

**Grande compétence : Rechercher et utiliser de l'information**

- **A2** : Interpréter des documents
- **A1** : Lire des textes continus

**Grande compétence : Communiquer des idées et de l'information**

- **B1** : Interagir avec les autres

**Tâche 2**

**Effectuer et interpréter des tests pour déterminer l'hémisphère dominant de son cerveau.** (Niveau 2)

*Durée approximative : 90 minutes, selon la capacité de votre groupe (peut se faire en deux séances)*

**Note :** Durant cette activité, les personnes apprenantes découvrent la théorie du «cerveau divisé» et effectuent des tests pour déterminer quel hémisphère de leur cerveau est dominant. Elles découvrent ainsi certaines caractéristiques des deux hémisphères ainsi que les types d'activités qu'elles peuvent faire pour stimuler leur cerveau, surtout en ce qui a trait à la minutie.

**Pistes d'animation suggérées**

- Revoir brièvement les activités et les métiers qui requièrent de la minutie dont il a été question à la tâche précédente. Souligner que les humains ont tous des traits ou des caractéristiques qui les différencient des autres. Certains aiment la vision globale, d'autres préfèrent les détails. Mais pourquoi? Laisser les personnes apprenantes se questionner à ce sujet.
- Souligner qu'un neurophysiologiste américain nommé Roger Sperry a énoncé une théorie dite du «cerveau divisé». (Sperry a reçu le prix Nobel de médecine en 1981.) Selon lui, notre cerveau se divise en deux hémisphères, l'hémisphère gauche et l'hémisphère droit, et chacun joue un rôle distinct; cela explique que des traits de personnalité différents sont associés à l'un et à l'autre. Chaque hémisphère contrôle un côté du corps : l'hémisphère droit est responsable des fonctions du côté gauche du corps et l'hémisphère gauche, des fonctions du côté droit.
- Préciser que selon cette théorie du cerveau divisé, les personnes qui ont l'œil aux détails et la capacité d'analyser des problèmes sont souvent considérées comme étant des «cerveau gauche», tandis que les personnes qui ont plutôt une vision globale et qui sont innovatrices sont considérées comme des «cerveau droit», qui est le cerveau créatif. Présenter les caractéristiques associées à chaque hémisphère selon la théorie.

Cerveau droit	Cerveau gauche
a une approche globale (voit la forêt)	porte attention aux détails (voit les arbres)
est sentimental	est logique et rationnel
a de l'imagination	a l'esprit pratique
est créatif	se fonde sur les faits
est bon dans les arts	est bon en maths et en sciences
est intuitif	est analytique
est subjectif	est objectif
exprime et interprète les émotions	a une pensée critique et raisonnée

**Note :** Si vous désirez approfondir le sujet, chaque hémisphère serait aussi responsable des fonctions et des compétences présentées dans le site <http://www.signos.fr/blog-signosfr/tag/pensee-irradiante/>.

- Demander aux personnes apprenantes à quel groupe elles pensent appartenir (cerveau gauche ou cerveau droit). Souligner que cette théorie de Sperry est très intéressante, mais qu'elle est contestée dans le milieu scientifique. Des recherches récentes semblent effectivement la réfuter. Par contre, elle continue d'être utilisée en psychologie en tant qu'outil de connaissance de soi.
- Inviter les personnes apprenantes à former des équipes de deux. Présenter l'**Annexe 2** et leur demander de lire et d'effectuer les tests simples pour déterminer quel hémisphère du cerveau domine chez elles. Rappeler que ces tests ne sont pas scientifiques et qu'ils ne sont pas toujours exacts mais qu'ils peuvent être amusants. Souligner qu'il existe de nombreux tests psychologiques du genre.

## Test 1

Montrer la jeune fille qui danse sur le site suivant :

<http://www.oksub.com/cerveau-droit-vs-cerveau-gauche.html>.

D'après la direction dans laquelle elles voient la jeune fille tourner, les personnes apprenantes peuvent savoir si c'est leur cerveau droit ou leur cerveau gauche qui domine. Si elles la voient tourner dans le sens des aiguilles d'une horloge, elles utilisent leur cerveau droit. Si elles la voient tourner dans le sens contraire des aiguilles de l'horloge, elles utilisent leur cerveau gauche.

## Test 2 : Tests pour évaluer la latéralité (dominance fonctionnelle)

	<p><b>Joins les mains</b> comme si tu priais.</p> <p>Si ton pouce droit se trouve en-dessous du pouce gauche, tu es cerveau droit.</p> <p>Si ton pouce gauche se trouve en-dessous du pouce droit, tu es cerveau gauche.</p>
	<p><b>Croise les bras.</b></p> <p>Si ton bras droit se trouve au-dessus du bras gauche, tu es cerveau gauche.</p> <p>Si ton bras gauche se trouve au-dessus du bras droit, tu es cerveau droit.</p>
	<p><b>Croise les jambes.</b></p> <p>Si ta jambe droite se trouve au-dessus de la jambe gauche, tu es cerveau gauche.</p> <p>Si ta jambe gauche se trouve au-dessus de la jambe droite, tu es cerveau droit.</p>

## Test 3 : Test psychologique

Afficher le site suivant : <http://test.psychologies.com/etes-vous-cerveau-droit-ou-cerveau-gauche>.

Demander aux personnes apprenantes de répondre aux 10 questions dans leur cahier de travail personnel et d'y noter ensuite leur cerveau dominant. Les aider si nécessaire à comprendre le vocabulaire utilisé.

Inviter les personnes apprenantes à partager leurs résultats. Souligner que même si elles semblent être cerveau droit, il est possible avec des exercices de stimuler leur cerveau gauche. Elles peuvent donc s'entraîner à être plus minutieuses.

Voici des exercices suggérés pour développer les deux hémisphères du cerveau :

Cerveau droit	Cerveau gauche
<ul style="list-style-type: none"><li>• Faire des activités artistiques comme la peinture</li><li>• Faire des collages</li><li>• Penser à des images et imaginer tous les détails</li><li>• Méditer</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Faire des associations de mots</li><li>• Faire des exercices de logique et de mathématiques comme le Sudoku</li><li>• Jouer aux échecs</li><li>• Faire des listes</li><li>• Lire</li></ul>

### Notes

- Si tu es droitier, cela veut probablement dire que tu es cerveau gauche, mais pas nécessairement.
- De même, si tu es gaucher, cela veut probablement dire que tu es cerveau droit, mais pas nécessairement. Tu as tendance à placer ton membre dominant sur le dessus dans les exercices proposés.



**Sylvie Roy, du Centre Moi j'apprends, indique qu'elle a présenté le test 3 en ligne dans son groupe d'informatique; ce test a été apprécié par les personnes apprenantes.**

## Annexe 2

## Quel hémisphère de ton cerveau est dominant?

Voici quelques tests simples qui t'aideront à déterminer quel côté de ton cerveau tu utilises le plus.

### Test 1 : Perception

Le site suivant est affiché par la formatrice :

<http://www.oksub.com/cerveau-droit-vs-cerveau-gauche.html>.

Note dans ton cahier de travail personnel si tu vois la jeune fille tourner dans le sens des aiguilles d'une horloge ou dans le sens contraire des aiguilles d'une horloge.

### Test 2 : Évaluation de la latéralité (dominance fonctionnelle)

	<p><b>Joins les mains</b> si tu priais et note comment tes pouces sont placés.</p> <p>Lequel est en-dessous?</p>
	<p><b>Croise les bras</b> et note comment ils sont placés.</p> <p>Lequel est sur le dessus?</p>
	<p><b>Croise les jambes</b> et note comment elles sont placées.</p> <p>Laquelle est sur le dessus?</p>

Source : Ce test provient du document *Le cerveau* publié dans le site <http://bv.cdeacf.ca/bvdoc.php?no=23286&col=RA&format=htm>.

### Test 3 : Cerveau gauche ou cerveau droit?

Le site suivant est affiché par la formatrice :

<http://test.psychologies.com/etes-vous-cerveau-droit-ou-cerveau-gauche>.

Réponds aux 10 questions du test pour déterminer quel hémisphère de ton cerveau est dominant.