



café-lecture outillthèque  
accompagnement cognitif

# Comment aider son enfant à Haut Potentiel Intellectuel ?

Comprendre, éduquer et favoriser  
l'épanouissement

Par Stéphanie Aubertin

## Sommaire

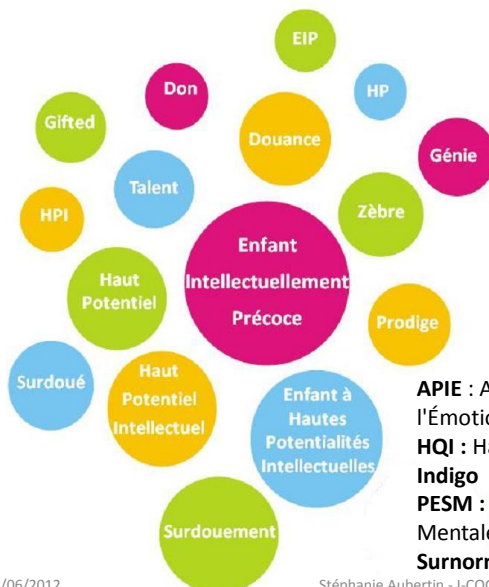
1. Multiplicité des termes
2. Caractéristiques
  - 2.1 Caractéristiques cognitives
  - 2.2 Caractéristiques affectives et socio-émotionnelles
  - 2.3 Une personnalité particulière au quotidien
3. Conséquences dues à la différence
4. Comment agir ?
  - 4.1 A la maison
    - 4.1.1 La santé physique et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

07/06/2012 Stéphanie Aubertin - I-COG 2

## 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

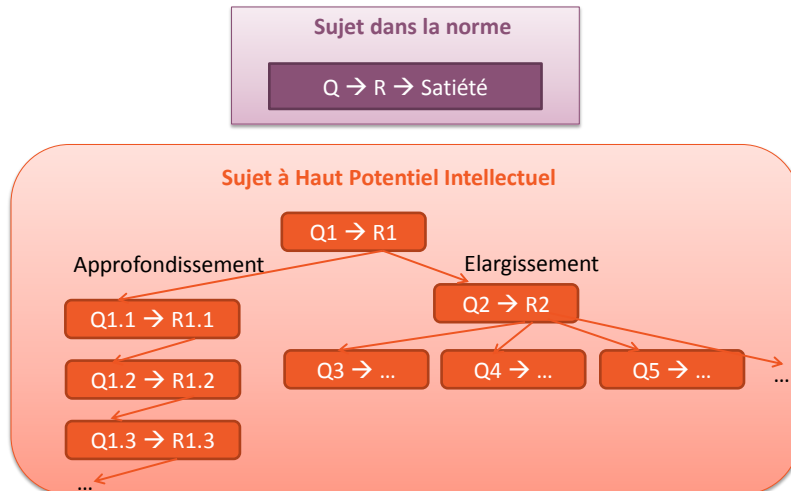
## Conséquences sur la personnalité

- 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



07/06/2012

Stéphanie Aubertin - I-COG

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)

07/06/2012

Stéphanie Aubertin - I-COG

12

## 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

07/06/2012

Stéphanie Aubertin - I-COG

19

## • 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**

07/06/2012

Stéphanie Aubertin - I-COG

20

## 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

07/06/2012

Stéphanie Aubertin - I-COG

21

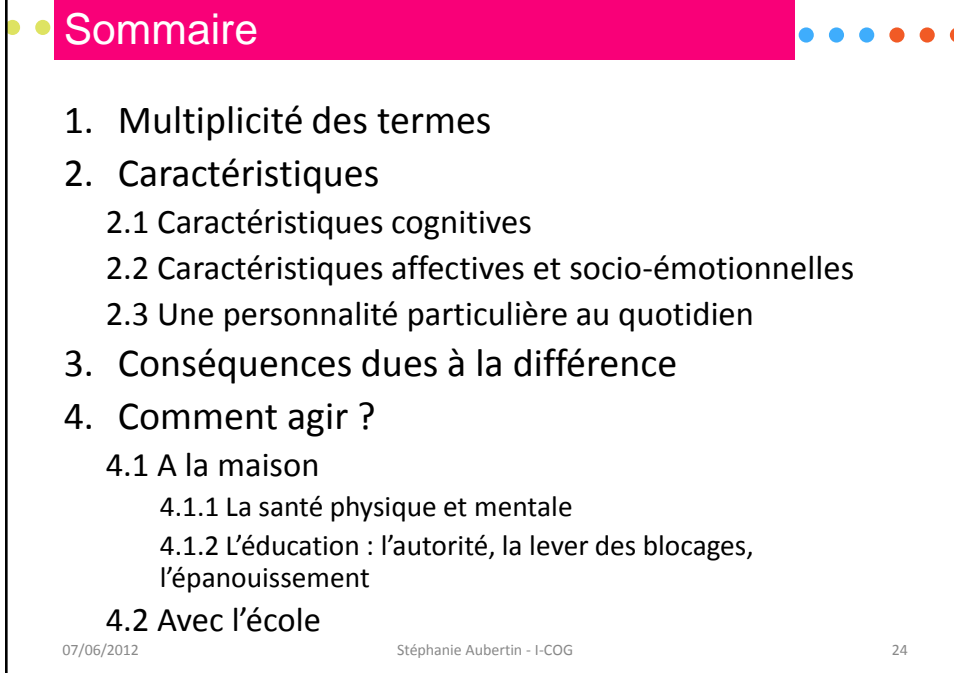
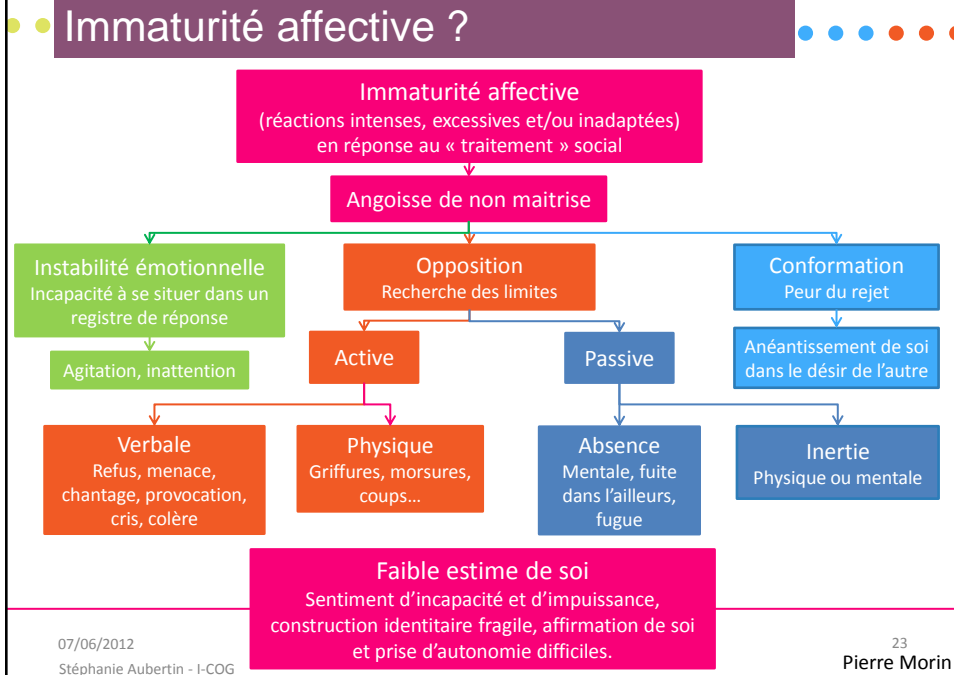
## Conséquences de la différence

- 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

07/06/2012

Stéphanie Aubertin - I-COG

22



## 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...

07/06/2012

Stéphanie Aubertin - I-COG

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.

07/06/2012

Stéphanie Aubertin - I-COG

26

## 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

07/06/2012

Stéphanie Aubertin - I-COG

29

## 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

07/06/2012

Stéphanie Aubertin - I-COG

30

## Comment agir à la maison : lever les blocages

- **Contre 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

07/06/2012

Stéphanie Aubertin - I-COG

33

## 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

07/06/2012

Stéphanie Aubertin - I-COG

Pierre Morin

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

- Écoute dans un rapport duel , à parité
  - Être disponible physiquement et psychologiquement
  - 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

• • **Merci !**

- Questions
- Débat
- Échange