

La cognition et les troubles cognitifs

La **cognition** regroupe l'ensemble des processus mentaux relatifs à la connaissance tels que la perception, la mémorisation, le raisonnement, la résolution de problèmes etc.

Présents dans de nombreuses affections psychiatriques (schizophrénie, troubles bipolaires, dépression, addiction, etc.), les **troubles cognitifs** ont des conséquences importantes sur les habiletés nécessaires en vie quotidienne et participent à la dégradation de la qualité de vie de la personne (oublis du traitement, relations sociales perturbées...).

La mémoire de travail

Sollicitée en permanence, c'est la mémoire du présent. Elle permet de retenir des informations pendant plusieurs secondes.

Troubles : faire répéter pour retenir un numéro ou bien encore perte du fil de la conversation.

En savoir plus : <http://www.crfna.be/Portals/0/MdTbrochurefinale.pdf>



La cognition sociale

La cognition sociale désigne l'ensemble des processus cognitifs impliqués dans les interactions sociales.

Troubles : difficultés à comprendre et percevoir le monde social.

En savoir plus : <http://www.remediation-cognitive.org/uploads/afrc/psychoeducation.pdf?v=82>

La mémoire à long terme

C'est la mémoire des épisodes de notre vie. La plupart des souvenirs épisodiques se transforment avec le temps en connaissances générales. C'est aussi la mémoire du savoir et de la connaissance sur soi (son histoire, sa personnalité) et sur le monde (géographie, actualité, nature, ou encore expérience professionnelle).

Troubles : apprentissage difficile de nouvelles informations, difficulté à trouver ses mots, à retrouver le sens d'un mot, discussion peu fluide.

En savoir plus : <http://lecerveau.mcgill.ca/index.php>

Les fonctions exécutives

Elles correspondent aux processus cognitifs nécessaires pour s'adapter face à une situation nouvelle, pour lesquelles nous n'avons pas d'automatismes. Pour cela, différentes composantes exécutives seront impliquées. L'**inhibition** permettra d'empêcher une réponse automatique non adaptée et à mettre de côté les informations non pertinentes pour élaborer un plan d'action. Les capacités de **planification** permettront d'organiser une série d'action en une séquence visant un but. Enfin la **flexibilité mentale** permettra de passer d'un comportement à un autre.

Troubles : désorganisation, persévérations, désinhibition, etc.

En savoir plus : <http://www.crfna.be/Portals/0/fonctions%20ex%C3%A9cutives.pdf>

Les processus attentionnels

Il en existe plusieurs composantes. L'**attention sélective** permet de sélectionner des stimulations en présence d'informations non pertinentes. L'**attention soutenue** nous permet de nous concentrer sur une activité sur la durée, elle implique notre vigilance. Enfin, l'**attention divisée** nous permet de réaliser deux tâches simultanément.

Troubles : désorganisation, agitation, impulsivité, oublis etc.

En savoir plus : <http://www.coridys.fr/> site d'information sur les troubles cognitifs

