

The background features a complex network diagram with various sized nodes (circles) in shades of blue, black, and grey, connected by thin grey lines. Some nodes are highlighted with larger, solid circles in blue or black. The overall aesthetic is clean and modern, suggesting a focus on interconnectedness and technology.

# APPORT DES NEUROSCIENCES DANS L'ACCOMPAGNEMENT EN FORMATION CLINIQUE

---

Dr Joëlle Gueguen

pédiatre, instructrice méditation pleine conscience MBCP

Médecin référent et formateur accompagnant équipes des crèches municipales de PUTEAUX

Journée FINE Ifsi du 23/05/2023

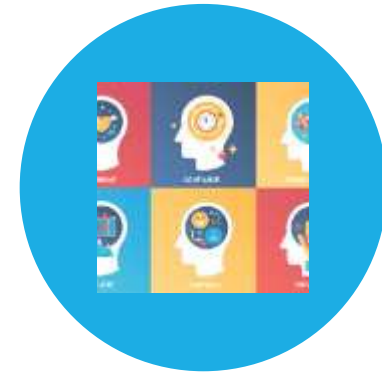
# NEUROSCIENCES



AFFECTIVES ET SOCIALES



COGNITIVES



NEUROBIOLOGIE, NEUROPSYCHOLOGIE,  
NEUROLINGUISTIQUE,  
NEUROPATHOLOGIE...

NEUROSCIENCES AFFECTIVES ET SOCIALES

SOINS CLINIQUES

ACCOMPAGNEMENT

APPRENTISSAGE



# NEUROSCIENCES AFFECTIVES ET SOCIALES

## Activité du cerveau

- émotions
- liens avec autrui

- Prise de décision, régulation émotionnelle et réaction au stress...
- Relations interpersonnelles , comportements sociaux...
- Impact de nos émotions, de l'empathie, sur notre discernement et capacité à agir

# SITUATIONS DE SOINS CLINIQUES

- **Connaissances**
- **Actes techniques**

- **1) EMPATHIE**
- **2) Régulation des émotions/du stress**
- **3) Relation inter personnelle**


➡ **Accompagnement des personnes soignées et de leurs proches**

➡ **Compétences de travail en équipe**

Mécanismes:

- **neurones miroirs**
- **plasticité cérébrale**
- **cortex orbito frontal**





**Apprentissage CLINIQUE:**  
**Importance des neurosciences affectives  
et sociales dans l'accompagnement**

- élève/tuteur
- relation de soins

**NEURONES MIROIRS**

- IMITER
  - APPRENDRE EN IMITANT
- BIOSYNCHRONIE COMPORTEMENTALE**
- régulation des émotions



# NOTRE CERVEAU EST CAPABLE DE NEUROPLASTICITE



**Le cerveau est capable de se modifier**

**- les neurones remodelent leurs connexions (SYNAPSES)**

- \* environnement
- \* expériences
- \* apprentissages

**des connexions apparaissent, d'autres disparaissent :**

**les circuits neuronaux sont malléables**



# LA MEDITATION DE PLEINE CONSCIENCE :

un exemple d'OUTIL au service de la neuroplasticité cérébrale

## NIVEAUX DE PREUVES :

- régulation de la douleur
- régulation du stress
- augmentation de l'état de bien être et baisse du risque de dépression, d'anxiété : **effet**

## santé mentale

- accès à la metacognition (« penser sur ses propres pensées »)
- augmentation de l'attention (insula et cortex préfrontal « trier les stimulations »)

6 semaines d'entraînement :

modification de la taille

de **AMYGDALE** (centre de la PEUR)

- **BOOSTE** le système immunitaire : effets long terme santé physique



## CORTEX ORBITO FRONTAL

- Essentiel : intègre la valeur affective des informations sensorielles
- Régulation des émotions
- Processus décisionnel
- Conduites sociales : anticipe les émotions potentielles associées à un choix comportemental

Maturation entre 7 ans et 25 ans

Importance de la BIENVEILLANCE (compréhension + gentillesse)



ACCOMPAGNER : « le savoir être » dans une relation de soins

## LES COMPETENCES PSYCHOSOCIALES :

capacités psychologiques, cognitives, émotionnelles et sociales  
Impliquant des connaissances, des comportements, et des processus intrapsychiques

*Permettant d'améliorer :*



- l'autonomisation
- le pouvoir d'agir
- de maintenir un état de bien être psychique
- favoriser un fonctionnement individuel optimal
- développer des interactions constructives

**EN DEVELOPPANT :**

- relations humaines : communication habile, relations interpersonnelles de qualité
- régulation émotionnelle, conscience de soi et **EMPATHIE**
- prise de décisions et résolution de problèmes
- avoir une pensée créative





**DES compétences ESSENTIELLES qui se travaillent et s'enseignent  
grâce à l'éclairage des neurosciences**

**...et qui stimulent le passage de la théorie à la pratique**


## **EMPATHIE :**

Carl Rogers

*« percevoir le cadre de référence interne d'une personne avec précision et avec ses composantes et significations émotionnelles de façon à les ressentir comme si l'on était cette personne , mais cependant sans jamais oublier le « comme si » »*

- **cognitive : connaître ce que l'autre ressent**
- **affective : ressentir ce que l'autre ressent**
- **sociale : répondre de façon compassionnelle à la détresse de l'autre**




A close-up, artistic photograph of a horse's face, focusing on the eye and the texture of its coat. The lighting is warm and soft, highlighting the details of the horse's features.

**DES compétences ESSENTIELLES qui se travaillent et s'enseignent  
grâce à l'éclairage des neurosciences  
...et qui stimulent le passage de la théorie à la pratique**

## **REGULATION EMOTIONNELLE :**

**Avoir conscience de ses émotions  
savoir les NOMMER  
savoir gérer celles qui sont difficiles à vivre  
savoir face à une situation adverse,  
en sachant identifier son stress et le comprendre**



A classical painting of a man and a woman in profile, looking down. The man is on the right, and the woman is on the left. The painting is in a warm, brownish-gold color palette. The text is overlaid on the top half of the image.

**DES compétences ESSENTIELLES qui se travaillent et s'enseignent  
grâce à l'éclairage des neurosciences**

**...et qui stimulent le passage de la théorie à la pratique**

**RELATIONS INTER PERSONNELLES DE QUALITE:**

- **communiquer : écoute et empathie, formulation claire de ses propos...**
- **relations constructives : liens sociaux et attitudes prosociale (entraide, coopération...)**
- **résolution de conflits, demande d'aide face à difficultés...**





**Les  
compétences  
psychosociales**

- **COMPÉTENCES COGNITIVES**
  - Prendre une décision, choisir, renoncer, trier
  - Avoir une pensée critique, recul, analyse
  - Auto évaluation
- **COMPÉTENCES EMOTIONELLES**
  - Réguler ses émotions
  - Gérer son stress
  - S'auto évaluer et s'auto réguler
- **COMPÉTENCES SOCIALES**
  - Communiquer (verbale et non verbal)
  - EMPATHIE
  - Capacités de résistance et de négociations
  - Coopération
  - Plaidoyer

## DÉTERMINANTS DE LA SANTÉ :

- stress
- qualité des relations sociales et familiales
- résilience
- estime de soi

AUGMENTER les CPS revient à AMELIORER les comportements FAVORABLES à la santé et diminuer les conduites à risque, AUGMENTE le bien être des individus

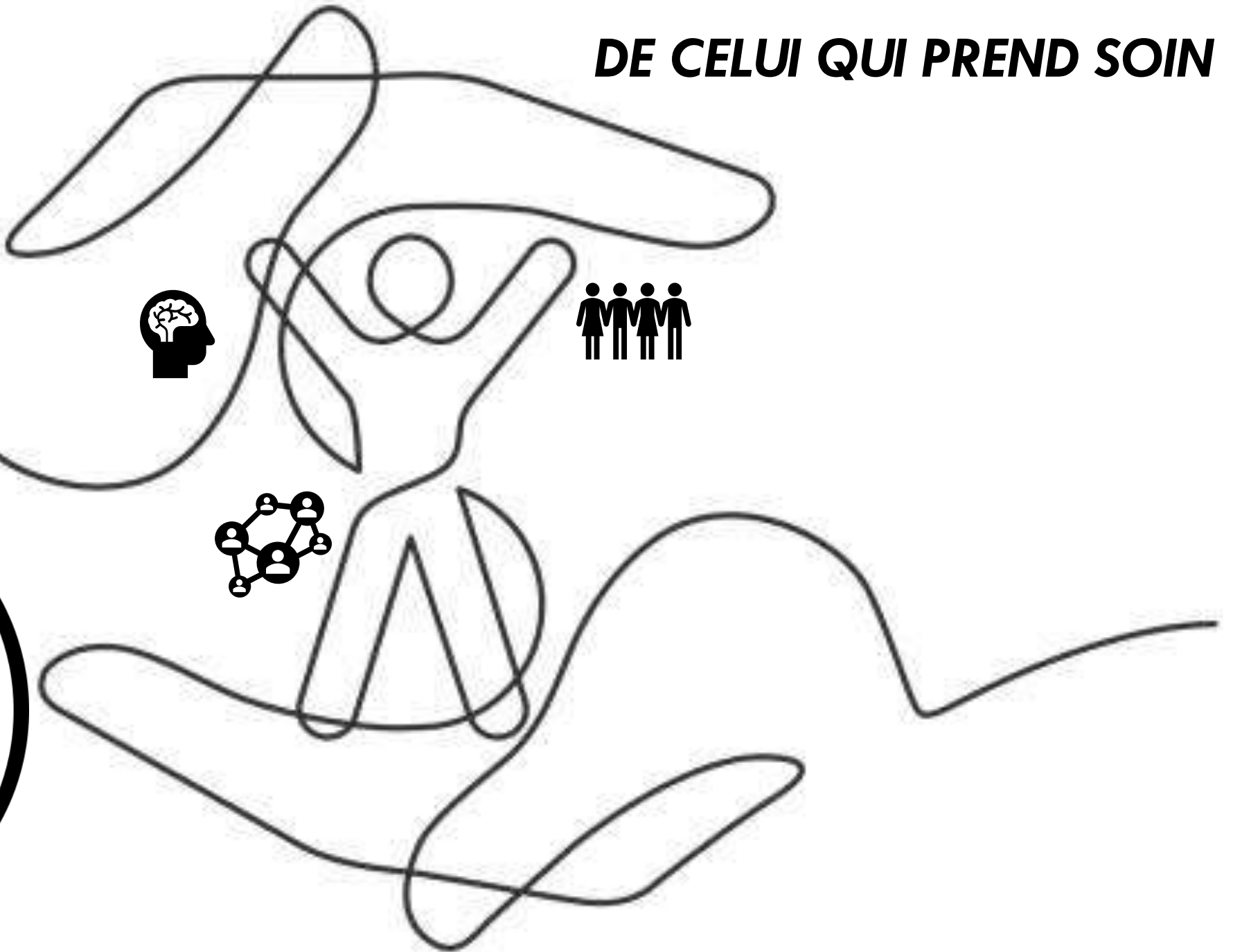
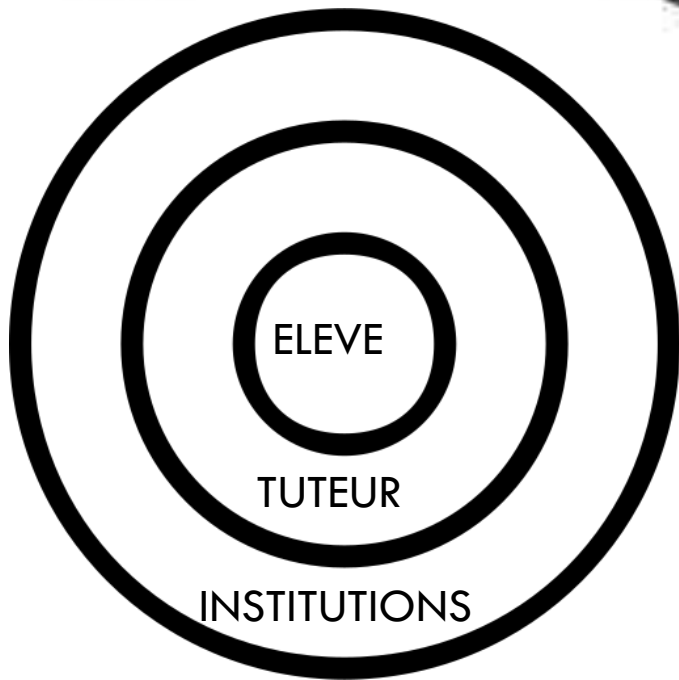
## EN FORMATION PRATIQUE / CLINIQUE :

- proposer une formation aux professionnels / tuteurs
  - un accompagnement à leurs pratiques de tutorat / formateur
  - des analyses de pratique pro
  - UTILISER une pédagogie INTERACTIVE et EXPERIENTIELLE
- CULTIVER UN CLIMAT POSITIF DE BIENVEILLANCE



**PRENDRE SOIN**

**DE CELUI QUI PREND SOIN**



**MERCI DE VOTRE ATTENTION**

