



Qu'est-ce qu'un cerveau intégré horizontalement ?

Dans son livre, *Le Cerveau de votre enfant* (édité en poche à petit prix chez Marabout), coécrit par Tina Payne Bryson, le Dr Daniel J. Spiegel (professeur clinicien de psychiatrie à l'UCLA), nous expose ce qu'il nomme l'intégration entre les différentes parties du cerveau : intégration verticale, entre les aires cérébrales supérieures (dévolues au raisonnement) et les aires inférieures (instinctives, chargées notamment de veiller à notre survie) ; intégration horizontale, entre les hémisphères gauche et droit.

Nous n'avons qu'un seul cerveau, bien entendu, et la plupart du temps il fonctionne en harmonie. Mais ce n'est pas toujours le cas, en fonction des événements que nous vivons, selon l'âge que nous avons, et en fonction des interactions que nous avons eues avec notre environnement durant notre enfance, certaines aires sont davantage développées que d'autres, et les différentes aires peuvent avoir du mal à communiquer ensemble.

Lorsque les neuroscientifiques parlent de cerveau droit et cerveau gauche, ils ne désignent évidemment pas deux cerveaux bien distincts collés l'un à l'autre dans notre boîte crânienne, tels deux voisins aux mœurs et valeurs si différentes qu'ils ne cesseraient de se chamailler ! Non, ils ont recours à cette image pour nous permettre de mieux assimiler une réalité un peu plus complexe. Nous avons un cerveau unique qui, tel que nous le connaissons, aura mis plusieurs millions d'années à se constituer (le cerveau émotionnel est apparu avec les mammifères, il y a cent cinquante millions d'années, le néocortex, lui, a trois millions d'années d'existence, il serait apparu avec l'Australopithèque).

Notre cerveau est divisé horizontalement en deux hémisphères reliés entre eux par le corps calleux, sur la ligne médiane, constitué de fibres qui permettent la communication entre les parties gauche et droite.

Les deux hémisphères de notre cerveau ont leur personnalité propre, comme le montre le schéma que j'ai réalisé en m'appuyant sur les travaux de Payne Bryson et Siegel :

- l'hémisphère droit, qui notons-le domine chez l'enfant de moins de 3 ans, est intuitif (nous aide à prendre des décisions rapides), émotionnel, holistique, créatif, synthétique, non verbal (il interprète les signaux comme les expressions faciales), global (il donne une vision d'ensemble, ne s'attarde pas sur les détails).
- l'hémisphère gauche est analytique, verbal (il aime les mots), rationnel, il aime les détails, il adore répondre aux questions (à partir de 3 ans, on l'aura noté, commence chez le petit enfant l'âge des pourquoi, signe que le cerveau gauche commence à se développer).

L'intégration horizontale consiste à faire fonctionner ces deux parties de manière harmonieuse afin que notre personnalité ne se réfugie ni dans trop de rigidité (cerveau gauche) ni dans une vie trop chaotique (cerveau droit).

Une bonne intégration horizontale permet à l'individu de réguler ses émotions en y apposant des mots, par exemple, ou de développer sa créativité ("le chaos de l'imagination", pour reprendre les mots d'Emmanuel Kant) en l'ordonnant, d'être

souple sans être malléable, ouvert aux autres (empathie cognitive et affective : réceptif aux idées et aux émotions d'autrui) sans être influençable (capable de tenir ses propres raisonnements et de les défendre) ni se laisser submerger (par une trop envahissante résonance empathique).

Les conséquences sont une meilleure hygiène mentale globale, un équilibre qui permet à la fois de communiquer avec autrui, verbalement et émotionnellement, de savourer la beauté de ce qui nous entoure, et de s'astreindre à des raisonnements abstraits lorsque c'est nécessaire. Un parfait équilibre en somme entre les pensées critique, créative et attentive, si chères à la philosophie pour enfants !

© Julien Lavenu pour LaboPhilo, 2020



Cet article vous a été utile?

N'hésitez pas à laisser un **TIP** et devenez **sponsor officiel** du LaboPhilo!

Ainsi vous contribuerez à soutenir mon travail et à garantir la gratuité des contenus sur ce site sans pub. Un grand merci!

Pour accéder à mon Tipeee, c'est ici :

<https://fr.tipeee.com/labophilo>