

Charge émotionnelle

Comment adapter les scénario/debriefing pour un transfert optimal des apprentissages
(Simulation relationnelle)

Nathalie PRIETO, psychiatre

Cellule d'Urgence Médico-Psychologique, Centre Régional du Psychotraumatisme
Hôpital E Herriot
Hospices Civils de Lyon

Conflits d'intérêt

Laboratoires : Bayer, Chiesi

Organisme de formation : Association Transfaire, Dendrites

Vous avez dit « charge émotionnelle »...

Les émotions sont-elles biologiques ? Essentielles, archaïques...

Les émotions sont-elles cognitives ? Élaborées, secondaires...

A l'inverse **du sentiment**, les émotions n'ont pas besoin de la conscience d'être soi ni de la conscience de sa relation au reste du monde

Charge : quelque chose de « lourd », mais aussi : énergie, dynamique, vital...

Les 6 émotions primaires (selon P. EKMAN)

- **Surprise**
- **Joie**
- **Tristesse**
- **Colère**
- **Peur**
- **Dégoût**



La seule positive

Basée sur les expressions faciales humaines universelles

Facial expressions of emotion : new findings, new questions. Psychological Science, 1992, 3, 34-38

Des émotions secondaires (honte, culpabilité, orgueil, gratitude, convoitise...) ne sont qu'humaines, elles mettent en œuvre des processus cognitifs complexes comme la mémoire explicite et des schémas de pensée élaborés

Emotions primaires et secondaires sont « modulées » par la culture

Lesquelles seront engagées en simulation?

- Toutes !
- Lesquelles seront problématiques ?
- La peur
 - La colère
 - La tristesse...
- Mais surtout les émotions complexes : la honte, la culpabilité, l'orgueil, le ressentiment...
- En lien avec « l'estime de soi »...
- En simulation relationnelle : « l'identification »

L'émotion essentielle, la plus archaïque, contagieuse... : rôle essentiel en psychopathologie



LA PEUR !

LE STRESS

(réaction, tension, adaptation.... Hans Selye)

A syndrome produced by diverse noxious agents, Nature, 1936, 138,32

Réaction physiologique, biologique,
psychologique, **réactionnelle** à la
peur

Il diffère de l'anxiété, ou de l'angoisse

Intérêt : charge émotionnelle et mémoire

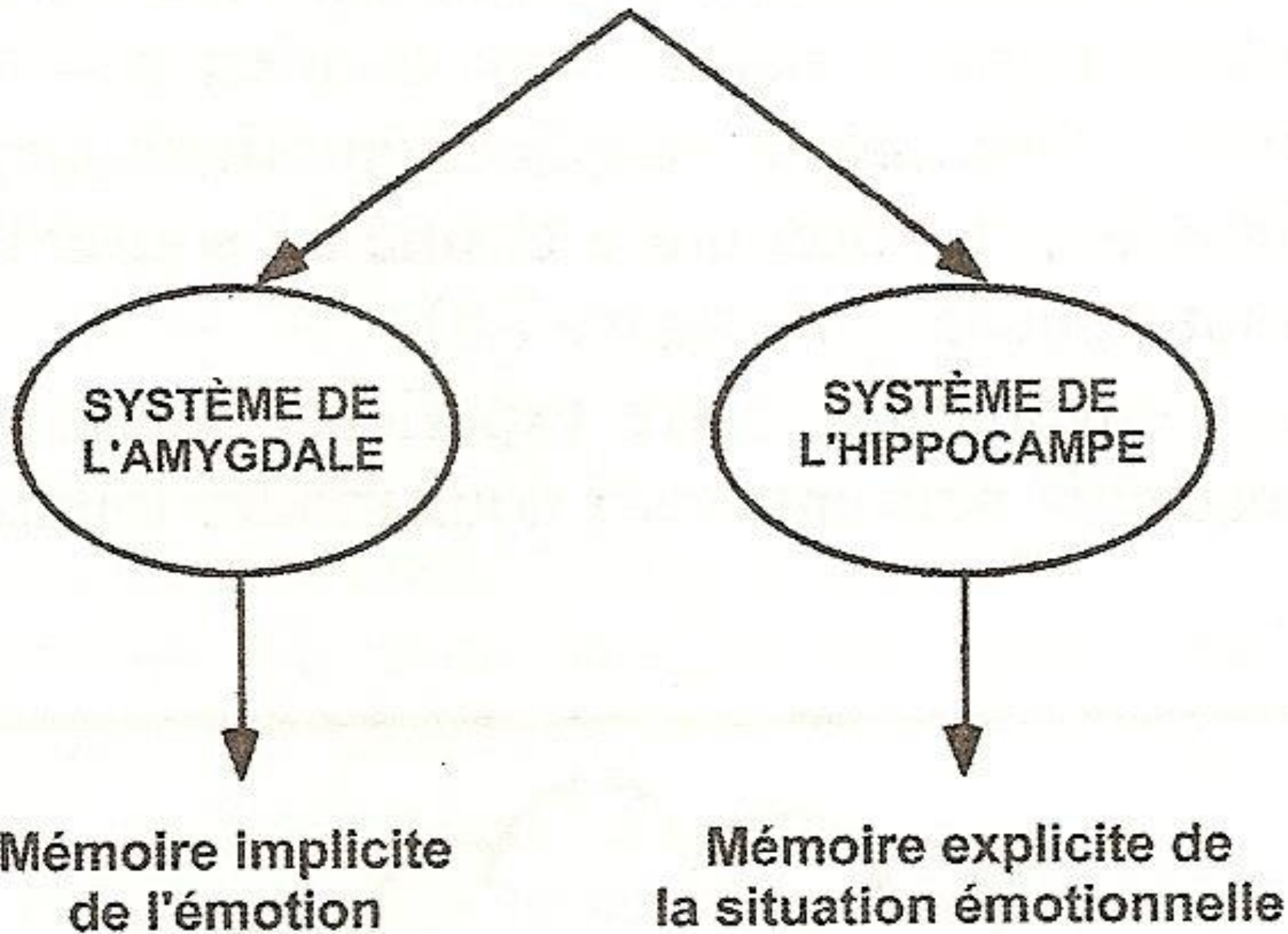
Un lien direct

Synonyme de pathologie (anxiété, traumatisme psychique : Mac Nally)

Charge émotionnelle positive+++

Charge émotionnelle négative (évitement)

SITUATION ÉMOTIONNELLE



Dans les apprentissages...

Les émotions, les canaliser mais pas les faire disparaître...

Elles sont à l'origine des phénomènes de mémorisation

Une immersion progressive, des éléments préalables d'information et de maîtrise

Certaines techniques spécifiques (cohérence cardiaque, pleine conscience...) peuvent être utiles « en immersion » majeure, lors de simulation de combat...

Sinon, tout va dépendre de la qualité pédagogique des formateurs...

Charge émotionnelle dans les scénarios (relationnels)

Quelques règles de base :

- Mise en confiance des apprenants : atmosphère ludique, saine pression
- En simulation relationnelle : des apprenants « acteurs »
- Des apprenants « au pluriel », éviter les duo (acteur patient, apprenant soignant)
- Le volontariat est privilégié, petit décalage par rapport à la pratique habituelle...
- Scénarios choisis, réalistes, réalisables (cf mort subite du nourrisson...) courts
- L'agressivité bonne manière de simuler la charge
- Les formateurs ne « montrent pas » en se mettant à la place des apprenants

La gestion des émotions en debriefing post simulation

L'écoute active

Des invitations à formuler son vécu : mais **autour des faits+++**, pas de manière flottante (cela vous a fait quoi quand..., vous avez pensé quoi alors ?...)

Des reformulations du vécu énoncé, question jusqu'à la baisse totale de la charge émotionnelle

Une reprise bienveillante

Si débordement émotionnel, pas d'exposition, reprise pudique, pas d'éléments personnels en groupe !!

Avoir des connaissances en dynamique groupale

CONCLUSION

« Charge émotionnelle : oui pour susciter l'intérêt, favoriser la mémorisation... L'intégration des phénomènes émotionnels est très importante lors des apprentissages, mais la gestion des émotions ne doit pas constituer l'essentiel de la simulation... »

