

DOMINIC GAGNON

Préface de Mel Poinas,
autrice du best-seller *Suivez le zèbre*



J'❤️
LES
ZÈBRES

**Pour mieux comprendre les personnes
à haut potentiel intellectuel**

 LES ÉDITIONS DE
L'HOMME



Table des



matières



10	Préface
12	Introduction <i>Pour en finir avec le mot « surdoué » !</i>
18	Chapitre 1 <i>Démystifier la douance</i>
34	Chapitre 2 <i>Mythes et réalités sur la douance</i>
56	Chapitre 3 <i>Dominic Gagnon : ce n'était pas que le TDAH</i>
68	Chapitre 4 <i>Mathieu Cyr : le surefficient</i>
88	Chapitre 5 <i>Julie Savage-Fournier : l'ingénieure atypique</i>
98	Chapitre 6 <i>Chloé Legris : une famille de zébrés</i>
110	Chapitre 7 <i>L'école selon Charlotte et Geneviève</i>
124	Chapitre 8 <i>Gwenola De Grimaudet : une école qui révèle le haut potentiel de chaque élève</i>
134	Chapitre 9 <i>Anaïs Favron : jamais je n'aurais pu le croire !</i>
146	Conclusion et remerciements
150	Références

DOUANCE

*En collaboration avec les organismes
Haut Potentiel Québec et Vérité ou Quoi ?*

HAUT POTENTIEL QUÉBEC est un organisme à but non lucratif fondé en 2012, qui a pour mission de rassembler et de diffuser les connaissances et les ressources en lien avec la douance intellectuelle (aussi appelée haut potentiel intellectuel), dans le but de :

1. sensibiliser et informer la population quant aux enjeux liés à la douance ;
2. mieux identifier et satisfaire les besoins des personnes ayant une douance ;
3. soutenir les personnes ayant une douance ainsi que leur entourage.

VÉRITÉ OU QUOI ? est un OBNL ayant pour but de démystifier la science, une thématique à la fois, à l'aide d'un balado, d'un jeu-questionnaire et de plusieurs ressources vulgarisées. Découvrez-en plus sur veriteouquoi.com/douance !

Le petit
vocabulaire
de la
danse !

Dans les prochaines pages, vous découvrirez plusieurs termes qui ne vous sont peut-être pas familiers ! Voici donc quelques définitions.

DOUANCE

Aptitudes élevées dans un domaine précis (p. ex. intellectuel, artistique, sportif). Selon l'approche théorique, la douance peut inclure d'autres caractéristiques, telles que la créativité et l'engagement.

...

DOUBLE EXCEPTIONNALITÉ

Présence combinée d'une douance intellectuelle et d'un trouble neurodéveloppemental (p. ex. trouble déficitaire de l'attention, autisme, trouble d'apprentissage) ou de santé mentale (p. ex. trouble anxieux, trouble de l'humeur).

...

HAUT POTENTIEL INTELLECTUEL (HPI) ou DOUANCE INTELLECTUELLE

Habilités intellectuelles significativement supérieures à la norme (QI égal ou supérieur à environ 130) observées chez environ 2% de la population. Certains scientifiques considèrent un seuil de QI à 125 comme indicatif de la douance intellectuelle. Selon ce barème, environ 5% de la population aurait une douance intellectuelle.

...

HYPERSENSIBILITÉ

La sensibilité est un trait du tempérament qui peut être plus ou moins présent chez un individu. Les personnes hautement sensibles à leur environnement ont une forte empathie, de même qu'une sensibilité élevée aux stimulations (p. ex. bruit, lumières, interactions sociales).

...

INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE

L'intelligence émotionnelle sous forme de compétences représente un ensemble d'habiletés cognitives englobant la capacité à percevoir, utiliser, comprendre et réguler ses propres émotions et celles des autres. Ce type d'intelligence émotionnelle est relié au quotient intellectuel. L'intelligence émotionnelle sous forme de trait de personnalité inclut l'émotivité, la sociabilité, le contrôle de soi et le bien-être.

...

PENSÉE DIVERGENTE

Capacité à générer plusieurs solutions ingénieuses à un problème similaire.

...

QUOTIENT INTELLECTUEL

Indice permettant de caractériser le fonctionnement intellectuel d'un individu, tiré de la comparaison entre son rendement à un test cognitif validé scientifiquement et celui des autres personnes du même âge.

...

TRÈS HAUT POTENTIEL INTELLECTUEL

Habilités intellectuelles extrêmement supérieures à la norme, observées chez environ 0,1% de la population (QI égal ou supérieur à environ 145).

...

TRIPLE EXCEPTIONNALITÉ

Présence d'une douance intellectuelle ou d'une double exceptionnalité chez un individu issu d'une minorité, laquelle peut être sexuelle, de genre, ethnique, religieuse ou encore socioéconomique.

...

WAIS

Le WAIS est l'acronyme de l'échelle d'intelligence de Wechsler pour adultes. C'est le test le plus utilisé pour mesurer le quotient intellectuel chez les adultes. Dans la population générale, le QI moyen est de 100 (68% des gens ont un QI entre 85 et 115). Il existe également des échelles d'intelligence de Wechsler pour enfants, comme la WPPSI et la WISC.

ZÈBRE :

On attribue à la psychologue Jeanne Siaud-Facchin l'appellation « zèbres », qui réfère aux personnes douées. Cette autrice a présenté cette analogie dans son livre Trop intelligents pour être heureux ? paru en 2014. Tel que l'explique l'autrice Mélanie Poinas dans son blogue Suivez le Zèbre, le terme a été choisi pour désigner les personnes douées ou les profils à haut potentiel parce que, malgré leur apparente ressemblance (leurs rayures noires et blanches), chaque zèbre possède une robe singulière qui lui est propre. Lorsqu'on est face à un troupeau de zèbres, on peut avoir du mal à les distinguer ; pourtant, ils sont bel et bien tous uniques. Leurs rayures sont comme des empreintes digitales, de tailles et de formes différentes. Il en va de même pour les personnes douées : chaque profil a un ensemble de caractéristiques qui aident à détecter et à déterminer le haut potentiel, tout en rendant l'individu unique.

Qu'est-ce que la douance ?

Bien que la **douance** soit de plus en plus discutée dans les médias et le milieu scientifique, sa définition ne fait toujours pas l'unanimité. En général, le terme réfère à des aptitudes supérieures à la moyenne dans un domaine précis : il est donc possible d'avoir une douance musicale ou sportive. Néanmoins, à ce jour, **la douance intellectuelle**, aussi appelée **haut potentiel intellectuel**, fait partie des seules que l'on peut mesurer scientifiquement.

Une personne est considérée comme douée intellectuellement quand son **quotient intellectuel**, communément appelé QI, se démarque largement de la moyenne. Le QI constitue une mesure du fonctionnement intellectuel, lequel fait, entre autres, appel aux habiletés de raisonnement. Il s'agit d'aptitudes qui nous permettent de comprendre le monde qui nous entoure et de nous y adapter, de faire des liens entre différents éléments et de résoudre des problèmes. Ces habiletés de raisonnement sont ainsi d'une grande aide lorsque nous avons à réaliser de nouveaux apprentissages.

Pour la majorité des scientifiques, la douance intellectuelle est, notamment, représentée par un QI supérieur ou égal à 130, ce que l'on observe chez environ 2% de la population. Le **très haut potentiel intellectuel** est, quant à lui, décelé lorsqu'une personne possède un QI supérieur ou égal à 145, ce qui survient chez environ 0,1% de la population. Ces lignes directrices se basent sur plusieurs décennies d'écrits scientifiques sur l'intelligence. Les individus qui ont fait partie de ces études étaient nombreux et diversifiés sur les plans de l'âge, du genre, de la culture et de la localisation géographique.

Les personnes qui présentent des caractéristiques associées à la douance se démarquent par leur développement précoce durant l'enfance, leur grande motivation à apprendre, leurs intérêts multiples, leur détermination, leur

grande curiosité, de même que par la flexibilité et l'originalité de leur pensée. Cependant, lorsque le milieu scolaire ou de travail n'est pas adapté à leurs besoins de stimulation intellectuelle, les personnes douées peuvent s'ennuyer, voir leur motivation diminuer drastiquement ou encore vivre une perte de sens. Ainsi, l'actualisation du potentiel d'une personne est tributaire de **l'environnement dans lequel cette dernière évolue.**

CARACTÉRISTIQUES FRÉQUEMMENT PRÉSENTES CHEZ LES PERSONNES DOUÉES

Brosser un portrait du haut potentiel intellectuel va bien au-delà d'un score à un test de QI. Ce dernier est certes un indicateur, mais pas l'unique preuve du potentiel. Plusieurs indices sont également à prendre en compte, sachant que chaque zèbre est singulier.

En voici quelques-uns parmi les plus fréquents.

- > Haut niveau d'abstraction
- > Attrait pour la complexité
- > Esprit critique
- > Bonne capacité d'adaptation aux nouvelles situations
- > Grande curiosité
- > Apprentissage par soi-même
- > Créativité
- > Importance donnée à la justice
- > Intensité
- > Recherche et amour des défis
- > Grande imagination
- > Intérêt pour les explications, les causes, les origines
- > Originalité dans la manière de résoudre des problèmes
- > Grande flexibilité cognitive
- > Excellente mémoire
- > Sens de l'observation développé
- > Rapidité dans les apprentissages
- > Connaissances étendues
- > Grand engagement
- > Leadership

***Je viens d'apprendre
que la douance existe
et je me reconnais
beaucoup dans
ces descriptions !
Devrais-je me faire
évaluer ?***

L'identification de la douance intellectuelle

À l'heure actuelle, au Québec, l'accès à des services psychologiques ou neuropsychologiques est particulièrement difficile, sans compter que le coût élevé de ces services représente une barrière pour de nombreuses personnes et familles. Plusieurs se reconnaissent dans le portrait qui est dépeint de la douance intellectuelle, mais hésitent à entreprendre une démarche d'évaluation. Les spécialistes s'entendent pour dire qu'il n'est pas systématiquement nécessaire de procéder à une évaluation dès qu'il y a un soupçon de douance, **puisque'il ne s'agit pas d'un trouble de santé mentale**. Ainsi, lorsque l'environnement permet de bien répondre aux besoins de la personne douée et que celle-ci n'éprouve pas de détresse ou de difficulté particulière, une identification formelle n'est pas essentielle.

ATTENTION!

Cela ne signifie pas que l'on peut confirmer la présence d'une douance sans qu'une évaluation ait été effectuée par un professionnel qualifié. En effet, il n'existe **aucune manifestation spécifique ou liste de caractéristiques observables qui permettent d'identifier hors de tout doute la présence d'une douance intellectuelle**. D'ailleurs, les écrits scientifiques tendent à montrer que nous sommes généralement très peu fiables dans l'évaluation de notre propre fonctionnement intellectuel ou de celui des autres.

Bien qu'une évaluation ne soit pas toujours nécessaire, elle peut s'avérer particulièrement importante et bénéfique lorsqu'une détresse significative ou des difficultés comportementales, émotionnelles ou relationnelles sont présentes. L'évaluation permet alors de départager les causes de ces

problématiques et, le cas échéant, de comprendre comment la douance colore le vécu et l'expression des difficultés de la personne.

Dans tous les cas, l'évaluation n'a pas comme but unique de donner ou non une « étiquette » de douance. Elle vise plutôt à mettre en place des adaptations ou des interventions personnalisées, en fonction du profil des forces et des faiblesses de l'individu, afin de favoriser l'actualisation de ses pleines capacités et de son mieux-être. Cela étant dit, établir la présence d'une douance peut être recommandé pour d'autres motifs, par exemple pour appuyer une dérogation scolaire ou un saut de classe.

Je pense aller de l'avant avec une évaluation.

Comment puis-je trouver un professionnel qualifié ?

Au Québec, ce sont les neuropsychologues et les psychologues qui sont le plus spécifiquement formés à l'évaluation du fonctionnement intellectuel, et donc de la douance intellectuelle.

La section « Trouver de l'aide » sur le site Web de l'Ordre des psychologues du Québec permet d'obtenir une liste de spécialistes près de chez soi qui effectuent des évaluations intellectuelles. Pour consulter plus précisément un neuropsychologue, un répertoire similaire est disponible sur le site de l'Association québécoise des neuropsychologues (section « Bottin des neuropsychologues »). Cependant, ces listes n'affichent que les professionnels exerçant au privé.

Je m'apprête à réaliser l'évaluation.

À quoi puis-je m'attendre ?

L'évaluation du fonctionnement intellectuel, à partir d'un test de QI, demeure un incontournable pour confirmer la présence d'une douance intellectuelle. Les tests de QI sont composés de multiples épreuves visant à évaluer diverses fonctions cognitives qui contribuent toutes aux facultés de raisonnement. On compare ensuite les résultats obtenus à ceux d'autres personnes du même groupe d'âge afin de situer la performance par rapport à la norme.

RÉPARTITION DE LA POPULATION

