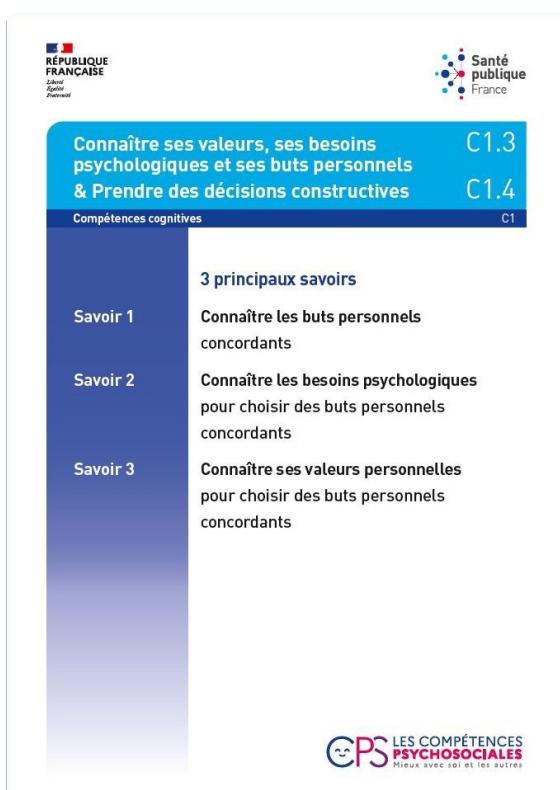


Fiche CPS cognitive : Connaître ses valeurs, ses besoins psychologiques et ses buts personnels (C1.3) et Prendre des décisions constructives (C1.4)

Publié le 23 mai 2025

Mis à jour le 23 mai 2025



Cette fiche porte sur la première compétence psychosociale (CPS) générale cognitive et présente de façon synthétique deux compétences psychosociales cognitives spécifiques : Connaître ses valeurs, ses besoins psychologiques et ses buts personnels (C1.3) et Prendre des décisions constructives (C1.4). Avoir conscience de soi implique de mieux connaître ses buts et ses valeurs. " La capacité à faire des choix responsables nécessite de pouvoir identifier les buts qui sont importants pour soi et de pouvoir les évaluer au regard des normes sociales, de la sécurité, de l'éthique et de leur faisabilité ". Connaître ses valeurs personnelles, ses besoins psychologiques et ses buts personnels et prendre des décisions

constructives implique de développer trois principaux savoirs et savoir-faire psychologiques : Savoir 1: Connaître les buts personnels concordants ; Savoir 2: Connaître les besoins psychologiques pour choisir des buts personnels concordants ; Savoir 3: Connaître ses valeurs personnelles pour choisir des buts personnels concordants. Ces deux compétences spécifiques peuvent être mobilisées lors d'activités CPS. Ainsi, après une partie théorique, des exemples de pratiques sont présentés pour les adultes, les jeunes et les enfants.

Auteur : Lamboy Béatrice

Année de publication : 2025

Pages : 19 p.

TÉLÉCHARGER
PDF 2.8 MB

