



# TRISCALE

BE YOURSELF

## Neuroscience Affective et attachement « secure »

Sur la base des concepts de Jaak Panksepp et Robert Cloninger, il est possible de classer les **Besoins affectifs fondamentaux** et les **principes éducatifs nécessaires à l'établissement d'une base « secure »** selon quatre axes et quatre couleurs. Pour en savoir plus :

- 1. BLEU : le BESOIN de RECOMPENSE (BR +) : Système « SOIN »**  
Besoin d'affection, de connexion à l'autre, d'attachement, de lien affectif  
**Expression des besoins et émotions** → Inciter à la spontanéité au jeu  
→ Connaissance de soi, droit à s'exprimer et à se faire respecter :  
→ Je sais reconnaître ce que je ressens, je connais mes besoins et leurs limites  
→ Je sais exprimer des demandes appropriées
- 2. JAUNE : La Recherche de Nouveauté (RN +) : Système « EXPLORATION »**  
Besoin d'ouverture, d'espace, de nouveauté, de reconnaissance, sens de l'identité :  
**Utilisation du Système d'Exploration Social « sans risques »**  
-> Encourager l'autonomie et renforcer les compétences sociales : exploration de l'environnement et des relations, autonomie  
→ « Je connais mes compétences »  
→ « Je sais me débrouiller seul dans la vie »  
→ « Les gens qui m'entourent sont là pour moi mais je sais que je suis quelqu'un de physiquement séparé d'eux »
- 3. ROUGE : La Persistance (PS +) : Système « RAGE »**  
Besoin de réalisation et puissance, persistance.  
**Poursuite et priorité à l'objectif et au maintien de ses efforts**  
-> Notion de règles de conduites et de respect d'autrui, d'autocontrôle et de limites  
→ Etre ferme dans l'apprentissage  
→ « Je connais l'existence des autres et j'ai appris à respecter leurs besoins, leurs idées et leurs émotions »  
→ « Je connais les règles sociales et je les respecte »  
→ « Je suis capable de contrôler mes émotions et mon comportement »
- 4. VERT : L'Évitement de la Souffrance (ES +) : Système « PEUR »**  
Besoin d'estime, de stabilité, de Sécurité  
**Fournir de la stabilité en se montrant prévisible et soutenant**  
→ « Je sais que quelqu'un de stable est là et qui m'aime, me soutient, me comprend et assure ma sécurité »  
→ « Je me sens une personne valable car je reçois des retours positifs »

L'approche **Triscale** se réfère ainsi à ces quatre axes de la neuroscience affective :

