

# FACTEURS DE RISQUES COGNITIFS ET COMPORTEMENTAUX DE LA MALADIE

Certaines cognitions ou comportements peuvent amener un individu à ne plus être autonome à ne plus prendre de décision adaptée par rapport à sa maladie.

## I) Cognitions

### 1) Définition

**Actes de la connaissance**, et non les connaissances elles-mêmes mais la façon dans la personne met en jeu ses connaissances

Processus qui permettent d'acquérir, d'organiser et d'utiliser les connaissances et les informations, qui interviennent donc à toutes les étapes du fonctionnement psychique.

### 2) Les 4 niveaux des cognitions

**Entrée du système cognitif** : entrée de l'information  
situation, information verbale ou visuelle



**Structure cognitive** = ttt de l'information :

**Connaissances** : tous ce qui est acquis par mémoire et apprentissage



**Représentation** : façon dont sont représentées les connaissances à un temps t



**Raisonnement** façon dont les connaissances et représentation sont ordonnées



**Relation situation / connaissance** :

Mise en place de la stratégie d'action (décisions)



**Sortie du système cognitif**

Réalisation de l'action

### 3) L'apprentissage

Modification du comportement d'un organisme dû à une expérience sensorielle extérieure.

Peut s'appliquer à la vie de tous les jours

Chez l'homme l'apprentissage présente trois processus

- **Entrée** par un stimulus via un **encodage de l'information**
- **Stockage**
- **Sortie** par rappel du stimulus via la **récupération de l'information**

C'est un mécanisme relié à une région cérébrale appelé **hippocampe**

### 4) La mémoire

C'est un processus lié à ceux de l'apprentissage

Il existe 3 types de mémoire

- **Long terme**
- **Moyen terme**
- **Court terme** : mémoire sensorielle

## II) Comportement dirigé vers un but

Ensemble des processus qui transforment une idée en réalisation d'un but, d'un objectif

Il y a transformation d'un état interne en action.

### 1) L'intention

**Point de départ du comportement**

Elle peut être interne ou externe

### 2) La mémoire de travail

**Capacité de se rappeler d'une info passée à court terme** : extraction des connaissances utiles pour le moment où on doit mettre en place l'action

### 3) La programmation-planification

**Adaptation et organisation des connaissances** permettant la mise en place de l'action

#### 4) Les connaissances et les représentations

**Connaissance**= structure cognitive permanente

**Représentation**= structure cognitive transitoire

#### 5) L'émotion

**Mouvement vers l'extérieur**, déclenchée par perception d'un stimulus externe ou interne ou d'une expérience relationnelle

Souvent **elle accompagne l'intention**

#### 6) La motivation

**C'est ce qui pousse à agir**, à aller vers le but

Elle est nécessaire mais **très variable**. C'est une **notion proche de celle de récompense**

Elle **interagit avec l'émotion**

Elle a des **liens anatomique et chimique avec l'apprentissage**

#### 7) La comparaison

**Le résultat correspond-t-il à mon intention ?**

Associé aux notions de :

➤ **Jugement** : Un trouble de ce dernier amène des soucis de santé

➤ **Conscience** : perception par l'individu de ce qui se passe dans son esprit

Permet de **perfectionner la prochaine action**

#### 8) Le mécanisme du comportement dirigé vers un but

