

# LES SURDOUÉS SONT PARMI NOUS



*On connaît un peu les enfants surdoués mais très mal leurs frères et sœurs adultes. On les appelle HP, pour haut potentiel, et ils représentent 5% de la population. Portrait d'intelligents hors norme, et critères pour les identifier aisément.*

TEXTE VALÉRIE HOFFMEYER

**L**es surdoués sont des zèbres. C'est ce qu'affirme Jeanne Siaud-Facchin, dans son dernier ouvrage, *Trop intelligent pour être heureux? L'Adulte surdoué* (Ed. Odile Jacob). Spécialiste de cette étrange et attachante population, la psychologue française décortique cette fois-ci le phénomène chez les adultes HP – pour haut potentiel, la nouvelle appellation des surdoués: les signes qui ne trompent pas, les avancées des neurosciences, les outils pour vivre avec. Mais pourquoi des zèbres?

Parce que, écrit-elle, ces animaux-là se distinguent nettement des autres dans la savane tout en utilisant leurs rayures pour se dissimuler, tellement différents tout en étant pareils: les zébrures, uniques comme les empreintes digitales, leur permettent de se reconnaître entre eux. Et parce que ces zébrures sont aussi, parfois, comme autant de coups de griffe reçus tout au long d'un parcours chaotique. D'autant plus chaotique lorsque la ou le HP adulte ignore qu'elle ou il l'est!

**PENSER HP**  
L'intelligence HP fonctionne par analogies, l'intelligence «normale» de manière linéaire. La première extrait les informations par intuition, la seconde sait où elles sont rangées. A la question «qui est Magellan?», un HP associe la vision d'un bateau, une odeur, l'image d'un globe terrestre, un film, et assemble le tout pour évoquer le personnage.

**DIFFÉRENCE**  
Plus intelligentes que les autres les personnes à haut potentiel? Surtout différemment!

PHOTO: MICHAEL PRINCE/CORBIS

## Intelligente, moi? Pensez donc!

Car on peut se découvrir HP sur le tard. Par hasard, ou par ses enfants. «Lorsqu'on leur annonce que leur petit est surdoué, certains parents disent: «Ah oui, je me souviens, moi aussi j'étais comme ça à son âge», souligne Nathalie Addor Gaillard, psychologue spécialisée à Martigny. Comme si cette intelligence si particulière était une maladie d'enfance, qui se résorbait avec le temps, avec la maturité. Eh bien, non, on naît HP, on le reste et même on le transmet. «L'intelligence dépend à 50% de dispositions génétiques, à 25% de facteurs environnementaux et à 25% de facteurs liés à la personnalité, explique Doris Perrodin Carlen, personne ressource pour les familles d'enfants surdoués à La Tour-de-Peilz, citant une étude récente. Il y a donc une forte probabilité qu'un des parents ou les deux soient aussi HP si leur enfant l'est.» Ce sont d'ailleurs les pères qui osent poser la question. Les mères, elles, ont plus de peine à se projeter dans cette idée, et cherchent l'origine de la surdouance plutôt chez le père.

Parce que enfants, au contraire des garçons (82% des enfants précoces dépistés dans le canton de Vaud), les filles n'ont pas manifesté de difficultés ou de signes particuliers. «Appliquées» (on dira moins «intelligentes»), créatives, sociables, «elles ont mis beaucoup d'énergie à dissimuler leur différence, de peur de mettre en danger leurs relations. Elles se sont suradaptées, ont fait pile ce que l'on attendait d'elles. Une mise en sourdine de leur potentiel, qui se poursuit à l'âge adulte, jusqu'à ce que, parfois, tout explose, aux abords de la quarantaine», ajoute Doris Perrodin Carlen, auteure du livre *Et si elle était surdouée?* (Ed. SZH/CSPS, Lucerne).

## Savoir ou pas?

Mais on peut aussi vivre en harmonie avec son cerveau survolté sans l'étouffer. «En fait, le cap difficile est l'adolescence, qui a horreur de la différence. Si cela se passe bien, il n'y a plus de soucis ensuite, affirme Olivier Revol, pédopsychiatre et chef du Centre de référence pour les troubles de l'apprentissage à Lyon. C'est pourquoi il est important de dépister les HP par un bilan complet, qui ne se limite pas

à la mesure du quotient intellectuel, même si celui-ci en est la pierre angulaire. Mais je suis d'avis que cette démarche doit avoir lieu seulement s'il y a souffrance, lorsque les spécificités HP empêchent de vivre au quotidien. Sinon, à quoi bon? Personne n'a très envie d'être différent des autres!» Et puis, entreprendre un bilan n'a rien à voir avec un simple test de connaissances, comme on peut en faire sur Internet. La procédure, éprouvante et... coûteuse (lire p. 34 «Les tests à faire pour être certain d'être HP») signe le début d'une nouvelle vie, un nouveau regard sur soi, qu'il n'est pas toujours facile de faire partager à son entourage. Et cela quelle qu'en soit l'issue, HP ou pas.



**PLUS UNE PERSONNE A DE CARACTÉRISTIQUES HP, PLUS ELLE REJETTE VIOLEMMENT L'IDÉE QU'ELLE POURRAIT L'ÊTRE.»**  
— GENEVIÈVE LB ROBERT

## HP: un cerveau qui fonctionne autrement

Car l'intelligence – la grande intelligence – reste un tabou. «Prétendre» être plus, ou plutôt autrement intelligent que la moyenne, passe au pire pour de la vantardise, au mieux pour une chance dont il serait malvenu de se plaindre. Alors qu'en réalité les caractéristiques du cerveau HP ne s'arrêtent pas à un QI supérieur à 130. Tête «trop» remplie, un perpétuel sentiment de décalage, des émotions démultipliées,

l'impossibilité de déconnecter, des difficultés de sommeil, des frustrations dans ses relations... Autant de facteurs qui, s'ils ne sont pas pathologiques en soi, mènent parfois dans l'impasse. D'autres troubles, plus graves ceux-là, accompagnent en outre la surdouance chez certains enfants: hyperactivité, troubles de l'apprentissage... A l'échec scolaire, assez fréquent chez les HP, succèdent alors déprime et dépendances à l'âge adulte. Les difficultés d'intégration peuvent conduire à des comportements à risques dans le désir éperdu d'appartenir à un groupe.

«On est loin de l'image du gosse à lunettes, qui sait tout et agace un peu tant il est brillant pour son âge, ou de l'adulte qui réussit tout ce qu'il entreprend», témoigne Geneviève LB Robert. HP tardivement dépistée et mère d'un jeune homme HP, cette cofondatrice du Collectif HP-IM (pour haut potentiel-intelligence multiple) est thérapeute dans le canton de Neuchâtel. «Au-delà de leurs capacités intellectuelles élevées, parfois difficiles à détecter tant elles ont été étouffées des années durant, les HP sont de vraies éponges, qui

(suite en page 34)

**plus d'infos,**  
DES ADRESSES, DES SITES, DES LIVRES, SUR WWW.FEMINA.CH RUBRIQUE PSYCHO & FAMILLE

## LES DIVERSES CARACTÉRISTIQUES DE L'ADULTE HP

- Pense et ressent comme les autres, mais de façon beaucoup plus intense et plus rapide.
- Ne sait pas toujours aller à l'essentiel, a le don de «se perdre en route».
- Est hypersensible, surtout à l'injustice.
- Réfléchit en images, en odeurs, en goûts...
- Est frustré de ne pas trouver des gens à la hauteur de ses grands projets.
- A horreur de l'effort et est capable d'immenses efforts pour éviter un effort.
- Ressent les émotions des autres et se sent tenu de les aider (empathie).
- Semble avoir une force de travail illimitée.
- Se met parfois dans des situations extrêmes, mais a les moyens pour s'en sortir.
- Sollicite plus que la moyenne son cerveau droit, celui de l'intuition.
- A parfois le cerveau qui «déconnecte» pour cause de surcharge (absences).
- Recherche des relations chez les plus âgés.
- Souffre d'une lucidité acérée qui le plonge dans le doute et la peur de l'échec.

**N. B.** Cette liste n'est pas exhaustive: on peut se reconnaître dans tous ces points et ne pas être HP, ou dans aucun et l'être! Seul un bilan complet permet un diagnostic.



**SENSIBILITÉ**  
Un flux constant d'émotions submerge la personne HP. Le salut? Canaliser.

## Pascale, 48 ans «LES CHOSES SE SONT TOUT À COUP ÉCLAIRÉES»

«C'est à travers mon fils que j'en suis venue à m'interroger sur mon propre parcours: suis-je, comme lui, HP? Sans lui, sans ses difficultés scolaires et sociales, je ne me serais jamais posé la question! Ses problèmes ne m'ont pas inquiétée dans un premier temps, car je le savais intelligent. Mais, quand il est arrivé en 6e, ce qui à Neuchâtel équivaut à la classe d'orientation, la question de sa réussite scolaire s'est vraiment posée. Dans mon entourage, on m'a dit ce qu'au fond je savais: il présentait tous les signes de l'enfant HP, ce qui a été confirmé par la suite. Cela ne m'a pas pour autant permis de mieux l'aider. Il a des compétences, mais il ne parvient pas à s'adapter.

Or je ne comprenais pas ce hiatus. Mais ça m'a poussée à relire mon parcours, familial, scolaire, social et professionnel, avec en tête l'hypothèse selon laquelle je serais moi aussi HP. J'ai trouvé une confirmation à travers différents tests, plus particulièrement ceux mesurant les intelligences multiples. Les choses se sont alors

éclairées. C'était tout à coup cohérent. Par la suite, je me suis reconnue dans la réaction de suradaptation qu'adoptent souvent les femmes. Et je nous ai reconnus – mon fils, moi, mais aussi mon mari et beaucoup de nos amis – dans cette anecdote rapportée par le psy valaisan Marc Bersier lors d'une conférence: dites à un groupe de dix enfants de décrire ce qu'ils voient par la fenêtre. Neuf répondront: «Des arbres et des maisons.» Le dixième, HP, dira: «Mais vous êtes nuls, il y a mille autres choses à voir», et il se lancera dans une longue description; il se sentira décalé par rapport au groupe. Ou alors il pensera: «Il y a mille autres choses, bien sûr, mais je vais dire comme les autres pour ne pas me démarquer.» C'est une autre attitude, mais le résultat est le même. Il se sentira tout autant différent du groupe. Ce qui a changé dans ma vie depuis que je sais que je suis HP? Je sais que, si je vois mille choses par la fenêtre, ce n'est pas anormal: c'est un fonctionnement différent, et j'accepte cette différence. J'ai d'autres

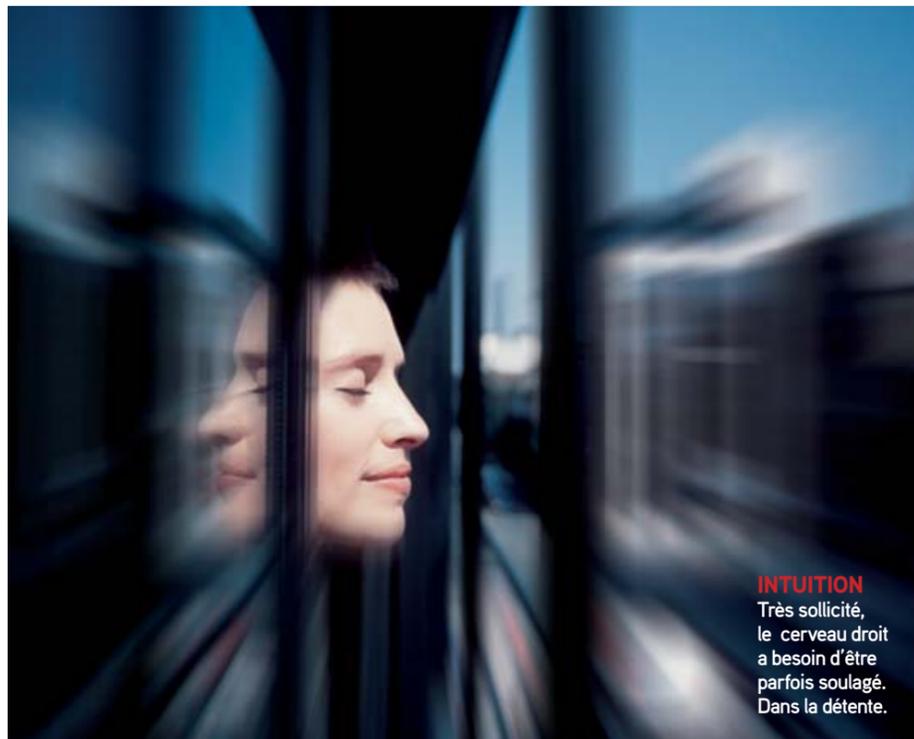
activités qu'avant, moins de relations aussi. Je faisais de la politique, j'ai arrêté. J'ai fait le vide autour de moi, je privilégie désormais la qualité des relations à la quantité. Ce n'est pas de l'arrogance, juste un choix, qui fait que je me sens plus proche de moi-même et des gens avec qui je vis.»

PHOTO: HELEN KING/CORBIS

ET SI ON EST HP?

Les conseils de Doris Perrodin Carlen

- En parler à ceux qui peuvent comprendre (pys spécialisés, associations de parents d'enfants HP).
- Apprivoiser sa personnalité.
- Accepter ses spécificités.
- Prendre soin de soi comme de ses enfants.
- Réaliser son potentiel.
- Echanger avec d'autres adultes et chercher des pairs.



**INTUITION**  
Très sollicité, le cerveau droit a besoin d'être parfois soulagé. Dans la détente.

absorbent tout, tout le temps, très fortement, y compris les émotions des autres. Disons que, au lieu de voir en dix couleurs, ils voient en cent, et qu'à chacune de ces couleurs est associée une odeur, une émotion, et surtout une, deux, cinquante questions, qui en appellent sans cesse d'autres. Pour vivre avec ça sans le subir et tomber dans la victimisation – réaction fréquente chez les HP –

il faut apprendre à dompter ce flux, à le canaliser pour bien l'exploiter. Cela exige un effort important, mot honni entre tous par les HP! Mais on y arrive, à force de bons sens et de connaissance de soi.»



**LE HAUT POTENTIEL N'EST SYNONYME NI D'EXCELLENCE NI DE MALADIE. IL DEVIENT UN PROBLÈME S'IL ENTRAÎNE LE QUOTIDIEN. CE QUI N'EST PAS LE CAS DE TOUS LES HP.»**  
— OLIVIER REVOL

**Se ressembler, s'assembler**

En Suisse romande, les psychologues sont quelques-uns à s'être spécialisés dans la surdouance ou le haut potentiel, mais leur prati-

que les oriente vers les enfants en difficulté. Sont-ils formés à reconnaître les adultes HP? Sont-ils eux-mêmes HP pour comprendre les HP? A cette question, très personnelle, les psychologues interrogés restent évasifs: je n'ai pas été testée, dit l'une. «Il est clair qu'un enfant surdoué repère tout de suite s'il a affaire à quelqu'un qui lui ressemble ou pas», élude Olivier Revol. C'est là aussi une caractéristique du comportement HP: reconnaître des HP tout autour de soi, mais refuser de voir le sien. Et rechercher inconsciemment la compagnie de ses semblables. Ainsi se créent des «nids», par familles, même parfois, semble-t-il, par quartiers ou par villages. Le sentiment de décalage et de différence s'estompe alors, ce qui explique l'oubli chez certains adultes de leur passé d'enfant surdoué. Comme des zèbres qui auraient oublié avoir vécu hors du troupeau.

**et vous,** SI VOUS ÉTIEZ RECONNUE HP, LE DIRIEZ-VOUS? RÉAGISSEZ PAR COURRIER À FEMINA, AV. DE LA GARE 39, 1001 LAUSANNE, OU PAR E-MAIL À FEMINA@EDIPRESSE.CH

LES TESTS À FAIRE POUR ÊTRE CERTAIN D'ÊTRE HP

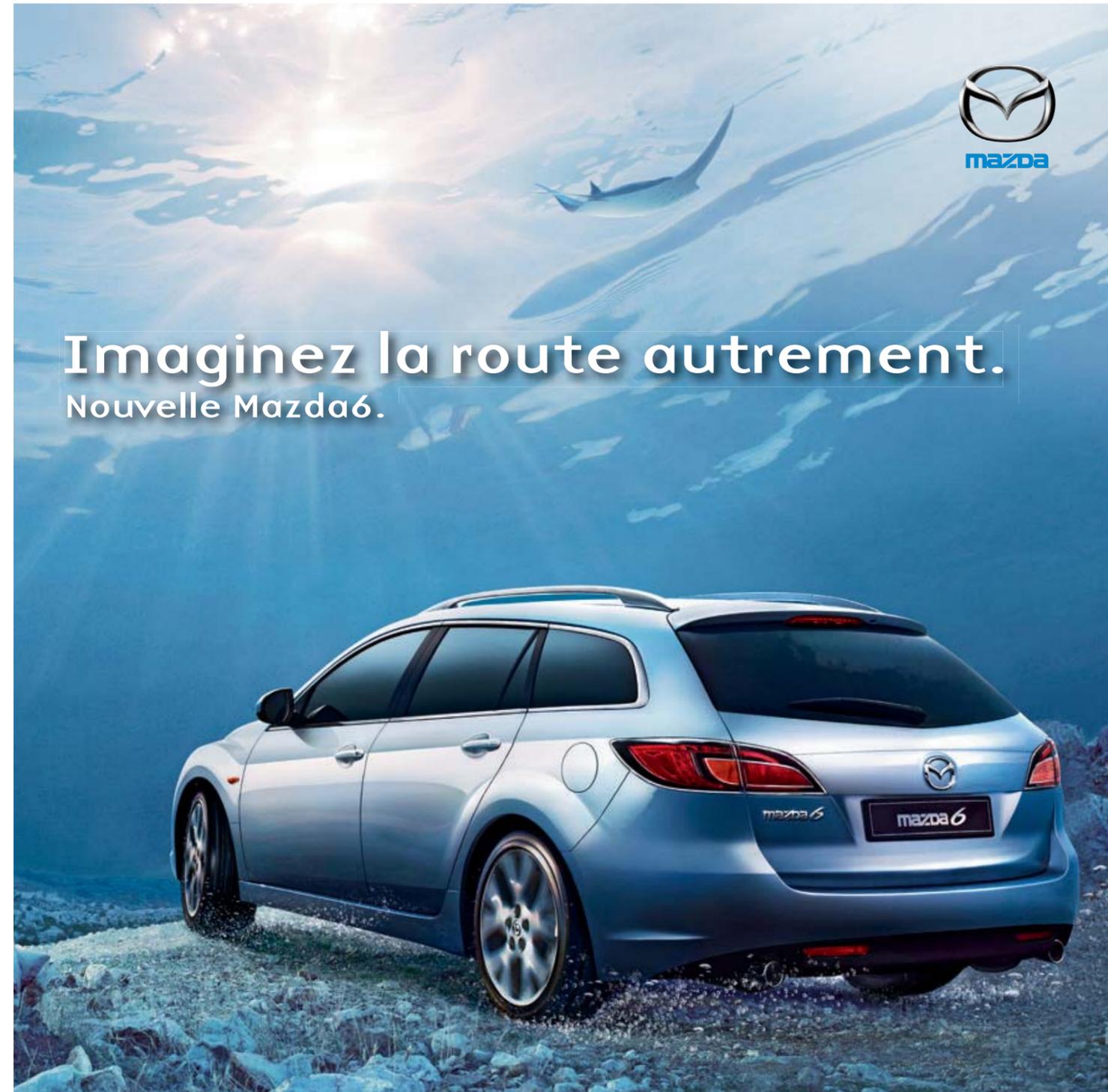
**QI** La procédure est complexe... Il s'agit notamment d'évaluer le QI. Sachant que 70% des gens ont un QI compris entre 85 et 115, à plus de 130, c'est la surdouance (entre 2% et 5% de la population). Entre 115 et 130, (2%), on parle de «zone grise», pas encore la surdouance, mais une sorte d'entre deux assez difficile à interpréter et surtout à faire comprendre. Le test de QI le plus utilisé

pour les adultes est la WAIS III, révisée en 2000 dans le sens d'une approche plus globale de l'intelligence ou plutôt des intelligences: compréhension verbale, organisation perceptive, vitesse de traitement des informations, mémoire de travail. **LES INTELLIGENCES** Il existe d'autres approches du HP, comme celle de Howard Gardner: outre les trois intelligences «rationnel-

les» (linguistique, logico-mathématique et spatiale), Gardner ajoute l'intelligence musicale, kinesthésique (apprentissages liés au mouvement), interpersonnelle (capacités relationnelles ou sociales), intrapersonnelle, etc. Enfin l'idée d'une intelligence émotionnelle, supérieure ou égale en «valeur» à l'intelligence rationnelle, a connu un grand succès médiatique avant d'être très

relativisée par le milieu médico-psy. En clair: chaque praticien a ses propres références, mais il bâtit son diagnostic autour de la pierre angulaire du bilan qui reste l'évaluation du QI. **PRIX** Un bilan complet, non remboursé par l'assurance maladie de base, coûte entre 800 et 1400 francs. En Suisse, seuls les psychologues habilités sont autorisés à faire passer les tests.

PHOTO: JEAN-LOUIS BATTI/GETTY



Imaginez la route autrement.  
Nouvelle Mazda6.

ZOOM-ZOOM

Jamais vous n'avez imaginé votre voiture avec une ligne aussi pure et sportive. Jamais vous n'avez imaginé rouler dans un habitacle aussi innovant: toutes les commandes du véhicule au volant grâce au système CF net, climatisation bi-zone, système Hi-Fi BOSE® de dernière génération avec chargeur 6 CD. Jamais vous n'avez imaginé une sécurité aussi irréprochable. Mais il ne faut jamais dire jamais et la nouvelle Mazda6 en est bien la preuve. C'est en tout cas à bord de cette voiture d'exception que vous imaginerez la route autrement.

**Mazda6 Hatchback ou Station Wagon. 3 niveaux d'équipement, 3 motorisations essence: de 1.8 (120 ch) à 2.5 (170 ch). Turbodiesel 2.0 (140 ch/330 Nm) avec filtre à particules de série. A partir de CHF 30700.- ou à partir de CHF 325.55 par mois\* en leasing. [www.mazda.ch](http://www.mazda.ch).**

Nouvelle Mazda6. Now that's Zoom-Zoom.

Garantie Mazda de 3 ans ou 100 000 km. Cat. de rendement énergétique A-D, consommation mixte 5,6-8,2 l/100 km, émissions de CO2 143-193 g/km. Émissions moyennes de CO2 pour l'ensemble de la gamme 204 g/km. \*Leasing Mazda Credit: prix de base Mazda6 CHF 30700.-, durée 48 mois, 10 000 km/par an, acompte 25% de prix base, offre taux d'intérêts (nominale) 6,9%, offre taux d'intérêts (effectif) 7,12%, caution et valeurs résiduelles selon directives de Mazda Credit. Assurance cosco complète obligatoire pas incluse. L'octroi d'un crédit est interdit s'il occasionne le surendettement du consommateur (art. 3 LCD). Tous les montants sont inclus 7,6% TVA. Offre valable jusqu'au 31.5.2008.