

Les compétences psychosociales

Santé
Bien-être

Climat scolaire

Vivre ensemble

Réussite

Estime de soi

Ecoute

Expression

Coopération

Argumentation
Choix

Conflits

Solutions

Décryptage
Influences
Dire non
Préjugés

Avoir
une PENSÉE
CRÉATIVE

Avoir
une PENSÉE
CRITIQUE

Savoir RÉSOUDRE
LES PROBLÈMES
Savoir PRENDRE DES
DÉCISIONS

Être habile dans les
RELATIONS INTER-
PERSONNELLES

Savoir
COMMUNIQUER
EFFICACEMENT

Savoir gérer
ses ÉMOTIONS

Savoir gérer
son STRESS

Avoir
CONSCIENCE DE SOI

Avoir
de L'EMPATHIE

Tristesse

Peur

Colère

Joie

Empathie

Goûts

Qualités

Entraide

Besoins



Définition Organisation Mondiale de la Santé (OMS) 1993

« 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. »

