences portant sur le développement et le fonctionnement du cerveau pour développer une méthode d'éducation positive. Elle étudie les difficultés que les parents peuvent éprouver dans leur relation avec leur enfant et comment cela est ressenti par l'enfant. Puis elle explique comment les différentes zones du cerveau se développent chez l'enfant, et en quoi la violence qui peut exister dans les rapports humains met en danger ce développement.

### **Compétences psychosociales et promotion de la santé.**

**Sandon Agathe**

**Dijon : Ireps Bourgogne, 2014, 36 p.**

En ligne : [https://ireps-bfc.org/sites/ireps-bfc.org/files/dossier\\_techniques\\_compétences\\_psychosociales.pdf](https://ireps-bfc.org/sites/ireps-bfc.org/files/dossier_techniques_compétences_psychosociales.pdf)

Ce dossier technique propose d'expliquer ce que sont les compétences psychosociales, comment les favoriser dans le cadre de l'éducation de l'enfant et de l'adolescent. Il traite également de l'évaluation de ces compétences.

## 3. À l'action

### Référentiels et programmes d'actions

#### **Renforcement des compétences psychosociales : les critères d'efficacité**

Dijon : ARS BFC, Ireps BFC, 2020, 68 p.

En ligne : <https://www.rrapps-bfc.org/sites/default/files/publications/fichiers/2020/Referentiel-V7-2110-web.pdf>

Ce référentiel de bonnes pratiques vise à aider les professionnels de terrain intervenant dans les champs de l'éducation, du social et du sanitaire, à construire des interventions en promotion de la santé, visant le renforcement des compétences psychosociales, efficaces, et s'appuyant sur des données probantes et des programmes validés.

#### **Guide méthodologique à destination des porteurs de projets de soutien à la parentalité.**

CAF de la Moselle, 2018, 26 p.

En ligne : [https://www.moselle.fr/upload/docs/application/pdf/2021-01/guide\\_methodologique\\_parentalite.pdf](https://www.moselle.fr/upload/docs/application/pdf/2021-01/guide_methodologique_parentalite.pdf)

Ce guide est destiné aux acteurs du soutien à la parentalité, porteurs de projets professionnels ou bénévoles. Il a pour but de donner un cadre et un support méthodologique pour monter un projet de soutien à la parentalité en Moselle dans le cadre du schéma départemental de soutien à la parentalité. Il rappelle un certain nombre de repères sur la parentalité et il aide le porteur de projet à définir le cadre de son intervention à travers des repères méthodologiques. Le guide recense aussi des ressources partenariales pouvant être sollicitées sur le plan technique et financier.

#### **Initiation en 5 points à l'approche par les compétences psychosociales en éducation pour la santé : fiche-repère à l'attention des acteurs œuvrant en promotion et éducation pour la santé**

Reims : Ireps Champagne-Ardenne, 2016, 7 p.

L'approche par les CPS permet d'aider les publics de nos actions de prévention à faire des choix éclairés pour leur santé. Les interventions en éducation pour la santé ne sont, par conséquent, pas axées sur les risques. Sans avoir recours à la peur, sans stigmatiser les comportements ou styles de vie, l'approche par les CPS permet de travailler sur l'individu, sa relation à soi et à l'autre.

#### **Le développement des enfants et des adolescents dans une perspective de promotion de la santé et de prévention en contexte scolaire**

Tessier Caroline, Comeau Liane

Québec : INSPQ, 2017, 55 p.

En ligne : [https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2243\\_developpement\\_promotion\\_prevention\\_contexte\\_scolaire.pdf](https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2243_developpement_promotion_prevention_contexte_scolaire.pdf)

Ce document constitue un cadre de référence pour des actions de promotion de la santé et de prévention en contexte scolaire canadien. Il vise à outiller les jeunes pour qu'ils soient capables de traiter efficacement les situations de vie auxquelles ils font face en matière de santé, de bien-être et de réussite. La première partie présente la démarche à mettre en place pour effectuer des interventions efficaces. La seconde détaille les différentes étapes du développement physique et psychique de l'enfant et de l'adolescent et les actions à mener pour étendre leurs compétences personnelles et sociales.

### **Oser le bien-être au collège**

**Garcia Christian, Veltcheff Caroline**

**Brignais : Le Coudrier, 2016, 173 p.**

Ce livre sur le bien-être au collège est illustré de l'expérience de quatre établissements qui ont mené des démarches pour améliorer le bien-être et instaurer de bonnes conditions de travail pour tous, élèves et adultes. Ces expériences sont détaillées dans la première partie de cet ouvrage. Elles illustrent différentes approches possibles et la nécessaire adaptation au contexte de l'établissement. De ces expériences, les auteurs ont tiré des enseignements et recommandations qui, avec les éléments à connaître pour se lancer dans un projet, constituent la deuxième partie. Des références utiles pour aller plus loin complètent l'ouvrage.

### **25 techniques d'animation pour promouvoir la santé.**

**Douiller Alain [et al.]**

**Brignais : Le Coudrier, 2015, 175 p.**

Cet ouvrage, écrit par des formateurs et chargés de projets des Comités d'éducation pour la santé de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur à partir de leur expérience de terrain, a pour objectif d'aider les professionnels de la santé, du social ou de l'éducatif à assurer des interventions auprès de groupes en éducation pour la santé. Après une 1ère partie rappelant les concepts et valeurs de la promotion de la santé, il présente les principes de base d'une démarche de projet ainsi qu'une sélection de 25 techniques d'animation, illustrées d'exemples d'utilisation et d'un tableau d'aide au choix. La 3ème partie propose un rappel sur l'évaluation des animations et des ressources complémentaires pour se former ou se documenter.

### **Promouvoir la santé dès la petite enfance. Accompagner la parentalité.**

**Houzelle Nathalie.**

**Saint-Denis : Editions INPES, 2013, 192 p.**

**En ligne :** <https://www.santepubliquefrance.fr/docs/promouvoir-la-sante-des-la-petite-enfance-accompagner-la-parentalite>

Cet ouvrage est un outil d'accompagnement pour les professionnels de la petite enfance, qu'ils soient du secteur de la santé, du social ou de l'éducation, qui souhaitent entreprendre des actions alliant promotion de la santé et accompagnement à la parentalité. Il propose des clés de compréhension du contexte sociétal et de son évolution, fait le point des connaissances scientifiques, présente des actions, des pratiques professionnelles, une méthodologie d'intervention et des outils.

### **Guide des bonnes pratiques de soutien à la parentalité élaboré à partir de la diversité des structures du Réseau FNARS.**

**Fédération nationale des associations d'accueil et de réinsertion (FNARS)**

**FNARS, 2007, 196 p.**

Ce guide pratique résulte d'un travail collectif conduit en plusieurs étapes. Son objectif est d'aider les professionnels concernés à mieux prendre en charge les familles en difficulté. Il propose un état des lieux des structures spécialisées dans ce domaine, avec leur projet d'établissement incluant la dimension du soutien à la parentalité et une analyse de leurs pratiques. Un référentiel des bonnes pratiques sur la problématique du soutien à la parentalité accompagne la grille d'auto-évaluation conçue en trois étapes et présentée sous forme d'un tableau.

## Exemples d'actions probantes et prometteuses

**Répertoire des interventions efficaces ou prometteuses en prévention et promotion de la santé : Parentalité. [Page internet]**

**Saint-Denis : Santé Publique France. 2020.**

**En ligne :** <https://www.santepubliquefrance.fr/a-propos/services/interventions-probantes-ou-prometteuses-en-prevention-et-promotion-de-la-sante/repertoire-des-interventions-efficaces-ou-prometteuses-en-prevention-et-promotion-de-la-sante>

Ce répertoire a pour but d'aider les décideurs et les acteurs locaux à choisir des interventions adaptées pour répondre à leurs besoins, à valoriser une prévention scientifiquement fondée et à permettre l'articulation entre la recherche et les pratiques de terrain. Il présente, dans une première étape, des programmes soit déjà implantés, soit en cours d'étude, d'expérimentation ou de déploiement. Il n'est pas exhaustif et donc voué à s'enrichir de nouvelles actions. Certains titres renvoient à une fiche de synthèse contenant le résumé de l'intervention, les contacts, les ressources, les publications. Le niveau d'efficacité de chaque intervention sera ajouté ultérieurement après analyse par des experts relecteurs.

**Répertoire des interventions efficaces ou prometteuses en prévention et promotion de la santé : Petite enfance/Enfance/Adolescence. [Page internet]**

**Saint-Denis : Santé Publique France. 2020.**

**En ligne :** <https://www.santepubliquefrance.fr/a-propos/services/interventions-probantes-ou-prometteuses-en-prevention-et-promotion-de-la-sante/repertoire-des-interventions-efficaces-ou-prometteuses-en-prevention-et-promotion-de-la-sante>

Ce répertoire a pour but d'aider les décideurs et les acteurs locaux à choisir des interventions adaptées pour répondre à leurs besoins, à valoriser une prévention scientifiquement fondée et à permettre l'articulation entre la recherche et les pratiques de terrain. Il présente, dans une première étape, des programmes soit déjà implantés, soit en cours d'étude, d'expérimentation ou de déploiement. Il n'est pas exhaustif et donc voué à s'enrichir de nouvelles actions. Certains titres renvoient à une fiche de synthèse contenant le résumé de l'intervention, les contacts, les ressources, les publications. Le niveau d'efficacité de chaque intervention sera ajouté ultérieurement après analyse par des experts relecteurs.

**Compétences psychosociales : ressources pour les enseignants. Un programme régional en Pays de la Loire [Site internet]**

**Nantes : Ireps Pays-de-la-Loire. 2018.**

**En ligne :** <http://ensantealecole.org/page-0-0-0.html>

"En santé à l'école" s'appuie sur un programme de renforcement des compétences psychosociales en milieu scolaire mené par l'IREPS Pays de la Loire et ses partenaires, depuis 2001. Leurs actions auprès des 7/12 ans ont bénéficié à plus de 7000 enfants et 350 enseignants. Cette expérience permet aujourd'hui un déploiement régional plus large pour rejoindre les équipes éducatives à travers différentes modalités de transfert de compétences.

**Synthèse d'interventions probantes pour le développement des compétences psychosociales.**

**La Plaine Saint-Denis : Chaire de recherche en prévention des cancers INCA/IReSP/EHESP, 2017, 50 p.**

**En ligne :** <http://www.frapscentre.org/wp-content/uploads/2017/11/SIPREV-CPS-VF-GLOBAL.pdf>

Ce document a été réalisé sur la base des travaux effectués par l'Union internationale de promotion et d'éducation pour la santé (IUPES) et l'Agence régionale de santé ex-Picardie. Il s'inscrit dans le projet de recherche TC-REG "Exploration de l'efficacité et des conditions d'efficacité de modalités de transfert de connaissances à l'échelle régionale". Il constitue un socle commun de connaissances scientifiques sur les actions probantes en prévention sur le développement des compétences psychosociales. Deux parties le structurent : la première partie met en évidence les éléments clés extraits des revues de littérature, c'est à dire les composantes clés d'efficacité, les conditions contextuelles d'efficacité, les conditions d'efficacité liées aux caractéristiques de la population et les types de résultats auxquels s'attendre ; la deuxième partie, rédigée par l'IUPES, détaille l'ensemble des stratégies repérés comme probantes dans la littérature scientifique, les recommandations et les référentiels internationaux sur la thématique.

### **Clés de l'adaptation française d'un programme américain de soutien à la parentalité**

**Roehrig Corinne, Pradier Christian**

**Santé publique 2017 ; 29(5) : 643-53**

**Objectif :** Strengthening Family Program (SFP) est un programme américain de soutien à la parentalité basé sur des données probantes, opérationnel dans 35 pays au monde. L'objectif de ce travail était d'évaluer les leviers potentiels de sa transférabilité au contexte français.

**Méthodes :** SFP a été expérimenté dans trois communes des Alpes Maritimes, pour tester son acceptabilité, sa faisabilité, et identifier un protocole d'implantation qui permette de le mettre en place avec régularité. Chaque étape a mis en évidence des adaptations indispensables. Une étude d'efficacité immédiate a conforté l'expérimentation.

**Résultats :** Quatre groupes de familles ont bénéficié du programme, avec des résultats positifs en termes d'assiduité et d'efficacité immédiate. L'adaptation culturelle et contextuelle de SFP a permis d'identifier les phases de partenariat local, d'information et de formation favorables à la duplication du programme sur un nouveau territoire.

**Conclusion :** Cette expérience encourageante montre qu'il est possible d'utiliser en France, avec succès, des programmes standardisés, à condition de veiller à leur adaptation. La version française de SFP sera validée au travers d'une étude de plus grande ampleur.

### **Promouvoir la santé des enfants et de jeunes par le développement des compétences psychosociales : des projets territoriaux probants. Retour sur la journée d'échanges du 14 juin 2016, Marseille**

**Paris : Ateliers santé ville Plateforme nationale de ressources ; Marseille : CRES Paca, 2016, 25 p.**

**En ligne :** <https://www.fabrique-territoires->

[sante.org/sites/default/files/pnrasv\\_retour\\_journee\\_paca\\_14\\_juin\\_2016\\_vf.pdf](https://www.fabrique-territoires-sante.org/sites/default/files/pnrasv_retour_journee_paca_14_juin_2016_vf.pdf)

L'objectif de la journée du 14 juin 2016 était de mettre en avant des projets mobilisant les compétences psychosociales des jeunes et des enfants dans le but de promouvoir leur santé, ayant fait leurs preuves et dont d'autres territoires pouvaient se saisir.

### **Accompagnement à la parentalité, petite enfance et santé : faites connaître vos actions !**

**Laurent-Beq Anne.**

**Laxou : Société Française de Santé Publique, 2016, 92 p.**

**En ligne :** [http://www.sfsp.fr/activites/file/rf\\_capitalisation\\_parentalite.pdf](http://www.sfsp.fr/activites/file/rf_capitalisation_parentalite.pdf)

La Société française de santé publique (SFSP) expérimente depuis plusieurs années une démarche de capitalisation d'expériences contribuant à la réduction des inégalités sociales de santé. Cette initiative a pour objectifs de rendre visibles et de partager des actions de terrain et d'expérimenter une méthode pour le recueil, l'analyse et la diffusion du savoir expérientiel. En 2014, elle a initié une consultation afin de recueillir des actions d'accompagnement à la parentalité. Cette consultation a rassemblé 123 fiches actions. Le rapport complet de ce travail est disponible ainsi que les 103 fiches dont les porteurs ont accepté la diffusion.

**Pour des interventions intégrées et efficaces de promotion et prévention en contexte scolaire : assises théoriques, modèle et savoirs incontournables.**

**Arcand Lyne, Abdoulaye Anne, Lisee Véronique (et al.)**

**Montréal : INSPQ-direction développement des individus et des communautés, 2014, 48 p.**

**En ligne :**

[https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1789\\_Interventions\\_Integrees\\_Contexte\\_Scolaire.pdf](https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1789_Interventions_Integrees_Contexte_Scolaire.pdf)

Ce rapport présente les résultats de l'élaboration d'un modèle pour des interventions intégrées et efficaces de promotion et de prévention en contexte scolaire et l'identification des éléments communs incontournables. Le premier chapitre porte sur le contexte et les objectifs des travaux. Le deuxième chapitre présente les assises théoriques à la base de l'élaboration d'un modèle pour des interventions intégrées et efficaces de promotion et de prévention en contexte scolaire ainsi que les dimensions du modèle. Le troisième chapitre présente la méthodologie utilisée pour analyser les différentes recommandations ; les éléments communs incontournables à plus d'une thématique de santé se dégageant de cette analyse sont décrits. Enfin, un quatrième chapitre traite des implications d'une approche par compétences pour les interventions éducatives à déployer auprès des jeunes. [Résumé d'après l'auteur]

**Interventions validées en prévention et promotion de la santé mentale auprès des jeunes.**

**Lamboy Béatrice, Clément Juliette, Saias Thomas (et al.)**

**Santé publique 2011 ; 23 (6) : S113-S125**

Cet article propose de faire l'état des connaissances scientifiques sur les interventions validées de prévention et promotion de la santé mentale auprès des enfants et des jeunes. Une définition de la santé mentale, de la prévention des troubles psychiques et de la promotion de la santé mentale est rappelée en introduction. Cet état des connaissances a été réalisé selon une méthode spécifique de sélection, d'analyse de la littérature scientifique et de classification des interventions retenues. Une vingtaine d'interventions ont ainsi été identifiées comme ayant un impact sur la santé mentale des jeunes.

**Développer les compétences sociales des adolescents par des ateliers de parole.**

**Tartar Goddet Édith**

**Paris : Retz, 2007, 191 p.**

Ce livre explique comment mettre en œuvre des ateliers de parole en contexte scolaire pour aider les adolescents à développer leurs compétences sociales. Cette démarche est articulée en 3 chapitres : la mise en place de ces ateliers en 12 questions-réponses, apprendre à se connaître soi-même, apprendre "l'autre", à accepter les autres et à vivre en groupe. Une centaine d'exercices sont proposés.



## **Préparer efficacement à la vie : synthèse des interventions efficaces pour le renforcement des compétences psycho-sociales.**

Rouen : Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé (IREPS) Haute-Normandie, s.d., 3 p.

En ligne :

[https://docs.wixstatic.com/ugd/acc913\\_86b3a8e290e8498bb09877aeb2acb322.pdf](https://docs.wixstatic.com/ugd/acc913_86b3a8e290e8498bb09877aeb2acb322.pdf)

Ce document s'inscrit dans le projet Siprev (Stratégie d'interventions probantes en prévention). Les compétences psychosociales (CPS) sont les ressources sociales (relation aux autres), affectives (émotions, vécu...) et cognitives (connaissances...) à mobiliser, de façon combinée et appropriée, face aux aléas de la vie. La recherche distingue les interventions qui y contribuent efficacement. Cette note a pour vocations de partager ce savoir et de soutenir les professionnels dans leurs démarches de renforcement des CPS. C'est un avant-goût des interventions possibles basées sur des preuves. Elles sont valables pour tout le monde et à tout âge.

# **4. Ressources complémentaires**

## **Outils d'interventions**

Les outils sont organisés par ordre alphabétique

### **Pour les enfants, adolescents et/ou familles**

#### **CAPSule santé. [Mallette pédagogique].**

**Tours : FRAPS Centre, 2020.**

En ligne : <http://frapscentre.org/outil-capsule/#1590655243887-e7726e95-d6aa>

CAPSule santé est un classeur d'activités en promotion de la santé qui a pour objectif de permettre le développement des compétences psychosociales des jeunes de 7 à 12 ans tout en leur apportant des connaissances et compétences sur des thématiques ciblées (éducation aux écrans, vaccination, nutrition, hygiène de vie, santé environnement).

#### **L'Univers des sensations [Jeu].**

**Bruxelles : Fédération des Centres Pluralistes de Planning Familial asbl (FCPPF), 2019.**

Cet outil s'adresse à un large public : garçons et filles, hommes et femmes, jeunes et moins jeunes, personnes en situation de handicap... Il peut être utilisé seul, en couple, en famille, en classe, en équipe de travail, lors d'animations, d'évaluations, de cours d'alphabétisation... Il s'agit d'un jeu composé de 82 cartes qui se proposent d'être un support à l'identification, à l'expression et à la discussion sur le thème des sensations. Les cartes illustrées sont accompagnées de 11 cartes thématiques sur les qualités élémentaires des sensations et 7 pistes d'utilisation. Les objectifs sont les suivants : développer l'attention aux sensations et aux mots justes pour les exprimer ; favoriser la conscience de soi par la cartographie mentale du corps ; relier les sensations aux vécus émotionnels, relationnels, affectifs et sexuels ; relier les sensation aux différents besoins éprouvés ; inviter à prêter attention aux différentes sensations dans toutes leurs nuances, sans poser de jugement de valeur ; inviter à prendre conscience du caractère impermanent des sensations. [Résumé d'après éditeur]

### **Estime "t'oie" [Jeu].**

**Charleroi : entre public d'action sociale (CPAS) de Charleroi, 2019.**

Ce jeu de l'oie sur les compétences psychosociales s'inspire d'exercices connus en matière d'estime de soi (blason, testing personnel, jeu "Action/vérité" spécial estime de soi, etc.). La différence fondamentale avec la version classique d'un jeu de l'oie réside dans le fait qu'il s'agit d'un jeu introspectif, conçu sur base de la théorie des composantes de l'estime de soi de Germain DUCLOS. Cette activité, dans son ensemble, permet de travailler le renforcement des compétences psychosociales de manière coopérative et ludique. Les objectifs sont de faire émerger individuellement et aléatoirement du groupe d'enfants des éléments de connaissance de soi, d'appartenance au groupe et de compétence/réussite qui peuvent être renforcés par le regard que les participants se portent mutuellement.

### **Régulation des émotions. Un kit ludique et éducatif pour aider à réguler ses émotions au quotidien [Jeu].**

**Mango, 2019.**

Cet outil vise à aider les enfants à changer de comportement en régulant leurs émotions avec pour objectif d'écouter ce que l'autre a à dire, par exemple. Il place l'enfant au centre de son apprentissage émotionnel et propose également un système d'objectifs à atteindre avec une auto-évaluation.

### **Crazy happy game [Jeu].**

**Webventura Holding, 2018.**

Cet outil est constitué de 110 cartes proposant chacune un défi amusant inspiré de la psychologie positive. De façon ludique, il a pour objectif de renforcer les liens, développer la confiance de chacun, faire le plein d'émotions positives, apprendre à penser différemment, bouger, libérer sa créativité, exprimer ses rêves et ses envies...

### **Pass'santé jeunes : le jeu [Jeu].**

**IREPS Bourgogne Franche-Comté, ARS Bourgogne - Franche-Comté, 2017.**

Créé dans le cadre du projet "Pass'santé jeunes", cet outil pédagogique favorise l'acquisition de connaissances autour de plusieurs thématiques de santé (addictions, nutrition, usages d'Internet, relations aux autres, vie affective et sexuelle, sommeil et hygiène, environnement, etc.). Il s'appuie sur les ressources disponibles sur le site Internet Pass'Santé Jeunes (<http://www.pass-santejeunes-bourgogne-franche-comte.org>). À travers 3 types de questions (connaissances, débats et activités ludiques), il permet aux joueurs de mobiliser différents types de compétences en équipe, notamment les compétences psychosociales. Il s'adresse aux jeunes de plus de 8 ans, et propose 3 niveaux de questions en fonction de l'âge : moins de 12 ans, 13-15 ans et plus de 16 ans.

### **Boîte à outils pour une éducation positive. Développer les compétences du bien-être et du vivre-ensemble à partir du cycle 3. [Mallette pédagogique].**

**Paris : Scholavie, 2017.**

La boîte à outils contient des activités courtes et ludiques qui permettent de développer les compétences du bien-être et du vivre-ensemble. Cette boîte est composée de 72 activités organisées en 12 familles de compétences : comprendre les émotions, se ressourcer en vivant des émotions agréables, réguler les émotions désagréables, optimisme, confiance, motivation, créativité, gratitude,

gentillesse, écoute, empathie et coopération. Une fiche d'introduction et des fiches d'activités sont proposées pour chaque compétence. Les activités déclinées en quatre catégories : jouer/bouger, échanger, écrire, travail intérieur, sont indépendantes les unes des autres et durent au maximum 15 minutes.

**Les outils CPS Mindful© [Mallette pédagogique].**

**Association francophone d'éducation et de promotion de la santé (AFEPS), 2017.**

Ces supports s'adressent aux professionnels souhaitant réaliser des interventions CPS (compétences psycho-sociales) fondées sur les données probantes à destination : des jeunes enfants (2 à 4 ans), des enfants (6 à 11 ans), des parents (ayant des enfants âgés de 2 à 11 ans). Ils visent à mettre à la disposition des professionnels les principaux savoirs et savoir-faire issus des programmes CPS validés et des connaissances scientifiques sur les CPS sous un format adapté au contexte français. Les supports ont été développés à l'aide de la littérature sur les programmes CPS et de recherches sur les émotions et la psychologie positive. Les activités CPS des fiches ont été élaborées à partir des principaux programmes validés CPS enfants et parents. Les activités ont été adaptées et reformulées afin de s'ajuster aux objectifs du projet et aux formats des supports.

**Émotiocartes : joue avec tes émotions ! [Jeu].**

**Iacovella Patrice.**

**Le Bourget du Lac : Emotibox, 2016.**

Cet outil permet à l'enfant d'apprendre à nommer et reconnaître les émotions qu'il vit. Il découvre qu'une même émotion peut être plus ou moins intense, qu'elle s'exprime par des sensations corporelles. L'outil propose différentes stratégies pour apprendre à gérer les émotions/sensations désagréables. Les stratégies sont également expliquées en vidéos accessibles via un flash-code.

**Dis-nous Major : exerce tes aptitudes sociales en jouant [Jeu].**

**Ternat : Baert, Pirouette, 2015.**

Ce jeu s'adresse aux enfants et aux adolescents de 8 à 15 ans. Il invite les joueurs à exercer un certain nombre d'aptitudes sociales de manière ludique sur la base de défis quotidiens. Il a pour objectif de favoriser le développement personnel, la connaissance de soi et de ses émotions, la communication positive, le respect des autres, la coopération, la citoyenneté, la faculté d'adaptation, etc. Il est basé sur le principe du jeu de l'oie, où chaque joueur ou équipe doit collecter des anneaux de couleur correspondant à six catégories de défis : s'exprimer à partir d'une photo (décrire ce qu'on voit et ressent), parler de soi (apprendre à se connaître mutuellement), exercer la communication non verbale (mimer...), participer à des jeux de rôle (trouver des solutions à une situation), comprendre les aptitudes (élargir ses connaissances générales), donner son opinion (traduire ses pensées et ses sentiments en paroles). Les cartes sont classées selon 3 degrés de difficulté.

**Feelings [Jeu]**

**Bidault Vincent, Roubira Jean-Louis.**

**Bruxelles : Act in games, 2015.**

"Feelings" est un jeu de plateau dont l'objectif est d'amener les participants à exprimer et à partager leurs émotions. Il permet de se découvrir, de découvrir l'autre et de mieux se comprendre afin de mieux "vivre ensemble". Il convient à tous les publics : adolescents, adultes et enfants à partir de 8 ans.

### **Parties de vie [Jeu]**

**Centre social la Moisson, 2014.**

Cet outil, conçu sous forme de jeu de plateau par des jeunes de Florange (Lorraine), propose 300 dilemmes (des petites histoires de la vie courante) qui amènent les participants à réfléchir à des alternatives et à choisir des solutions. Il s'inspire de situations vécues. Il est un support pédagogique et ludique pour aborder des thèmes de société : école, famille, amitié, santé, sexualité, dépendances, responsabilités... Il est basé sur l'échange, le débat. Il permet de se mettre à la place de l'autre, de reformuler, de situer et décider de la meilleure des issues.

### **O'rhune [Jeu]**

**Paris : Association Oppelia, 2013.**

Ce jeu peut être utilisé par des professionnels souhaitant animer des temps d'échanges avec des jeunes à partir de 14 ans sur des thématiques de santé psychologique et sociale. Il permet d'ouvrir des espaces de réflexion et d'échanges autour de la prévention des conduites à risque, d'expérimenter un espace de collaboration et une stratégie collective, de renforcer certaines compétences psychosociales et de favoriser l'expression des représentations sur les thèmes abordés (relations affectives et sexuelles, conduites addictives, relations aux adultes et aux pairs).

### **Perlipapotte [Jeu]**

**Epelly Frédérique**

**Gap : Le Souffle d'or, 2013.**

Ce jeu de cartes a pour objectif d'ouvrir le dialogue, de développer la parole et l'écoute, et d'intensifier les liens entre joueurs, à propos des petites choses de la vie (joies, peurs, plaisirs, doutes, ou rêves...). Le premier joueur tire une carte, lit la question à haute voix et répond. Les autres joueurs répondent ensuite chacun à leur tour à cette question. Après ce tour de parole, la carte est retirée du jeu. Puis un autre joueur tire une nouvelle carte, répond... et les autres s'expriment à leur tour.

### **Dis-nous ! Junior : un jeu pour développer les compétences langagières et sociales [Jeu]**

**Ternat : Baert, Pirouette, 2012.**

Ce jeu s'adresse aux enfants à partir de 4 ans. Il a pour but de développer et d'exercer de façon concrète et ludique les premières compétences interpersonnelles et sociales dès la maternelle. Il permet de travailler avec des enfants la prise de parole en groupe, l'écoute et l'expression des émotions. Les compétences sont réparties en 4 rubriques : parler de soi, faire comme si (mimer), s'exprimer à partir d'une image, exécuter une consigne verbale.

### **Le langage des émotions [Jeu]**

**Bruxelles : FCPPF, 2012.**

Ce jeu est constitué de 60 cartes qui représentent 60 émotions. Il permet de mettre en scène ou bien simplement de mettre des mots sur les émotions. Il peut servir de support pour un atelier sur la gestion des émotions mais aussi comme outil pour identifier nos différentes émotions, et les mettre en image.

### **L'expression des besoins [Jeu]**

**Bruxelles : FCPPF, 2012.**

Ce jeu de cartes a été conçu comme support pour l'identification, l'expression et la réflexion sur la thématique des besoins. Les besoins sélectionnés y sont présentés au travers d'un personnage récurrent et asexué afin de respecter l'égalité de genre dans le nécessaire assouvissement des besoins. Tant le corps que le visage s'expriment : un simple froncement de sourcil, un port de tête, un mouvement de bras ou de jambes ou encore un détail du décor permettent d'identifier le besoin dont il est question.

### **Belfédar [Jeu]**

**Université de la paix, Fondation Evens**

**Montargis : Non-violence actualité, 2011.**

Belfédar est un jeu de plateau coopératif qui permet de favoriser la communication entre les participants et de développer des habiletés sociales afin de prévenir la violence et de gérer les conflits. À travers 250 défis les participants seront amenés à mieux se connaître et mieux connaître les autres, développer l'estime de soi, favoriser l'expression créative, l'expression et la gestion des émotions, l'écoute, la coopération...

### **Le cartable des compétences psychosociales [Mallette pédagogique]**

**Nantes : IREPS Pays-de-la-Loire, s.d.**

**En ligne : <http://www.cartablecps.org/page-0-0-0.html>**

Le site "Le cartable des compétences psychosociales" est un site de ressources informatives et pédagogiques évolutif. Il s'adresse à celle et ceux qui souhaitent renforcer les compétences psychosociales (CPS) des enfants et adolescents. Le site propose trois niveaux de ressources pour les professionnels. 1 Le CPS en théorie. 2 De la théorie en pratique. 3 Les CPS en pratique. Dans la partie 3 sont présentes au choix des fiches d'activités liées aux 10 compétences psychosociales : Savoir résoudre les problèmes, Savoir prendre les décisions, Avoir une pensée créative, Avoir une pensée critique, Savoir communiquer efficacement, Être habillé dans les relations interpersonnelles, Avoir conscience de soi, Avoir de l'empathie pour les autres, Savoir gérer son stress, Savoir gérer ses émotions. Ces fiches, téléchargeables, présentent le déroulement des activités avec les différentes étapes pédagogiques.

### **Les jeux du bonheur.**

**Epône : Positran, s.d.**

Ce jeu de cartes 3 en 1 permet de développer les compétences psycho-sociales. Les jeux du bonheur comme le jeu des 7 familles, le détective du bonheur ou un petit moment à partager, sont adaptés à tous les âges, à tous les contextes et besoins ressentis ou exprimés. Il permet d'apprendre à bouger, à savourer, à pratiquer la pleine conscience, à faire des choix, à exprimer les émotions, à identifier les forces, à faire confiance, à construire des relations respectueuses et paisibles, etc.

### **Parachute coopératif [Jeu]**

**Décathlon pro, s.d.**

Cet outil coopératif a pour objectif de développer l'esprit d'équipe et la coopération. Il est conçu pour le développement des activités motrices de base. Les enfants apprennent à se situer dans l'espace, ils font preuve de créativité et de spontanéité. Ils utilisent un outil collectif, dans la poursuite d'un objectif commun, tout en respectant des règles simples. Tout le monde gagne ! Il n'y a pas de perdant dans les jeux de parachute.

### **Strippen zieher – crayon coopératif [Jeu]**

**Filderstadt (Allemagne) : Kooperationsprodukt, s.d.**

Le crayon coopératif a pour objectifs de travailler la coopération du groupe et de créer une cohésion de groupe. Il peut être utilisé avec tous les publics lors d'animation ou même de formation. Peut être utilisé avec un groupe de 2 à 20 personnes. On fixe avec un velcro un crayon à la structure et les joueurs prennent en main une ou deux cordes. En groupe les joueurs devront suivre un labyrinthe, recopier un dessin... L'activité coopérative requiert beaucoup d'écoute et donne à chaque personne du groupe une place.

## Pour les parents

### **L'éduc'écrans. Pour accompagner nos enfants à grandir avec les écrans ! [Jeu].**

**Paris : Valoremis, 2018.**

Ce jeu sur l'usage des écrans et les dangers de la surexposition aux écrans chez les tout-petits est un outil de médiation au service des professionnels et des bénévoles (psychologues, éducateurs, CCF etc.) chargés d'animations collectives dans le domaine de l'accompagnement à la parentalité au sein d'associations et de structures d'accueil du jeune enfant, en établissement scolaire, etc. Idéalement, ce jeu se déroule en 3 temps d'échanges : 1er temps : partage des représentations et des expériences. Quelle est la place des écrans dans la vie de la famille ? 2e temps : approfondissement des échanges et élaboration de pistes d'actions éducatives. Peut-on mieux gérer les écrans au quotidien 3e temps : discussion libre. Les participants qui ont mis en pratique certaines des propositions imaginées précédemment sont invités à partager leur expérience.

### **La discipline positive. Au quotidien à la maison [Ouvrage].**

**DURRANT Joan.**

**Save the Children, 2013.**

Utile pour toute personne en lien avec des enfants de tous âges, cet ouvrage s'adresse principalement aux parents. L'auteure montre comment éduquer un enfant en respectant ses droits fondamentaux. L'ouvrage se structure en grandes parties : déterminer les objectifs à long terme, procurer chaleur et structure, comprendre les raisonnements et les sentiments des enfants par tranche d'âge, résoudre les problèmes, résoudre par la discipline positive. De la petite enfance à la majorité, il propose nombres d'informations et d'exercices pratiques pour favoriser la compréhension de situations du quotidien et y apporter une réponse non violente.

### **Chemins de parents. Des parents échangent et imaginent ensemble. [Jeu].**

**Paris : Valorémis, 2011.**

Cet outil de médiation aide les parents à parler de leur conception de l'éducation, du rapport aux enfants et aux adolescents, de la vie de famille, des réponses éducatives... Conçu comme un outil ludique d'explicitation (représentations, préjugés, expériences, faits) sur le thème de la parentalité, il peut être utilisé comme support à des débats dans le cadre d'animations : groupes d'échanges, de paroles, cafés des parents ou toute autre animation collective.

**Les carnets du Pr Zoulouck. La relation parents/ados. [Ouvrage].**

**Laisse ton empreinte, 2011.**

L'objectif de ce carnet est de permettre à chaque parent de mieux comprendre les relations qu'il a avec ses enfants, et d'identifier certaines facettes de sa personnalité qui peuvent parfois être sources de conflit à l'adolescence. Cet outil est plus particulièrement destiné aux professionnels travaillant avec des parents et mettant en place des groupes de parole. Les auteurs proposent au public destinataire de faire un auto-portrait à partir de 7 tendances principales (j'ai du mal à dire non ; j'ai tendance à surprotéger ; j'ai tendance à déléguer ; j'ai tendance à comparer mes ados ; j'ai tendance à mettre la pression ; j'ai tendance à être en opposition ; j'ai tendance à être en désaccord avec mon conjoint) pour mieux visualiser ses contradictions et ses compétences.

**Grossesse et accueil de l'enfant. Comment accompagner les choix des couples autour de la grossesse et favoriser leur accès à la parentalité ? [Mallette pédagogique].**

**Saint-Denis : INPES, 2010.**

Cet outil a été conçu par et pour des professionnels de santé travaillant avec des femmes enceintes. Il permet aux médecins, sages-femmes, pharmaciens et autres professionnels de santé qui les côtoient, de débiter et mettre en place des actions d'éducation pour la santé avec elles et leur conjoint, permettant de donner aux futurs parents les moyens de vivre au mieux la grossesse et l'arrivée de l'enfant et de les soutenir dans leur accession à la parentalité.

**Les carnets du Pr Zoulouck. La parentalité. [Ouvrage].**

**Laisse ton empreinte, 2009.**

Cet outil s'attache au vécu quotidien des parents. Il a pour objectif d'amener à se questionner sur ses peurs et leurs origines et sur ses difficultés en particulier à mettre des règles et des limites. L'outil est composé d'un carnet illustré autour des aventures du Pr Zoulouck auxquelles les parents peuvent s'identifier, d'un mode d'emploi à destination du professionnel dans lequel figure des points de repères sur la thématique et sur la méthodologie, et un DVD contenant un film qui met en scène et en perspective le thème de la parentalité dans le but d'interpeller les participants et de les amener à réagir.

**Emoticartes. Parents. [Jeu].**

**Le Bourget-du-Lac : EMOTIBOX, s.d.**

Ce jeu de cartes aide les parents à comprendre leurs émotions pour aider les enfants à canaliser les leurs. Le jeu propose 10 cartes rouges qui représentent les principales émotions ou sensations désagréables, 10 cartes jaunes qui concernent les principales émotions ou sensations agréables, 10 cartes bleues qui sont des expériences à refaire, 1 carte orange pour faire un point sur la situation, 1 cartes pour comprendre les émotions.

**La spirale du bonheur - version adulte [Jeu].**

**Paris : Scholavie, s.d.**

**En ligne :**

[https://www.scholavie.fr/sites/default/files/files/201906\\_SpiraleduBonheur\\_Adultes\(2\).pdf](https://www.scholavie.fr/sites/default/files/files/201906_SpiraleduBonheur_Adultes(2).pdf)

Ce jeu de plateau ressemble à un jeu de l'oie et permet d'identifier les compétences du bien-être et des stratégies permettant de les développer.

## Sites internet à intégrer à vos marque-pages

### **Pass'Santé Jeunes Bourgogne-Franche-Comté**

#### **Ireps Bourgogne Franche-Comté**

[www.pass-santejeunes-bourgogne-franche-comte.org](http://www.pass-santejeunes-bourgogne-franche-comte.org)

Le Pass Santé Jeunes est une démarche initiée par l'ARS Bourgogne-Franche-Comté et pilotée par l'Ireps articulée autour d'un site Internet spécialement conçu pour les jeunes de 8 à 18 ans et leur entourage (enseignants, parents, animateurs, éducateurs, etc.) et d'une dynamique locale partenariale à travers la mobilisation des professionnels et des élus. Le portail web recense autour de 14 thématiques de santé (addictions, sexualité, nutrition, bruit, usages d'internet, bien vivre ensemble, sécurité routière, sports et loisirs en sécurité, sécurité sociale, hygiène et environnement) des éléments de contenus fiables pour permettre aux jeunes de s'informer et de devenir acteurs de leur santé. Le portail se destine également aux parents d'enfants de 0 à 8 ans autour de 6 thématiques (alimentation ; bien être et rythmes ; éducation ; éveil, motricité et langage ; mode de garde ; santé).

### **Pass'Santé Pro**

#### **Ireps Bourgogne Franche-Comté**

[www.pass-santepro.org](http://www.pass-santepro.org)

Ce site vise à accompagner les professionnels dans la mise en œuvre d'actions d'éducation pour la santé. Il propose de courts modules d'auto-formation autour des méthodes pour intervenir auprès du public jeune, des fiches pratiques sur les techniques d'animation et les outils d'intervention pouvant être utilisés auprès de ce public et des documents de référence pour parfaire ses connaissances. Vous y retrouverez également une sélection d'actualités en lien avec la petite enfance et l'adolescence, une présentation des territoires investis dans le dispositif Pass'Santé Jeunes, ainsi qu'une base de données recensant les structures d'accueil et de prise en charge des jeunes en région.

### **Être parent. Une série de films pour expliquer les enfants.**

#### **MJC Lorraine, 2015.**

[www.etreparent.info](http://www.etreparent.info)

Cette série vidéo conçue pour les parents, permet d'obtenir des points de repères pour favoriser l'équilibre de la famille et mieux comprendre les enfants. Utilisés par des professionnels du soutien parental, ces vidéos peuvent permettre de susciter du dialogue et de libérer la parole. Chaque film, de format court, répond à une interrogation simple.

### **Bib-Bop**

<https://www.bib-bop.org/>

Bib-Bop sont des bases de données bibliographiques et d'outils pédagogiques. Bib concerne les documents papier (ouvrages, articles, rapports, usuels...) Bop concerne les outils pédagogiques et peut être interrogée par type de support (vidéo, mallette pédagogique, jeu, exposition...), ou par thème.





## **À propos des centres de ressources documentaires de l'Ireps Bourgogne Franche-Comté**

L'Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé Bourgogne-Franche-Comté (Ireps BFC) rassemble dans ses centres de ressources documentaires spécialisés en santé publique des ouvrages, rapports et revues spécialisées en promotion de la santé, à disposition des professionnels et des futurs professionnels de la santé, de l'éducation et du social.

À Besançon et à Dijon, l'Ireps propose un fonds documentaire d'ouvrages, de rapports internationaux, nationaux et locaux, des revues spécialisées, des outils pédagogiques, des supports d'information diffusables en nombre, ainsi que des prestations documentaires personnalisées (recherches documentaires, bibliographies...).

Les autres antennes départementales de l'Ireps BFC (Jura, Nièvre, Haute-Saône, Saône-et Loire, Yonne et Nord Franche-Comté) disposent d'un fonds pédagogique composé d'outils d'intervention en promotion et éducation pour la santé ; elles assurent la diffusion en nombre de documents d'information en santé, pour l'essentiel édités par Santé publique France.

Ces différents fonds documentaires sont interrogeables sur la base de données Bib-Bop (<http://www.bib-Bop.org>).

Chacun des centres de documentation possède un espace permettant la consultation sur place des documents du fonds documentaire (articles, ouvrages, outils, etc.)

Seuls les ouvrages et outils d'intervention sont empruntables, via une adhésion annuelle régionale gratuite et le dépôt d'une caution de 50 €.

Pour en savoir plus : <http://www.ireps-bfc.org/>