

# Moi, surdoué? Vous plaisantez!

De nombreux adultes découvrent tardivement leur haut potentiel. Après des années de mal-être, ils se sentent enfin reconnus et soulagés.

**D**écalé, bizarre, bête, ou même fou. Ce sont les mots qui reviennent le plus souvent lorsqu'on demande à un adulte tardivement diagnostiqué surdoué comment il se sentait face aux autres avant de savoir. Avant la découverte de ce qu'on appelle surdouance, ou haut potentiel. Cette intelligence hors norme qui se caractérise par une curiosité insatiable, un traitement des informations en arborescence, c'est-à-dire par ramification rapide d'association d'idées. Mais aussi par une hypersensibilité, une empathie et une réceptivité sensorielle exacerbées. Un descriptif qui renvoie davantage à l'image du petit génie qu'à celle d'un adulte peu sûr de soi. Ce don peut toutefois se révéler bien encombrant lorsque le principal intéressé en ignore tout.

**«On se moquait de moi, on disait que j'étais bête»**

Non, être surdoué n'est pas toujours un gage de bonheur, même si certains

vivent très bien cette différence. Ni forcément de réussite. Car comment devenir un adulte bien dans sa peau lorsqu'on a passé sa scolarité à s'ennuyer, que l'on se sent déconnecté des autres, dont on ne partage pas les centres d'intérêts, et que cette différence donne lieu à des railleries? «On se moquait de moi, on me disait que j'étais bête car je comprenais souvent différemment les choses», se souvient Sophie, 30 ans, qui a eu la confirmation de sa surdouance il y a quelques mois, et dont le témoignage est à lire ci-contre.

## Une sensibilité à fleur de peau

Le sentiment d'être «à côté de la plaque» et incompris prend alors le pas. La dévalorisation de soi s'installe jusqu'à se muer en dépression pour certains. Séances chez le psy, thérapies en tout genre s'enchaînent sans pour autant donner de résultat. La personnalité complexe des hauts potentiels fait qu'ils

sont souvent confondus avec des personnalités borderline (état limite) ou bipolaires. «Dans leur cas, il ne s'agit pas de pathologie mais d'une exacerbation de la réalité. Ce sont des personnes extrêmement réactives émotionnellement, très sensibles aux changements. Elles peuvent passer de l'exaltation à des phases de dépression totale», explique la psychologue française Jeanne Siaud-Facchin. Auteure de *Trop intelligent pour être heureux?* (éd. Odile Jacob), elle dépiste depuis plusieurs années enfants – mais aussi adultes – à haut potentiel. Ces «zèbres», comme elle les surnomme en raison de leur similitude avec ce drôle d'animal, que ses rayures rendent si différent tout en l'aidant à se dissimuler.

Car si les milieux scolaires sont aujourd'hui attentifs à repérer les hauts potentiels (ils seraient un à deux par classe), ce n'était pas le cas il y a quelques dizaines d'années. Résultat, de nombreux adultes sont passés entre les gouttes, en s'adaptant au point de masquer leur particularité ou en étant alors pris pour des enfants souffrant de troubles de l'attention. D'autres ont nié leurs talents, se sentant coupables d'avoir des aptitudes supérieures, des facilités ou un don, note dans son ouvrage *L'adulte surdoué* (éd. Albin Michel), la psychologue et psychanalyste parisienne Monique de Kermadec. Car «plus le surdoué adopte un «profil bas», plus l'approbation du groupe est large.»

## Incrédulité et soulagement

C'est souvent parce que leur enfant a été diagnostiqué à haut potentiel que ces surdoués qui s'ignorent prennent conscience de leur différence. Ou parce qu'ils ont lu un article sur le sujet et se

**«Les surdoués craignent de paraître prétentieux»**

Pascale Roux, psychologue et coach





## Surdoué, ça veut dire quoi?

L'idée générale veut que toute personne surdouée présente un QI hors norme. Si les hauts potentiels se distinguent par un quotient intellectuel **largement au-dessus de la moyenne (130 au minimum, contre 100 pour le commun**

**des mortels)**, «posséder un QI élevé, n'est pas tellement être quantitativement plus intelligent, mais surtout avoir **un fonctionnement intellectuel qualitativement très différent**», précise Jeanne Siaud-Facchin.

Chez une personne surdouée, le nombre de connexions neuronales est beaucoup plus élevé. **Le cerveau est ainsi dans un état permanent d'hyperactivité.** Jeanne Siaud-Facchin parle de «tempête sous un crâne». Le cerveau droit

étant privilégié, les surdoués se caractérisent par un traitement global et en images de l'information. Cette particularité est aussi le gage d'une intelligence intuitive, d'une grande créativité et d'une forte implication émotionnelle.

sont reconnus. «Ils font cette hypothèse, mais craignent en même temps de paraître prétentieux», raconte la psychologue et coach genevoise Pascale Roux. Depuis quelques années, elle aussi dépiste et accompagne des adultes zébrés. «Lorsque le diagnostic tombe, ils sont d'abord incroyables, puis soulagés, poursuit-elle. Cela leur permet de comprendre pourquoi ils se sentent si différents, de réagir autrement face aux autres et d'apprendre à ne plus attendre que ces derniers fonctionnent comme eux. Mais aussi de retrouver du sens.»

### Une colère due à un sentiment d'incompréhension

La révélation de la surdouance s'accompagne aussi de colère. Celle de ne pas avoir été compris par ses parents, par l'école. Le risque est alors de vouloir tout recommencer, comme si une grande intelligence supposait un grand destin, met en garde Jeanne Siaud-Facchin: «Et

## «Cela a expliqué beaucoup de choses»

C'est «pour savoir ce qu'il valait vraiment» que Pierre-Yves Franzetti a poussé un jour la porte de la section valaisanne de l'association Mensa, qui regroupe les QI de plus de 130. C'était il y a trois ans. Il avait alors 34 ans. **Militaire de carrière, il vivait une passe difficile:** «J'ai subi des pressions dans le cadre de ma vie professionnelle, raconte-t-il. Mon travail était sans cesse remis en cause et dénigré. J'ai commencé à penser que j'étais à côté de la plaque. J'avais vraiment besoin de me situer.» C'est alors que ce passionné de jeux de rôles, au ca-

ractère «ouvert et de meilleur», **décide de passer un test de QI** validé par Mensa. La réponse est sans

## «J'ai pensé que j'étais à côté de la plaque»

appel: il possède une intelligence largement au-dessus de la moyenne. «Apprendre que j'étais surdoué a expliqué beaucoup de choses. J'ai notamment compris que je subissais une forme de mobbing», raconte celui

qui est depuis devenu secrétaire local de la section valaisanne de Mensa. **S'il n'a jamais souffert de sa surdouance durant sa scolarité,** Pierre-Yves Franzetti se reconnaît dans le portrait souvent dépeint de l'enfant surdoué: «Je n'étais pas particulièrement bon à l'école, mais pas mauvais non plus. Disons que j'étais surtout minimaliste car j'avais de la facilité.» Contrairement à beaucoup de surdoués, il a choisi de ne pas cacher son don, sans toutefois le crier sur tous les toits: «Parce que c'est très important pour l'estime de soi.»

Publicité

# ACTION

TOUS LES BLÉVITA EN BARRES OU EN EMBALLAGES DE 6 PORTIONS, À PARTIR DE 2 EMBALLAGES, -.60 DE RÉDUCTION L'UN. OFFRES VALABLES DU 21.8 AU 27.8.2012, JUSQU'À ÉPUISEMENT DU STOCK

Blévita



**3.-**  
au lieu de 3.60

Blévita  
au Gruyère AOC  
6 portions, 228 g

**2.70**  
au lieu de 3.30  
Blévita au sésame  
295 g



**2.95**  
au lieu de 3.55  
Blévita  
tomate-basilic\*  
6 portions, 228 g



**MIGROS**  
M comme Meilleur.

\* En vente dans les plus grands magasins Migros.

si j'avais raté ma vie?», se disent d'aucuns. Pourtant, comme elle le souligne, il s'agit «moins de faire quelque chose que d'être enfin soi-même». D'où le besoin pour certains de se retrouver entre eux. A l'instar de Pierre-Yves Franzetti, militaire de carrière, qui a découvert sa surdouance il y a trois ans. Il est depuis devenu secrétaire local de la section valaisanne de Mensa – la table en latin –, association internationale qui regroupe les hauts potentiels. «L'idée est d'aborder des thématiques, aussi bien scientifiques, qu'économiques ou littéraires, dont on ne parlerait pas à la maison ou dans notre entourage.» Une manière de satisfaire l'insatiable curiosité qui caractérise ces zèbres. Et de se sentir enfin compris.

Textes: Viviane Menétrey

Illustrations: Oreste Vinciguerra



## «J'étais sous le choc»

A 30 ans, Sophie s'est enfin trouvée. Au début de l'année, **la jeune femme est allée consulter une psychologue** qui a diagnostiqué son haut potentiel. «J'étais sous le choc, se souvient-elle. Jusque-là, j'avais toujours eu l'impression d'être à côté de la plaque, d'être un cas. Mais maintenant je sais que je ne suis ni folle, ni bête.» Comme beaucoup de sur-

car je comprenais souvent de travers.» L'adolescence n'arrange rien: Sophie se sent «hyper-nulle» et **fini par plaquer ses études** pour s'orienter vers un apprentissage d'employée de commerce. C'est là qu'intervient un premier déclic: «Quand j'ai commencé à travailler, **je me suis rendu compte que je comprenais vite**, que j'avais une vue d'ensemble des problèmes et que j'étais polyvalente.»

Mais **la confiance en soi fait toujours défaut.**

La jeune femme fait une dépression à l'orée de ses vingt ans, subit le mobbing d'un supérieur durant plus de trois ans. Des épreuves qui ne l'empêchent pas de se voir confier rapidement des responsabilités dans l'entreprise où elle travaille actuellement. Aujourd'hui, Sophie veut tracer sa propre route. Passionnée de dessin, elle a ouvert il y a peu un atelier où elle donne des cours. Son rêve: vivre de son art. Pour enfin être elle-même.

**«L'école, ça été l'enfer. Je n'arrivais pas à communiquer avec les autres»**

doués, **Sophie a souffert de sa singularité.** Enfant, elle vit une scolarité difficile. «L'école, ça a été l'enfer, résume-t-elle. Je n'arrivais ni à communiquer avec les autres ni à me concentrer. On me disait que j'étais bête

## «Je commence à me sentir enfin apaisé»

Assis dans le salon-bar d'un hôtel genevois, David\* raconte les circonstances qui l'ont amené à **découvrir sa surdouance à 54 ans.** Enfin, plutôt «à savoir ce que je savais déjà», précise-t-il. Car comme beaucoup de personnes à haut potentiel, ce cadre en management et conseil, marié et père de deux enfants **a senti depuis l'enfance qu'il était différent.** «J'ai toujours eu un regard extrêmement lucide sur les choses et les gens. Il ne me faut pas longtemps pour comprendre un contexte, savoir lire une situation.» La révélation, elle, a lieu lorsqu'un ami proche lui offre au printemps de l'année dernière «Trop intelligent pour être heureux?», le livre de la psychologue française Jeanne Siaud-Facchin. «Cette lec-

**«Je ne savais pas quoi faire de ma vie»**

ture m'a totalement bouleversé car je me suis reconnu.» Une expertise attestant de son haut potentiel plus tard, **David se sent enfin décomplexé.** «Je me suis dit qu'il y avait une issue à cette culpabilité que je ressentais. J'ai compris que j'étais simplement juste fait comme ça.» Avec une précision d'horloger, il détaille ce mal-être qui l'a accompagné durant sa vie et ses efforts d'adaptation pour masquer sa différence. Comme, lorsque gamin, il se met à écouter Led Zeppelin alors

qu'il préfère Bach. «J'ai rapidement constaté qu'être différent, ce n'était pas bien, alors j'ai tenté de m'adapter, mais les autres ne sont pas dupes.» S'en est suivi un sentiment de frustration qui l'a mené «à prendre des décisions radicales». «Je me suis rebellé contre beaucoup de choses, dit-il. Je ne savais pas quoi faire de ma vie et ne me voyais pas l'ombre d'une qualité.» **Aujourd'hui, David ne regrette pas d'avoir choisi de savoir.** La confirmation de son don lui a apporté la reconnaissance qu'il recherchait depuis longtemps. «Je commence à me sentir enfin apaisé et décidé à bien utiliser mes qualités.»

\*Prénom d'emprunt.