

Gabrielle Sebire  
Cécile Stanilewicz

# Avec lui c'est compliqué !

Vivre avec un enfant précoce,  
l'aider à grandir et à réussir



# Avec lui c'est compliqué !

*Il refuse de se lever le matin, de se laver, de s'habiller, de faire ses devoirs...  
L'enfant précoce ou enfant à haut potentiel intellectuel met souvent à mal  
l'organisation familiale. Débordé par ses émotions, il éprouve en outre des difficultés  
à s'investir dans une activité qui l'ennuie. Comment poser un cadre qui lui permette  
de s'épanouir à la maison et à l'école, avec toutes ses singularités ?*

Les auteures de cet ouvrage, elles-mêmes mamans d'enfants précoces, ont recueilli les bonnes pratiques de parents aux prises avec des petits zèbres ingérables. Pour les accompagner vers l'autonomie et l'épanouissement leur livre propose une série d'outils éducatifs testés et approuvés par d'autres parents, efficaces et faciles à mettre en œuvre au quotidien :

- *Des réponses aux questions liées au haut potentiel*
- *Le point de vue d'enfants HPI et de leurs parents*
- *Des activités et exercices qui favorisent la socialisation, l'autonomie, l'intégration scolaire*
- *Des outils pour renforcer l'estime de soi, gérer les émotions et les conflits*
- *Un cahier ludique détachable en fin d'ouvrage*



[www.editions-eyrolles.com](http://www.editions-eyrolles.com)

---

Studio Eyrolles © Éditions Eyrolles  
Illustrations de couverture : © Leslie Plée

Code éditeur : G56884  
ISBN : 978-2-212-56884-4



**Gabrielle Sebire** : mère de quatre enfants, professeur des écoles depuis plus de 15 ans, elle s'est formée sur le haut potentiel pour son travail, avant de découvrir que ses enfants étaient concernés. Son métier l'aide à inventer avec humour de nouvelles façons de faire en famille. Elle anime des ateliers pour les enfants à haut potentiel.

**Cécile Stanilewicz** : mère de quatre enfants, ingénieur agronome, elle s'est formée sur le sujet du haut potentiel pour ses enfants. Elle aime essayer en famille des méthodes utilisées en entreprise.

Elles accompagnent des Chantier-Education®-zèbres, groupes de partage d'expériences de parents, et animent depuis 2015 des formations pour les parents.

Retrouvez-les sur leur page Facebook Happy HP Family.





Gabrielle Sebire et Cécile Stanilewicz

Avec lui  
**c'est compliqué !**

*Vivre avec un enfant précoce,  
l'aider à grandir et à réussir*

**EYROLLES**



*Ce livre n'aurait pas pu voir le jour sans tous ceux qui nous ont fait confiance  
et nous ont offert leurs témoignages : les parents de nos formations,  
de nos Chantiers-Éducation® Zèbres, les enfants que nous accompagnons  
et tous ceux avec lesquels nous avons échangé en préparant ce livre.*

*Un grand merci à Marie-Liesse, sans qui ce livre n'existerait pas.*

*Merci à nos maris et à nos enfants. Leur patience a été mise à rude épreuve  
ces derniers mois. C'est aussi grâce à eux que nous nous sommes lancées dans l'aventure.*

*Merci à François, pour son accueil chaleureux en baie d'Audierne.*

*Merci enfin à tous les professionnels, spécialistes des enfants à HPI, qui cherchent  
sans relâche à comprendre nos enfants, pour nous donner toujours plus de clés.  
Ils contribuent grandement à faciliter le quotidien de ces enfants et de leurs parents,  
ainsi que leur avenir.*

Editions Eyrolles  
61, boulevard Saint-Germain  
75240 Paris Cedex 05  
[www.editions-eyrolles.com](http://www.editions-eyrolles.com)

Avec la collaboration d'Alice Breuil

Illustrations originales Leslie Plée : Couverture et personnage "Dubitania"

Illustrations originales de Flora Czternasty [Pomkipik.com]

Mise en pages et maquette : Flora Czternasty [Pomkipik.com]

En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement le présent ouvrage, sur quelque support que ce soit, sans autorisation de l'éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris.

# Sommaire

Introduction..... p. 4

## 1. Je comprends son fonctionnement

Le haut potentiel, qu'est-ce que c'est?..... p. 8

Quand la crise éclate... ..... p. 23

Comment anticiper ? ..... p. 31

## 2. Je cadre notre vie de famille

Poser les limites ..... p. 42

Gérer les conflits ..... p. 54

Faire une place à chacun ..... p. 64

Permettre son autonomie ..... p. 75

Organiser les activités..... p. 86

## 3. Je l'accompagne dans sa scolarité

Les difficultés d'apprentissage ..... p. 96

Les difficultés relationnelles à l'école..... p. 113

Pour quelle réussite ? ..... p. 123

## 4. Je l'aide à s'épanouir

Améliorer sa relation aux autres ..... p. 128

Favoriser son estime de soi ..... p. 146

Vers l'âge adulte ..... p. 161

Conclusion ..... p. 162

Pour aller plus loin..... p. 163

Fiches détachables ..... p. 167

*J'ai un enfant à HPI et, malgré le bilan que m'a donné le psychologue, j'ai un peu de mal à comprendre comment il fonctionne et surtout comment l'accompagner au quotidien.*

*Au fil de ces pages, je partagerai avec vous toutes les questions que je me pose.*



# Introduction

Nous entendons parler d'enfants à « haut potentiel intellectuel » (HP ou HPI), d'« enfants intellectuellement précoces » (ou EIP), de « surefficients », de « surdoués », et même de « zèbres » ... De quoi parle-t-on ? Tous ces termes décrivent la même réalité, celle d'une personne au fonctionnement différent. Loin du débat sur cette terminologie, nous avons simplement choisi d'utiliser « HPI », car c'est ce qui est le plus couramment utilisé aujourd'hui.

Nous avons décidé d'écrire le livre que nous avons nous-mêmes recherché, parce que les psychologues que nous avons lus et consultés nous ont expliqué le fonctionnement de notre enfant. Mais nous ne savions pas comment utiliser à bon escient ces informations pour répondre à notre question : qu'est-ce qu'on fait maintenant qu'on sait ?

## **Quelle est notre démarche ?**

Si tous les enfants ont besoin que nous ayons une posture d'adulte, éducative, cadrante, aimante et bienveillante, c'est d'autant plus important pour les enfants à HPI. Et c'est parfois si difficile malgré toute notre bonne volonté !

Notre approche englobe tous les pans de la vie de l'enfant, une approche qui peut servir également aux autres enfants de la famille. À travers la vie quotidienne, nous avons compris que nous avons déjà sous la main de nombreux outils pour l'aider. Nous avons essayé, nous nous sommes trompées, et puis nous avons essayé encore...



Pour nous, ce haut potentiel n'est ni une chance ni un handicap, mais une caractéristique avec laquelle nous devons apprendre à composer. En gardant à l'esprit que notre finalité de parent est de lui permettre de devenir un adulte épanoui.

**Nos actions seront articulées autour de trois axes :**

**1. Aménager la vie familiale, modifier certaines habitudes pour anticiper les crises et diminuer leur fréquence ;**

**2. Nous appuyer sur les forces de notre enfant pour mieux avancer ensemble ;**

**3. Proposer à notre enfant des situations, des activités qui sauront répondre à ses besoins et le faire progresser.**

Pour ce faire, nous nous appuyerons sur un trio gagnant: l'**humour** car nos enfants à HPI n'en manquent pas et qu'il peut débloquer bien des situations; la **créativité** qui nous aide à trouver de nouvelles solutions; et enfin le **sens**, car sans ce sens donné, impossible de motiver un enfant à HPI.

Ce livre propose une méthode et une boîte à outils, un partage d'expériences de parents dans lequel piocher et à adapter en fonction de la réalité de chacun. Parfois vous vous reconnaîtrez dans tel ou tel témoignage, parfois non, et c'est bien normal : à chacun sa singularité !

Dans cet ouvrage, nous développerons les outils utiles pour des enfants jusqu'à 12 ans. Bien entendu, ils sont adaptables pour les adolescents; cependant, l'adolescence soulève d'autres problématiques que nous ne traiterons pas ici.

Pour des raisons de lecture, nous avons choisi de parler de l'enfant à HPI au masculin : bien évidemment, nous parlons de tous les enfants. Des filles aussi ! Qu'elles veuillent bien nous en excuser...



Quotient intellectuel

Haut potentiel

Bilan

1

# Je comprends son fonction- nement

Différence

Points faibles et  
points forts

Dyssynchronie

Hyperesthésie

Précocité

Décalage

Crises

Hypersensibilité

# LE HAUT POTENTIEL, QU'EST-CE QUE C'EST ?

## Les spécificités de l'enfant à HPI

Vous, votre entourage et celui de votre enfant avez observé que votre enfant avait certaines particularités : il est plutôt cérébral, parle comme un adulte, pose beaucoup de questions, a peu de sens pratique ; il a en particulier du mal à gérer les frustrations, ce qui provoque chez lui des **crises** de colère incroyables. D'une façon plus générale, il est plutôt émotif, a facilement les larmes aux yeux ; il a des angoisses impossibles à raisonner, fait pipi au lit, a des tics ou des tocs, trouve difficilement le chemin du sommeil. Et souvent on constate un **décalage** avec les autres enfants de son âge.

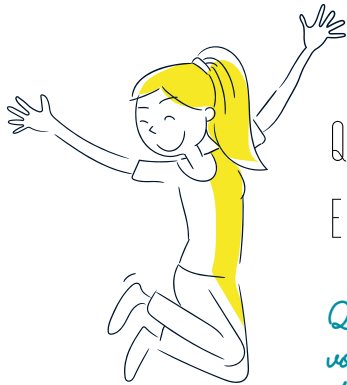
Si toutes ces particularités, prises une à une, sont l'apanage de bien des enfants, elles se trouvent souvent réunies dans un même enfant quand il s'agit de **haut potentiel**.

*Je ne comprends pas...  
J'ai eu à côtoyer par le  
passé un enfant à HPI :  
je me souviens bien de sa  
personnalité, or le mien  
est tout à fait différent !*



## TOUS SINGULIERS !

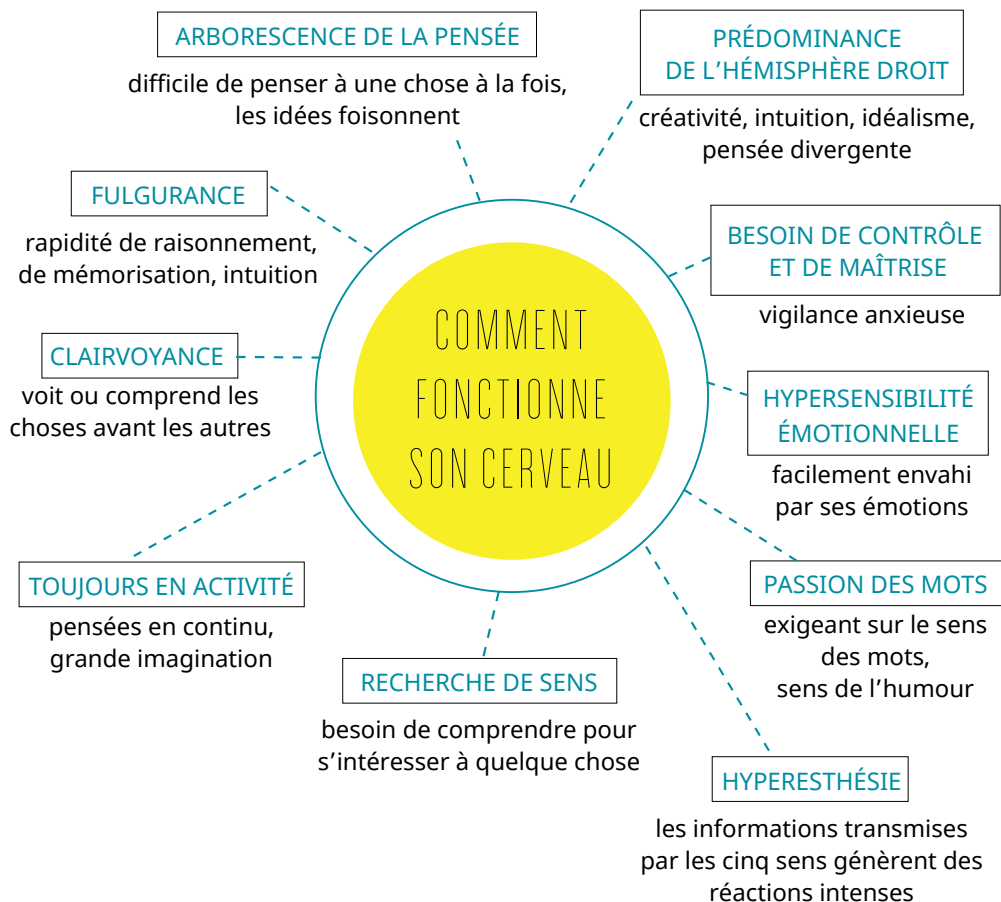
Si on rassemblait dans une même pièce tous les enfants qui seront décrits dans ce livre, ils apparaîtraient très différents les uns des autres : certains seraient très sûrs d'eux, d'autres pas ; certains seraient incroyablement sociables quand d'autres auraient beaucoup de difficultés à fonctionner avec les autres ; il y aurait des agitateurs de classe mais aussi des élèves bien sages ; et d'autres qui tenteraient de se faire oublier...



# RÉFLEXION

QUE SAIS-JE DU FONCTIONNEMENT DE MON ENFANT ?

*Que vous ayez lu ou pas des ouvrages sur le sujet, vous avez déjà constaté que votre enfant fonctionne différemment. À l'aide du schéma ci-dessous et du bilan réalisé par le psychologue (si vous l'avez), prenez un instant pour lister ces points.\**





# BON A SAVOIR

## UNE CLASSIFICATION DES PROFILS

Les chercheurs américains Maureen Neihart et George Betts ont défini, dans une étude publiée en 1988, six types de profils d'enfants à HPI. Cette classification présente l'intérêt d'explicitier les comportements et les besoins différenciés selon le profil, et de proposer des accompagnements adaptés, à l'école mais aussi à la maison. Sont ainsi définis le « discret », le « doublement exceptionnel », l' « autonome », le « décrocheur », le « brillant », le « provocateur ». Des profils qui nous disent combien ces enfants peuvent être différents les uns des autres. (Pour plus de détails sur cette classification, voir page 98.)

Souvent, les adultes ont en tête un profil d'enfant à HPI qu'ils ont eu à côtoyer et comparent les autres enfants à ce profil – ceux qui n'y correspondent pas ne pouvant, dans leur esprit, être à HPI. Or ces profils sont très contrastés : un décrocheur et un brillant n'auront pas le même comportement à l'école, un discret et un provocateur ne seront pas perçus de la même façon par les adultes.

Faisons donc confiance au psychologue qui a réalisé le bilan, c'est lui qui peut déterminer si votre enfant est à HPI, les profils étant là pour expliciter les différentes stratégies développées par l'enfant en fonction de sa personnalité et de son histoire.

Cela dit, on ne saurait résumer un enfant à une catégorie : cet enfant peut combiner plusieurs profils ; de plus, certes, il a un HPI, mais ce n'est là qu'une de ses caractéristiques parmi d'autres (son caractère, son histoire personnelle, etc.).

# BON A SAVOIR

## LA DYSSYNCHRONIE

Vous avez remarqué que votre enfant semble parfois «décalé»? C'est ce que le psychologue Jean-Charles Terrassier appelle les dyssynchronies: ce sont les décalages constatés chez l'enfant à HPI. Les dyssynchronies peuvent être internes, comme le décalage entre son intelligence et sa psychomotricité, ou entre son intelligence et son affectivité. La dyssynchronie peut également être sociale: il s'agit là du décalage avec les autres.



## LE POINT DE VUE DE...

M. Dantony, directeur du collège de l'Immaculée-Conception à Aubenas

*M. Dantony, qui a ouvert depuis septembre 1997 des classes spécifiques pour enfants intellectuellement précoces, a fait le constat, à l'internat du collège, de la présence de peluches uniquement sur les lits des enfants précoces. «Accepter cela, sans en rire et sans en tirer de conclusions désobligeantes ou catégoriques, voilà, à mon sens ce qu'il faut faire.» (Source: [www.douance.be/douance-ehp-dyssynchronie.htm](http://www.douance.be/douance-ehp-dyssynchronie.htm), exemple repris de l'ANPEIP Sud.)*



Ce n'est pas parce qu'il lui arrive souvent d'avoir les larmes aux yeux qu'il est immature: c'est plutôt de l'hypersensibilité!





# En route vers un bilan de précocité

C'est un psychologue ou un neuropsychologue qui peut poser le diagnostic du HPI, à l'issue d'un **bilan** composé du test psychométrique (c'est le test de **quotient intellectuel**, QI), des observations faites lors du passage du test, et parfois de tests complémentaires, si nécessaire. C'est donc bien l'interprétation par le psychologue des éléments qu'il récolte qui lui permettent de conclure.

C'est pourquoi le choix du psychologue est déterminant, pour la qualité de la restitution du bilan qui vous sera faite. Assurez-vous que le test et sa passation répondent bien aux critères énoncés ci-dessous.

Le bilan est généralement pratiqué en trois rendez-vous :

- **Un entretien préalable**, pour valider la nécessité du bilan, pour mettre en confiance l'enfant, signaler des éléments qui pourraient influencer la passation du test (problèmes de dextérité ou problèmes visuels par exemple).
- **La passation du test**. Les tests psychométriques proposés évaluent le QI. La plupart du temps, l'évaluation est réalisée sur l'échelle de Wechsler (dans les pays anglo-saxons, le QI est généralement évalué sur l'échelle de Cattell, ce qui fait que nos scores ne sont pas comparables aux leurs sans effectuer une conversion). Ce sont le WPPSI pour les enfants de 2 ans et demi à 7 ans et 3 mois, le WISC pour les enfants de 6 à 16 ans et 11 mois, et WAIS pour les adultes à partir de 16 ans. Il existe également le test K.ABC, moins répandu, qui évalue le QI des enfants de 2 ans et demi à 12 ans et demi sur l'échelle de Kaufman. Ces derniers sont les seuls à être reconnus par l'Éducation nationale. Ces tests sont régulièrement mis à jour : assurez-vous donc que le psychologue dispose du test adapté à l'âge de votre enfant et de sa dernière version (en 2018, les dernières versions des tests sont le WPPSI, WISC 5, WAIS et le K.ABC II). Le psychologue peut à cette étape effectuer des tests complémentaires s'il le juge nécessaire.
- **Le rendez-vous de restitution**. Cet entretien est l'occasion pour le psychologue d'explicitier le fonctionnement de l'enfant, les scores obtenus. C'est aussi l'occasion d'envisager d'éventuels bilans complémentaires.

La coopération de votre enfant à ce bilan est indispensable ! S'il présente des scores aux *subtests* (c'est-à-dire aux différentes parties du test) trop différents les uns des autres, alors le QI ne sera pas calculé car le chiffre ne signifierait rien.

Néanmoins, avec les autres informations dont il dispose, notamment l'observation de votre enfant, le psychologue pourra poser (ou pas) son diagnostic. Le bilan doit s'achever par la remise d'un rapport écrit.



## BON A SAVOIR

---

### LE HAUT QUOTIENT INTELLECTUEL

---

Le quotient intellectuel (QI) moyen étant de 100, la majorité de la population possède un QI situé entre 85 et 115. Le haut potentiel intellectuel concerne les personnes dont le QI est supérieur à 130 (certains spécialistes placent le seuil à 125). Au-delà de 145, on parle de « très haut quotient intellectuel » ou THQI. La personne sera alors dite « à très haut potentiel » ou THPI.

En ce qui concerne les enfants à HPI, à un haut score aux tests de QI s'ajoute un fonctionnement particulier, une « façon d'être au monde », comme le dit la psychologue Jeanne Siaud-Facchin dans son ouvrage *L'Enfant surdoué*. Ce fonctionnement particulier est la raison qui peut vous amener à consulter.

---

# BON A SAVOIR

## À QUI S'ADRESSER POUR FAIRE UN BILAN ?

Les services de psychiatrie infantile de certains hôpitaux proposent des diagnostics qui incluent des tests de QI. Les délais d'attente sont plutôt longs, aussi cette voie est-elle généralement privilégiée par des parents dont les enfants présentent une problématique complexe (HPI et autisme par exemple) et qui recherchent un diagnostic global.

Un test peut également être réalisé par le psychologue de l'école de votre enfant. Il sera réalisé gratuitement, mais sans possibilité pour vous de choisir le praticien, ni garantie de disposer ensuite d'un rapport écrit.

Les cabinets de psychologues privés proposent soit un simple test de QI, soit un bilan complet tel que nous l'avons décrit; selon la première ou la deuxième option, les tarifs vont du simple au double. Une liste de praticiens conseillés pourra vous être transmise par les associations de parents citées en fin d'ouvrage. Il existe également des centres d'évaluation et de prise en charge spécialisés sur le HPI comme Psyrene à Lyon, Cephoa à Houilles, en région parisienne, ou le CNAHP à Rennes.



## LE POINT DE VUE DE...

Nathalie, mère de Malo (11 ans)

*Je voyais bien que j'avais un enfant différent des autres: il râlait beaucoup, respectait peu les règles, et surtout il était plongé dans un univers imaginaire plein de monstres effrayants. Il était d'ailleurs constamment inquiet, faisait fréquemment pipi au lit. Mon entourage m'a conseillé de le faire tester mais je ne voyais pas l'intérêt. C'est le jour où j'en ai eu assez de ses pipis au lit (il avait alors 9 ans) que je m'y suis résolue. Lorsque la psy m'a confirmé son haut potentiel et a suggéré un saut de classe pour qu'il se sente mieux à l'école, je lui ai répondu: «Ah d'accord, mais pour les pipis au lit, qu'est-ce qu'on fait?» Elle a souri. Elle a dit qu'au fur et à mesure il s'apaiserait, cela s'estomperait... Au bout de quelques mois, ça a fonctionné! Pour le pipi au lit mais surtout pour qu'il s'ouvre au monde. Désormais, il sourit et a l'air bien dans sa peau. Il se sait différent, mais il sait en quoi et comment le gérer.*