



HAL
open science

L'improvisation neuropsychologique : une inconnue à découvrir entre formation et recherche

Mathieu Hainselin, Julie de Wever, Yannick Gounden, Maxime Gignon

► To cite this version:

Mathieu Hainselin, Julie de Wever, Yannick Gounden, Maxime Gignon. L'improvisation neuropsychologique : une inconnue à découvrir entre formation et recherche. *Revue de neuropsychologie*, inPress, 13 (1), pp.10-12. 10.1684/nrp.2021.0613 . hal-03134271

HAL Id: hal-03134271

<https://hal.science/hal-03134271v1>

Submitted on 8 Feb 2021

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

Point de vue

L'improvisation neuropsychologique : une inconnue à découvrir entre formation et recherche

Neuropsychological improvisation: an unknown way to discover between teaching and research

Mathieu Hainselin¹, Julie De Wever^{1,2}, Yannick Gounden¹, Maxime Gignon^{1,2}

¹CRP-CPO, UR UPJV 7273, Université de Picardie Jules Verne, Amiens, France

²Simusanté, CHU Amiens-Picardie, Amiens, France

Correspondance : mathieu.hainselin@u-picardie.fr

Université de Picardie Jules Verne – Campus Santé Psychologie 80025, Amiens Cedex 1, France

Article accepté pour publication dans la Revue de Neuropsychologie

Improvisation théâtrale et appliquée

L'improvisation est généralement synonyme, dans le langage courant, de manque de préparation, d'absence de rigueur et de décision prise sans grande réflexion. A priori, tout semble opposer l'improvisation à la rigoureuse pratique de la neuropsychologie. Pourtant, nombre de professionnels de l'improvisation – en musique, théâtre, danse ou médecine d'urgence – affirmeront le contraire. Pour improviser, il est nécessaire de connaître les bases et les limites de la discipline, pour pouvoir jouer sur les temps faibles (lors d'un contretemps ou d'un silence), accompagner un nouveau mouvement ou prendre la bonne décision au bon moment. Tout ceci peut s'apprendre, comme les consignes du Stroop, l'analyse du RL-RI 16 ou la rédaction d'un article scientifique.

L'improvisation théâtrale est une pratique inhérente au théâtre, dont les principales caractéristiques sont l'absence de script, d'accessoires et la présence centrale de la co-construction, le tout en un temps limité. L'improvisation appliquée adapte les outils de l'improvisation théâtrale à différents cadres non artistiques. Les exercices, valeurs et techniques de l'improvisation théâtrale (1) peuvent alors être appliqués dans différents contextes comme l'enseignement, le management ou la santé (2,3).

Se former avec l'improvisation

Par exemple, pour favoriser la co-construction et l'écoute, le principe du « oui, et... », règle d'or de l'improvisation, permet d'éviter le « oui, mais... », un non qui ne dit pas son nom, et favorise l'écoute active de l'autre. Cette compétence, nécessaire en improvisation théâtrale pour co-construire une histoire sans concertation avec un inconnu, peut également servir aux cliniciens et étudiants pour se former et améliorer l'alliance thérapeutique (4). Les conseils de l'improvisation médicale (5) peuvent être repris en neuropsychologie : faire collaborer experts de la neuropsychologie et des compagnies professionnelles de théâtre d'improvisation, établir un cadre de confiance et de bienveillance, débriefer chaque exercice, insister sur l'interdépendance des participants, et s'attendre à des résistances, surtout au début.

L'improvisation fait davantage écho à Jamel Debbouze et au stand-up plutôt qu'à la formation en neuropsychologie et aux publications internationales. Pourtant, les professionnels de la santé mentale qui utilisent également l'improvisation appliquée dans leurs formations rapportent une amélioration des compétences en communication, de la confiance pour les interactions avec les patients, en demandant plus de formations de ce type (6). La formation à l'improvisation appliquée des psychologues spécialisés en neuropsychologie, orthophonistes et médecins à Amiens, Caen et Grenoble notamment, rencontre un succès

certain et se développe comme c'est déjà le cas dans des pays anglophones (7). La mise en situation simulée permet de produire des situations ou des environnements de soins, pour enseigner des procédures diagnostiques et thérapeutiques et permettre de répéter des processus, des situations cliniques ou des prises de décision par un professionnel de santé ou une équipe de professionnels. Ces simulations permettent d'enrichir les formations et de développer ses compétences et son expérience en essayant sans crainte des conséquences d'une erreur. Au contraire, l'erreur est valorisée comme source d'apprentissage au travers d'une démarche réflexive. Ces simulations improvisées répondent aux recommandations relatives au diagnostic et à la prise de décision pour les professionnels de santé, encore trop rares dans nos formations initiales (8). Les scénarios et leur évolution sont inconnus en amont, permettant de ne jamais avoir deux fois le même, ainsi qu'une pression temporelle pour coller au plus proche des conditions réelles.

Improvisation appliquée en clinique

Au-delà de la formation des (futurs) collègues, l'improvisation neuropsychologique peut directement servir en clinique. Les psychologues cliniciens utilisent l'improvisation pour faciliter la communication au sein du couple, de la famille ou de groupes divers (9,10). Comme pour la thérapie d'acceptation et d'engagement, les principes de l'improvisation peuvent servir les patients, grâce à une meilleure connaissance de soi, une flexibilité psychologique plus importante et une meilleure qualité d'écoute (11). Les quelques orthophonistes formées à l'improvisation appliquée rapportent un intérêt des patients pour des exercices qui permettent d'être dans le bureau sans avoir l'impression d'être dans le bureau. De même, plusieurs rééducateurs reprennent les exercices de brise-glace et l'acceptation de l'erreur dans des accompagnements visant à améliorer la cognition sociale. Par exemple, dans les exercices de débats sur un sujet imposé chacune des deux personnes en jeu peut avoir à argumenter en faveur du sujet alors qu'elle avait un avis initialement contre, instantanément et à n'importe quel moment, d'un simple signal du formateur. Outre les situations parfois amusantes permettant de briser la glace, cela nécessite de se mettre à la place de l'autre en adoptant une perspective différente de la sienne, donc être créatif tout en maintenant un discours cohérent avec les dernières remarques. Là aussi, malgré l'intérêt souligné par les formateurs et les participants, il existe très peu de preuves scientifiques de leur impact réel.

Si l'approche qualitative est évidemment riche et importante dans l'étude de l'improvisation, des investigations quantitatives restent nécessaires. Une première étude intégrant l'improvisation appliquée dans une thérapie cognitivo-comportementale a mis en évidence une diminution de l'anxiété et de la dépression, ainsi qu'une amélioration de l'estime

de soi au sein d'un groupe hétérogène de patients (12). D'autres travaux auprès d'adolescents et de jeunes adultes vont dans le même sens avec des améliorations de l'anxiété, du bien-être et une meilleure gestion de l'incertitude (13,14). En dehors des multiples études convergeant vers une amélioration de la créativité après la pratique de l'improvisation théâtrale (15–17), les recherches quantitatives sont rares. Une seule publication retrouve un léger bénéfice de l'improvisation sur la mémorisation d'un texte comparativement à la lecture ou à la discussion (18). Le langage reste jusqu'ici exclusivement étudié sur le plan qualitatif (19), tandis que les processus dits exécutifs sont absents de la littérature.

Si l'improvisation neuropsychologique est en plein essor dans les formations universitaires francophones, son implémentation clinique reste à construire. La recherche, intrinsèquement transdisciplinaire, est également en pleine expansion et les groupes francophones comme anglophones commencent à se structurer. En plus de bénéficier de l'improvisation pour mieux communiquer les résultats auprès des pairs, des décideurs ainsi que du grand public (20), les scientifiques peuvent faire de l'improvisation un objet d'étude en neuropsychologie.

Illustration (encadré)

L'exercice des balles de couleur.

En cercle, les participants miment l'envoi de balles imaginaires aux autres personnes du groupe. Pour cela, chaque participant énonce la couleur de la balle quand il l'envoie et quand il la reçoit (21). L'animateur ajoute d'autres balles imaginaires, de couleurs différentes, au fur et à mesure.

Dans sa conception théâtrale, il s'agit de mettre le groupe en énergie et de travailler sur la communication. Pour les professionnels de la neuropsychologie, cet exercice peut être la base d'un travail sur plusieurs processus cognitifs. Comme les participants perdent ou rajoutent des balles - voire en modifient la couleur -, l'animateur peut souligner la difficulté de faire correctement plusieurs choses en même temps (double tâche) lors de la phase de debriefing. Cette phase de debriefing sert à analyser les erreurs et à trouver des solutions ensemble.

Les participants arrivent généralement, avec ou sans l'aide de l'animateur pour les orienter, à percevoir la nécessité d'avoir des signaux communs clairs pour échanger : bras en l'air quand ils veulent envoyer la balle et bras en bas pour recevoir plutôt que de garder les bras en l'air tout le temps, attendre la réception de la balle après envoi et donner confirmation d'un signe de tête que le receveur a donné la bonne couleur, ou bien encore de déplacer son regard en

permanence pour trouver quelqu'un dans une position différente de la nôtre (receveur si l'on est envoyeur et inversement).

En formation initiale ou avec des patients, cet exercice peut amener à échanger sur la double tâche, l'attention, la compréhension de consignes et communication non verbale. De plus, comme l'échec initial et la réussite lors des essais suivants sont partagés, cela permet de diminuer les chances de nier l'échec (« j'arrive à faire deux choses en même temps ») et de renforcer le sentiment d'auto-efficacité. En fonction des objectifs spécifiques de chaque professionnel, cet exercice peut être adapté pour se focaliser sur d'autres aspects.

Références

1. Tournier C. 300 exercices d'improvisation et d'exploration théâtrale. Paris, France: Eau Vive; 2001.
2. Fu B. Common Ground: Frameworks for Teaching Improvisational Ability in Medical Education. *Teach Learn Med.* 31 déc 2018;1-14.
3. Gao L, Peranson J, Nyhof-Young J, Kapoor E, Rezmovitz J. The role of "improv" in health professional learning: A scoping review. *Med Teach.* 14 nov 2018;0(0):1-8.
4. Villatte M, Villatte JL, Hayes SC. Mastering the clinical conversation: language as intervention. New York: The Guilford Press; 2016. 406 p.
5. Hoffmann-Longtin K, Rossing JP, Weinstein E. Twelve tips for using applied improvisation in medical education. *Med Teach.* avr 2018;40(4):351-6.
6. Hoffman A, Utley B, Ciccarone D. Improving medical student communication skills through improvisational theatre. *Med Educ.* mai 2008;42(5):537-8.
7. De Wever J, Gignon M, Gounden Y, Bourdin B, Hainselin M. Applied improvisation and simulation for clinical neuropsychology and developmental psychology students' training. *Can Psychol Can.* in revision;
8. Pelaccia T, Tardif J, Tribby E, Ammirati C, Bertrand C, Dory V, et al. From Context Comes Expertise: How Do Expert Emergency Physicians Use Their Know-Who to Make Decisions? *Ann Emerg Med.* juin 2016;67(6):747-51.
9. Wiener DJ. Benefits of Theatrical Improvisation in the Training of Psychotherapists. In: *Psychotherapy, Literature and the Visual and Performing Arts* [Internet]. Cham: Springer International Publishing; 2018. p. 131-50. Disponible sur: http://link.springer.com/10.1007/978-3-319-75423-9_8
10. Wiener DJ. Rehearsals for growth: Applying improvisational theater games to relationship therapy. *Talk Ther Using Mov Expressive Tech Clin Pract.* 1999;165-80.
11. Seznec J-C, Ouvrier Buffet É. *Pratiquer l'ACT avec le clown thérapie d'acceptation et d'engagement.* Paris: Dunod; 2014.

12. Krueger KR, Murphy JW, Bink AB. *Thera-prov* : a pilot study of improv used to treat anxiety and depression. *J Ment Health*. 2 nov 2019;28(6):621-6.
13. Felsman P, Gunawardena S, Seifert CM. Improv experience promotes divergent thinking, uncertainty tolerance, and affective well-being. *Think Ski Creat*. mars 2020;35:100632.
14. Felsman P, Seifert CM, Himle JA. The use of improvisational theater training to reduce social anxiety in adolescents. *Arts Psychother*. avr 2019;63:111-7.
15. Lewis C, Lovatt PJ. Breaking away from set patterns of thinking: Improvisation and divergent thinking. *Think Ski Creat*. août 2013;9:46-58.
16. Hainselin M, Aubry A, Bourdin B. Improving Teenagers' Divergent Thinking With Improvisational Theater. *Front Psychol*. 25 sept 2018;9:1759.
17. Lewis C, Lovatt P, Kirk E. Many hands make light work: The facilitative role of gesture in verbal improvisation. *Think Ski Creat*. sept 2015;17:149-57.
18. Scott CL, Harris RJ, Rothe AR. Embodied Cognition Through Improvisation Improves Memory for a Dramatic Monologue. *Discourse Process*. mai 2001;31(3):293-305.
19. Landert D. The spontaneous co-creation of comedy: Humour in improvised theatrical fiction. *J Pragmat*. févr 2021;173:68-87.
20. Bernstein R. Communication: Spontaneous scientists. *Nature*. 1 janv 2014;505(7481):121-3.
21. IMPROFRANCE. Tuto Exercices Impro # 1-1- 2 Balles de couleurs [Internet]. 2020 [cité 5 févr 2021]. Disponible sur:
https://www.youtube.com/watch?v=bsN1tzk0cKg&ab_channel=IMPROFRANCE

Liens d'intérêt

Les auteurs déclarent ne pas avoir de lien d'intérêt en rapport avec cet article.