

Le collège Rutigliano propose :



## BIEN VIVRE ENSEMBLE AU COLLÈGE

en développant les compétences émotionnelles,  
relationnelles et cognitives des élèves

### Pourquoi ?

L'entrée en 6ème est une étape importante. L'enfant découvre un nouvel environnement, une nouvelle organisation... C'est pourquoi le Collège propose le **Programme Bien Vivre Ensemble** à tous les élèves de 6èmes. Ce programme vise à développer ou renforcer leurs capacités à vivre ensemble dès leur entrée au collège afin de promouvoir leur bien-être et de favoriser par- là également leurs apprentissages.

### Qu'est-ce que les CPS ?

“ Les compétences psychosociales (CPS) 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. ”

Organisation Mondiale de la Santé, 1993

### Trois catégories de compétences

#### Compétences sociales

- Communication verbale et non-verbale
- Empathie
- Capacités de résistance et de négociation
- Coopération
- Plaidoyer

- Prise de décision
- Pensée critique et auto-critique

#### Compétences cognitives

#### Compétences émotionnelles

- Régulation des émotions
- Gestion du stress
- Auto-évaluation et auto-régulation

# Pourquoi renforcer les CPS ?\*

- Favorise le développement global (social, émotionnel, cognitif, physique),
- Améliore les interactions,
- Augmente le bien-être
- Contribue donc à diminuer les comportements défavorables à la santé et à augmenter les comportements favorables.
- Joue aussi un rôle essentiel dans l'adaptation sociale et la réussite

## Thèmes du programme

### La connaissance de soi et des autres

Le vivre ensemble (la rumeur, les relations entre pairs...)

### La résolution de problèmes

### La coopération

### L'estime de soi

### Gestion du stress

### L'empathie

### Les émotions

## Comment ?

- Animation des séances par un binôme personnel du collège et/ou partenaire du collège
- 1 séance par mois soit 8 rencontres, en 1/2 groupe classe
- Méthodes pédagogiques variées basées sur le jeu et l'échange
- Attitudes éducatives des adultes au quotidien (non-jugement, écoute, valorisation...)

## Partenaires du projet

### Maison des Adolescents (MDA)

7 rue Julien Videment  
44000 Nantes  
02 40 20 89 65  
[www.mda.fr](http://www.mda.fr)

### Centre Socioculturel ACCOORD

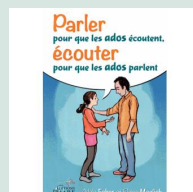
7 rue de Pornichet  
44300 Nantes  
02 40 49 21 81

## Des infos

*Pour aller plus loin*

[www.cartablecps.org](http://www.cartablecps.org)

[www.irepsbn.info/quiz-cps](http://www.irepsbn.info/quiz-cps)



**Parler pour que les adolescents écoutent,**  
**écouter pour que les adolescents parlent.**  
FABER, Adele, MAZLISH, Elaine.

\*source : [www.ensantealecole.org](http://www.ensantealecole.org)