

# Renforcer les compétences psycho-sociales pour favoriser la santé et l'insertion

## Certification / attestation

Délivrance d'une attestation de fin de formation

## Public visé

Participant : conseiller, chargé de projet et toute personne en charge de l'accompagnement socio-professionnel de bénéficiaires jeunes  
– groupe de 8 à 12 personnes  
Pré-requis : aucun

## Durée

**2 jours** de formation consécutifs, soit 14 heures,  
Horaires : 9H00-12H30, 14H-17H30

## Dates et délai d'accès

INTRA : calendrier fixé lors de votre prise de contact

Le délai entre la demande du client et le début de la prestation est estimé à un mois minimum (selon délais OPCO)

## Lieu

INTRA : en présentiel, nous consulter

## Accessibilité pour tous

Nous recommandons à tout participant en situation de handicap de nous signaler dès son inscription ses besoins spécifiques, pour l'accueillir dans les meilleures conditions.  
Référént Handicap : J-F Parelton : 01 48 78 82 20 – [jf.parelton@ressourcesetcarrieres.com](mailto:jf.parelton@ressourcesetcarrieres.com) – [ressourcesetcarrieres.com/notre-politique-handicap/](https://ressourcesetcarrieres.com/notre-politique-handicap/)

## Tarifs

Formation intra-entreprise : nous consulter  
Financements : Plan de développement des compétences- OPCO, AIF (Pôle Emploi), fonds propres.

Nous sommes certifiés **QUALIOP1**

## Contacts

François Bocquet – 06 12 21 72 84 – [f.bocquet@ressourcesetcarrieres.com](mailto:f.bocquet@ressourcesetcarrieres.com)  
Jean-François Parelton – 06 81 32 10 47 – [jf.parelton@ressourcesetcarrieres.com](mailto:jf.parelton@ressourcesetcarrieres.com)

Les compétences psycho-sociales (ensemble de compétences sociales, émotionnelles et cognitives) favorisent de bonnes relations à soi et aux autres. Aider à renforcer ces compétences contribue à la santé mentale du bénéficiaire, permet de prévenir les conduites à risque et est un facteur d'insertion professionnelle.

## Compétences visées

Intégrer dans sa pratique d'accompagnement socio-professionnel le développement des compétences psycho-sociales, pour favoriser la santé, le bien-être et l'insertion

## Objectifs pédagogiques

- S'approprier le concept de « compétences psychosociales » pour l'intégrer dans ses pratiques d'accompagnement socio-professionnel
- Etablir les liens entre les compétences psychosociales (CPS) et la santé, le bien-être et l'insertion
- Valoriser et renforcer les CPS, notamment auprès des jeunes accompagnés
- Intégrer le développement des CPS dans les ateliers collectifs

## Méthodes pédagogiques

Pédagogie participative basée sur des apports interactifs, l'échange d'expériences, des cas concrets analysés en intelligence collective, des mises en situation, des réflexions et des « livrables » sur des pratiques et postures optimisées.

## Moyens pédagogiques

- Accès à un "espace apprenant" en ligne, mettant à disposition les supports, fiches memo, outils et documents d'approfondissement
- En présentiel : salle de formation équipée d'un ordinateur, d'un vidéoprojecteur, d'un paperboard
- En distanciel : ordinateur avec micro et enceinte, connexion Internet – Envoi d'un tuto pour suivre la formation à distance avec l'outil zoom, avec consignes pour valider le bon fonctionnement des connexions audio /vidéo et coordonnées de notre référent technique.

## Formateur

Formateur et psychologue du travail, expert du handicap, de la relation individuelle et collective, des Ressources Humaines, du recrutement, praticien en bilan de compétences « santé-handicap », avec une connaissance approfondie du secteur de l'insertion-emploi, de ses acteurs et dispositifs.

## Pré-requis techniques

Pour les formations en distanciel : disposer d'un outil numérique avec caméra / son et d'une connexion internet

## Modalités d'évaluation

- Évaluation préalable de cadrage
- Évaluation continue durant la formation (mises en situation)
- Évaluation des compétences acquises, par le formateur
- Évaluation qualité de l'action et évaluation différée à 6 mois

## Moyens d'encadrement

Assist. pédagogique et technique : M.Houillon [m.houillon@ressourcesetcarrieres.com](mailto:m.houillon@ressourcesetcarrieres.com)  
Référént handicap : J-F.Parelton [jf.parelton@ressourcesetcarrieres.com](mailto:jf.parelton@ressourcesetcarrieres.com)  
01 48 78 82 20 lun. à ven. (9h30-13h, 14h-17h30)

## Chiffres clés

Nouvelle formation - Note moyenne de satisfaction des participants à nos formations courtes en 2024 : 17,9 / 20

# Programme Renforcer les compétences psycho-sociales pour favoriser la santé et l'insertion

## JOUR 1

### Les compétences psychosociales (CPS), de quoi parle-t-on ?

Apports de la psychologie positive et définition par l'OMS des compétences psycho-sociales  
 Les compétences cognitives, les compétences émotionnelles et les compétences sociales  
 Leurs interactions à travers notre façon de fonctionner et nos comportements de santé

*Questions/réponses sur la connaissance des CPS, apport interactif en plénière - exercices d'identification des compétences mobilisées dans des situations concrètes (sous-groupes), mise en commun en plénière*

### Développer les CPS pour favoriser l'accès à l'autonomie et l'insertion, notamment des jeunes bénéficiaires

Lien entre les CPS et l'estime de soi, la santé mentale et les comportements des jeunes  
 Le rôle joué par les CPS dans la confiance en soi, le passage à l'action et la réussite  
 L'acquisition des CPS par le jeune : apprentissage expérientiel et apprentissage formel  
 Les facteurs qui influencent leur apprentissage : personnalité, famille, école, amis et pairs, société...  
 Résultats de recherche et retours d'expérience sur les programmes de développement des CPS chez les enfants et les adolescents

*Apports en plénière illustrés d'exemples et de vidéos, échange guidé en sous groupes à partir des questions clés - Etude de cas en sous-groupes, partage en plénière puis mises en situation de séquences d'accompagnement*

### Faire le lien entre CPS et parcours d'insertion des bénéficiaires accompagnés

Les comportements observés, notamment chez les jeunes, avec l'éclairage des CPS  
 L'analyse de situations problématiques en lien avec le manque de CPS, en mobilisant la collaboration et l'entraide

*Travail de préparation en sous-groupes à partir de la méthode de "co-développement professionnel flash" proposée - Mises en situation et feed-back en plénière*

## JOUR 2

### Intégrer le développement des CPS dans l'accompagnement socio-professionnel

L'apprentissage des CPS en mode expérientiel à travers ses propres posture et pratique d'accompagnement  
 Renforcement des CPS cognitives avec les outils utilisés lors de l'élaboration du projet professionnel  
 Les ateliers dédiés aux CPS : construire des ateliers spécifiques ciblant certaines CPS  
 Intégration des CPS dans les ateliers non-dédiés et autres activités collectives : faire le lien avec les CPS selon la thématique traitée, créer un climat de confiance et de coopération...

*Retour d'expérience des actions de développement de CPS déjà mises en place - Réflexion sur les compétences spécifiques à renforcer dans le cadre de l'accompagnement -*

*Mise en situation de séquences d'accompagnement*

### Expérimenter les actions collectives de développement des CPS

Présentation des méthodes et outils pédagogiques mobilisables pour développer les CPS  
 Ateliers sur les compétences cognitives et émotionnelles : expérimentation d'exercices, de supports et de jeux pédagogiques  
 Ateliers pour développer les compétences sociales : expérimentation d'activités collectives qui favorisent l'échange et la coopération

*Expérimentation de certains des outils proposés puis échange autour de la mise en œuvre. Propositions d'ajustement aux spécificités de sa pratique professionnelle*