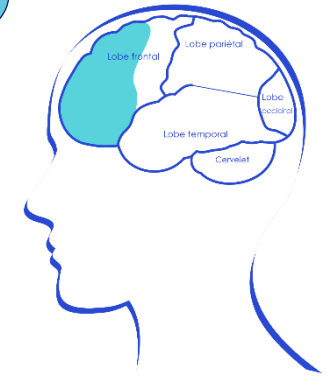


Les fonctions exécutives et la cognition sociale nous permettent d'avoir un comportement adapté dans des situations complexes, non routinières et en société.



Les fonctions exécutives et la cognition sociale nous permettent d'avoir un comportement adapté dans des situations complexes, non routinières et en société.

**Les fonctions exécutives** se composent d'un ensemble de processus de contrôle et de stratégies, qui orchestrent nos réflexions et nos comportements.

Processus	Manifestations après l'AVC	Quelques astuces pour faire face
<b>Inhibition</b> Capacité à se retenir de faire une action et/ou de dire quelque chose d'automatique mais non adapté	Impulsivité Irritabilité Agressivité Familiarité Manque de contrôle des émotions, du comportement, de l'activité motrice...	Identifier les signes déclencheurs pour éviter les situations à risque  Mettre en place des pratiques d'apaisement : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Respiration</li> <li>• Image mentale</li> <li>• Relaxation</li> </ul>
<b>Flexibilité</b> Capacité de passer d'une tâche à une autre et de s'adapter	Rigidité Persévérations Obsessions Idées fixes	Envisager les différentes alternatives face à une situation donnée  Instaurer des routines
<b>Initiation/Planification</b> Capacité à démarrer et à organiser ses actions pour atteindre un but	Désorganisation Problème d'anticipation	S'organiser en utilisant : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Agenda, alarme, check-list...</li> </ul> Procéder étape par étape
<b>Cognition sociale</b> Ensemble des connaissances permettant d'interagir avec l'autre	Egoïsme Manque d'empathie Non respect des règles sociales Incompréhension des sous-entendus (humour, ironie...)	Expliquer au patient ses difficultés  Ecouter, prendre en considération l'avis des proches et des professionnels

• **Où s'adresser pour un diagnostic et une prise en charge adaptés ?**

Les changements cognitifs, comportementaux et émotionnels, j'en parle avec mon médecin traitant pour être orienté vers les professionnels inscrits dans la filière de soins des accidents vasculaires cérébraux :

- Consultations pluri-professionnelles post-AVC
- Consultations mémoire
- Toutes les coordonnées sont publiées sur :

[www.avc-normandie.fr](http://www.avc-normandie.fr)

29 octobre 2019

**Les fonctions exécutives** se composent d'un ensemble de processus de contrôle et de stratégies, qui orchestrent nos réflexions et nos comportements.

Processus	Manifestations après l'AVC	Quelques astuces pour faire face
<b>Inhibition</b> Capacité à se retenir de faire une action et/ou de dire quelque chose d'automatique mais non adapté	Impulsivité Irritabilité Agressivité Familiarité Manque de contrôle des émotions, du comportement, de l'activité motrice...	Identifier les signes déclencheurs pour éviter les situations à risque  Mettre en place des pratiques d'apaisement : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Respiration</li> <li>• Image mentale</li> <li>• Relaxation</li> </ul>
<b>Flexibilité</b> Capacité de passer d'une tâche à une autre et de s'adapter	Rigidité Persévérations Obsessions Idées fixes	Envisager les différentes alternatives face à une situation donnée  Instaurer des routines
<b>Initiation/Planification</b> Capacité à démarrer et à organiser ses actions pour atteindre un but	Désorganisation Problème d'anticipation	S'organiser en utilisant : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Agenda, alarme, check-list...</li> </ul> Procéder étape par étape
<b>Cognition sociale</b> Ensemble des connaissances permettant d'interagir avec l'autre	Egoïsme Manque d'empathie Non respect des règles sociales Incompréhension des sous-entendus (humour, ironie...)	Expliquer au patient ses difficultés  Ecouter, prendre en considération l'avis des proches et des professionnels

• **Où s'adresser pour un diagnostic et une prise en charge adaptés ?**

Les changements cognitifs, comportementaux et émotionnels, j'en parle avec mon médecin traitant pour être orienté vers les professionnels inscrits dans la filière de soins des accidents vasculaires cérébraux :

- Consultations pluri-professionnelles post-AVC
- Consultations mémoire
- Toutes les coordonnées sont publiées sur :

[www.avc-normandie.fr](http://www.avc-normandie.fr)

29 octobre 2019