



**Promotion
Santé**
Occitanie

OUTILS D'INTERVENTION SUR LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES (CPS) Sélection de ressources

DÉCEMBRE 2024

Siège

Cité de la Santé,
Hôpital La Grave, Place Lange
31059 Toulouse Cedex 9

Documentation

05 61 77 87 23
documentation@promotion-sante-occitanie.org
www.promotion-sante-occitanie.org

SOMMAIRE

Préambule	2
1. Pour commencer, un peu de littérature	3
2. Outils pour travailler les CPS (dans leur ensemble)	5
3. Outils pour travailler les compétences cognitives	10
4. Outils pour travailler les compétences émotionnelles	16
5. Outils pour travailler les compétences sociales	24
6. Ressources complémentaires	27
6.1. Organismes et sites internet éditant des ressources pédagogiques accessibles en ligne	27
6.2. Pour aller plus loin...	29
6.3. Bib-Bop, une base de données incontournable en éducation et promotion de la santé	30

PREAMBULE

La présente sélection thématique, consacrée aux compétences psychosociales, a pour objectifs de :

- Proposer une **courte sélection de documents** apportant des données et de la méthodologie ;
- Présenter les **outils d'intervention disponibles en prêt** à Promotion Santé Occitanie ;
- Rassembler et de donner accès à des **ressources pédagogiques accessibles en ligne** ;
- Fournir des **ressources pour aller plus loin** (sites-ressource, bibliographies...).

Au sein de chacune des parties, les références sont classées par type de support (pour le cas des outils) puis par ordre chronologique décroissant de parution et enfin, par ordre alphabétique.

Nous espérons que ce document contribue à mieux vous outiller dans la mise en place de vos projets visant à promouvoir et développer les compétences psychosociales.

Bonne lecture !

1. Pour commencer, un peu de littérature...



Plaidoyer pour le développement des CPS des enfants et des jeunes en Occitanie, Promotion Santé Occitani, ARS Occitanie, , 2024-10, 8 p.

[Consulter...](#)



NICOL Marjorie, BIZE Sophie, Promotion Santé Pays de la Loire (et al.), **Portes-Clés Santé. Les compétences psychosociales (CPS). Dossier thématique**, InteractionS Pays de la Loire, 2024-09, 28 p.

[Consulter...](#)



Soutenir le bien-être des jeunes par l'approche des compétences psychosociales. Carnet à destination des intervenants éducatifs, Cultures & Santé, 2023-11, 32 p.

[Consulter...](#)



Les compétences psychosociales. L'essentiel à savoir, Santé publique France, 2023-06, 8 p.

[Consulter...](#)



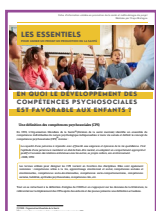
LAMBOY Béatrice, ARWIDSON Pierre, DU ROSCOAT Enguerrand (et al.), **Les compétences psychosociales : état des connaissances scientifiques et théoriques. Rapport complet**, Santé publique France, 2022-10, 135 p.

[Consulter...](#)



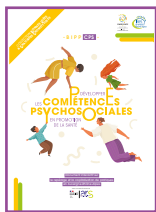
Instruction interministérielle N° DGS/SP4/DGCS/DGESCO/DJEPVA/DS/DGEFP/DPJJ/DGESIP/DGER/2022/131 du 19 août 2022 relative à la stratégie nationale multisectorielle de développement des compétences psychosociales chez les enfants et les jeunes - 2022-2037

[Consulter...](#)



CALVEZ Morgan, BEGNIC Maud, BOURHIS Cathy (et al.), **En quoi le développement des compétences psychosociales est favorable aux enfants ?** Ireps Bretagne, 2022-05, 5 p.

[Consulter...](#)



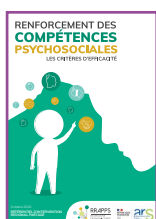
SAGNI Andrea, DI NUNNO Laëticia, **Développer les compétences psychosociales en promotion de la santé. Document interactif sur le repérage et la capitalisation de pratiques en Auvergne-Rhône-Alpes**, Ireps Auvergne Rhône-Alpes, 2022-04, 101 p.

[Consulter...](#)



LAMBOY Béatrice, ARWIDSON Pierre, DU ROSCOAT Enguerrand (et al.), **Les compétences psychosociales : un référentiel pour un déploiement auprès des enfants et des jeunes. Synthèse de l'état des connaissances scientifiques et théoriques réalisé en 2021**, Santé publique France, 2022, 37 p.

[Consulter...](#)



PETEUIL Audrey, BOULIER Julie, SIZARET Anne (et al.), **Renforcement des compétences psychosociales : les critères d'efficacité**, IREPS Bourgogne Franche-Comté, ARS Bourgogne Franche-Comté, 2020-10, 68 p.

[Consulter...](#)



Synthèse d'interventions probantes (Siprev) pour le développement des compétences psychosociales, Chaire de recherche en prévention des cancers INCA/IReSP/EHESP, 2017-08, 50 p.

[Consulter...](#)

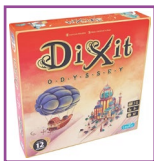
BIB BOP

Découvrez davantage de ressources bibliographiques sur les compétences psychosociales dans la **base de données**

Bib-Bop :

[Consulter...](#)

2. Outils pour travailler les CPS (dans leur ensemble)



[Jeu] ROUBIRA Jean-Louis, CARDOUAT Marie, Pierô, **Dixit. Odyssey**, Libellud, 2024

Public(s) : **Tout public**

Ce jeu permet aux participants de travailler les compétences psychosociales liées à l'expression orale et à l'imaginaire : savoir communiquer efficacement ; être habile dans les relations interpersonnelles ; savoir gérer son stress et avoir une pensée créative. Cette version permet de jouer jusqu'à 12 joueurs. Les cartes qui composent le jeu peuvent également être utilisées comme photolangage. [D'après le résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] **La spirale ressources**, Scholavie, 2023

Public(s) : **Enfant, Adulte**

[Consulter...](#)



[Jeu] **Le jeu de connaissance des compétences psychosociales (CPS)**, Scholavie, 2022

Public(s) : **Adulte**

[Consulter...](#)



[Jeu] **Jeu de cartes des compétences psychosociales**, Scholavie, 2022

Public(s) : **Adulte**

[Consulter...](#)



[Jeu] **Jeu du lien**, Scholavie, 2022

Public(s) : **Enfant**

[Consulter...](#)



[Jeu] **Jeu de corps**, CRIPS Ile-de-France, 2021

Public(s) : **Tout public, Adolescent**

[Consulter...](#)



[Jeu] **Mon corps & moi**, CRIPS Ile-de-France, 2021

Public(s) : **Adolescent**

[Consulter...](#)



[Jeu] **Défis positifs pour aujourd'hui**, POSITRAN, 2019

Public(s) : **Adolescent, Adulte**

Ce jeu de cartes propose 42 défis positifs. Il se joue seul ou à plusieurs, à partir de 10 ans. Le, ou les joueurs, pioche une carte au hasard ou selon la catégorie, puis réalise le défi proposé. Les cartes sont organisées en 7 catégories de couleurs différentes : *Activité, Compréhension & Créativité, Tranquillité, Identité, Optimisme, Nous, Satisfaction (ACTIONS)*. Les défis sont conçus pour activer les leviers favorisant le bien-être. Ce jeu peut s'utiliser en complément du jeu «Objectifs positifs pour aujourd'hui», du même éditeur. [Résumé bib-Bop]
⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] **Objectifs positifs pour demain**, POSITRAN, 2019

Public(s) : **Tout public, Adulte, Adolescent**

Conçu selon les principes de la psychologie positive, ce jeu de 42 cartes propose au joueur de déterminer des actions à mener individuellement pour atteindre des objectifs ayant pour finalité d'améliorer sa vie au quotidien. Les thèmes suivants sont ainsi abordés : *activité, compréhension et créativité, tranquillité, identité, optimisme, nous et satisfaction*. Il peut s'utiliser en complément du jeu «Défis positifs pour aujourd'hui», du même éditeur. [Résumé Bib-Bop]
⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] BONIWELL Ilona, **Cartes de transformation positive**, POSITRAN, 2018

Public(s) : **Tout public, Adulte**

Ces cartes sont basées sur la théorie du capital psychologique du domaine de la psychologie positive. Elles utilisent une combinaison d'images, de citations et de questions qui permettent d'affronter les changements de la vie. Elles sont conçues pour travailler les cinq compétences de OSER Maintenant : *Optimisme, Sentiment d'auto-efficacité, Espoir, Résilience et Mindfulness*. Trois façons simples de les utiliser sont proposées. Cet outil s'adresse plus particulièrement aux professionnels du soutien et de l'accompagnement ainsi qu'aux personnes recherchant une communication positive et efficace. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] **Pass'santé jeunes : le jeu**, IREPS Bourgogne Franche-Comté, ARS Bourgogne - Franche-Comté, 2017

Public(s) : **Adolescent, Enfant**

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 :- de 12 ans, 13-15 ans et + de 16 ans. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] **Parties de vie**, Centre social La Moisson, 2014

Public(s) : **Adolescent, Tout public**

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, se situer et décider de la meilleure des issues.

[Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] **O'rhune**, Association Oppelia, 2013

Public(s) : **Adolescent**

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. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.

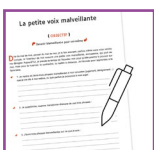


[Jeu] BONIWELL Ilona, REYNAUD Laure, **Aventure résilience**, POSITRAN, s.d.

Public(s) : **Adolescent**

Ce jeu à destination des parents, des enseignants et de toutes les personnes travaillant avec des adolescents, aborde la thématique de la résilience. Il s'agit de jouer avec les composantes de la résilience afin de la développer, ainsi que d'améliorer les compétences sociales et de vie. Ce jeu de cartes est organisé autour de l'acronyme SPARC : Situation - Perception - Affect (émotions et sentiments) - Réaction - Conséquences. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse.



[Mallette pédagogique] **Fiches pédagogiques CPS**, Comitys, 2022

Public(s) : **Tout public, Adolescent**

[Consulter...](#)



[Mallette pédagogique] **SacADOS**, Couples & Familles, 2021

Public(s) : **Enfant, Adolescent**

Cette nouvelle version du kit pour les professionnels intervenant auprès d'enfants ou d'adolescents (du CM2 au lycée) vise à prévenir les violences : violence verbale (insultes, sexisme, harcèlement...), physique (bousculade, bagarre, jeux violents...) ou sexuelle (attouchements, sexting...). Il propose des activités ludiques pour se connaître soi-même et s'apprécier, identifier et gérer ses propres émotions, écouter l'autre, le connaître, accepter les différences, découvrir les émotions et les sentiments des autres et les respecter, expérimenter différentes possibilités de résolution des conflits, prévenir les violences. L'outil offre un ensemble diversifié de supports et d'activités pédagogiques que l'intervenant sélectionnera selon son groupe et ses objectifs : Mon profil ; Si j'étais ; Mes compétences, capacités, qualités ; Langage photo ; La spirale de la colère ; A mon avis ; Les bûchettes ; Brin de Jasette ; Moi et les autres ; Ça me fait quoi ? ; Situations amicales ou amoureuses ; Aimer sans risque ; Les contes ; Les scénarios. L'animateur dispose par ailleurs d'un guide pédagogique et d'un précis de droit. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse.



[Mallette pédagogique] LAMBOY Béatrice, GUILLEMONT Juliette, LUIS Elisabeth (et al.), **Les outils CPS Mindful©**, AFEPS, 2017

Public : **Enfant, Parent**

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. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse.

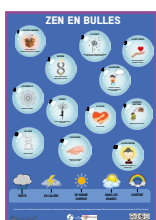


[Mallette pédagogique] SAUGERON Benoît, SONNIER Pierre, MARCHAIS Stéphanie (et al.), **COMETE. Compétences psychosociales en éducation du patient**, CRES Provence-Alpes-Côte d'Azur, ARS Provence-Alpes-Côte d'Azur, 2015

Public(s) : **Adulte, Adolescent**

[Consulter...](#)

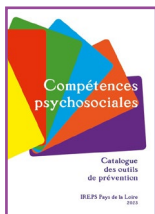
⇒ Disponible en prêt à Toulouse.



[Mallette pédagogique] ANTICO Elisa, CALLARI Florence, PINEDO JIMENEZ Justine (et al.), **Zen en bulles**, Centre Psycho-Médico-Social provincial Charleroi 2, s.d.

Public(s) : **Enfant**

[Consulter...](#)



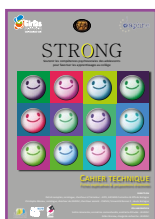
[Mallette pédagogique] **Le cartable des compétences psychosociales**, Ireps Pays-de-la-Loire, s.d.
Public : **Enfant, Adolescent, Adulte**
[Consulter...](#)



[Ouvrage] CHALLIER Stéphanie, SALLE Cécilia, **La Ronde des Lucioles. Programme de prévention des violences sexuelles par le renforcement des compétences psychosociales. Retour d'expérience**, Ireps Pays-de-la-Loire, 2024, 94 p.
[Consulter...](#)



[Ouvrages] **Kit empathie**, Ministère de l'Education nationale et de la jeunesse, 2024
Public(s) : **Enfant**
[Consulter...](#)
Volume 1 : [Consulter...](#)
Volume 2 : [Consulter...](#)
Volume 3 : [Consulter...](#)



[Ouvrage] LECAPLAIN Patrick, MOREAU Christophe, **Strong. Soutenir les compétences psychosociales des adolescents pour favoriser les apprentissages au collège. Cahier technique. Fiches explicatives & propositions d'activités**, Jeudevi, 2012, 43 p.
[Consulter...](#)

BIB BOP

Découvrez davantage d'outils permettant de travailler les compétences psychosociales sur **la base de données Bib-Bop** :
[Consulter...](#)

3. Outils pour travailler les compétences cognitives



[Jeu] **Action Réaction. Prendre un temps pour soi**, CPAS, 2024
Public(s) : **Adolescent, Adulte**
[Consulter...](#)



[Jeu] **Cartes des forces et des valeurs**, FRAPS-IREPS Centre-Val de Loire, 2024
Public(s) : **Enfant, Tout public**
[Consulter...](#)



[Jeu] **Le Jeu du bingo**, Scholavie, 2024
Public(s) : **Enfant**
[Consulter...](#)



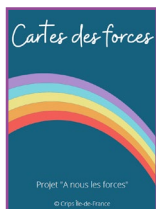
[Jeu] **Les défis de la confiance**, Scholavie, 2023
Public(s) : **Enfant**
[Consulter...](#)



[Jeu] **Invasion critique**, Placote, 2023
Public(s) : **Adolescent**
Invasion critique est un jeu de parcours coopératif conçu pour aider les jeunes de 11 à 17 ans à développer leur habileté à penser de façon critique. Les joueurs répondent à des questions de réflexion et à des mises en situation qu'ils sont susceptibles de vivre dans leur quotidien afin de combattre des zombies et de s'enfuir de la ville avant qu'elle soit envahie. [Résumé Bib-Bop]
⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] **Se connaître, se faire reconnaître**, Fédération nationale de l'office central de la coopération à l'école, 2023
Public(s) : **Enfant**
[Consulter...](#)



[Jeu] **Cartes des forces**, CRIPS Ile-de-France, 2022

Public(s) : **Adolescent**

[Consulter...](#)



[Jeu] CHALLAN-BELVAL Maëlle, GERVAIS Nicolas, **Jeu des qualités**,

Comitys, 2022

Public(s) : **Tout public**

Ce jeu est un outil pédagogique abordant les compétences psychosociales. Il est conçu pour : enrichir son lexique des qualités humaines ; apprendre à se connaître ; identifier ses compétences personnelles et professionnelles ; construire la cohésion d'un groupe et s'amuser.

[Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] **Feel good. Les 24 forces de caractère**, CRIPS Ile-de-France, 2022

Public(s) : **Enfant**

[Consulter...](#)



[Jeu] **Les forces du quotidien**, CRIPS Ile-de-France, 2021

Public(s) : **Adolescent**

[Consulter...](#)



[Jeu] **La roulette de l'estime de soi**, Akros educativo, 2021

Public(s) : **Enfant**

Ce support ludique s'adresse idéalement aux enfants de 5 à 8 ans, possiblement jusqu'à 9-10 ans. L'objectif est de promouvoir l'estime de soi et de favoriser la connaissance de soi et des autres dans un groupe.

[Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Mallette pédagogique] BERNARD Marine, **Mille et une valeurs**, FCPPF, 2021

Public(s) : **Tout public**

Ce jeu de cartes permet d'aborder les valeurs et permet une meilleure compréhension et acceptation de soi et des autres. Les objectifs sont: de comprendre la notion de valeur et se doter d'un vocabulaire pour nommer les valeurs ; d'identifier ses propres valeurs et découvrir comment elles participent à la définition de l'identité de chacun.e ; d'explorer les avantages de connaître nos propres valeurs ; de connaître et comprendre les valeurs des autres et des groupes dans lesquels on évolue (école, famille, travail, etc.) ; de créer du lien dans un groupe en s'associant autour de valeurs communes et distinctes ; d'utiliser les valeurs comme une boussole, une grille de lecture pour analyser des sujets de société, faire des choix personnels ou collectifs ; de sensibiliser au fait d'appartenir à une communauté humaine qui partage des valeurs. Cet peut être utilisé seul, en couple, en famille, en classe, en équipe de travail, lors d'animations, d'évaluations, de cours d'alphabétisation. [Résumé éditeur]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] **Autour des forces**, Scholavie, 2020

Public(s) : **Enfant**

[Consulter...](#)



[Jeu] GUERIN-BYZERY Sophie, **Je m'aime. Un jeu sur l'estime de soi**,

Clerpée, 2020

Public(s) : **Tout public**

Ce jeu de cartes a été élaboré pour cultiver sa bienveillance au quotidien. Ce jeu permet : une meilleure connaissance de soi ; une meilleure prise de conscience de l'autre ; d'évaluer notre façon de nous estimer ; d'apprendre à s'apprécier et s'engager pour soi-même ; d'évoluer dans sa capacité à s'accorder de l'importance ; de gagner en confiance en soi ; d'adopter une nouvelle façon de vivre et de trouver un peu plus chaque jour des nouvelles ressources. [Résumé Bib-Bop]
⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] **Les cartes des talents**, Unicef, 2019

Public(s) : **Enfant**

[Consulter...](#)



[Jeu] **L'estime de soi en 3D**, Equipe Prévention et Promotion de la Santé -

CPAS Charleroi, 2019

Public(s) : **Tout public**

[Consulter...](#)



[Jeu] TREMBLAY Jade, PARADIS Tessa, RANCOURT Carol, **Totem. Le jeu qui fait du bien**, 2018

Public(s) : **Tout public**

Ce jeu de développement personnel permet de découvrir ses forces et qualités à travers les yeux des autres. À tour de rôle, chaque joueur assiste à la construction d'un Totem à son image. Celui-ci est constitué d'une carte Animal, associée à une force, et d'une carte Qualité, toutes deux choisies et décrites par les autres joueurs à partir des cartes qu'ils ont en main. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] **Action ou vérité « spécial estime de soi » version enfants**,

Prévention et promotion de la santé du département prévention et santé mentale du CPAS de Charleroi, 2016

Public(s) : **Enfant**

[Consulter...](#)



[Jeu] BONIWELL Ilona, MARTIN-KRUMM Charles, **Cartes des forces**, POSITRAN, 2014

Public(s) : **Tout public**

Cet outil est conçu pour identifier et développer ses forces personnelles. Il propose aux joueurs de se connaître, de gagner en confiance, de s'épanouir et d'être efficaces. Chacune des cartes contient une photo et le nom d'une force sur le recto. Au verso figurent les questions susceptibles d'être posées pour identifier cette force, sa description et des suggestions afin de l'activer et de la développer. [Résumé Bib-Bop]
⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] **Action ou vérité « spécial estime de soi » version ados/adultes**, Prévention et promotion de la santé du département prévention et santé mentale du CPAS de Charleroi, s.d.

Public(s) : **Adolescent, Adulte**

[Consulter...](#)



[Jeu] COTTING Mélanie, BAYS Quentin, KINDELAN Felix, **Cap sur la confiance**, Helvetiq, s.d.

Public(s) : **Tout public, Enfant, Adulte**

Ce jeu permet à chaque participant de se fixer un objectif (une chose qu'il aimerait changer, ou une situation à améliorer). Tout au long de la partie les joueurs sont amenés à réfléchir individuellement et collectivement aux freins et leviers qu'ils ont pour atteindre cet objectif. [Résumé Bib-Bop]
⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] REYNAUD Laure, BONIWELL Ilona, **Jeu des forces**, Scholavie, s.d.

Public(s) : **Enfant**

Ce jeu de 24 cartes, inspiré de la psychologie positive, est divisé en 6 familles. Les familles ouverte, courageuse, sympa, inspirée, juste et équilibrée aident les enfants, à partir de 3 ans, à identifier quelles sont leurs forces. Le vocabulaire est simplifié pour s'adapter aux jeunes enfants. Ce jeu s'utilise en individuel, en sélectionnant ses forces, ou en groupe, en offrant des forces aux autres. Il peut être utilisé à l'école dans le cadre de programmes de bien-être et de SEL, ou pour soutenir des activités de développement de la confiance en soi et de la conscience de soi. [Résumé Bib-Bop]
⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Mallette pédagogique] **Blason conscience de soi**, Scholavie, 2024

Public(s) : **Enfant, Adolescent**

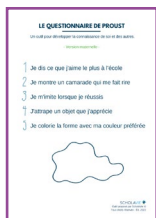
[Consulter...](#)



[Mallette pédagogique] **Finis la phrase**, Scholavie, 2024

Public(s) : **Enfant**

[Consulter...](#)



[Mallette pédagogique] **Questionnaire de Proust**, Scholavie, 2024
Public(s) : **Enfant**

[Consulter...](#)



[Mallette pédagogique] **Le carnet des forces**, Scholavie, 2023
Public(s) : **Enfant**

[Consulter...](#)



[Mallette pédagogique] **Le portrait d'une réussite**, Scholavie, 2023
Public(s) : **Enfant**

[Consulter...](#)



[Mallette pédagogique] **Renforcer l'estime de soi par la participation. Set d'animation**, Femmes-Tische, 2020

Public(s) : **Migrant, Tout public**

Cet outil suisse sur le renforcement de l'estime de soi aborde différents thèmes tels que : être en sécurité ; les talents ; les espaces de liberté ; le bien-être corporel ; la créativité ; la participation ; la confiance en soi ; la responsabilité personnelle ; l'efficacité personnelle ; l'estime ; la connaissance et la formation. Il permet d'animer des tables rondes sur l'estime de soi notamment auprès d'un public migrant. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Mallette pédagogique] **Muscles, fringues et make-up. Un rêve malsain**, Femmes-Tische, 2018

Public(s) : **Adolescent, Tout public**

Cet outil suisse aborde des sujets et questions en lien avec les idéaux de beauté. Le livret d'accompagnement donne des suggestions sur la façon dont le thème peut être traité avec des groupes de parents. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Mallette pédagogique] **Estime de soi, regard des autres**, Conseil départemental de Vendée, 2016

Public(s) : **Adolescent**

[Consulter...](#)



[Mallette pédagogique] **Le carnet d'estime de soi**, Prévention et promotion de la santé du département prévention et santé mentale du CPAS de Charleroi, s.d.

Public(s) : **Adulte, Parent, Population défavorisée**

[Consulter...](#)



[Mallette pédagogique] **Dodécaèdre de l'estime de soi**, Prévention et promotion de la santé du département prévention et santé mentale du CPAS de Charleroi, s.d.

Public(s) : **Adolescent, Adulte**

[Consulter...](#)



[Ouvrage] **Je cultive l'estime de soi avec Tim. Outil de valorisation visant à renforcer l'estime de soi des enfants (de 9 à 12 ans) à l'école et dans les milieux extrascolaires**, Prévention et promotion de la santé du département prévention et santé mentale du CPAS de Charleroi, 2017
Public(s) : **Enfant**
[Consulter...](#)



[Ouvrage] ROHERIG Corinne, **Aider son enfant à développer sa confiance en lui ! Ecouter, comprendre, encourager**, Larousse, 2017
Public : **Parent, Enfant**
A travers 26 situations courantes, l'auteure conseille aux parents des réactions positives et des solutions concrètes pour rassurer et encourager les enfants. [Résumé Bib-Bop]
⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Ouvrage] **Guide d'accompagnement pour mettre en place des ateliers favorisant l'estime de soi de parents**, Prévention et promotion de la santé du département prévention et santé mentale du CPAS de Charleroi, s.d.
Public(s) : **Parent**
[Consulter...](#)



[Exposition] **Affiche Pop tout potentiel. Estime de soi et fierté personnelle**, Midi trente, 2012
Public(s) : **Enfant**
Cette affiche s'adresse aux enfants à partir de 8 ans. Elle vise à favoriser l'estime d'eux-mêmes et leur sentiment de fierté personnelle. Elle propose 27 stratégies pour les aider à adopter des comportements valorisants et faciles à mettre en place dans leur vie quotidienne. [Résumé Bib-Bop]
⇒ Disponible en prêt à Toulouse.

BIB BOP

Découvrez davantage d'outils permettant de travailler les compétences cognitives sur la **base de données Bib-Bop** :
[Consulter...](#)

4. Outils pour travailler les compétences émotionnelles



[Jeu] **À la conquête de soi**, La Pulpe, Edita, 2024

Public(s) : **Enfant**

Ce jeu a été conçu pour identifier, explorer et comprendre les émotions, les sentiments, les situations qui les déclenchent et les besoins associés. Il permet aux enfants, adolescents, adultes, familles, ainsi qu'aux professionnels de la santé, de l'éducation et du secteur social, d'ouvrir et de renforcer le dialogue et la communication. Il s'adresse également à l'ensemble des professionnels du secteur privé ainsi qu'aux professionnels de la santé, de l'éducation, du secteur social, débutants ou experts, ainsi qu'aux éducateurs spécialisés, jeunes enfants, associations, cycles 2, 3, 4 et lycées, adultes, enfants ou adultes handicapés, et personnes confrontées à des difficultés sociales, etc.

[Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse.



[Jeu] **La colère : En parler pour (se) comprendre !** Valorémis, 2024

Public(s) : **Adolescent, Adulte**

Issu de la collection « Idéaux & Débats », cet outil de médiation invite à développer échanges et partages d'expérience entre pairs autour du thème de la colère. Les cartes servent de support à des affirmations ou questions pour mettre en place des débats et susciter des réflexions dans un groupe d'adolescents ou d'adultes. L'objectif est de comprendre ce qu'est la colère et de quelle manière la transformer pour en faire un apport personnel. Des cartes vierges complètent l'outil pour faire permettre d'élargir les questionnements. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] **Autotune ton émotion**, CRIPS Ile-de-France, 2023

Public(s) : **Adolescent, Adulte**

[Consulter...](#)



[Jeu] **Jeu de 7 familles des émotions**, Scholavie, 2023

Public(s) : **Enfant**

[Consulter...](#)



[Jeu] CASSE Emilie, **L'arc-en-ciel des émotions**, 7 pour toi, 2022

Public(s) : **Enfant, Tout public**

L'objectif principal de cet outil est de permettre aux utilisateurs de mieux connaître leurs forces et leurs limites, de découvrir les autres ainsi que l'environnement qui les entoure, au travers des émotions et sentiments de base de manière ludique. Ce support propose des outils de gestion émotionnelle (yoga, exercice de respiration, des automassages...) et propose également de réaliser des actions autour des émotions comme du mime ou du dessin par exemple. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] **Feelings harcèlement. En parler autrement**, Act in games, 2022

Public(s) : **Adolescent**

Feelings harcèlement est un outil ludique qui permet d'ouvrir le débat avec les jeunes. Il les invite à discuter sur cette thématique de manière préventive et aborder également d'autres sujets qui les concernent tels que leur vie scolaire, relationnelle, affective en partant de situations concrètes. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.

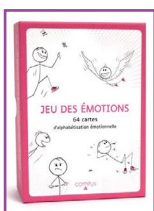


[Jeu] BIDAULT Vincent, ROUBIRA Jean-Louis, **Feelings addictions**, Act in games, 2021

Public(s) : **Adolescent, Tout public**

Co-construit par la Protection judiciaire de la jeunesse (PJJ), l'association Addictions France et l'Ireps Nouvelle-Aquitaine, ce jeu est une déclinaison de «Feelings. Le jeu des émotions». Il permet d'échanger autour des émotions en lien avec les conduites addictives en exprimant sa propre émotion puis en tentant de deviner celle ressentie par un autre joueur face à une situation donnée. Les cartes «situation» sont divisées en deux classes d'âge : «dès 11 ans» et «dès 15 ans». [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] **Jeu des émotions. 64 cartes d'alphabétisation émotionnelle**, Comitys, 2021

Public(s) : **Tout public**

Ce jeu de cartes illustrées, destiné à un large public, se propose d'explorer les émotions et plus précisément : d'identifier et d'accueillir les émotions, d'étoffer son registre lexical sur les émotions, de renforcer les compétences psychosociales et de s'initier à la démarche de communication non violente (CNV). Chaque carte comporte une émotion illustrée au recto ainsi que deux émotions apparentées au verso. Un système de pastille de couleur sur chaque carte permet de nommer l'intensité de l'émotion (faible, moyenne, forte). La notice d'utilisation propose des repères théoriques ainsi que 8 pistes d'animation : découvrir les 5 pôles émotionnels (notamment à l'aide de 5 cartes spécifiques : joie, peur, tristesse, colère, dégoût), mimer les émotions, comment je me sens ?, l'éventail des émotions, portrait émotionnel, les émotions ont-elles un sexe ?, émotions voisines. L'outil peut être utilisé seul ou en complément avec celui concernant les besoins (Jeu des besoins. 64 cartes d'alphabétisation émotionnelle). [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] **Jeu des besoins. 64 cartes d'alphabétisation émotionnelle**, Comitys, 2021

Public(s) : **Tout public**

Ce jeu de cartes illustrées, destiné à un large public, se propose d'explorer les besoins fondamentaux et plus précisément : d'identifier et d'accueillir ses besoins, d'étoffer son registre lexical sur les besoins humains, de renforcer les compétences psychosociales et de s'initier à la démarche de communication non violente (CNV). Chaque carte comporte un besoin illustré au recto, ainsi que deux besoins apparentés au verso. Un système de pastille de couleur sur chaque carte permet de nommer l'intensité du besoin (faible, moyenne, forte). La notice d'utilisation propose des repères théoriques ainsi que 9 pistes d'animation : découvrir les 5 familles de besoin (notamment à l'aide des 5 cartes spécifiques), mimer les besoins, reconnaître ses besoins satisfaits ou insatisfaits, affiner les nuances de besoins, etc. L'outil peut être utilisé seul ou en complément avec celui concernant les émotions (Jeu des émotions. 64 cartes d'alphabétisation émotionnelle). [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] **Le mime des émotions**, CRIPS Ile-de-France, 2021

Public(s) : **Enfant, Adolescent**

[Consulter...](#)



[Jeu] BONIWELL Ilona, MARTIN Patricia, **Cartes de pleine conscience**, POSITRAN, 2020

Public(s) : **Adulte, Adolescent**

Destinées aux débutants et amateurs comme aux personnes expérimentées ou aux professionnels du domaine, ces 64 cartes de pleine conscience, illustrées à l'aquarelle, ont été conçues pour les accompagner et enrichir leurs pratiques quotidiennes en offrant une large palette d'interventions et d'exercices qui s'adaptent à tous les types d'activités. Chaque carte conseille sur la durée approximative de l'exercice, ce dernier étant accompagné d'informations utiles et de conseils pratiques. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] BIDAULT Vincent, ROUBIRA Jean-Louis, **Feelinks Révélations – Le jeu des émotions**, Act in games, 2019

Public(s) : **Adolescent, Adulte**

Ce support est un jeu coopératif de plateau destiné aux + de 16 ans. Cette version adulte de Feelings porte sur les émotions et l'empathie au travers de situations coquines et cocasses proposées : quelle serait votre émotion si « Vous surprenez vos beaux-parents tout nus ? Du dégoût, de l'amusement, de la curiosité ? » ; « Vos ami(e)s trouvent votre mère séduisante » ? Ressenti de la fierté, de l'amusement, de la méfiance ? »... A quel point connaissez-vous vos proches, vos coéquipiers...? Plus les joueurs sont capables de deviner les émotions du groupe, plus les pions avancent sur la piste de l'empathie ! Ce jeu se pratique de 2 à 8 joueurs et promet des échanges drôles, surprenants mais aussi profonds. Les cartes peuvent se trier pour s'adapter à un public adolescent. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] **L'Univers des sensations**, FCPPF, 2019

Public(s) : **Tout public**

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]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] DESCLOS Pascal, **Moi et l'empathie. Questions de perception(s) ?**

Valorémis, 2018

Public(s) : **Enfant, Adolescent**

Ce jeu de cartes permet d'aborder de manière interactive la compréhension de nos émotions et le développement des compétences psychosociales dont fait partie l'empathie, cette faculté à pouvoir se mettre à la place de l'autre, d'envisager et comprendre son ressenti. Grâce à ce support ludoéducatif et ses questions ouvertes, les participants peuvent échanger de leurs expériences dans ce domaine, imaginer des pistes d'action pour mieux apprendre de soi, développer l'attention portée aux autres... Ce support est adapté au milieu scolaire et périscolaire à partir de 10 ans. Chacun peut amener des éléments complémentaires avec les cartes OUI/NON distribuées au préalable à chacun. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] **Le tourbillon des émotions**, CRIPS Ile-de-France, 2018

Public(s) : **Adolescent**

[Consulter...](#)



[Jeu] BIDAULT Vincent, ROUBIRA Jean-Louis, CHALARD Franck, **Feelings édition 2017**, Act in games, 2017

Public(s) : **Enfant, Tout public**

Dans ce jeu, il s'agit à la fois de partager son ressenti par rapport à une situation proposée mais aussi de deviner celle de son partenaire de jeu. A chaque tour, les équipes sont redistribuées de sorte que les joueurs devinent l'émotion de personnes différentes tout au long de la partie. Il permet de confronter les points de vue de chacun dans un climat de bienveillance, afin de mieux se connaître pour mieux se comprendre. Les cartes «situation» sont réparties en 3 thèmes : «En famille» pour jouer et échanger autour de la vie familiale (dès 8 ans), «Entre amis» pour échanger sur des thèmes de société (dès 12 ans), «A l'école» pour des thèmes liés à la vie en groupe et à l'école (dès 8 ans). [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] Fédération des centres pluralistes de planning familial (FCPPF), COTTEREAU Charlotte, **Le langage des émotions**, FCPPF, 2013

Public(s) : **Tout public**

Ce jeu est constitué de 61 cartes qui représentent 61 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. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] BOURQUE Solène, COCHECI Oana, **La planète des émotions**, Placote, Les éditions Passe-Temps, s.d.

Public(s) : **Enfant**

Ce jeu permet d'aider les enfants de 3½ ans à 7½ ans à comprendre les émotions ressenties par plusieurs personnes dans plusieurs situations et qu'une même situation peut provoquer différentes émotions selon les personnes. Dans ce jeu, le joueur doit montrer à des extraterrestres comment comprendre les émotions, car ils ne savent pas ce que c'est. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] **Et toi, comment tu vas ?** Croix-Rouge de Belgique, s.d.

Ce jeu de carte, créé durant la crise du COVID-19, permet d'identifier et exprimer ses émotions mais aussi de trouver des ressources et des actions permettant de mieux vivre les périodes difficiles. Une première manière de jouer est possible «Jeu des familles» où le but est de constituer une ou des familles actions, ressources, émotions, besoins ou signes. La seconde manière est un jeu coopératif «Et toi, comment tu vas ?» qui permet d'exprimer ses émotions, réfléchir aux sensations corporelles liées à ces émotions ainsi que trouver des ressources et actions qui aident à mieux les vivre. [Résumé Bib-Bop]

[Consulter...](#)

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.

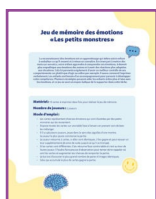


[Jeu] **L'expression des besoins**, FCPPF, s.d.

Public(s) : **Tout public**

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. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] HENDERSON Stéphanie, **Jeu de mémoire des émotions « Les petits monstres »**, Tu as le dernier mot, s.d.

Public(s) : **Enfant, Parent**

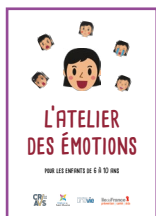
[Consulter...](#)



[Mallette pédagogique] **Emotions**, CRIPS Ile-de-France, 2021

Public(s) : **Migrant, Tout public**

[Consulter...](#)



[Mallette pédagogique] **L'atelier des émotions**, CRIPS Ile-de-France, 2020

Public(s) : **Enfant**

[Consulter...](#)



[Mallette pédagogique] **Marionnettes des émotions à 2 visages**, Akros educativo, 2011

Public(s) : **Enfant**

Cette mallette pédagogique est conçue pour permettre à l'enseignant de travailler en classe sur la reconnaissance des émotions. Les enfants vont ainsi mettre en scène des émotions grâce aux 6 marionnettes (dont 4 réversibles avec deux visages différents) fournies dans la mallette. Chaque émotion est représentée par l'expression faciale de la marionnette mais aussi par un symbole : le soleil pour la joie, la foudre pour la colère, le fantôme pour la peur, etc. Ces marionnettes sont accompagnées d'un CD Audio MP3 (disponible en plusieurs langues) contenant 2 histoires d'environ 10 mn chacune et permettant de représenter les histoires sans avoir à les narrer. [Résumé Bib-Bop]

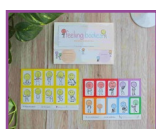
⇒ Disponible en prêt à Toulouse.



[Matériel de démonstration] **Réglette des émotions**, Scholavie, 2023

Public(s) : **Enfant**

[Consulter...](#)



[Matériel de démonstration] **Feeling Bodies. Aimants d'émotion**, POSITRAN, 2019

Public(s) : **Tout public**

Dans cet outil sur les émotions, les utilisateurs regardent les aimants et choisissent comment ils se sentent en ce moment. Ensuite, ils peuvent choisir ce qu'ils veulent ressentir, ou ce que quelqu'un d'autre pourrait ressentir.... [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Matériel de démonstration] THIRY Anne-Sophie, **La roue des émotions – Version adulte**, L'autrement dit, 2015

Public(s) : **Adulte, Adolescent, Tout public**

Cet outil a pour objectif d'aider l'adolescent ou l'adulte à mieux prendre conscience de ce qu'il ressent, de mettre des mots sur ses émotions, d'exprimer ses besoins. La roue présente trois niveaux. Au centre sont listées des sensations, au milieu les émotions sont nommées et rassemblées autour des quatre émotions principales, à l'extérieur les principaux besoins sont nommés. L'utilisateur peut faire le lien entre ce qu'il ressent physiquement, l'émotion à laquelle ce ressenti est associé et les besoins satisfaits, ou non, qui y sont rattachés. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.

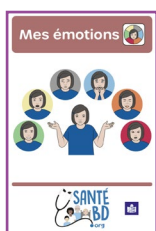


[Matériel de démonstration] THIRY Anne-Sophie, **La roue des émotions – Version enfant**, L'autrement dit, 2015

Public(s) : **Enfant**

Cet outil a pour objectif d'aider l'enfant à prendre conscience de ce qu'il ressent, de mettre des mots sur ses émotions, d'exprimer ses besoins. La roue présente trois niveaux. Au centre, des dessins illustrent une «météo intérieure», au milieu les émotions nommées et illustrées sont rassemblées autour des quatre émotions principales, à l'extérieur les principaux besoins sont nommés et illustrés. L'enfant peut faire le lien entre ce qu'il ressent et les besoins satisfaits, ou non, qui y sont associés. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Ouvrage] **Mes émotions**, SantéBD.org, 2024, 19 p.

Public(s) : **Personne en situation de handicap, Migrant, Population défavorisée**

[Consulter...](#)



[Ouvrage] **Coffre à outils. L'anxiété chez les enfants et les adolescents : mieux comprendre pour mieux gérer**, Comité québécois pour les jeunes en difficulté de comportement (CQJDC), 2020, 78 p.

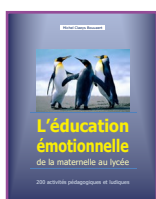
Public(s) : **Enfant, Adolescent**

[Consulter...](#)



[Ouvrage] FLOWERS Lennon, ZAKARAS Michael, **Initier l'empathie. Boîte à outils pour promouvoir l'empathie à l'école**, Ashoka, 2014, 85 p.

[Consulter...](#)



[Ouvrage] CLAEYS BOUUAERT Michel, MERTEN Sita, **L'éducation émotionnelle de la maternelle au lycée. 200 activités pédagogiques et ludiques**, Association pour l'éducation émotionnelle, 2013, 205 p.

Public : **Enfant, Adolescent**

Ce guide propose des stratégies, jeux et outils pédagogiques visant à développer les compétences liées à l'intelligence émotionnelle. Les compétences liées à l'intelligence émotionnelle comprennent le «savoir-être», le vivre ensemble, la gestion des émotions, la confiance, l'autonomie, la créativité, etc. Ce document présente aux enseignants et aux parents des solutions pour favoriser la réussite et l'épanouissement des enfants. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse.



[Photoexpression] **Blabla émotion photolangage**, Prévention et promotion de la santé du département prévention et santé mentale du CPAS de Charleroi, s.d.

Public(s) : **Adolescent**

[Consulter...](#)

BIB BOP

Découvrez davantage d'outils pour travailler les compétences émotionnelles sur la **base de données Bib-Bop** :

[Consulter...](#)

5. Outils pour travailler les compétences sociales



[Jeu] **Vivre ensemble au travail. 50 cartes pour faciliter le dialogue**, Keski, 2023

Public(s) : **Adulte**

Cet outil aborde le vivre ensemble dans la sphère professionnelle au service de la qualité de vie et des conditions de travail (QVCT). Il a été conçu pour libérer la parole et chercher des solutions collectives. Différents thèmes sont exploités : le respect, la communication, les discriminations, les incivilités, le sexisme, le harcèlement au travail, le handicap, le climat de confiance... Différentes formes sont proposées pour favoriser les échanges avec au recto les questions et au verso les réponses. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse.



[Jeu] GLÂTRE-LE GOFF Aurélie, LAPEYRE Laure, POIRIER Magali (et al.), **Devine-moi si tu peux !** Ireps Pays-de-la-Loire, 2022

Public(s) : **Adolescent, Adulte**

Ce jeu de plateau permet aux adolescents de réfléchir et mettre en place des stratégies de coping pour répondre au mieux aux situations de stress ou difficiles à gérer. A l'aide des cartes proposées, il permet de développer l'échange, la réflexion sur la stratégie à adoptée, celle qui sera la plus adaptée, sa pertinence dans la situation proposée... L'objectif du jeu étant de deviner la réaction adoptée par l'autre et trouver la meilleure solution pour résoudre une situation problématique. Ce jeu, élaboré par l'Ireps Pays de la Loire et la Protection judiciaire de la jeunesse du Grand Ouest, est une nouvelle édition destinée, aux jeunes à partir de 14 ans. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.

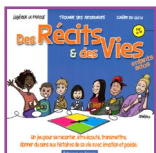


[Jeu] BEDART Mickaël, MOLLERO Juliette, THIOLIERE Stéphane, **Le 31. Outil pédagogique et ludique pour accompagner le handicap psychique**, Ho'oponopono games, 2021

Public(s) : **Personne en situation de handicap**

Développé par et pour les professionnels du médico-social, Le 31 est un jeu de plateau pour l'accompagnement des personnes souffrant de troubles psychiques. L'objectif principal est de provoquer le partage et l'échange pour travailler et développer l'habileté sociale à travers des situations de la vie courante. Le 31 permet aux éducateurs, accompagnants, soignants, d'aborder avec des personnes à handicap psychique, différents thèmes de la vie courante : sociabilité, environnement, citoyenneté, santé... [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] CHAVELLI Caroline, **Des récits et des vies. Enfants – Ados**, Le comptoir aux histoires, 2018

Public(s) : **Enfant, Adolescent**

Cette nouvelle version de l'outil «Des récits et des vies» est destinée aux enfants et aux adolescents. Fondé sur des compétences psychosociales et les principes de la thérapie narrative, ce jeu a pour objectifs de libérer la parole, de créer du lien et de trouver des ressources en permettant aux participants de se raconter, d'être écouté et de donner du sens aux histoires de leur vie. Il peut être utilisé en groupe ou dans le cadre d'un entretien individuel. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] DE FOUCAULD Raphaëlle, BRUGERE Solenne, DE MALGLAIVE Clémence, **2 minutes ... ensemble ! : toutes les générations se connectent !** 7C+, 2018

Public(s) : **Tout public**

Ce jeu de cartes permet à chacun de parler des choses de la vie : les bons moments, le quotidien. Il ouvre le dialogue, développe la parole et l'écoute, et intensifie les liens entre les joueurs. Il peut être utilisé entre adultes et enfants, entre enfants, entre professionnels (pour débiter une formation par exemple). Cet outil est basé sur les principes de la psychologie positive. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] CHAVELLI Caroline, **Des récits et des vies**, Le comptoir aux histoires, 2017

Public(s) : **Adolescent, Adulte, Personne âgée**

Fondé sur des compétences psychosociales et les principes de la thérapie narrative, ce jeu a pour objectif de libérer la parole, de créer du lien et de trouver des ressources en permettant aux participants de se raconter, d'être écouté, de donner du sens aux histoires de leur vie avec émotion et poésie. Il peut être utilisé en groupe ou dans le cadre d'un entretien individuel. L'outil s'adresse à un large public, notamment les personnes âgées, les personnes handicapées, les aidants et les familles. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] DESLAURIERS Stéphanie, BOURQUE Solène, **#Distavie**, Placote, Les éditions Passe-Temps, s.d.

Public(s) : **Adolescent**

Le jeu a pour objectif d'aider l'adolescent à s'exprimer sur des sujets variés qui le concernent et de l'amener à développer des habiletés sociales. Des cartes-questions sur des thèmes tels que l'avenir, les relations ou les souvenirs sont utilisées pour les aider à développer ce type de compréhension. Quel est ton plus beau souvenir de famille ?... Un feuillet explicatif indique comment tirer le maximum du jeu. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



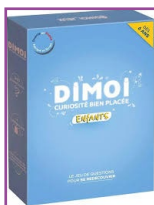
[Jeu] DESLAURIERS Stéphanie, LEVESQUE Geneviève, VERRET Claudia, **Impro social**, Placote, Les éditions Passe-Temps, s.d.

Public(s) : **Enfant**

Ce jeu sur le thème du développement socioaffectif est conçu pour aider les jeunes de 8 à 14 ans à réfléchir aux différents comportements qu'ils peuvent adopter dans des situations qui mettent leurs habiletés sociales au défi. La roulette du jeu qui les invite à faire une improvisation de manière émotive, neutre, enfantine ou prosociale les aide à pousser leur réflexion. Le but du jeu est donc d'improviser des situations sociales qui peuvent être problématiques dans la vie des enfants et de trouver le bon comportement pour résoudre le problème.

[Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] **Dimoi. Le jeu de questions pour se redécouvrir. Edition enfants**, Dimoi, s.d.

Public(s) : **Enfant**

Ce jeu de cartes permet d'échanger avec des enfants sur des sujets variés. Les cartes présentes des questions classées en 4 catégories : Fantastique, qui permet d'échanger autour de situations imaginaires ou amusantes ; Unique, pour valoriser l'enfant et ce qui le rend unique ; Ensemble qui facilite les discussions sur le rapport aux autres et Bambou qui aborde des questionnements sur des sujets plus profonds ou philosophiques et permet une prise de recul. Les questions sont adaptées pour des enfants de 6 à 11 ans. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.



[Jeu] **Expédition sagesse**, ÉphiScience, s.d.

Public(s) : **Enfant, Adolescent**

[Consulter...](#)



[Mallette pédagogique] Association départementale d'information jeunesse (ADIJ) des Côtes-d'Armor, **Potes et despotes**, ADIJ des Côtes-d'Armor, 2020

Public(s) : **Adolescent**

Destiné à des jeunes à partir de 11 ans, cet outil interactif permet de parler de diverses situations de violence auxquelles ils sont confrontés. Cette nouvelle édition propose de mettre en situation les sujets suivants: les différences (le poids, l'étranger, l'importance des marques) ; les violences verbales et physiques (insulte, harcèlement et moquerie) ; les relations aux pairs (sexisme, consentement, relation entre jeunes et adultes, relation toxique) ; les conduites à risques (cannabis, alcool, racket et influence) et le numérique (réseaux sociaux, jeux vidéo, cyberharcèlement et pornographie). Ces mises en situation offrent aux jeunes la possibilité de réagir et d'exprimer leur point de vue, dans le but d'une prise de conscience et d'un changement de comportement. [Résumé Bib-Bop]

⇒ Disponible en prêt à Toulouse et à Carcassonne.

BIB BOP

Découvrez davantage d'outils permettant de travailler les compétences sociales sur **la base de données Bib-Bop** :

[Consulter...](#)

6. Ressources complémentaires

6.1. Organismes et sites internet éditant des ressources pédagogiques accessibles en ligne



Centre Public d'Action Sociale (CPAS) Charleroi

Le CPAS, organisme belge, a pour but de permettre à chacun de mener une vie conforme à la dignité humaine. Il a pour mission d'assurer aux personnes et aux familles, l'aide due à la collectivité. Il assure non seulement une aide palliative ou curative mais encore une aide préventive. Cette aide peut être matérielle, sociale, médicale, médico-sociale ou psychologique. Le Centre propose notamment en accès libre sur son site des outils en promotion de la santé principalement orientés sur les compétences psychosociales.

[Consulter...](#)

Outils : [Consulter...](#)



Crips Ile-de-France

Le Crips Île-de-France est, depuis 1988, l'organisme associé de la Région Île-de-France en charge de développer les politiques de prévention santé sur le territoire francilien. Pour ce faire, l'association déclarée d'intérêt général, collabore avec de nombreux partenaires institutionnels publics, associatifs et privés. Le Crips innove et agit dans deux domaines principaux que sont la promotion de la santé des jeunes et la lutte contre le VIH/sida. Il réalise dans ce cadre de nombreux outils pédagogiques éditables soi-même qu'il met à la disposition de tous, gratuitement, traitant de divers sujets liés à la santé des jeunes.

[Consulter...](#)

Animathèque : [Consulter...](#)



SantéBD.org – CoActis Santé

Le site SantéBD propose des bandes-dessinées en facile à lire et à comprendre (FALC), composées d'images et de mots simples, pour informer sur différents sujets liés au médical et à la promotion de la santé. Ces supports sont personnalisables, librement téléchargeables, et la banque d'images utilisées pour les créer est accessible et utilisable par tous.

[Consulter...](#)



Sirena-cps.fr – Fédération Promotion Santé

Sirena-cps est le site ressource national à destination de celles et ceux qui souhaitent renforcer les CPS de leurs publics dans tous les milieux de vie. Initié en 2021, sirena-cps est un projet porté par la Fédération nationale d'éducation et de promotion de la santé (Fnes) et financé par la Caisse nationale d'assurance maladie (Cnam) dans le cadre du Fonds de lutte contre les addictions.

[Consulter...](#)

Scholavie

ScholaVie est une association qui œuvre dans le champ des compétences psychosociales. Elle a pour mission d'accompagner les professionnels de l'éducation et de les former aux CPS afin que soient mis en place à l'école un environnement favorable au développement des CPS des jeunes, et ce quelque soit leur milieu social, leur genre ou leur territoire. L'association propose pour ce faire de nombreux outils auxquels elle donne libre accès sur son site internet.

[Consulter...](#)

Outils : [Consulter...](#)

6.2. Pour aller plus loin...



Grille d'évaluation/autoévaluation des projets CPS, Promotion Santé Occitanie, ARS Occitanie, 2024
[Consulter...](#)



Bulletin trimestriel des parutions documentaires en EPS/PS – Promotion Santé Occitanie (4 fois/an)
Les documentalistes de Promotion Santé Occitanie effectuent une veille documentaire permanente dans les champs de la promotion de la santé, de la prévention et de l'éducation pour la santé, en lien avec des thématiques de santé diverses, dont la santé mentale et les compétences psychosociales.
[Consulter...](#)



À venir **Outils d'intervention en santé mentale. Sélection de ressources**, Promotion Santé Occitanie, 2024-12, xx p.
[Consulter...](#)



BAROT Cathy, CALLEJON Laurie, CORTYL Tatiana (et al.), **Compétences psychosociales. Catalogue des outils de prévention**, Ireps Pays de la Loire, 2023-02, 299 p.
[Consulter...](#)



BEC Emilie, **Intervenir en promotion de la santé : principes et outils pour le développement et le renforcement des compétences psychosociales des jeunes**, DRAPPS Occitanie, CREAI-ORS Occitanie, 2023-09, 29 p.
[Consulter...](#)

6.3. Bib-Bop, une base de données incontournable en éducation et promotion de la santé



Bib-Bop est une base de données documentaire nationale rassemblant de la **littérature scientifique et professionnelle** ainsi qu'un **répertoire d'outils d'intervention** dans le champ de l'éducation et de la promotion de la santé.

Elle signale les **documents et outils disponibles en prêt** dans les différents centres de ressources contributeurs de la base, mais également de **nombreuses ressources accessibles en ligne** dans leur intégralité : articles, rapports, maquettes et jeux à éditer soi-même, vidéos...

Bib-Bop rassemble deux bases en une :

- **BIB = Base de données bibliographique** (littérature scientifique et/ou professionnelle) dans le champ de l'éducation et de la promotion de la santé (EPS/PS)
- **BOP = Outils pédagogiques** (maquettes, jeux, photoexpression, matériel de démonstration vidéos...) sur diverses thématiques de santé, pour travailler auprès de public variés (enfants, adolescents, adultes, personnes âgées, populations vulnérables/migrants, personnes en situation de handicap...)

TUTORIEL

Comment ne voir que les ouvrages et les outils d'intervention empruntables auprès des centres de ressources de Promotion Santé Occitania ?

Dans la recherche avancée (de **BIB** comme de **BOP**), descendez en bas de page et cochez la ou les cases correspondant aux centres de ressources de Promotion Santé Occitania (et non la case générale « Occitania », qui inclut les fonds d'organismes indépendants). Puis lancez normalement votre recherche.

Comment ne voir que des ressources accessibles en ligne ?

Dans la recherche avancée (de **BIB** comme de **BOP**), cochez « Oui » dans le champ « Disponible en ligne » avant de lancer normalement votre recherche. N'oubliez pas de décocher la localisation afin que la recherche se lance dans la base entière.

SÉLECTION DE RESSOURCES : OUTILS D'INTERVENTION SUR LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES (CPS)

Promotion Santé Occitanie



Service documentaire

 05 61 77 87 23

 documentation@promotion-sante-occitanie.org

 promotion-sante-occitanie.org

CENTRE DE RESSOURCES
DOCUMENTAIRES RÉGIONAL DE
PROMOTION SANTÉ OCCITANIE

Hôpital La Grave
Cité de la Santé – Place Lange
31059 TOULOUSE