



REVUE DE PRESSE

Être gaucher dans un monde de droitiers !

Interview de Joëlle Morice Mugnier, Latérapraticien

Réalisée par Marie SAUVETON-AMEN dans le cadre d'un TPE

Son équipe composée de : Clémence MORIN, Maeva SEVILLA en classe de première S au lycée Pierre d'Aragon de Muret (31600) Haute-Garonne. Encadrement par : Mr Kraemer, professeur de physique-chimie, Mme Caubet, professeur de SVT et Mme Marchou, professeur de mathématiques.

Vous pouvez retrouver l'ensemble de leurs travaux sur le thème des gauchers : <https://lesmilleetunesciences.jimdo.com>

Qu'est-ce-que la latéralisation ?

La latéralisation, spécialisation des fonctions de chacun des hémisphères du cerveau traite de l'usage préférentiel de l'organe visuel, auditif, choix de la main et du pied pour un acte, une tâche à accomplir.

Les usages veulent que l'on définisse généralement la latéralité de quelqu'un surtout par rapport à sa préférence manuelle. On dira donc qu'il est latéralisé gaucher ou droitier en fonction du choix de sa main en particulier pour écrire.

Pour les personnes qui sont latéralisées homogènes à droite ou à gauche, on dira qu'elles sont latéralisées «œil, main, pied», donc tout à droite ou tout à gauche. Cependant il est fréquent de rencontrer des personnes latéralisées par exemple à gauche pour l'œil, à droite pour l'oreille, à droite pour la main, à gauche pour le pied ; toutes les configurations sont possibles ; dans ce cas, on dira qu'elles ont une latéralité hétérogène.

Sur l'ensemble de la population en Occident, il y a 14 % de gauchers apparemment homogènes alors que 53 % de ces 14 % sont gauchers très souvent avec l'œil directeur droit.

Parmi les personnes droitrières qui viennent me voir pour des indications comme la dyslexie, la dysgraphie, des maux de tête, etc... on observe qu'elles sont droitrières de la main et du pied mais gauchères de l'œil et ou de l'oreille.

De là peuvent découler des problèmes de lecture, une dysorthographe ou autres dysfonctionnements ; cette «gaucherie» de l'œil directeur en particulier (et non œil dominant) est très rarement testée et prise en compte et par conséquent peu ou pas de «remèdes» sont apportés.

On dira de ces personnes présentant ces symptômes souvent invalidants qu'elles sont dyslatéralisées. Il y a plusieurs degrés de difficulté.

En revanche nous parlerons de personnes simplement mal latéralisées - qui ne sont pas forcément non plus des personnes latéralisées de manière hétérogène - dans la mesure où :

- Elles ne savent pas reconnaître leur droite de leur gauche,
- Elles sont en permanence dans le doute pour savoir quelle main et ou quel pied utiliser pour effectuer une tâche (rarement l'œil et l'oreille sont considérés).

Cela est particulièrement vrai avant l'âge de 7 ans.

Toutes ces personnes mal latéralisées et ou dyslatéralisées sont souvent gauchères à l'origine mais parce qu'elles évoluent dans un monde de droitiers et sont contraintes d'écrire vers la droite dans le sens conventionnel fait pour les droitiers, donc écrivent en fermeture en vrillant souvent leur buste mais aussi lisent comme à contre-courant..., elles sont de fait contrariées par le sens de l'écriture et la lecture avec l'interdiction d'aller dans leur sens d'ouverture vers la gauche.



La théorie des deux sens d'ouverture sur laquelle est construite la latérapédagogie / latérathérapie tente de montrer que le gaucher n'est plus contrarié de la main mais l'est toujours par le sens de l'écriture et de la lecture, voire même de la pensée et cela peut générer une symptomatologie.

La juste latéralité est simple et logique pour un droitier homogène en occident puisque tout est fait par et pour lui, dans l'appréhension du quotidien (outils, sens d'ouverture d'une poignée, pas de vis, le rapport au spatiotemporel / moins l'infini à gauche / plus l'infini à droite, lecture giratoire de l'heure ...) mais également tant pour le sens de l'écriture que celui de la lecture. Cette latéralité naturelle est rarement respectée pour ceux qui ont tendance à être gauchers car le sens conventionnel les oblige à aller de gauche à droite et non de droite à gauche.

Pouvez-vous nous expliquer les notions de droitier et de gaucher ? Pouvez-vous nous parler de l'œil, du pied, de l'oreille qui peuvent-être directeurs et jouent-ils un rôle dans la latéralisation d'une personne ?

En complément de ce que j'ai indiqué plus haut, je rajouterai que l'on ne s'intéresse jamais aux oreilles et peu aux yeux et aux pieds. La notion de droitier ou de gaucher est définie surtout en fonction de la main d'écriture c'est à dire la main «directrice», celle qui se meut dans un mouvement latéral horizontal de gauche à droite, ici en occident. Simon, on parlera de la main «dominante» dans l'usage de : prendre, poser, couper... Le choix de la main dominante et de la main directrice peut donc être différent.

Nous parlons aussi de dominant et de directeur pour la vision et l'audition : œil dominant pour la visée, et œil directeur pour la vision dynamique latérale horizontale pour la lecture et le suivi de l'écriture. Les organes dominants et directeurs peuvent ne pas être les mêmes.

Ainsi selon toute logique, en référence au principe des deux sens d'ouverture, l'œil gauche, s'il est directeur doit tirer vers la gauche comme une locomotive tire son wagon et le droit, s'il est directeur doit tirer vers la droite de la même manière. Il serait incohérent à une locomotive de pousser un wagon, qui plus est si celle-ci est positionnée dans le mauvais sens comme allant à reculons ! C'est ce que l'on demande à un œil gauche directeur dans notre culture occidentale : d'être à l'arrière et de s'activer dans le mauvais sens. Dans notre système où tout doit être lu et écrit de gauche à droite, si une personne est gauchère de l'œil directeur, elle aura davantage la sensation de "pousser" vers la droite, d'aller à contre-courant alors même que son œil gauche est fait pour tirer vers la gauche. S'en suivront souvent des maux de tête, des douleurs ophtalmiques, une lecture lente, hachée....

Il en va de même pour l'oreille : nous avons parfois une oreille dominante différente de l'oreille directrice. Le plus dommageable est lorsque l'oreille directrice n'est pas du même côté que l'œil directeur. Ils ne travaillent pas en cohérence de coordination. Il y a conflit, tension...



Quelles sont les conséquences d'une mauvaise latéralisation ? Du fait d'être contrarié lorsque l'on est gauchers ?

Une mauvaise latéralisation peut avoir de nombreuses conséquences dans le quotidien. Ces personnes mal latéralisées même adultes, peuvent encore se sentir désorientées, déstabilisées, contrariées, sujettes à une hyperémotivité, avec des troubles conatifs - difficultés à prendre des décisions et à les mettre en application.

Additionnées à des troubles cognitifs (concentration tendue, qui ne tient pas dans le temps, compréhension et mémorisation difficile...), et physiques (maux de tête, douleurs ophtalmiques, mal au dos, au poignet pour écrire...) elles peuvent largement entretenir une mauvaise confiance en elle et estime d'elle même.

Ces symptômes sont souvent le signe que ce ne sont pas elles qui sont mal adaptées mais bien le système qui n'est pas adapté à leur latéralité originelle ! Dans les pays où l'on parle et où l'on écrit l'arabe ou l'hébreu, il peut y avoir de la dyslatéralité surtout pour les droitiers de la main et de l'œil puisqu'ils vont à contre-courant de leur sens d'ouverture naturel car ces langues s'écrivent de droite à gauche.

Le sens d'écriture le plus logique serait alors de haut en bas (l'écriture en colonne) comme pour le japonais et le chinois car il permettrait aussi bien aux gauchers et aux droitiers de s'épanouir sans contrainte avec une moindre contrariété pour les droitiers (car les colonnes se succèdent quand même dans un sens latéral horizontal de droite à gauche).

D'ailleurs il a été observé que beaucoup de gens préfèrent lire les magazines : grâce aux écrits en colonnes étroites, l'œil gauche directeur est moins déclenché dans l'effort d'une lecture en direction latérale gauche/droite. Il a moins la sensation désagréable de «pousser», d'aller à contre-courant et de devoir fournir un effort de concentration souvent très important, qui finit par l'épuiser et décourage de la lecture.

Quels conseils donneriez-vous aux gauchers pour mieux vivre avec leurs différences ?

De rester affirmés dans leur gaucherie pour les usages du quotidien et utiliser si besoin les outils pour gauchers, même si on leur reconnaît une réelle capacité d'adaptation aux outils pour droitiers ! Je parle de «gaucherie» comme je parle de «droiterie». Le terme de «gaucherie» ne doit plus être péjoratif ni synonyme de maladresse ! Dans ce cas, je dis plutôt «malhabile» ce qui reste possible chez un gaucher comme chez un droitier !!

Et à l'entourage, parents, enseignants : qu'au seuil des apprentissages, le petit gaucher qui écrit de droite à gauche / en miroir n'entende plus jamais « tu écris à l'envers, c'est pas bien, c'est pas normal, c'est faux... ».

Et qu'on ne lui interdise plus d'utiliser son sens d'ouverture vers la gauche !



En principe maintenant, on ne contrarie plus le gaucher de la main. Mais comme il reste contrarié par le sens de l'écriture et de la lecture en occident, qu'on lui dise au contraire que lorsqu'il écrit en miroir ou en écriture spéculaire comme Léonard de Vinci la pratiquait quotidiennement, «c'est normal, à l'endroit pour toi, c'est bien, c'est juste». Concrètement, ce sont les premiers discours et autorisations indispensables afin que son cerveau se synchronise normalement.

Pensez-vous que le fait que les gauchers soient en perpétuelle adaptation favorise leur développement hémisphérique ?

Oui ! Les techniques d'imagerie médicale, les IRM le montrent.

53 % des 14 % de gauchers ont développé une deuxième aire du langage, dans l'hémisphère gauche, comme pour les droitiers. Ainsi, ils ont deux centres du langage, un à gauche sans oublier leur centre originel dans l'hémisphère droit. Ils sont donc souvent plus avantagé que les droitiers, comme avec une longueur d'avance et cela se vérifie par leurs performances sportives (escrime, foot, tennis...) mais aussi en mathématique, en art... Beaucoup sont précoces, Hauts Potentiels....

D'être en capacité de développer des aptitudes cérébrales complémentaires pour s'adapter illustre ce qu'est la plasticité cérébrale : de nouveaux circuits neuronaux peuvent jusqu'à notre mort être connectés et favoriser avec cohérence nos capacités et augmenter nos compétences cognitives et émotionnelles !

Pouvez-vous nous parler de votre livre « Gauchers de la main, Droitiers de l'œil », de son sujet et des raisons qui vous ont poussée à écrire et dans quels buts ? Qu'est-ce que la latérapédagogie ?

Petite, j'ai été gauchère contrariée de la main d'écriture. Saturée par un mal être cognitif en particulier (concentration tendue, maux de tête, lecture laborieuse...) j'ai à 33 ans décidé de reprendre ma main gauche pour écrire mais, «comme il se doit», en utilisant toujours le sens d'ouverture des droitiers donc le sens conventionnel et quand j'ai senti, compris que cet espace ne me correspondait pas, maintenant un sentiment de blocage et qu'il ne me permettait pas de m'épanouir j'ai commencé à totalement investir mon espace d'ouverture de droite à gauche.

Mais les fruits nombreux de bien être, de réconciliation avec mon identité de gauchère..., cette petite révolution n'étaient pas suffisants. Quelque chose n'était pas totalement abouti. J'ai donc, après avoir réhabilité ma gaucherie en écrivant en ouverture vers la gauche (écriture en miroir ou écriture spéculaire), mis au point des stratégies pour m'adapter au système droitier, en particulier en passant, œil directeur gauche «à œil directeur droit» pour lire et suivre mon écriture dans le sens conventionnel de gauche à droite.



La latérapédagogie dans son aspect fonctionnel était née ainsi que la latérathérapie qui a davantage l'objectif de réguler l'espace émotionnel, psychologique et psychique de la personne ayant souffert de dyslatéralité, légitimement touché dans sa latéralité originelle pour avoir été contrainte de s'adapter, d'évoluer dans un système qui ne lui était pas adapté.

Puis un été, je consultais un blog de gauchers rempli de témoignages de souffrances, d'interrogations... Je ne pouvais donc pas juste pratiquer et transmettre ma méthode. Il fallait par ce livre, que je témoigne publiquement à mon tour de la pertinence de la méthode et de ses possibilités de résilience, de ses bienfaits. J'illustre mes propos de vignettes cliniques et donne également des pistes d'expérimentation pour réhabiliter sa latéralité «naturelle» et des stratégies d'adaptation aux systèmes cognitifs (occidental/oriental).

Je continue d'avoir de magnifiques et émouvants et retours. Les gens sont touchés, se sentent davantage compris et peuvent souvent retrouver le goût, l'envie de s'en sortir. Je ne regrette donc vraiment pas ces années d'échecs scolaires et de galères ! Mais ce n'est pas tout ! De plus en plus de « vrais droitiers » viennent consulter un latérapédagogue (enseignant scolaire, éducateur spécialisé, AVS, graphothérapeute ...) ou latérapraticien (orthophoniste, psychopraticien, psychomotricien...) !!

Ainsi en utilisant la main gauche lorsque l'on est droitier, on active l'hémisphère droit et on stimule son espace intuitif et créatif. Il y a quelques années, j'accompagnais une personne en latérapédagogie/thérapie. Elle était totalement droitrière et souhaitait développer sa créativité, son intuition... Nous avons beaucoup fait de stimulations inter-hémisphériques avec des prégraphies et du travail corporel / gestuel dans l'espace. Parallèlement, elle était en psychanalyse et me dit un jour sa stupeur de se souvenir enfin de ses rêves, inaccessibles jusqu'alors : son hémisphère droit s'était comme débloqué. C'est la moindre des choses lorsque l'on sait que la psychanalyse travaille à partir des rêves !

J'ai donc mis en place une formation pour maîtres des écoles, graphothérapeutes, orthophonistes, orthoptistes etc... car ils peuvent particulièrement adapter la latérapédagogie à leur pratique professionnelle et s'ils sont formés à la thérapie, la latérathérapie. Nous permettront ainsi aux élèves, aux patients de vivre davantage en cohérence et en unité de corps et d'esprit.

Oui, les spécialistes ont de plus en plus conscience du conditionnement de notre cerveau par le système de lecture et d'écriture.

Le déconditionnement est en marche, le possible est possible !

Joëlle Morice Mugnier www.gaucher-droitier.com