

A05 – Les facteurs influençant notre cognition

Mieux comprendre le fonctionnement cognitif et ses troubles



PROBLEMATIQUE

Les recherches et la clinique nous montrent combien différents facteurs peuvent influencer notre fonctionnement cognitif. Or, cet état de fait est encore peu connu des professionnels et du grand public. Stress, anxiété, choc émotionnel ou joie immense vont jouer un rôle sur nos capacités cognitives et notamment sur l'attention et la mémoire. Douleur, sommeil, état sensoriel, mais aussi activités sociales ou isolement seront également des facteurs à prendre en compte. Tout au long de la vie notre cognition changera. Il sera important de savoir s'y adapter.



OBJECTIFS

Prendre conscience de l'importance, dans tout accompagnement, de s'assurer de la stabilité émotionnelle de la personne qu'ils suivent et de l'influence des émotions sur la cognition.
Ecarter toute cause organique avant d'évoquer un éventuel diagnostic.
Comprendre que ces facteurs sont autant de pistes de prévention du « bien vieillir cognitif ».



PROGRAMME

- Les nécessaires fonctions cognitives ;
- Emotion et cognition ;
- Motivation et apprentissages ;
- Sommeil et attention ;
- Trouble visuel ou auditif ;
- Relations de couple ou sociales ;
- Pistes de prévention.



PUBLIC

- Professionnels de la santé, de l'enseignement, de l'éducation...



METHODE

- Apport théorique ;
- Transposition pédagogique ;
- Temps d'échange et remise des supports de formation.

Durée : 2 journées

Lieux : En établissement uniquement

Tarif : 1800€

Intervenant : Benoît MICHEL ou Virginie MATTIO - Psychologue Neuropsychologue