



SOMMET 2025 DISCIPLINE POSITIVE

2ème édition • en ligne • 24 au 31 mars 2025



LES COMPETENCES PSYCHOSOCIALES EN ACTION

**LE DEVELOPPEMENT DES COMPETENCES PSYCHOSOCIALES PEUVENT
LIMITER LE PHENOMENE DU HARCELEMENT**

Marie-Laure de Blic

Marie-Laure de BLIC

Formatrice en Discipline Positive



**J'interviens auprès des enfants, des
parents, mais aussi de tous les
professionnels de l'éducation pour
les aider à développer les
Compétences PsychoSociales**

**Différents outils
pour développer les
compétences
sociales**

1. L'incidence des étiquettes sur les enfants
>> risque d'enfermement
2. Apprendre aux enfants à se respecter soi-même
pour respecter les autres **>> et non l'inverse**
3. Je me sens (émotion) lorsque (situation) et
j'aimerai (projection) **>> pour dire quand ça ne va
pas**
4. Renforcement Positif **>> l'encouragement sous 3
formes (descriptif, appréciatif, mise en capacité)**

LES 9 COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

COMPÉTENCES COGNITIVES

Avoir conscience de soi

- Connaissance de soi
- Savoir penser de façon critique
- Capacité d'auto-évaluation positive
- Capacité d'attention à soi

Capacité de maîtrise de soi

- Capacité à contrôler ses impulsions
- Capacité à atteindre ses buts

Prendre des décisions constructives

- Capacité à faire des choix responsables
- Capacité à résoudre des problèmes de façon créative

COMPÉTENCES ÉMOTIONNELLES

Avoir conscience de ses émotions et de son stress

- Comprendre les émotions et le stress
- Identifier ses émotions et son stress

Réguler ses émotions

- Exprimer ses émotions de façon positive
- Gérer ses émotions

Gérer son stress

- Réguler son stress
- Capacité à faire face en situation d'adversité

COMPÉTENCES SOCIALES

Communiquer de façon constructive

- Capacité d'écoute
- Communication efficace

Développer des relations constructives

- Développer des liens sociaux
- Développer des attitudes et comportements prosociaux

Résoudre des difficultés

- Savoir demander
- Capacité d'assertivité
- Résoudre des conflits de façon constructive

Merci

ENSEMBLE, FAISONS RAYONNER LES
COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

