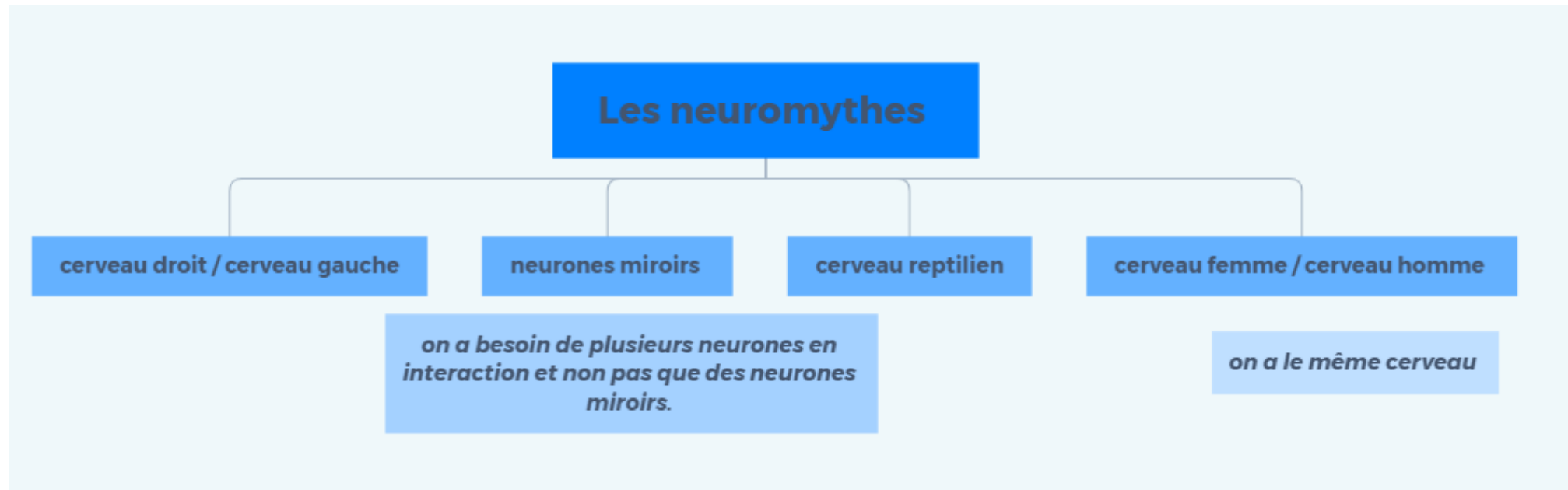


Journée nationale des Dys du Rhône

13 octobre 2018 – Confluence

Conférence
d'Yves ROSSETTI
et Caroline
BOUCHOT

- Le regard de l'autre : les neurosciences cognitives et l'empathie.
- Analyse critique et pratique quotidienne.



1. Intervention d'Yves ROSSETTI

- Neuroscientifique de l'INSERM
- Les neurosciences sont à la mode, pourtant, il y a de nombreux neuromythes auxquels il faut faire attention.

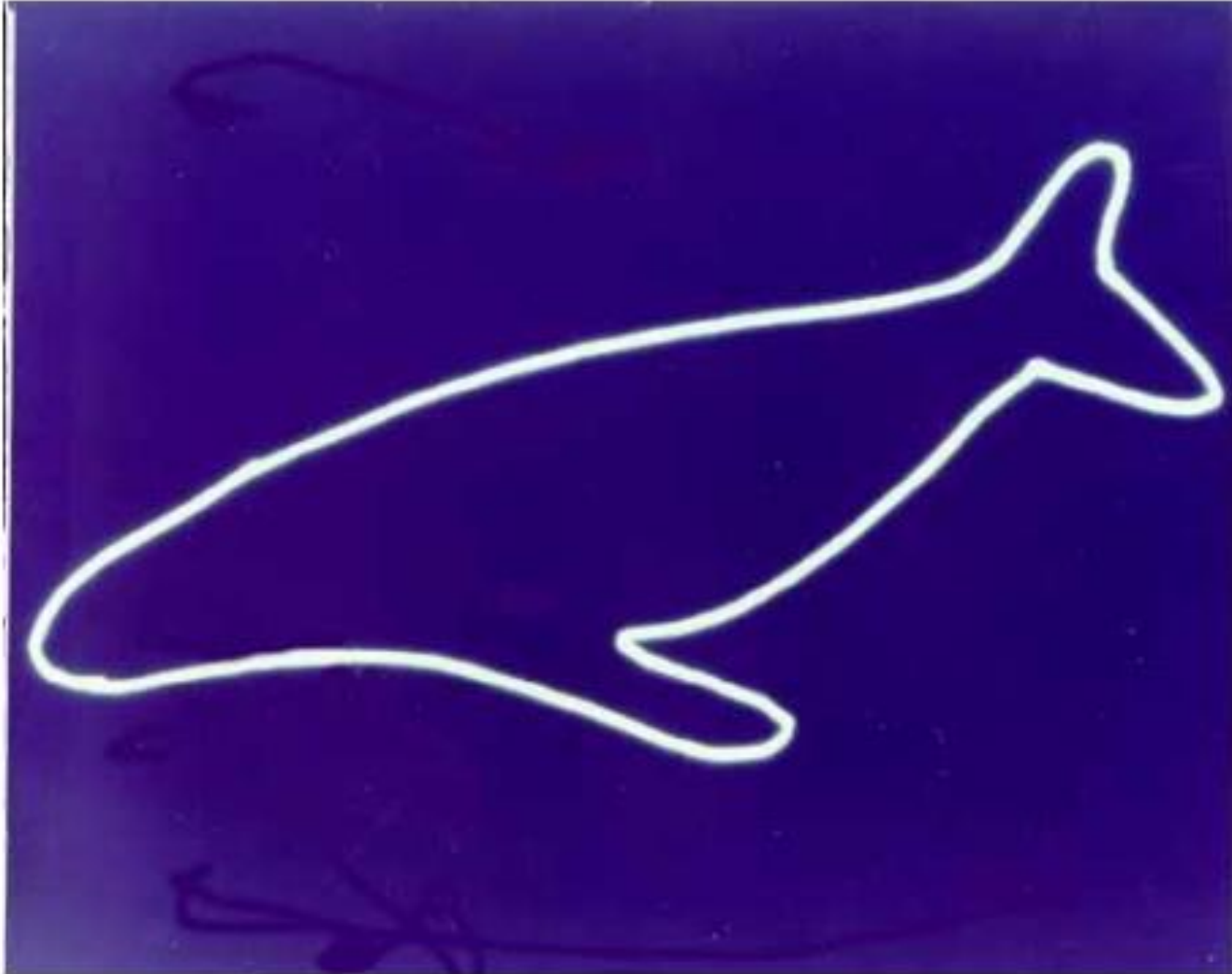
Le cerveau et les interprétations



- Le cerveau est un organe historique. Les interactions avec l'environnement structurent les processus cérébraux qui interprètent les signaux. Les illusions n'existent pas. L'illusion d'optique montre qu'en fait le cerveau travaille et a choisi la réponse la plus probable, à sa voir celle qu'il a déjà vue / apprise / connue. L'illusion est efficace habituellement. Elle permet de montrer que nous sommes toujours dans l'interprétation et non dans la vérité.
- Exemple : la chaise de Beuchet ou la chaise réductrice.
Explications ici : <https://www.youtube.com/watch?v=CslDveiU8UU>

- Une image inhabituelle donne lieu à une interprétation habituelle. Le cerveau donne une réponse habituelle à ce qu'il voit. Il s'accroche à la première interprétation.
- Nous ne percevons donc pas la réalité mais sommes prisonniers de notre point de vue (= ce que notre cerveau interprète).
- Comment sortir de notre point de vue pour accéder à l'autre ?
- Il faut prendre en compte plusieurs contextes.

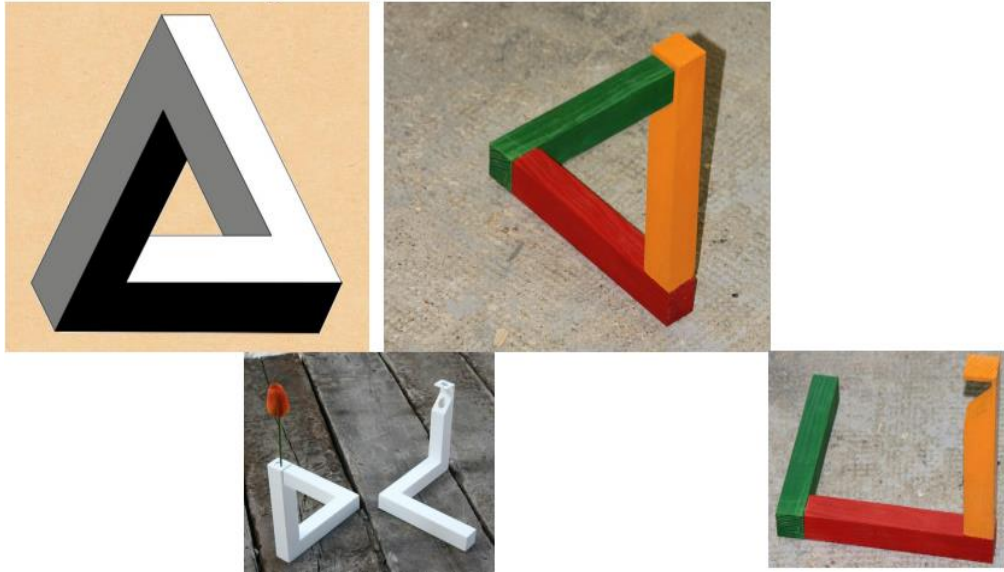
Quel est cet animal?



Contexte temporel

Notre interprétation dépend de notre culture, de ce que nous avons l'habitude de voir ou non.

Baleine ? Kangourou ? Manchot?



Contexte spatial

Notre interprétation dépend de l'endroit où on se place.

1. On projette à la moitié de la salle cette image.



2. On projette à l'autre moitié cette image.



3. Image montrée à toute la salle: que voyez-vous en rouge ? Certains diront B et d'autres 13.

- Notre vie de tous les jours est bondée d'interprétations limitants : lui il est comme ça, elle est comme ci, etc. Toutes ces étiquettes sont des jugements, des interprétations.
- Pour communiquer, nous utilisons des mots pour décrire nos pensées, nos émotions, nos sentiments mais en fait ces mots sont aussi des interprétations en fonction du contexte.

Et les relations dans tout ça ?

Autre exemple



Le prisonnier des cannibales était prêt à manger.



elle a ramassé une bûche



Le médecin guérit

Les enfants préfèrent les gâteaux à la crème.



- Sans contexte, l'ambiguïté d'une phrase est évidente.
- En contexte, on ne se rend pas compte que c'est ambigu et on confond donc notre interprétation avec la réalité alors qu'une autre personne ne va peut-être pas percevoir la même chose si elle n'a pas le contexte.
- Dans la vie de tous les jours, le contexte n'est pas le même pour tous... la force du contexte n'est pas la même, les interprétations diffèrent, nous sommes souvent sûrs de ce que nous avons compris...

L'interprétation, un avantage ?

- L'interprétation est un processus par lequel la pensée tire des conclusions à partir de faits perçus (opinions, inférences ou déductions). Elle permet une économie de paroles.
- Par exemple, il est plus simple de dire: « Il est furieux ! »
Que: « Son visage est devenu rouge, il gesticule, il transpire abondamment, il ouvre tout grand les yeux et il s'exprime d'une voix très forte. ».
- L'interprétation est donc très utile car elle nous permet d'aller plus vite.

L'interprétation, un problème ?

- Les faits sont indiscutables alors que les interprétations sont subjectives. Si on les confond, on oublie de vérifier le bien-fondé de ces interprétations.
- Exemple : si mon ami demande conseil à quelqu'un d'autre plutôt qu'à moi (*le fait*), (je suis persuadé qu') elle n'a plus confiance en moi, me méprise... (*l'interprétation*).

Conclusion

Les interprétations sont utiles mais peuvent nuire à la communication si nous n'acceptons pas de les remettre en question.



De nombreuses techniques de communication proposent de prendre conscience des obstacles à la communication.
Ex : la Communication Non Violente.

Pour aller
plus loin

- Le diaporama d'Yves ROSSETTI avec tous les exemples d'illusions. <http://aces.ens-lyon.fr/aces/formation/formasciences/formasciences-2017/FormaSciences2017.pdf>
- Son interview sur France 3 : <https://france3-regions.francetvinfo.fr/auvergne-rhone-alpes/rhone/lyon/cerveau-est-decrit-objet-plus-complexe-connu-univers-yrossetti-1214757.html>
- Propositions de Caroline BOUCHOT (2^{ème} intervention) : travail sur les intelligences multiples, la communication non violente, apprendre autrement, la météo émotionnelle, écoute empathique (choisir 1 image qui nous représente le mieux), méditation de pleine conscience..