

Les neurosciences affectives et sociales : Quel apports dans le renforcement des compétences psychosociales ?

Emmanuelle Decker

Docteur en psychologie, Sophrologue
(Tous droits réservés)

Journée départementale d'échanges et de réflexions
Développer les compétences psychosociales en Vaucluse :
Enjeux et expériences

30 mars 2023

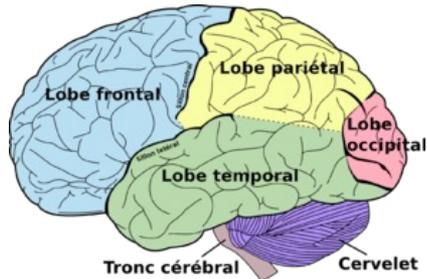


Le développement

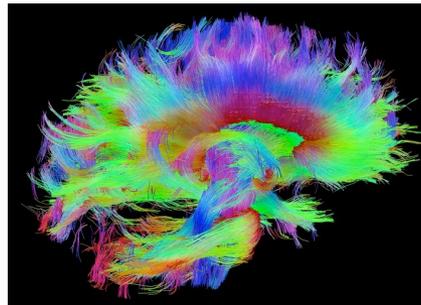
À la lumière des neurosciences affectives et sociales

J. Panksepp, 1998 ; R. Davidson, 2012

- Les neurosciences affectives :**
- les émotions, les sentiments, les relations en s'appuyant sur l'observation du cerveau
 - Recherche des moyens d'augmenter le bien-être



- L'architecture, la forme du SN
- Activité des zones du SN
- Liens, connexions entre les zones



- Le développement en fonction des apprentissages

la neuroplasticité ou plasticité cérébrale

Sous l'effet de nos expériences

Le cerveau est capable de se modeler et de se remodeler, de développer de nouvelles connexions ou d'en supprimer

Le développement et les compétences

Dès le plus jeune âge

Nagy, 2004; Warneken & Tomasello, 2007, 2009; Svetlova, 2010; Meltzoff, 2005

- L'intersubjectivité innée : Exemple : jouer à se tirer la langue
- Les enfants sont naturellement altruistes : Warneken & Tomasello
<https://www.eva.mpg.de/psycho/publications-and-videos/study-videos/>

<https://www.youtube.com/watch?v=aHY3m4c8aWE>

- **Aide instrumentale**: le BB aide à accomplir quelque chose
- **Aide affective** : le BB console ... de mieux en mieux

Aide émotionnelle & Aide instrumentale :

- Réconforter
- Atteindre les objectifs
- Partager les informations,
- Partager des ressources

- L'évaluation morale : Capacité à identifier et préférer ceux qui sont coopératifs, empathiques, aidants à Expériences avec des jeux moraux : K Hamlin et al., 2013

Des marionnettes, des figurines (vidéo) : - essaient d'**atteindre un objectif** mais n'y arrivent pas
- Avec : 1 aidant et 1 empêcheur

Figurines : <https://cic.psych.ubc.ca/research-materials-videos/example-stimuli/>

Marionnettes : <https://cic.psych.ubc.ca/research-materials-videos/media-videos/>

Ouvrir une boîte <https://cic.psych.ubc.ca/research-materials-videos/failed-attempts-videos/>

« Altruisme – Coopération – Soutien »

L'éthique des BB – Une intuition morale innée ?

K. Hamlin, 2013 ; Warneken & Tomasello, 2007, 2009

Des études basées sur **3 « dispositions – capacités – tendances »** d'un système coopératif :

- La bonté morale :**
- La tendance à **se préoccuper des autres et à les aider** malgré les coûts personnels
 - Certainement à partir de **processus empathiques**

Aide émotionnelle & Aide instrumentale :

- Réconforter
- Atteindre les objectifs
- Partager les informations,
- Partager des ressources

- L'Évaluation morale :**
- Compréhension et évaluation morales
- La capacité à **identifier et ne pas aimer** ceux qui ne sont pas :
 - Coopératifs
 - empathiques
 - Aidantsou qui risquent de ne pas l'être à l'avenir
 - Nécessite une capacité à **analyser les comportements sociaux des autres**

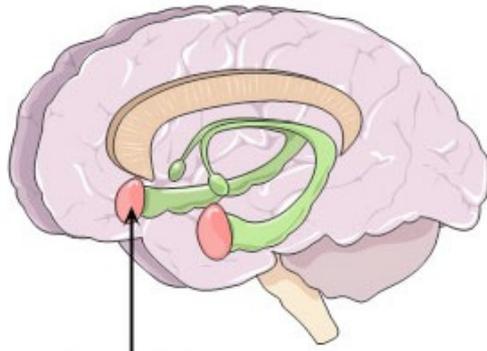
- La punition morale :**
- La tendance à appliquer **une forme de punition** ou à soutenir une punition **envers ceux qui se conduisent mal**

Le développement et les compétences

À la lumière des neurosciences affectives

J. Panksepp, 1998 ; R. Davidson, 2012; Le doux, 2005 ;

L'amygdale, dans le réseau actif pour les émotions (système limbique)



Amygdale

- Gestion des émotions
- Réactions de peur
- Anxiété
- Agressivité

© Servier Medical Art

Chez l'enfant

Cortex préfrontal immature

- Ne peut pas prendre du recul
- Subit de plein fouet ses émotions
- Ne comprend pas forcément ce qui lui arrive



l'aider à mettre des mots sur les sensations et les émotions

- L'amygdale :**
- Est fonctionnelle : bien avant les aires qui vont participer à la régulation émotionnelle
 - Participe à la mémoire émotionnelle : Avant le développement fonctionnel de l'hippocampe (à partir de 4 ans)

Le développement et les compétences

À la lumière des neurosciences affectives



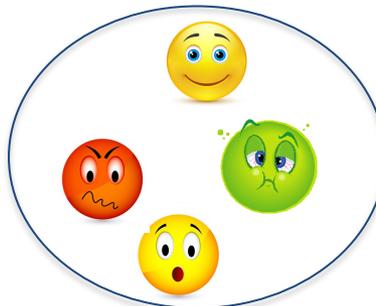
Joue son rôle de régulateur



Chez l'adulte

Cortex préfrontal mature :

- analyse, examine, comprend (réflexion + empathie)
- Réévaluation de la situation
- Adaptation du comportement



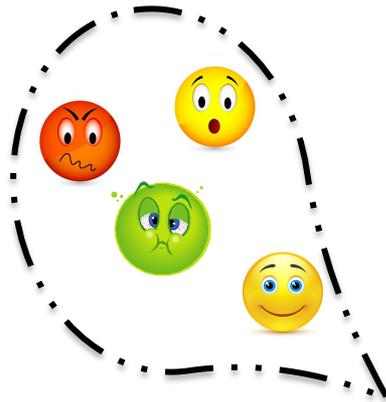
Émotions intenses

Chez l'enfant

Cortex préfrontal immature

- Ne peut pas prendre du recul
- Subit de plein fouet ses émotions
- Ne comprend pas forcément ce qui lui arrive

 **l'aider à mettre des mots sur les sensations et les émotions**



Merci pour votre attention