



café-lecture outlithèque  
accompagnement cognitif

# Comment aider son enfant à Haut Potentiel Intellectuel ?

Comprendre, éduquer et favoriser  
l'épanouissement

Par Stéphanie Aubertin

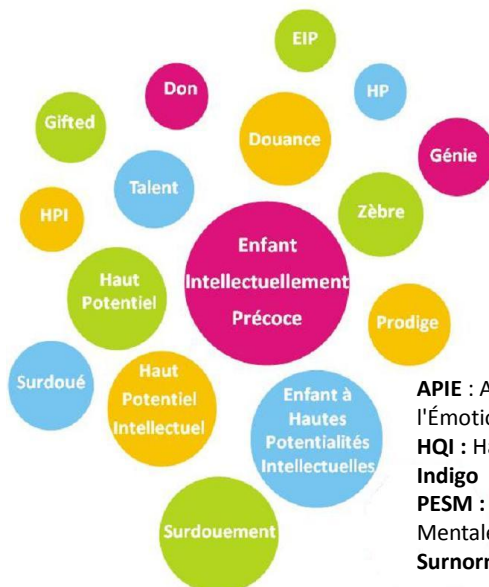
## Sommaire

1. Multiplicité des termes
2. Caractéristiques
  - 2.1 Caractéristiques cognitives
  - 2.2 Caractéristiques affectives et socio-émotionnelles
  - 2.3 Une personnalité particulière au quotidien
3. Conséquences dues à la différence
4. Comment agir ?
  - 4.1 A la maison
    - 4.1.1 La santé physique et mentale
    - 4.1.2 L'éducation : l'autorité, la lever des blocages, l'épanouissement
  - 4.2 Avec l'école

## Sommaire

1. Multiplicité des termes
2. Caractéristiques
  - 2.1 Caractéristiques cognitives
  - 2.2 Caractéristiques affectives et socio-émotionnelles
  - 2.3 Une personnalité particulière au quotidien
3. Conséquences dues à la différence
4. Comment agir ?
  - 4.1 A la maison
    - 4.1.1 La santé physique et mentale
    - 4.1.2 L'éducation : l'autorité, la lever des blocages, l'épanouissement
  - 4.2 Avec l'école

## Multiplicité des termes



**APIE** : Atypique Personne dans l'Intelligence et l'Émotion

**HQI** : Haut Quotient Intellectuel

**Indigo**

**PESM** : Personne Encombrée de Surefficience Mentale

**Surnormaux**

## Sommaire

1. Multiplicité des termes
2. Caractéristiques
  - 2.1 Caractéristiques cognitives
  - 2.2 Caractéristiques affectives et socio-émotionnelles
  - 2.3 Une personnalité particulière au quotidien
3. Conséquences dues à la différence
4. Comment agir ?
  - 4.1 A la maison
    - 4.1.1 La santé physique et mentale
    - 4.1.2 L'éducation : l'autorité, la lever des blocages, l'épanouissement
  - 4.2 Avec l'école

## Caractéristiques cognitives

### TRAITEMENT DE L'INFORMATION PLUS RAPIDE

dû à un fonctionnement cérébral particulier

- Gaine de myéline plus épaisse → vitesse de transmission de l'information plus élevée
- Durée du sommeil paradoxal plus élevée → néoténie de la plasticité cérébrale
- Nombre supérieur de synapses → pensée en arborescence + mémoire plus performante
- Activation supérieure des aires pariétales → Aires associatives (pensée en arborescence)

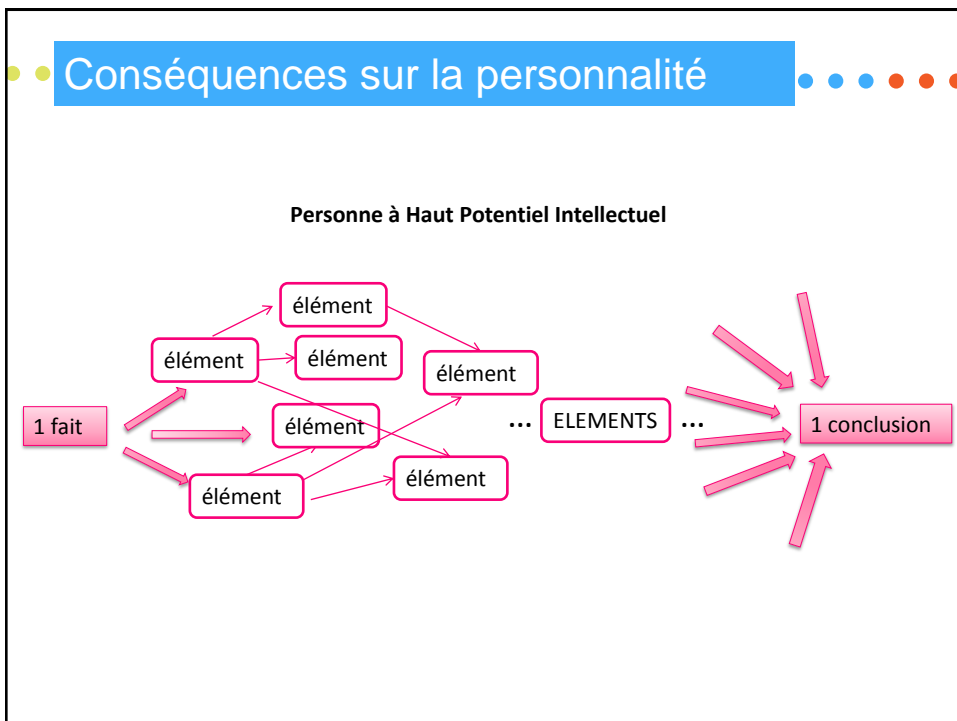
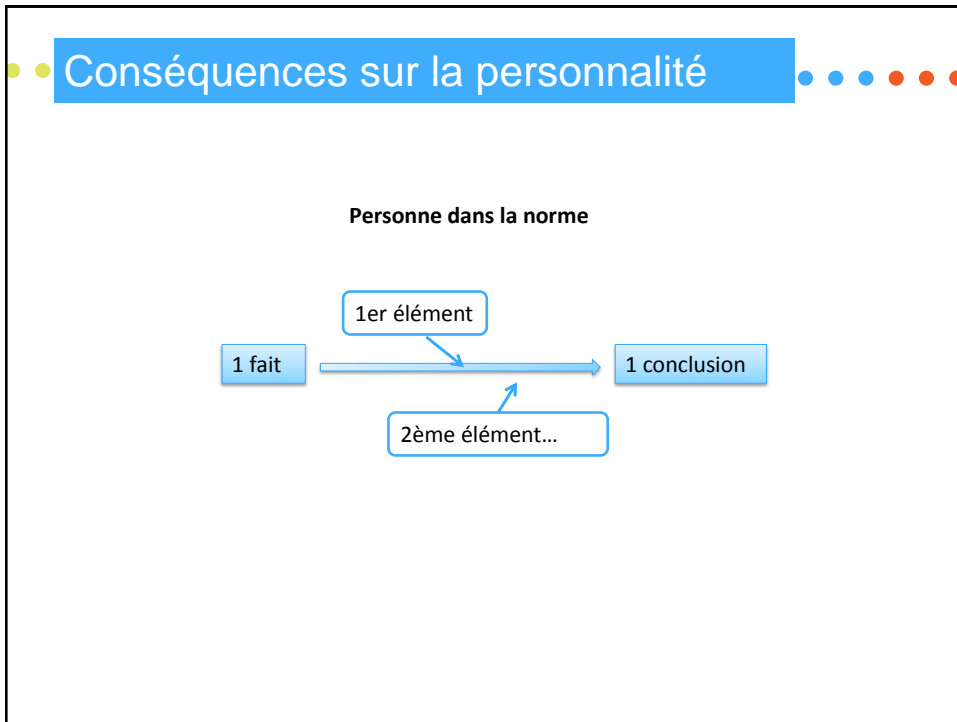
+ moindre consommation d'énergie pour des tâches faciles

## • Conséquences cognitives

- Vitesse de traitement de l'information (Eysenk)
- Mémoire de travail (2,5 fois supérieure, Grubar)
- Mémoire à long terme
- Créativité
- Raisonnement
- Planification
- Flexibilité

## • Conséquences sur la personnalité

- Pensée divergente et en arborescence (grâce à la mémoire de travail, flexibilité, et vitesse de traitement)
  - Pensée linéaire = étoile filante
  - Pensée arborescente : feu d'artifice
- Personnes pointilleuses, cherchent la petite bête et ne tirent pas de conclusions hâtives
  - car elles auront pris en compte plus d'éléments dans une situation et les auront confrontés, comparés, triturés pour en tirer une conclusion



## Conséquences sur la personnalité

- Posent beaucoup de questions

Sujet dans la norme

$Q \rightarrow R \rightarrow \text{Satiété}$

Sujet à Haut Potentiel Intellectuel

$Q1 \rightarrow R1$

Approfondissement                      Elargissement

$Q1.1 \rightarrow R1.1$

$Q1.2 \rightarrow R1.2$

$Q1.3 \rightarrow R1.3$

...

$Q2 \rightarrow R2$

$Q3 \rightarrow \dots$      $Q4 \rightarrow \dots$      $Q5 \rightarrow \dots$     ...

Pierre Morin

## Conséquences sur la personnalité

- Curiosité
- Besoin de comprendre (à tout prix)
- Besoin de sens
- Préférence pour le complexe
- Désir de tout savoir dans un domaine
- Raisonnement différent, non linéaire
- Pensée flash, intuition
- Créativité
- Attention soutenue (seulement dans les domaines qui les intéressent)

## Sommaire

1. Multiplicité des termes
2. Caractéristiques
  - 2.1 Caractéristiques cognitives
  - 2.2 Caractéristiques affectives et socio-émotionnelles
  - 2.3 Une personnalité particulière au quotidien
3. Conséquences dues à la différence
4. Comment agir ?
  - 4.1 A la maison
    - 4.1.1 La santé physique et mentale
    - 4.1.2 L'éducation : l'autorité, la lever des blocages, l'épanouissement
  - 4.2 Avec l'école

## Caractéristiques affectives et socio-émotionnelles

- Notion d'influence normative (cf. psychologie sociale)
- Rejet de la différence
  - Les fait douter; remises en question permanentes
  - Baisse de la confiance en soi
  - Recherche de reconnaissance et de valorisation pour se faire aimer

## • • Caractéristiques affectives et socio-émotionnelles

- « *Si tes neurones transmettent plus vite l'information, plus fort, de manière plus complète, avec plus de connexions... les messages arrivent plus forts et plus clairs aussi.* »
- Empathie
- Hypersensibilité
  - Goulot d'étranglement → Débordements émotionnels, réactions excessives
  - → baisse du seuil de déclenchement des crises émotionnelles

## • • Conséquences

- Ne réussissent pas à hiérarchiser les informations, car sont toutes empreintes d'émotions
  - → impossibilité de faire un choix
  - Sautes d'humeur



## Conséquences sur la personnalité

- Enfants plus à l'aise avec les personnes plus âgées
- Sens de l'humour développé
- Sens de l'éthique
- Sensibles à l'injustice
- Refus des règles si elles n'ont pas de sens pour eux
- Recherche de la solitude

## Sommaire

1. Multiplicité des termes
2. Caractéristiques
  - 2.1 Caractéristiques cognitives
  - 2.2 Caractéristiques affectives et socio-émotionnelles
  - 2.3 Une personnalité particulière au quotidien
3. Conséquences dues à la différence
4. Comment agir ?
  - 4.1 A la maison
    - 4.1.1 La santé physique et mentale
    - 4.1.2 L'éducation : l'autorité, la lever des blocages, l'épanouissement
  - 4.2 Avec l'école

• • Une personnalité particulière au quotidien • • • • •

- **Besoin de contrôle de la situation**
  - **Dû à l'anticipation anxieuse** (« et si ceci arrivait ?  
Faut que je sache quoi faire »)
  - → ça les rassure
- **Perfectionnisme**
  - **Envers soi** : conscience de ce qui pourrait être fait, ou de la différence avec la réalité → besoin de faire le mieux possible.
  - **Envers les autres** : idem; ce qui titille pour leur travail, titille pour le travail des autres → ≠ un jugement de valeur sur l'autre

• • Une personnalité particulière au quotidien • • • • •

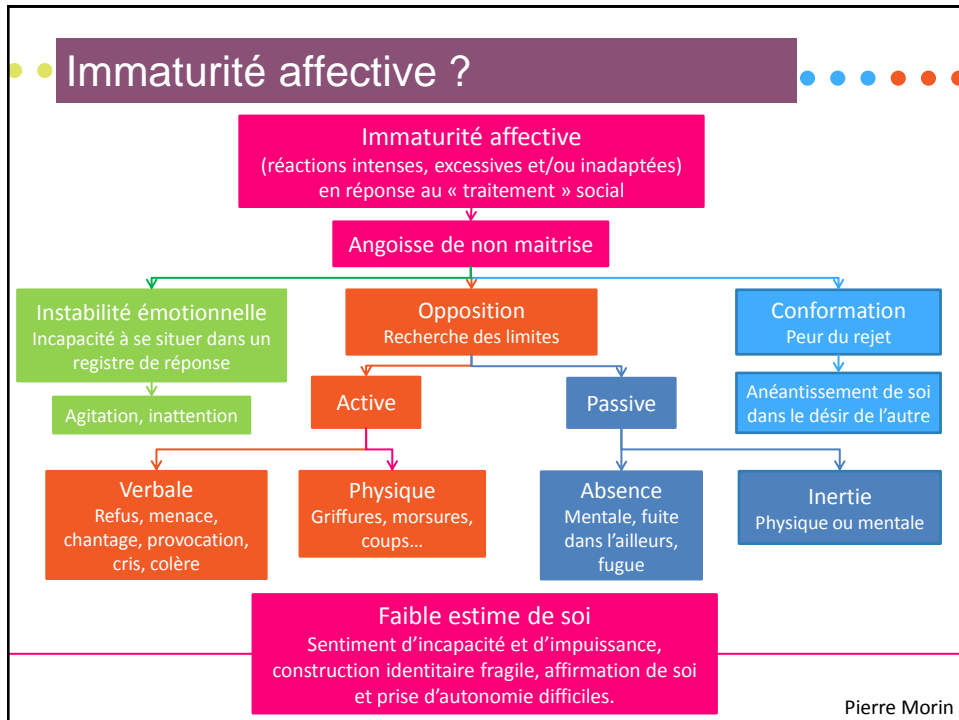
- **Esprit critique** : tout saute aux yeux, même le moindre détail
- **Peur de l'échec** : « je ne vais jamais y arriver » (cf. perfectionnisme)
- **Sensible à l'injustice** : pour soi ET pour les autres, même au détriment de soi
- **Hypersensibilité**

## Sommaire

1. Multiplicité des termes
2. Caractéristiques
  - 2.1 Caractéristiques cognitives
  - 2.2 Caractéristiques affectives et socio-émotionnelles
  - 2.3 Une personnalité particulière au quotidien
3. Conséquences dues à la différence
4. Comment agir ?
  - 4.1 A la maison
    - 4.1.1 La santé physique et mentale
    - 4.1.2 L'éducation : l'autorité, la lever des blocages, l'épanouissement
  - 4.2 Avec l'école

## Conséquences de la différence

- Pression de la société qui rejette la différence
- Tentative de normalisation à l'école
  - Impose un mode de fonctionnement unique de la pensée, celui de l'enfant-médian
  - impose de ralentir la pensée
  - impose de penser différemment : de manière linéaire
  - impose des stratégies et des méthodes
  - impose un développement identique aux autres et dans tous les domaines ( $\neq$  anisaxie)
- Rappelle le traitement infligé autrefois aux gauchers



- ## ● ● Sommaire ● ● ● ● ● ● ● ●
1. Multiplicité des termes
  2. Caractéristiques
    - 2.1 Caractéristiques cognitives
    - 2.2 Caractéristiques affectives et socio-émotionnelles
    - 2.3 Une personnalité particulière au quotidien
  3. Conséquences dues à la différence
  4. Comment agir ?
    - 4.1 A la maison
      - 4.1.1 La santé physique et mentale
      - 4.1.2 L'éducation : l'autorité, la lever des blocages, l'épanouissement
    - 4.2 Avec l'école

## La santé physique et mentale : le sommeil

- Difficultés d'endormissement
- Or le sommeil paradoxal est important chez eux (Grubar)
  - La réorganisation cérébrale cognitive et affective est perturbée
- Conséquences
  - Sont de plus en plus irritables
  - Bougent de plus en plus
  - Nombreuses sautes d'humeur
  - Deviennent indifférent à l'environnement, voire s'isolent
  - Baisse des capacités d'attention soutenue
  - Baisse des capacités de mémorisation à long terme et de la mémoire de travail
  - Les résultats scolaires chutent
- Que faire ?
  - Traiter les causes : angoisses, déplacement des devoirs en fin de soirées, jeux vidéo tardifs...

Pierre Morin

## La santé physique et mentale : la nourriture

- Oxygénation
  - Une mauvaise respiration acidifie le sang et inhibe les fonctions de régulation hypothalamiques sur les émotions
  - La carence en fer diminue le transport en oxygène
- Hydratation
  - Essentielle pour l'activité du cerveau
  - Si carence : diminution des performances cérébrales
  - Il faut boire, par 24 h, l'équivalent de son poids x 14 (enfant de 30 kg → 30x14 = 420 ml, soit : 1/2 l ; un adulte de 70 kg → 70x14 = 980 ml; soit : 1l).
  - L'eau du robinet est de bonne qualité contrairement aux eaux en bouteille trop chargées en minéraux.

## La santé physique et mentale : la nourriture

- Alimentation
  - Nutriments
    - Protides
    - Glucides : accélèrent la vitesse du flux nerveux
    - Lipides : augmentent la transmission nerveuse car se retrouvent dans la myéline ; et agissent sur la production hormonale (gestion du stress)
  - Vitamines
    - Défense immunitaire, utilisation des glucides, respiration cellulaire, neuro- transmetteurs, assimilation du calcium, tonicité nerveuse, régulateur nerveux et mémoire...
  - Oligoéléments
    - Oxygénation, transmission neuronale...

## La santé physique et mentale : les somatisations...

- Très variées
- Sont dues aux angoisses et au stress qui fait baisser le système immunitaire
- Douleurs bien réelles et à soigner sur le plan médical
- Mais aussi sont un signal du malaise de l'enfant
- Que faire ?
  - L'enfant doit pouvoir en parler en confiance (l'écouter, ne pas minimaliser ses douleurs, ni les maximaliser)
  - Soustraire l'enfant des éléments déclencheurs et/ou l'aider à gérer la situation, sans dramatiser ni édulcorer.
- Attention : traiter le seul symptôme risque de ne faire que déplacer le problème; la cause restant présente...

## Sommaire

1. Multiplicité des termes
2. Caractéristiques
  - 2.1 Caractéristiques cognitives
  - 2.2 Caractéristiques affectives et socio-émotionnelles
  - 2.3 Une personnalité particulière au quotidien
3. Conséquences dues à la différence
4. Comment agir ?
  - 4.1 A la maison
    - 4.1.1 La santé physique et mentale
    - 4.1.2 L'éducation : l'autorité, la lever des blocages, l'épanouissement
  - 4.2 Avec l'école

## Comment agir à la maison : l'autorité

- Besoin d'un modèle identificatoire (d'autant plus qu'ils se sentent différents)
  - **UN STYLE ÉDUCATIF À PART ENTIÈRE**
  - Trop de questions
    - Planifier des moments d'écoute
    - Avouer ne pas savoir et...
    - ... L'aider à trouver la réponse
  - Les requêtes
    - L'écouter, prendre en compte son avis et accepter les négociations, mais...
    - ... ne pas dire oui à toutes ses requêtes si elles ne vous plaisent pas
  - Remise en cause de l'autorité / conflits / luttes de pouvoir
    - L'écouter, puis lui expliciter les règles et leurs nécessités
    - Négociations possibles mais savoir rester ferme et constant si la règle est primordiale → besoin d'un cadre structurant
    - Veiller à ne pas vous contredire avec votre conjoint, car il en abusera
- RECHERCHE CONSTANTE DE SENS, MÊME DANS L'ÉDUCATION

## Comment agir à la maison : lever les blocages

- Contrer le perfectionnisme
  - Ne pas le comparer à ses frères et sœurs
  - Ne pas le pousser à faire mieux
  - Ne pas trop le complimenter et surtout pas que pour les bonnes notes
    - Ne pas récompenser les bonnes notes
  - Mettre en avant le processus d'apprentissage plutôt que le résultat
  - L'aider à accepter les erreurs, à apprendre d'elles et à les relativiser
    - Lui faire comprendre que vous l'aimez pour sa personne, son identité, et pas en fonction de ses résultats
  - L'aider à placer la barre moins haute
- Lui donner l'envie d'apprendre par plaisir, et pas par obligation ou pour plaire (bonnes notes...)
- Insister sur le fait que l'apprentissage se fait tout au long de la vie ET pas seulement à l'école

## Comment agir à la maison : favoriser l'épanouissement

- Ne pas le freiner dans sa quête de sens
  - Via sa soif d'apprendre (multiples centres d'intérêt → lui donner la possibilité de...)
  - Via ses questions et remises en questions sur le monde
    - Être un appui stable sur lequel il peut exprimer ses angoisses
- Insister sur les temps de pause et les loisirs
- Développer la socialisation avec autrui (HPI ou adultes)
- Le rassurer sur sa différence : ce n'est pas un défaut et il sera apprécié pour cette différence
- Laisser une place à l'art et la créativité au sein du foyer
- Lui laisser la possibilité de régler ses problèmes seul ; l'aider au besoin mais sans rien lui imposer
- Le mettre en situation de choisir entre 2 options (il aura ainsi un contrôle sur son existence et lui enseigne la pratique de la prise de décision)



- ## Comment agir à la maison : l'adolescent
- Période où la pression est la plus forte
    - Lutte entre le besoin d'être accepté et le besoin d'être lui-même
  - Difficulté à gérer l'emploi du temps entre toutes ses activités
    - L'aider à se fixer des objectifs
  - Repérer les signes du *syndrome de l'imposteur*
    - Renforcer l'estime de soi avec des compliments sincères et ciblés
  - Observer les signes de dépression
    - Attention aux TS
  - Ne pas le traiter comme un enfant. Il est important qu'il fasse ses choix (ça évitera les luttes de pouvoir).
    - Dites lui que vous êtes là au besoin
    - Plus on laisse le choix aux enfants, et plus ils demandent conseils

- ## Un parent qui favorise l'épanouissement...
- Est présent
    - Attention, réceptivité, disponibilité
  - Donne de l'amour
    - Chacun a des besoins différents en intensité et en degré d'urgence de satisfaction
    - Chacun possède sa propre façon d'exprimer et de recevoir de l'affection (l'offre et la demande)
  - Dit le droit et les grands principes de règles de vie en société
    - Or les ehpi ont une vision idéalisée de la société
    - Les aider à relativiser le rapport entre le droit et la réalité
    - Être juste
    - Avoir une autorité de compétences et pas de statut ou de rapport de force
- Pierre Morin

## Un parent qui favorise l'épanouissement...

- Écoute dans un rapport duel , à parité
  - Être disponible physiquement et psychiquement
  - Reformuler, aider à exprimer la pensée
- Comprend
  - Avoir une attitude de pleine compréhension de l'enfant...
  - ... tout en imposant un cadre ferme ET souple
- Accompagne
  - ≠ diriger

## Sommaire

1. Multiplicité des termes
2. Caractéristiques
  - 2.1 Caractéristiques cognitives et ses conséquences
  - 2.2 Caractéristiques affectives et socio-émotionnelles et ses conséquences
  - 2.3 Une personnalité particulière au quotidien
3. Conséquences dues à la différence
4. Comment agir ?
  - 4.1 A la maison
    - 4.1.1 La santé physique et mentale
    - 4.1.2 L'éducation : l'autorité, la lever des blocages, l'épanouissement
  - 4.2 Avec l'école

## Comprendre les blocages scolaires

- L'absence de sens
- Des besoins non comblés
- L'ennui
- L'écriture
- Les notes et appréciations
- L'étiquetage (« je suis nul ! » « je deviens qui on pense que je suis »)
- Le souffre-douleur
- Inhibition / masquage
- Lacunes

## Comprendre les blocages scolaires

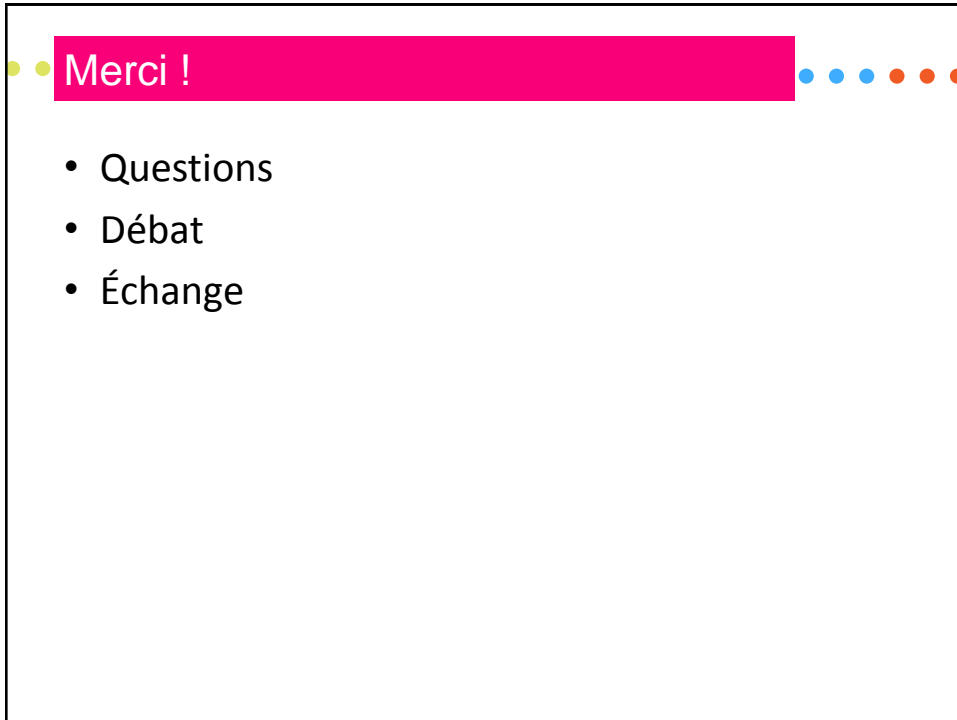
- Lenteur (perfectionnisme)
- Mimétisme
- Nivellement et normalisation
- Rejet
- Fuite dans la passion
- Stress
- Victimisation

## • Comment agir avec l'école

- Les rapports avec l'enseignant
  - Se poser en tant que partenaire de l'éducation de votre enfant
  - Informer l'enseignant des traits caractéristiques de votre enfant *par petites touches*
  - Éviter d'employer des superlatifs à propos de votre enfant ; expliquer sa différence autrement (frustration, besoin d'apprentissages différents...)
  - Ne pas demander à l'enseignant de donner plus de travail, mais des activités qui plaisent et en accord avec ses capacités

## • Comment agir avec l'école

- Les rapports avec l'enseignant
  - Demander qu'il soit considéré comme tout élève atypique (= éloigné de la norme)
  - Se rapporter au BO de l'Education Nationale (Circulaires n°2007-158 du 17-10-2007 et n°2009-168 du 12-11-2009)
- Faire partie de l'association des parents d'élèves
- Participer aux sorties
- Se rapprocher d'associations

A decorative graphic consisting of a horizontal pink bar with the text "Merci !" in white. To the left of the bar are two small yellow dots, and to the right are five small colored dots (blue, blue, orange, orange, orange) arranged in a horizontal line.

Merci !

- Questions
- Débat
- Échange