

La vérité sur les émotions, 4^e partie

« Dans notre société, depuis les 50 dernières années, nous avons relégué le développement social et émotionnel au dernier rang. Ce faisant, nous causons un grand tort à nos enfants et à notre société ». Rachelle Tyler Prof pédiatrie UCLA

Elizabeth de Beauport dit : « Ce qui manque à nos efforts d'apprentissage c'est le cerveau qui ressent (Feeling brain). L'affection est la première caractéristique du cerveau mammifère. Lorsque nous avons appris à prendre soin des gens, des animaux ou de la nature, nous nous sommes mis d'accord de ne pas être comme des reptiles et de seulement faire notre petite affaire ».

Notre environnement émotionnel est un élément critique de notre croissance et de notre capacité d'apprentissage. Dans l'utérus, les caractéristiques nerveuses et biochimiques de la mère affectent le fœtus et l'embryon. Dès la naissance, la séparation maternelle, la privation sensorielle ou le rejet vont déclencher une réaction de stress extrême chez l'enfant. Ces états vont causer par la suite, chez 85 % des enfants, des problèmes de comportement et de langage. À ceci viendra s'ajouter une plus grande susceptibilité à la maladie (cœur) tant chez les enfants que chez les adultes.

Lorsque nous sommes embryon, fœtus, enfant ou adulte, et que nous vivons des expériences traumatiques ou d'abandon, notre cerveau toujours en développement devient programmé et anticipe ce genre de problème. Nous créons ainsi un cercle vicieux dont il est très difficile de se sortir en n'utilisant que des méthodes thérapeutiques de comportement, de compréhension, d'analyse ou des méthodes chimiques. Des IRM effectués chez des enfants autistes démontrent que les régions du cerveau qui ont un lien avec les émotions et la mémoire sont agrandies comparativement à ceux d'une population normale. Ces régions prennent toute la place et il n'y a rien d'autre de possible.

Les experts en développement et en apprentissage s'entendent pour dire que le facteur le plus important pour le développement intellectuel est un environnement sécuritaire avec une relation de confiance avec les parents ou tuteurs. Le temps passé à cajoler, à jouer, à être présent et à communiquer consciemment avec les enfants crée un lien de sécurité, de confiance et de respect sur lesquels les bases de développement de l'enfant peuvent prendre forme.

Il est bien connu que la chose la plus importante qu'un professeur puisse faire pour un enfant, c'est de se lier ou de s'attacher à celui-ci. Dans bien des écoles maintenant, on recommande de ne plus faire ça. Les *CAT scans* démontrent que les enfants interprètent l'information à partir de leurs émotions d'abord et que l'information qui est la plus émotionnelle pour l'enfant est celle qui sera retenue. D'un autre côté, l'insécurité et la peur freinent rapidement l'apprentissage en fermant les connexions neurologiques avec le cerveau supérieur.

Notre corps/esprit apprend de nos expériences de vie mises dans un contexte en relation avec l'ensemble. Ce sont nos émotions et nos sensations qui déterminent le contexte. Pour apprendre, nous avons besoin d'un engagement émotif. Nos écoles, de façon générale, enseignent les connaissances en pièces détachées, en sujets séparés dans un environnement non émotif et non social. La connexion entre le sujet enseigné et l'application dans la vie de tous les jours est souvent oubliée ou négligée. Pour la majorité des leçons ou devoirs, nous nous attendons que les enfants deviennent sérieux, dans un

processus intellectuel dépourvu d'émotions et de contact social. Les professeurs doivent alors devenir des agents de discipline au lieu d'être des agents d'éducation. Plus d'emphasis est alors mise sur la restriction des interactions sociales et émotionnelles.

On a déterminé qu'il existe trois types d'apprentissage. Les étudiants qui se sentent en sécurité, respectés et aimés sont plus motivés à apprendre, et puisqu'ils possèdent déjà l'engagement émotif nécessaire à l'apprentissage, ils vont apprendre parce qu'ils aiment apprendre tout simplement. D'autres vont apprendre parce qu'ils ont compris le lien entre l'éducation et la survie; il y a donc un engagement émotif/survie. Enfin ceux qui ne se sentent pas émotionnellement en sécurité vont manquer cet engagement émotif nécessaire à apprendre et auront de la difficulté à voir les applications possibles dans leur vie et échoueront lamentablement à l'école.

Mais qu'en est-il pour les adultes? Est-ce que tous ces processus neurologiques indéniables disparaissent magiquement à l'âge adulte?

Nos processus d'apprentissage demeurent les mêmes, peu importe l'âge que nous avons. Nous devons être d'abord engagés de façon émotive dans ce que nous voulons apprendre. Cet apprentissage doit être fait dans un environnement sécuritaire, paisible où les interactions sociales sont nombreuses et importantes. Bien différent de ce que la majorité d'entre nous ont connu à l'université ou au CEGEP. J'avais l'habitude de me retirer seul dans ma chambre sans aucun bruit ou distraction. C'était la façon que je croyais la plus efficace pour faire rentrer toute cette information académique dans mon cerveau et avec de bons résultats en plus. Cependant, lorsque je suis entré en clinique à l'école et que je pouvais faire les liens entre ce que j'apprenais et comment les patients pourraient en bénéficier, mon apprentissage s'est transformé et s'est accéléré. Il n'a cessé de croître depuis ce temps. J'ai appris à apprendre. Je dois être impliqué de façon émotive, kinesthésique et mentale. C'est l'excitation intérieure et la fébrilité saine qui en découle qui me permettent de continuer d'apprendre, de penser et de créer.

Notre système d'éducation aux enfants et aux adultes, même si cette dernière ne se fait plus à l'école, serait plus efficace si nous engagions nos émotions et nos relations sociales pour l'acquisition de connaissances.

Nous avons ce mercredi, notre dernier atelier de l'été qui explique le niveau 2. Notre prochain sera à la fin septembre. Inscrivez-vous rapidement, les places sont limitées. Nous vous recommandons de faire cet atelier environ une fois par année.

J'aimerais vous rappeler que votre système nerveux ne prend pas de vacances. Profitez même de la saison estivale pour augmenter la fréquence de vos visites.

Nos prochains ateliers de Niveau 1 : Introduction au processus d'autoguérison seront les mardi 12 et 26 juillet à 19 h.

Dr Pierre Bernier, D.C. 27.06.11

Droits d'auteur Pierre Bernier, D.C.
Ne peut être reproduit que dans son intégralité.
Visitez notre site : www.chironetwork.com

Pour recevoir l'article de la semaine gratuitement, par courriel, complétez le formulaire au <http://eepurl.com/GeAJ>.