

## ENFANTS, ADOLESCENTS ET ADULTES A HAUT POTENTIEL (HP)

### DEFINITION

L'intelligence du HP est riche et puissante, mais s'appuie sur des bases cognitives différentes :

- Activation cérébrale d'une haute intensité.
- Nombre de connexions de neurones significativement élevé, des réseaux de neurones qui se déploient dans toutes les ères du cerveau.
- Un traitement des informations en arborescence avec une ramification rapide d'associations d'idées qui ont du mal à se structurer.
- Un déficit de l'inhibition latente qui oblige le système cérébral à intégrer toutes les informations en provenance de l'environnement sans tri préalable : les HP en ont plein la tête.
- Une impossibilité d'accéder aux stratégies utilisées lors de la résolution d'un problème car les connexions se font à grande vitesse et en deça du seuil de la conscience.
- Une intelligence intuitive et en images qui s'accommode mal du langage, des mots et de la structure verbale.

### LES ENFANTS HP

Qui sont-ils ?

- Pas des petits génies qui savent tout.
- Pas des intellos, des matheux, des forts en thèmes à lunettes.
- Pas forcément, voire rarement, des bons élèves.
- Des enfants comme les autres : certains rêvassent en classe, d'autres travaillent, certains se mettent en avant, d'autres essayent par tous les moyens de se faire oublier.
- Des enfants issus de tous les milieux sociaux-professionnels, avec un nombre équivalent de filles et de garçons.
- Des enfants dont le QI, mesuré par des tests, est supérieur ou égal à 130.
- Des enfants qui pensent et fonctionnent différemment, qui sortent de la norme quant à leur QI.
- Des enfants qui ont une capacité de raisonnement, de mémorisation, d'inventivité, d'imagination, d'émotion plus grande que la normale.
- Des enfants qui, s'ils ont un rythme de développement plus rapide sur le plan intellectuel, ont des développements affectif, relationnel et psychomoteur identiques à ceux des enfants de leur âge. Ce décalage, appelé « dyssynchronie », est d'autant plus évident que les adultes attendent de ces enfants un comportement en rapport avec leur intellect.

## DESCRIPTION

L'enfant doué ou surdoué est généralement décrit comme ayant des aptitudes incontestablement supérieures à la moyenne dans un plusieurs domaines de compétences. Loin de se concentrer uniquement sur l'intelligence (si tant est qu'il soit possible un jour d'en donner une bonne définition), le concept de **haut potentiel** s'étend à toutes les sphères de la vie : intellectuelle, créative, artistique, manuelle, sportive, etc.

Nous savons aujourd'hui que cette description ne s'adresse qu'à la portion émergente de l'iceberg, à ceux et celles qui d'une façon ou d'une autre ont obtenus de remarquables résultats.

Pour bien saisir l'ensemble de la problématique, il est essentiel de distinguer le potentiel des aptitudes naturelles qui ne sont pas forcements développées, du talent, habiletés systématiquement développées dans au moins un domaine de compétences et démontré par le succès. Il est par ailleurs tout à fait imaginable d'être doté d'un important potentiel et ne développer aucun talent particulier.

Atypiques à bien des égards, la plupart des hauts potentiels se sentent décalés, jamais vraiment à leur place, pas dans le bon tempo avec les autres. Il n'est pas rare qu'ils s'imaginent être fous tant leur perception du monde leur semble étrange et les empêchent d'avoir un fonctionnement identique à tout le monde. Cela s'avère vrai même pour les tâches les plus simples qui ne posent généralement aucun problème à leur entourage.

Ceux que l'on appelait autrefois surdoués ou précoces, représentent 5 à 10 % de la population vont se trouver confrontés à des choix de cursus scolaires ou professionnels où leur haut potentiel va jouer un rôle d'une importance prépondérante. Par la suite se produira le problème du choix d'une carrière avec éventuellement un changement d'orientation en cours de route. Leurs parcours ne sont pour ainsi dire jamais simples ni rectilignes.

## COMMENT IDENTIFIER LES HAUTS POTENTIELS

Les personnalités à haut potentiel sont des êtres atypiques. Plus que l'intelligence, une notion particulièrement difficile à définir, ce sont les caractéristiques suivantes qui les décrivent le plus précisément :

- Cerveau qui « tourne » en permanence, questionnements sans fin, incapacité à trouver le bouton « pause ».
- Hypersensible, très susceptible, tempérament (démarré au quart de tour) à des réactions très vives.
- Intensité (niveau de réaction nettement plus élevé aux stimuli, être toujours dans le « plus » tout le temps et pour tout : plus véloce, plus agité, plus attachant, plus exigeant, plus généreux, plus impatient, etc.
- Hyperesthésie ou exacerbation de tous les sens (hyper réactif aux stimuli sensoriels). Voit ce que les autres ne voient pas, sent ce que les autres ne sentent pas, perçoit ce

que les autres ne perçoivent pas, ressent toutes les charges émotionnelles, les non-dits lors de rassemblements. En résumé, est capable d'une grande discrimination dans toutes les situations qu'il vit.

- Capacités de remplir plusieurs activités en même temps. Peut suivre multiples conversations en parallèle, parler et écrire, rêver tout en écoutant...
- Importante capacité d'observation, repère tous les plus petits détails.
- Curiosité hors du commun, besoin de tout savoir, de tout comprendre, de tout démontrer.
- Intérêts très variés, passe aisément d'un domaine à l'autre.
- Imagination foisonnante, énorme créativité, pensée souvent divergente, attiré pour l'expérimentation.
- Capacité d'attention, persévérance, pugnacité : forte si les situations sont intéressantes, sinon pratiquement nulle (ce qui est souvent perçu comme un déficit d'attention).
- Sens de l'humour développé. Un humour souvent très particulier pouvant être incompris.
- Rapidement pris d'un sentiment de frustration s'il ne rencontre pas les personnes souhaitées ou n'obtient pas les moyens pour réaliser ses grandes idées.
- Sens de la justice chevillée au corps. L'équité, la loyauté et la moralité sont également des valeurs qui lui tiennent à cœur. L'intolérance à l'injustice, pour lui et pour les autres est très marquée.
- Les règles sont respectées si elles sont bien comprises et logiques.
- Tendance à interpeller l'autorité si celles-ci sont infondées.
- Très idéaliste, plein d'altruisme et de compassion.
- Forte capacité de raisonnement et de résolution de problèmes.
- Rapidité d'apprentissage, apprend le plus souvent par lui-même. Ses méthodes sont particulières, notamment pour la lecture et les mathématiques.
- A appris à lire seul, très jeune. Lit énormément.
- Petit, avait « son théâtre privé avec des compagnons de jeu imaginaires ». A éprouvé des difficultés pour rencontrer des semblables d'où un sentiment de grande solitude.
- La compagnie de personnes plus âgées est systématiquement recherchée. (assez rarement de plus jeunes).
- Vocabulaire très riche avec facilité pour la compréhension des subtilités du langage.
- Mémoire excellente. A une forme de savoir sans pour autant avoir appris (« science infuse »).
- Généralement doués en chiffres, jeux de société, puzzles etc.

## A NOTER EN PARTICULIER

- Perfectionniste doublé d'une extraordinaire lucidité, qui entraîne souvent le doute, la peur de l'échec.

« On ne peut se considérer intelligent, quand on mesure l'étendue de ses propres faiblesses avec la lucidité aiguë qui caractérise le surdoué, celle-ci ne lui permettant aucun aveuglement. »

Une question intéressante pourrait être soulevée, qui à mon sens présenterait un immense intérêt, serait celle-ci : que sont devenus les enfants HP ?

## COMMENT LES HP SONT-ILS DIAGNOSTIQUES

Le diagnostic de HP reposait jusqu'ici sur une approche quantitative par les seuls tests de QI. Un résultat de QI supérieur à 130, voire parfois 125, suffisait à établir le haut potentiel. L'inconvénient qui en découle : ce n'est pas le QI qui fait le haut potentiel, il s'agit en fait d'un symptôme, sans plus. De plus, il existe mille et une façons d'échouer à un test de QI et de se voir ainsi renvoyer dans ses foyers avec un péremptoire « cherchez ailleurs !!!).

Il existe une autre méthode qui est l'évaluation quantitative (ou diagnostic clinique), qui s'attache plus au vécu de la personne (anamnèse), à la présence des caractéristiques susmentionnées, et qui repose sur l'expérience des spécialistes.

Nous nous basons sur une compilation, élaborée par nos soins, de différents tests qualitatifs. Les personnes qui le souhaitent, ou en émettent le besoin, peuvent évidemment se soumettre à l'épreuve d'un test de QI.

Le diagnostic est une étape importante car qu'il permet d'apporter un nouvel éclairage au sujet d'interrogations passées ou présentes, souvent restées sans réponses.

## LES PROBLEMATIQUES PARTICULIERES

A bien des égards les adultes à haut potentiel sont atypiques d'où l'émergence de problématiques particulières.

La première problématique est que les adultes HP doivent être correctement identifiés. Le sentiment de décalage qu'induit leur différence peut les amener à consulter un thérapeute. Il s'agira de démontrer qu'il ne s'agit pas d'un comportement pathologique, mais de normalité pour des êtres de ce type.

## LES PROBLEMATIQUES CLASSIQUES SONT :

- L'hypersensibilité.
- Le déficit d'attention et/ou l'hyperactivité.
- Le perfectionnisme.
- Le manque de confiance en soi.
- Le syndrome de l'imposteur.
- Le manque de résistance à la frustration.
- L'imagination, la créativité, la pensée divergente.
- Le syndrome de Cassandre.
- La procrastination (tendance à différer, à remettre au lendemain).
- L'altruisme, l'idéalisme, la volonté de vouloir changer le monde etc.
- L'obsession du contrôle, le besoin de lâcher-prise.
- Les comportements à risque.
- Paresse ou manque d'intérêt.
- L'ennui en classe, au travail, en société etc.
- Les fréquents changements d'activités, l'instabilité.
- Couple de HP ou couple « mixte ».
- Les implicites, les obstacles à la communication, la compréhension.
- Idéaliste, mais lucide, ce qui ne fait pas toujours bon ménage...
- Le sens de l'humour (un humour très particulier).
- Le sens de la justice, l'intolérance à l'injustice.
- L'inhibition intellectuelle, le « Complexe de l'Albatros ».
- La résilience : capacité de pouvoir vivre, de se développer en dépit de l'adversité.

Les adultes HP se heurtent à de nombreux défis. L'un d'eux est d'être correctement diagnostiqué comme tel par les spécialistes et thérapeutes qu'ils consultent.

Ceux qui s'intéressent aux individus surdoués, talentueux et créatifs savent qu'ils présentent une plus grande intensité et des niveaux de réaction plus élevés aux stimuli, sur les plans émotionnel, intellectuel, sensoriel, psychomoteur et de l'imagination.

A savoir que ceci est une caractéristique normale de leur développement et non une anomalie. Que c'est justement parce que ces enfants et adultes surdoués ont une structure psychologique plus fine et une conscience plus organisée qu'ils ressentent la vie différemment et plus intensément que ceux qui les entourent.

Néanmoins, ces caractéristiques sont fréquemment interprétées par leur entourage et par les psychothérapeutes comme la preuve de troubles mentaux, parce que la majorité de la population manque d'information sur cette facette de leur personnalité. La plupart des gens ne sait pas que ce qui est considéré comme normal pour les HP est le plus souvent qualifié de « névrose » dans la population, avec, comme résultat, que la personne surdouée est parfois émotionnellement vulnérable à toute une série de difficultés relationnelles : avec ses proches, à l'école, au travail ou dans la société en général. Les HP sont souvent mal diagnostiqués par

les thérapeutes qui n'ont pas reçu de formation spécifique pour les identifier et les traiter efficacement.

Le diagnostic thérapeutique évoque fréquemment, mais de manière erronée des troubles de la personnalité : bipolarité, cyclothymie, narcissisme, borderline, trouble du déficit d'attention avec ou sans hyperactivité.

Le résultat de ces erreurs de diagnostic peut parfois être bénin (l'adulte HP laissant tomber, parce qu'incompris»), mais il peut aussi conduire à des traitements qui tendent à invalider, voire à normaliser le fonctionnement interne complexe de la personne surdouée. Quand celle-ci se voit prescrire une médication en vue de supprimer les « symptômes de la douance », le danger est grand de neutraliser cet extraordinaire tourbillon intérieur, minimisant ainsi la potentialité de mener une vie riche et féconde.

Pour l'adulte HP, le conflit intérieur est plus un signe de développement que de dégénérescence, parce qu'il l'amène à remplacer ses façons d'être et de penser par celles d'un niveau de développement supérieur. Ce type de désintégration positive se caractérise par une tension intérieure accrue entre ce qu'il est et ce qu'il pourrait être.

Cette tension dynamique est ce qui alimente la vie intérieure complexe de cette personne créative et qui lui fournit les moyens de sa croissance et de son développement. Les spécialistes qui ont affaire à une population douée doivent être familiarisés à ces processus internes de développement personnel, sous peine de causer de plus grand dommage psychologiques.

#### LES ELEMENTS A EVOQUER AVEC UN ADULTE HP

- Le stress interne d'être doué.
- Le traumatisme émotionnel du développement (dyssynchronie).
- Les effets de l'introversion, de l'intensité, du perfectionnisme et de l'extraordinaire sensibilité à soi et aux autres.
- La reconnaissance des symptômes d'un engagement mental insuffisant.
- L'importance d'interactions avec d'autres personnes douées.
- La canalisation et la focalisation sur cette abondance d'énergie physique, sensorielle, intellectuelle et émotionnelle.
- Les défis relationnels particuliers que les individus, couples ou familles de surdoués rencontrent durant leur vie incluent : apprendre à interagir avec la majorité ; gérer les attentes et les pressions pour se conformer à la norme; absorber l'hostilité inconsciente, le ressentiment, l'antagonisme ou le sabotage dirigés contre eux parce qu'ils sont perçus comme intellectuellement, créativement ou personnellement avantagés.
- Tracer les limites pour l'utilisation ou l'exploitation de leurs capacités.
- Collaborer avec les autres et gérer les dilemmes quotidiens impliquant la famille, les employeurs, les collègues, les voisins, les thérapeutes, les enseignants, les éducateurs et tous les autres membres de la société.

- Les défis auxquels les surdoués doivent faire face pour exploiter leur potentiel et conserver leur santé sont nombreux. Un des plus grands cadeaux qu'un thérapeute puisse offrir aux individus doués, talentueux et créatifs est une réelle reconnaissance d'eux-mêmes et de leurs capacités. Les professionnels disposés à s'intéresser à la douance et aux surdoués arriveront à le réaliser.

*Pour terminer nous pourrions nous demander, si être trop intelligent pouvait rendre malheureux ?*

*Et si l'extrême intelligence et l'hypersensibilité pouvaient également fragiliser voir faire souffrir ?*

*Pourtant, être surdoué est certainement une richesse, malgré toutes les embûches qui ne manqueront pas de se trouver sur le chemin de l'existence. Celle-ci pourtant, vaut la peine d'être vécue.*

*Il ne fait aucun doute, que même si ces personnes sont rares, un jour vous ferez peut-être la connaissance d'un être capable de vous apprivoiser, de vous aider à mieux vivre et à vous réaliser complètement.*

## **QUELQUES REFLEXIONS**

1. Evaluation du QI entre surdoués et normaux (sujets lambda)
2. Les enfants HP et la famille
3. Le HP et la société
4. Le HP et l'école
5. Questions

### **1. Evaluation du QI entre surdoués et normaux**

Le système a isolé dans sa population des êtres extraordinaires qu'il a défini comme surdoués (HP = haut potentiel) par rapport aux êtres normaux (sujets lambda).

De nombreux tests (dont le plus utilisé est le Wechsler) ont pu établir cette distinction et permis d'identifier un HP : il est hypersensible, doté d'intuition et d'empathie ; il est inventif, créatif et lucide. Son organisation cognitive, sa pensée et son raisonnement logique (mathématique) sont inhabituels et surtout plus performants que ceux des lambda, incapables, eux, de traiter aussi bien et aussi rapidement la plupart des problèmes qui se posent à eux.

Les études basées sur le QI démontrent que plus l'écart intellectuel entre un HP et un lambda augmente, plus le nombre de HP recensé diminue.

Il en va de même des QI entre eux, par comparaison.

Ainsi, la différence de niveau entre le QI d'un HP et celui d'un lambda devient un **rapport constant**.

## 2. Les enfants HP et la famille

Les parents ne doivent pas modifier leur attitude éducationnelle devant un HP ou un sujet lambda. Les limites à fixer restent les mêmes pour les deux types d'enfants. Cela est difficile à réaliser, car le HP remet sans cesse en question le bien-fondé des règles établies dont il repousse continuellement les limites.

L'affection vouée aux HP devrait être plus marquée que celle portée aux sujets lambda. En effet, l'enfant HP vit un « décalage » entre son âge mental (supérieur à la norme) et son âge physique (égal aux sujets lambda).

Le vide à combler devient d'ordre affectif. Le dilemme parental est donc : comment témoigner plus d'amour à un HP qu'à un sujet lambda sans que l'un et/ou l'autre ne s'en aperçoive et modifie alors son comportement ?

Une autre difficulté pour les parents est de parvenir à se positionner par rapport au **savoir** d'un HP, souvent supérieur au leur. Une issue est la collaboration, pour lui montrer qu'il est capable de s'émanciper seul et que cela ne nuira pas à l'affection dont il a besoin pour y parvenir. Il découvrira peut-être **qu'il ne sait pas tout** et « retrouvera » ainsi ses parents dans leur réalité entière.

## 3. Le HP et la société

L'entrée du HP dans la société revêt un aspect primordial. Le mieux, si possible, est de favoriser son insertion dans un groupe de HP afin qu'il puisse progresser en fonction de son propre niveau.

D'autre part, il est vital qu'il comprenne que même s'il est une exception, il ne doit pas marquer sa supériorité intellectuelle. Il risquerait d'être exclu du groupe et, par réaction, de se renfermer sur lui-même, de prêter son ascension sociale.

L'humilité est de mise pour un HP !

## 4. Le HP et l'école

L'enseignement scolaire est également tenu d'adapter ses programmes aux HP. Cela implique une formation spécifique des enseignants, même s'ils ne sont pas des HP (ce qui peut arriver !). Ils seraient alors amenés à modifier leur regard sur les enfants timides, trop calmes, aux performances médiocres et parfois perturbateurs.



## 5. Questions

Nous avons parlé des HP définis par le QI.

les HP sont-ils le bras armé d'un système qui voudrait les neutraliser, sentant qu'ils pourraient le remettre en question s'il favorisait leur éclosion ?

Ou alors, le système tend-il à les « canaliser » pour en faire des leaders conformes aux attentes d'une société conservatrice ?

Tout le monde ne peut pas être HP, bien sûr.

Cependant, admettre qu'ils existent, c'est accepter qu'ils sont un atout pour une évolution positive de la société.

C'est enfin reconnaître qu'ils stigmatisent souvent la remise en question d'un ordre établi.

Peut-être vaudrait-il mieux s'inspirer d'eux pour ne pas sombrer dans le marasme d'un confort intellectuel et matériel