

Le haut potentiel intellectuel et l'hypersensibilité



Izabela Wisniewska-Pastre
Psychopédagogue – graphothérapeute

l'écoline

Les spécificités de “l’intelligence” et de la sensibilité en 3 points :

- Qu’est-ce que le Haut Potentiel Intellectuel ? L’hypersensibilité ?
- Faut-il toujours poser un diagnostic ?
- Comment accompagner ?

Surdoués

Enfants à haute potentialité 2/10/23

EIP

ZÈBRE

l'hypersensibles

Gifted Children

HQI / HQE

ultrasensibles

PHILOCOGNITIFS

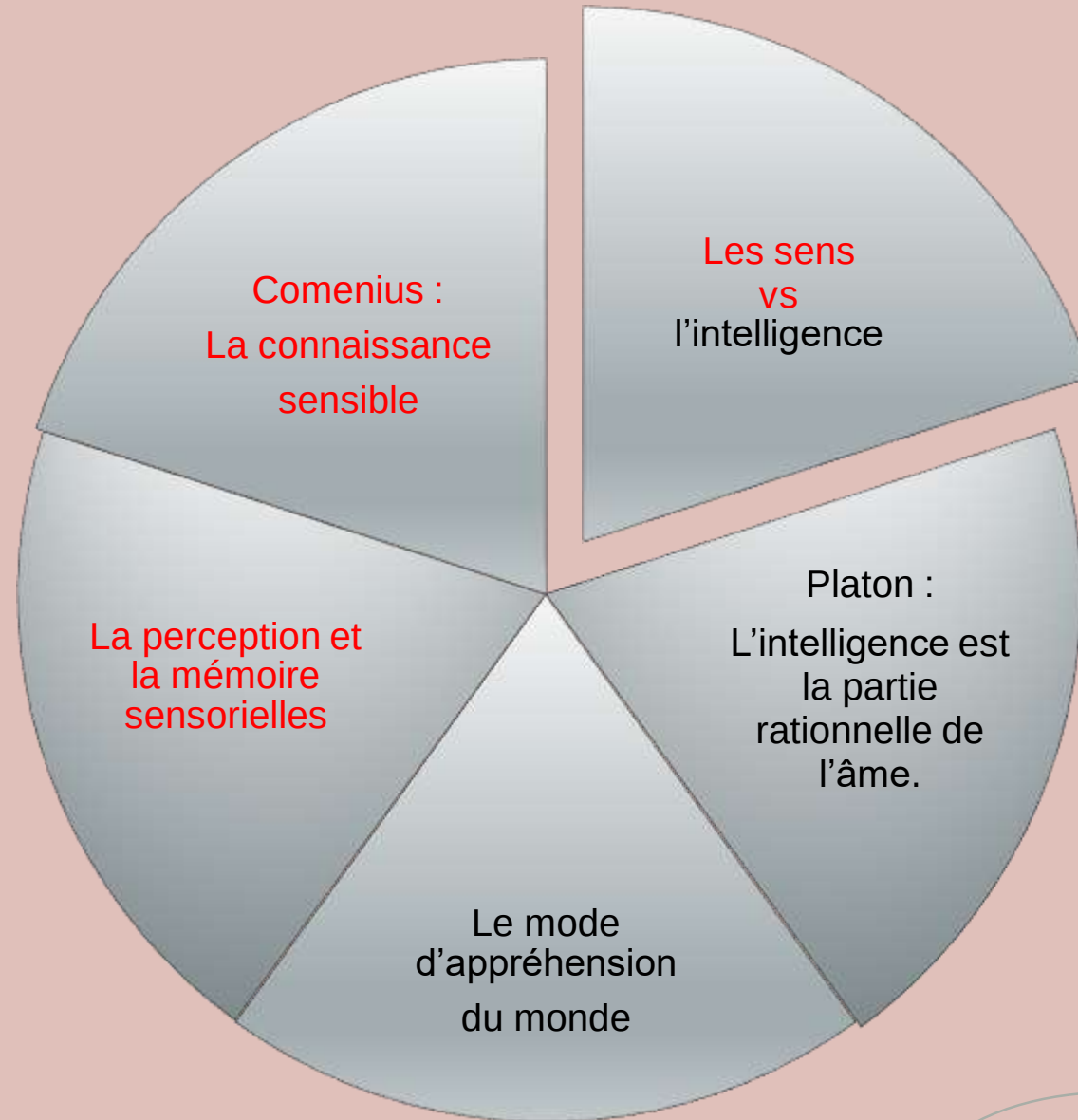
DOUANCE
(E)

(T) **Haut Potentiel** (I)

“L’intelligence n’est pas ce que l’on sait, mais ce que l’on fait quand on ne sait pas”
Jean Piaget

“ Ne méprisez la sensibilité de personne. La sensibilité de chacun, c’est son génie.”
Charles Baudelaire

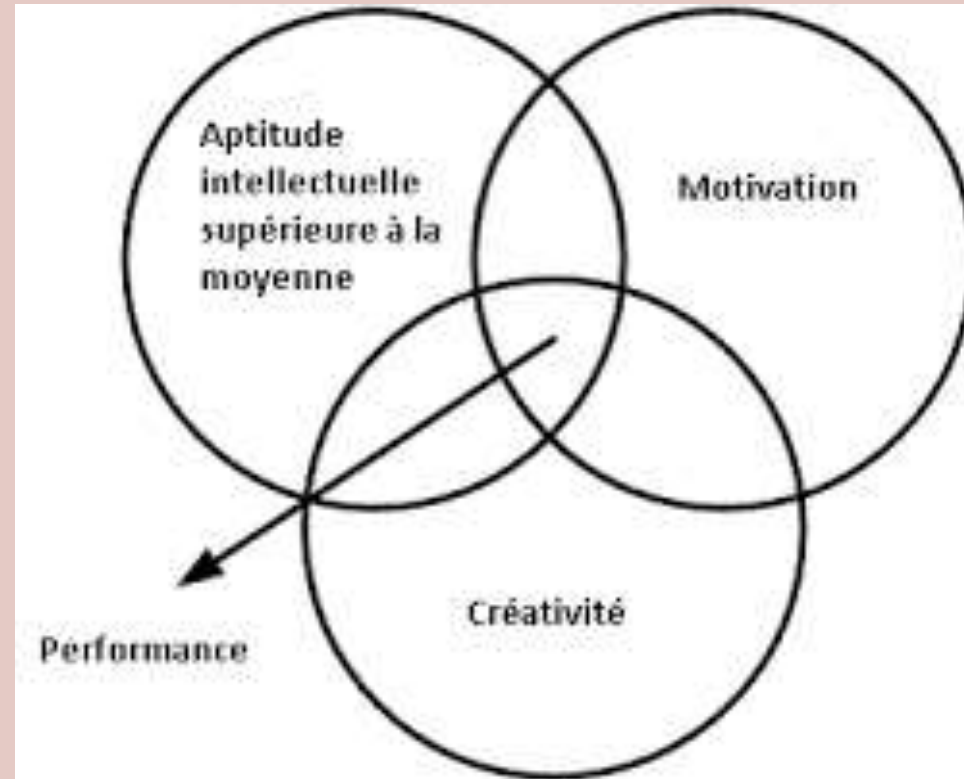
- A chacun sa façon d’interagir avec l’environnement et les autres.

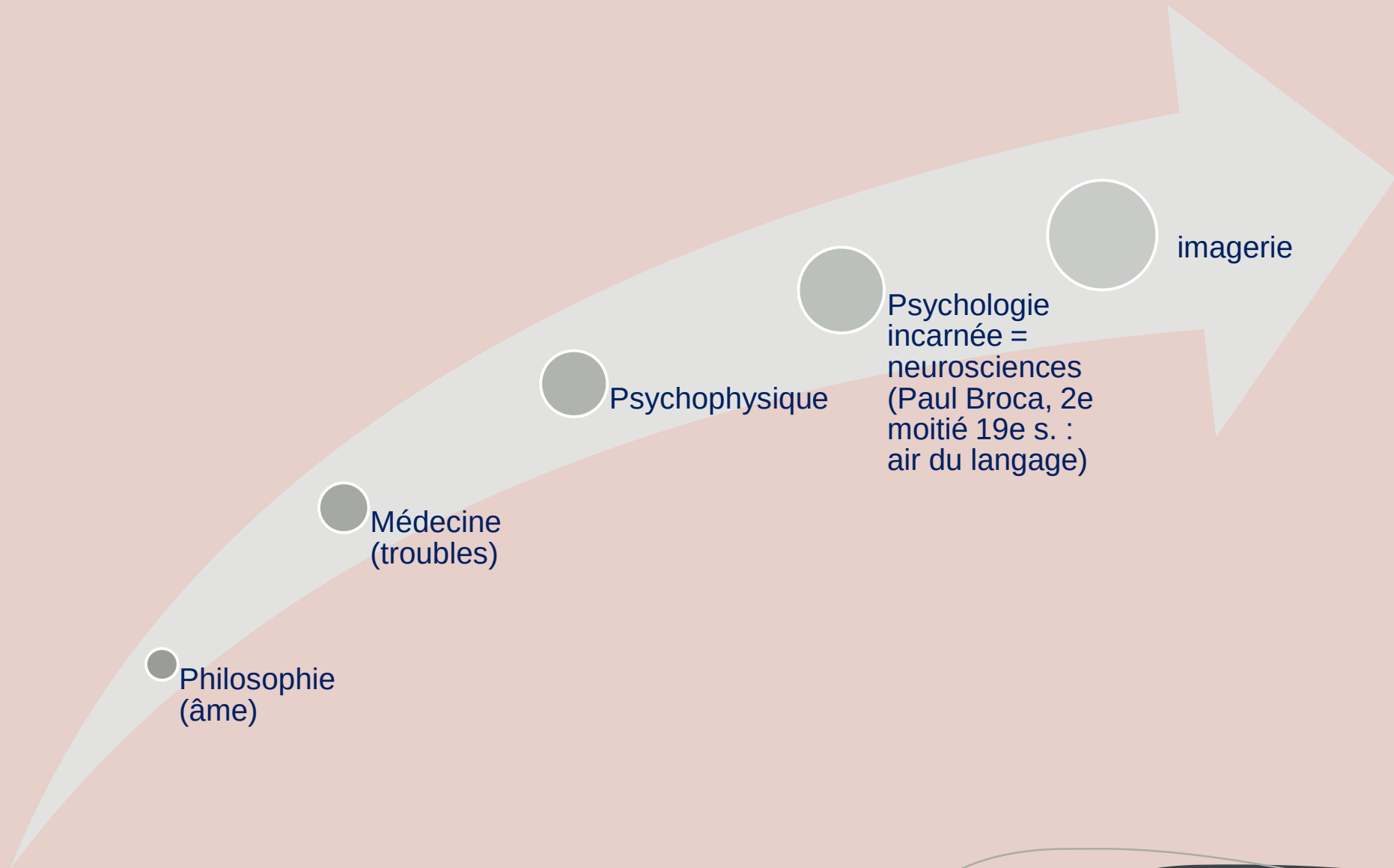


1986 Sir Francis Galton: étude génétique sur les génies

1904 Charles Spearman (Binet): facteur G (modèles unitaires de l'intelligence)

1978 Joseph Renzulli: le modèle des 3 anneaux





Que nous dit l'imagerie ?

- plus de corps calleux et plus de myéline (substance blanche) > meilleure connectivité entre les deux hémisphères et les différentes zones, meilleure cohérence de fonctionnement, meilleure efficacité
- cortex frontal et pariétal plus actifs dans les tâches intellectuelles complexes comparé aux sujets standards
- Le cortex (substance grise) s'épaissit plus tard mais s'affine plus rapidement



Les spécificités de fonctionnement d'une personne à haut potentiel intellectuel

pensée en arborescence ?

clairvoyance et sens critique aiguisé

très bonne mémoire

compréhension rapide des choses

recherche de sens

besoin de contrôle

besoin de justice

perfectionnisme parfois exagéré

grande imagination

image de soi fragile

signes de la précocité intellectuelle chez le jeune enfant

Très tôt ouvre grand les yeux et fixe les objets, les personnes, observe beaucoup les détails.

Bébé déjà, montre des signes d'empathie, des gestes délibérés de recherche du contact physique.

Tonique et à l'afflux de tout stimuli sensoriel ou alors gêné par des stimuli imperceptibles par les autres.

Parle tôt ou à l'âge habituel mais de façon structurée, sans parler bébé, avec un vocabulaire riche.

Peut se passer de 4 pattes, marche tôt ou au contraire relativement tard.

Devient propre tôt ou alors du jour au lendemain.

Petit dormeur (difficultés à s'endormir et réveils nocturnes).

N'aime pas les routines, comme s'habiller ou se laver.

Possède tôt de grandes capacités de concentration pour des tâches qui l'intéressent.

Pose tôt des questions universelles et déclare des intérêts spécifiques; manifeste tôt un sens de l'humour.

Hyperspéculation, questionne les règles, s'y oppose fortement.

Intérêt précoce pour la lecture, apprend souvent à lire seul, mais éprouve des difficultés dans le graphisme.

Enfant solitaire, cherche plutôt la compagnie des adultes.

« Les magiciens du paradoxe » (Ph. Chamon)

- Le profil laminaire / complexe / doublement exceptionnel

ou

- Les 6 profils HPI : brillant, autonome, discret, décrocheur, provocateur, à double étiquette

La personne ultrasensible ou hautement sensible (Saverio Tomasella, 2015)

- ❖ Une haute sensibilité assumée et vécue positivement.

Le Haut Potentiel Sensible (HPS)

ou le Haut Quotient Emotionnel

- ❖ Un véritable potentiel à explorer

Elaine N. Aron : Highly sensitive person (1996)

“Tout le monde, hypersensible ou non, ressent un bien-être maximal lorsque la stimulation n'est ni trop forte ni complètement absente.”

*“Le degré de l'activation du système nerveux diffère considérablement d'une personne à une autre, dans la même situation, face aux mêmes stimuli.” **

* Elaine N. Aron, *Hypersensibles. Mieux se comprendre pour mieux s'accepter*, 2013
I. Wisniewska Pastre & L'écoline

L'hypersensibilité est :

Tempérament ou type (E.Aron)

Caractéristique de personnalité
(N. Clobert)

Trait de caractère

Spécificité sensorielle, perceptive

Façon différente de percevoir le
monde (Ch. Wils)

Highly Sensitive Person Scale (Elaine Aron)

En ressortent trois dimensions inter-dépendantes, liées entre elles:

- La facilité à être stimulé (réactivité situationnelle)
- Le seuil de détection sensorielle bas
- La sensibilité esthétique

Ce que l'on retrouve la plupart du temps :

L'hyperstésie
(intensité des
ressentis
sensoriels)

L'intuition et
créativité

Ressentis
émotionnels
élevés

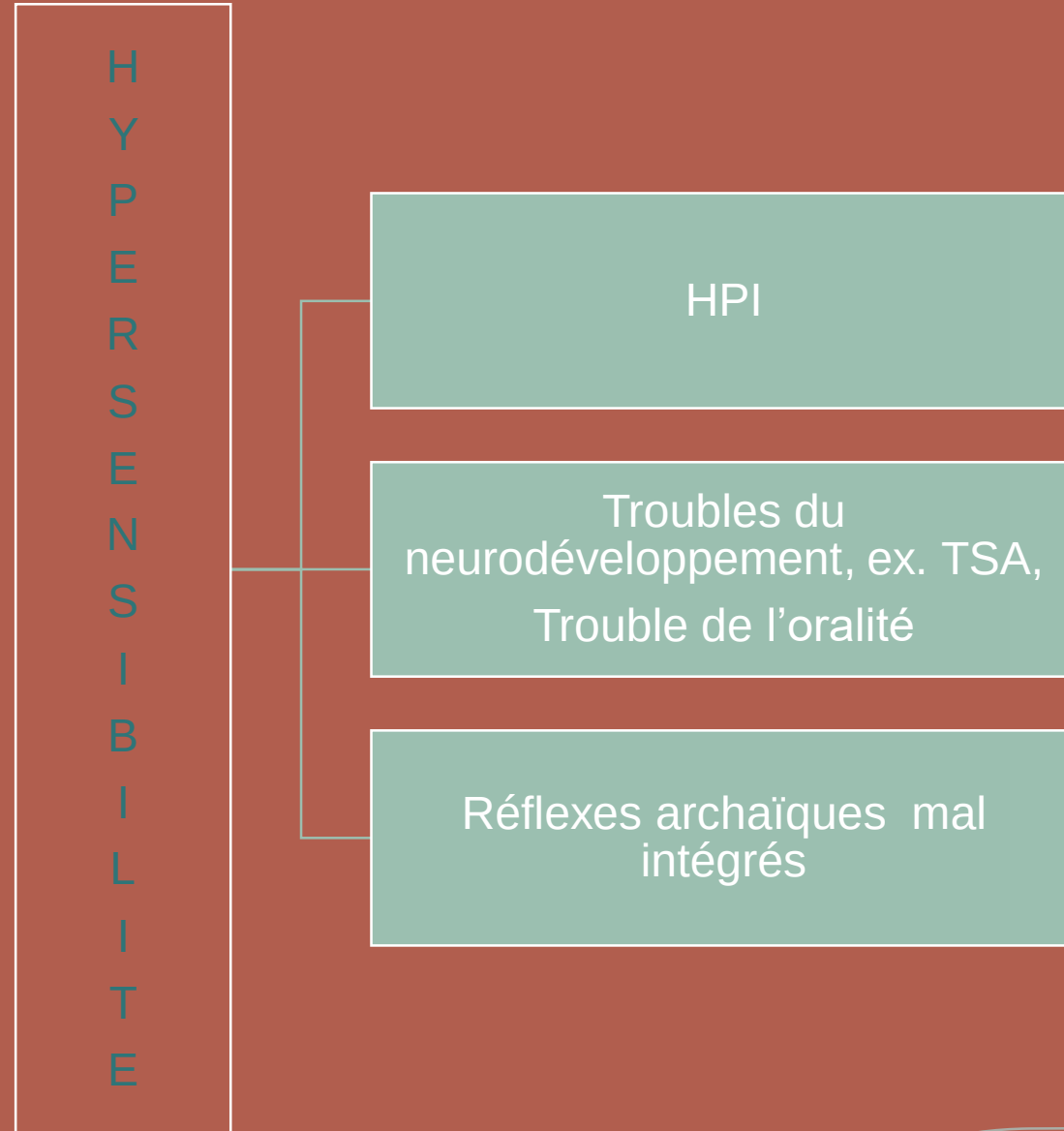
Le fonctionnement neurologique hypersensible

- Le cerveau connecté différemment et système nerveux délicat (seuil de perception bas, perceptions plus intenses, réactivité émotionnelle accrue),
- Le cortex insulaire (insula) dans le cerveau limbique serait hyperactif (responsable de la réception des informations sur l'état du corps, perception de la douleur, des émotions, de la conscience de soi).
- Mais pas de latéralité cérébrale particulière: le cerveau droit activé au même titre que le cerveau gauche,
- Les particularités : sens esthétique vs pensée logique seraient un trait individuel

A fluffy, light brown teddy bear is sitting on a wooden surface. The bear is facing slightly to the right. The background is a warm, brownish-orange color with a subtle wood grain texture. The text is overlaid on the left side of the image.

L'hypersensibilité n'est pas mais peut avoir un lien avec:

- Trouble psychologique (fragilité psychologique)
- Timidité / Introversion
- Mauvaise gestion des émotions / Extraversion
- TDA(H) / Mauvaise posture



Les hypersensibilités :

Visuelle

Auditive : hyperacousie

Olfactive : hyperosmie

Gustative

Tactile ou kinésthésique

Proprioceptive et vestibulaire

L'enfant hypersensible

Grande curiosité

Créativité

Maturité intellectuelle précoce

Manque de confiance en soi

Syndrome de l'imposteur

Besoin de temps calme

Deteste le changement

Besoin d'attention

Sentiment de décalage et de l'isolement

Un sens de l'humour affuté

Conscience et angoisse de la mort

HPI et la haute sensibilité – origines et durée

- Durable ?
- Passagère ?
- héréditaire / innée ?
- d'origine traumatique ?

HPI / HS

D'autres éléments de compréhension :

Maturation cérébrale (temps)

+

L'environnement (accompagnement)

+

Identification (bilan)

« Chez l'enfant, la neuropsychologie intègre le développement des différentes fonctions cognitives, immense chantier de construction en constant remaniement, un « en cours de ... » permanent qui brouille les pistes et les repères. »

Michèle Mazeau, *Neuropsychologie et troubles des apprentissages chez l'enfant*, 2014

Identifier... Faut-il toujours un diagnostic ?

Pourquoi un bilan et où ? Quel sens lui donner ?

Profil cognitif



tests psychométriques (ex. Wisc)

Profil sensoriel



tests auto-évaluatifs (ex. DUNN)

Les tests psychométriques :

WPPSI-IV - Échelle d'intelligence de Wechsler* pour enfants - 4ème édition
De 2 ans 6 mois à 7 ans 7 mois

WISC-V - Échelle d'intelligence de Wechsler pour enfants et adolescents –
5ème édition
De 6 ans à 16 ans 11 mois

WAIS-IV - Échelle d'intelligence de Wechsler pour adultes - 4ème édition
De 16 ans à 79 ans 11 mois

* David Wechsler: psychologue américain, né en Roumanie en 1896 et mort à New York en 1981

Anamnèse : situation familiale, antécédents, grossesse, développement, vie quotidienne, scolarité, comportement.

Passation du test



“ Les bilans cognitifs et neuropsychologiques permettent une lecture des capacités du patient à un moment donné de son développement. Les résultats peuvent ainsi différer d’une évaluation à l’autre et ne sauraient être une représentation figée du fonctionnement du patient. Ils peuvent Notamment être influencés par des facteurs d’ordre médicaux, émotifs, psycho-affectifs, etc.

Ce bilan vise à évaluer les intelligences essentiellement scolaires, verbales, linguistiques, visuospatiales et logico mathématiques. Le quotient intellectuel en lui-même n’est pas l’objet de notre intérêt, nous observons d’une part les notes obtenues aux indices, mais également les écarts intra et inter-indices ainsi que l’aspect quantitatif de l’investissement de l’enfant, son comportement pendant la passation et les manifestations d’anxiété voire de mécanismes de défense qui ressurgissent.”

WISC V → Épreuve > déroulement > capacités sollicitées > note

Compréhension verbale: similitudes, vocabulaire, information, compréhension

Visuospatial: cubes, puzzles visuels

Raisonnement fluide: matrices, balances, arithmétique

Mémoire de travail: mémoire des chiffres, mémoire des images, séquence lettres – chiffres

Vitesse de traitement: codes, symboles

Le bilan = un tremplin vers un accompagnement individuel au plus proche des besoins de l'enfant.

Donner du sens au bilan :

- approche globale
- prise en compte du comportement général
- comprendre tous les enjeux liés au fonctionnement de la personne.

Objectif > différencier

Aménagements possibles pour les enfants HPI à l'école :

Regroupement: mettre ensemble les élèves du même niveau pour leur permettre d'avancer plus vite sur leurs intérêts intellectuels.

Enrichissement: ajouter quelque chose à l'école, en dehors de l'école, relations, défis intellectuels à l'extérieur.

Accélération: saut de classe ou classe double niveau.

Accompagner un enfant

Rassurer

Protéger

Valoriser

Créer du lien

Ecouter avec empathie

Traiter avec bienveillance

Favoriser le dialogue

Réserver des temps calmes

Demander son avis avant d'organiser quelque chose

Ne pas surcharger les journées

Soutenir ses choix, faciliter le développement des centres d'intérêt

Répondre aux besoins des enfants



FAIRE VOIR comment ETRE



COMPRENDRE et AIDER

Apprivoiser ses émotions & augmenter son Quotient Emotionnel



STOP



FEEL



GO



**Que ta parole
soit impeccable**

... parce qu'un mot peut
changer une vie



**Quoi qu'il arrive, n'en
faites pas une affaire
personnelle**

... je ne suis pas responsable
des pensées des autres



**Ne faites pas de
supposition**

... au lieu d'interpréter,
poser des questions

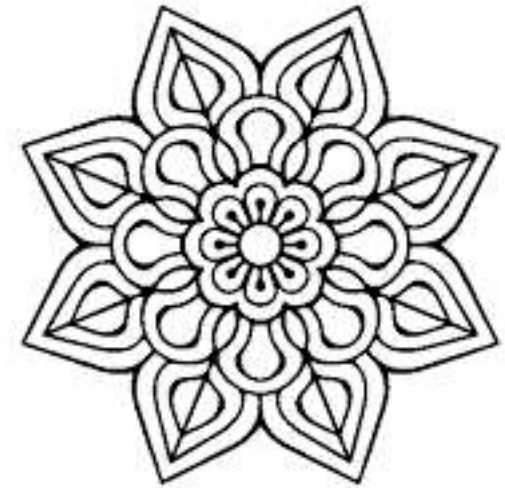


**Faites toujours
de votre mieux**

... pour accepter et
apprendre de mes erreurs

Les 3 M

- MARCHE
- MEDITATION
- MANDALA



Mon carnet magique



A CAUSE DE MON
HYPER :



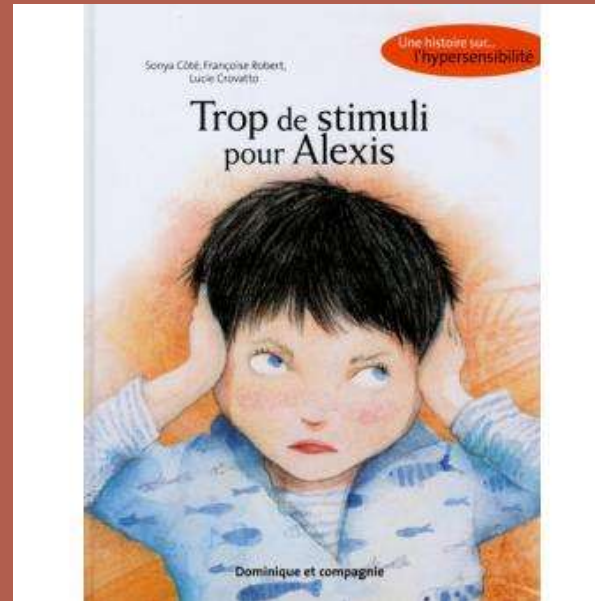
GRÂCE À MON
HYPER :

- Utiliser des moyens mnémotechniques : associations d'idées, de mots, d'images ou création d'acronymes
- Créer des liens entre les choses nouvelles et celles qui sont déjà connues
- Créer des images mentales / des cartes mentales
- Noter ou dessiner des choses à retenir (ex. dans un petit carnet accessible à tout moment)
- Répéter à voix haute, en marchant
- Utiliser un « palais de la mémoire » : technique qui consiste à associer les informations à retenir à des endroits spécifiques d'un lieu familier comme votre maison
- Apprendre par les jeux (il existe beaucoup de jeux éducatifs ex. casse tête éducatifs, mots croisés, dessins magiques pour l'orthographe ou les mathématiques ...)
- « Découper » les contenus à mémoriser en plus petites parts
- Appliquer la méthode SMART : <https://des-outils-pour-apprendre.com/objectif-smart/>
- Ecrire avec l'enfant la charte des devoirs (quand, comment, en discutant ensemble à quels efforts et quelles concessions chaque partie peut s'engager), la signer ensemble et avoir à portée de main ou visible
- « Découper » le temps des devoirs en faisant des pauses pendant lesquelles proposer des jeux courts qui continuent à mobiliser l'attention ex. échange de balles, un petit bout de mandala, quelques pièces de puzzle, jeu de cartes , jeu de dames échecs, memory etc.

“ L'intelligence,
c'est la faculté d'adaptation.”

André Gide

Idées de lectures pour et avec les plus jeunes



Bibliographie pour les adultes

- ***Le haut potentiel en questions***, Sophie Brasseur et Catherine Cuche, éd. Mardaga, 2017
- ***L'enfant surdoué, l'aider à grandir, l'aider à réussir***, Jeanne Siaud Facchin, éd. Odile Jacob, 2012
- ***Psychologie du haut potentiel, Comprendre, identifier, accompagner***, sous la dir. De N. Colbert & N. Gauvrit, éd. deBoeck, 2021
- ***Les philo – cognitifs, Ils n'aiment que penser et penser autrement***, Olivier REVOL et Fanny Nusbaum, éd. Odile Jacob, 2019

Hypersensibles, Mieux se comprendre pour mieux s'accepter, Elaine N. Aron, éd. Marabout, 2013

J'aide mon enfant hypersensible à s'épanouir, Saverio Tomassella, éd. Leduc.s.pratique, 2018

Mon enfant pense trop, Christel Petitcollin, éd. Guy Trédaniel, 2019

Fort comme un hypersensible, Charlotte Wils, Maurice Barthelemy, éd. Fafont, 2021

L'observatoire de la sensibilité : <https://lasensibilite.com/>

Les outils et astuces de l'ergothérapeute : Josianne Caron Santa

Conseillé par une maman de l'EPFL : Pochette "La roue des émotions de Gaston" éd. Hachette

Merci pour votre attention !

l'écoline

et

Izabela Wisniewska-Pastre

<https://www.psychopedagogie-conseil.com/>