

## GGRE, Comité Directeur

### Bureau

Présidente :  
Caroline Baguenault de  
Puchesse  
Vice-Présidente :  
Elisabeth Lambert

Secrétaires générales :  
Laurence Petitjean  
Caroline Massyn

Trésorière :  
Michelle Dohin

### Autres Membres

Marie-France Eyssette,  
Martine Marien, Odile Littaye

\*Association loi 1901 fondée en 1966

## Le mot de la Présidente

Aujourd'hui le GGRE se distingue avec deux nouveaux outils finalisés au cours de l'année 2015 : l'Approche Dynamique de l'Écriture et le test « Vitesse et Endurance ». Nous pouvons être fiers de l'aboutissement de ces années de recherches, d'expérimentations et d'applications : leur validation nous permet d'affiner le déroulement d'une rééducation.



Une partie de l'équipe pédagogique

Que 2016 vous voie tous animés du même dynamisme qu'en 2015 !

Très bonnes fêtes à vous et à tous les vôtres.

*Caroline Baguenault de Puchesse*

## Sommaire

Editorial	1
Renouons avec nos anciens	2
La motivation	6
Un aperçu sur l'apprentissage de l'écrit en Afrique du Sud	15
La rééducation de Charlotte : une dysgraphie réactionnelle	18
Autorité, confiance en soi, émotions ? Conférence AFEP	27
Test de vitesse lycées	29
Nouvelles du Comité Directeur	30
Nouvelles des régions	30
Formation professionnelle	35
Assurance professionnelle et adhésion GGRE	35
Entendu sur les ondes	36
Lu pour vous	42
La parole aux enfants	43
La boîte à idées	44

## NOUS, GRAPHOLOGUES ET GRAPHOTHERAPEUTES, RENOUONS AVEC NOS ANCIENS.

Après l'abbé Michon, Jules Crépieux-Jamin, expert dans l'affaire Dreyfus, donne ses fondements à la graphologie française qu'il base sur l'observation de l'écriture et son interprétation à partir de grandes synthèses d'orientation.

N'a-t-on pas entendu que sa méthode était analytique, bien opposée à celle de Ludwig Klages basée sur la force de la vie et son expression dans l'écriture ?

Avec cent soixante-quinze espèces, il pourrait sembler, en effet, que l'observation de l'écriture se réduise à un catalogue d'éléments caractéristiques d'un trait de personnalité référencés et interprétés comme dans un dictionnaire. C'était le « système de l'abbé Michon », prédécesseur de Crépieux-Jamin. Si la graphologie évoque l'apprentissage d'une langue étrangère et si le sens des éléments de l'écriture doit être connu, leur traduction pour comprendre l'intimité de la personnalité est plus subtile.

---

**Jules Crépieux-Jamin**, sur les conseils de Goethe, plutôt admiratif de ses recherches mais assez sceptique cependant, cherche le fil d'Ariane, le trouve et l'énonce en ces termes : « *Il n'y a pas de signes particuliers indépendants ; il n'y a que des signes généraux dont les modes sont divers.* » Et, « *dans le domaine étreci des petits signes de l'écriture, on ne trouve que des parcelles de vérité, c'est à dire des occasions incessantes de s'égarer* ».

Sa méthode les rassemble, les ramène à l'essentiel, les conjugue et les entrecroise pour comprendre la dynamique de la personnalité dans son évolution, à travers les avatars vécus au quotidien comme tout au long de la vie et pour en saisir les constantes. Elle se base sur une observation rigoureuse, à partir de plusieurs documents si possible. L'interprétation se fait en fonction du « milieu graphique » caractérisé par les « grandes allures de l'écriture ».

Le geste graphique se décompose en sept genres qui regroupent des espèces de même nature car elles obéissent à un même mouvement. Ces espèces, ou caractéristiques de l'écriture, sont nuancées par leur mode, petite espèce qui vient nuancer subtilement les espèces principales. Celles-ci sont dites « dominantes ». Par exemple : « écriture grande avec des inégalités » - grande = dominante, inégalités = mode ; si on disait « grande et inégale », ce seraient deux espèces dominantes.

Cette observation préalable et rigoureuse obéit à quinze grands principes définis par Crépieux-Jamin, dont :

- « *Si l'on est embarrassé pour définir une écriture, on cherche à revivre les mouvements de celui qui l'a tracée* » (n° 4).

- Ou bien : « *Il y a souvent plusieurs dominantes qui méritent d'être mises sur le même plan, tant hiérarchiquement que quantitativement. Leur groupement, selon les affinités, prépare le portrait graphologique* » (n° 8).
- Ou encore : « *La plus petite faute dans une définition est d'oublier un ou plusieurs signes de faible importance ; la plus lourde, que rien ne peut réduire, est de se tromper dans le premier plan de la définition* » (n° 10).
- Ou bien : « *Les allures de l'immense majorité des écritures sont très bien circonscrites à l'aide d'un petit nombre de caractéristiques* » (n° 12).

L'interprétation psychologique découle du regroupement de ces espèces en « résultantes » (ce qu'on appellera plus tard des « syndromes »). Ce sont :

- Les résultantes d'intensité, qui réunissent les espèces qui vont dans le même sens et qui se renforcent les unes les autres.
- Les résultantes d'orientation, dont les éléments d'origines diverses vont dans la même direction.
- Les résultantes de dérivation, qui sont d'origines différentes elles aussi, et qui se conjuguent pour donner naissance à une nouvelle orientation.

« *C'est par le moyen des résultantes que l'on pourra expliquer les singuliers contrastes de la nature humaine* » dit Crépieux-Jamin. Il en fait des synthèses : « les grandes synthèses d'orientation », qui conditionnent et modulent l'interprétation du milieu graphique. Ce sont principalement celle de l'organisation (selon l'âge et la culture du scripteur) et celle de l'harmonie.

Si la synthèse d'organisation (inorganisée, organisée, désorganisée) est facile à comprendre, celle de l'harmonie a été très discutée. La connotation morale de son interprétation en est une cause mais aussi ses éléments : la clarté, l'ordre, la proportion, la simplicité, la sobriété et l'aisance sont pratiquement impossibles à trouver tous réunis dans une écriture.

C'est l'harmonie pourtant qui coordonne les éléments divers et parfois opposés de l'écriture et qui permet de comprendre la cohésion et la dynamique de la personnalité. Si un château est plus que la somme des pierres qui le composent, l'écriture et la personnalité d'un scripteur sont plus que l'addition de traits graphiques et de traits de caractère. Il y a un lien dynamique entre eux qui rend cohérent l'ensemble et dont témoigne la synthèse de l'harmonie.

Se demander, en tant que graphologue et graphothérapeute, ce qui manque à une écriture pour qu'elle soit harmonieuse ou lequel de ses éléments est abîmé ou absent est extrêmement utile. Robert Olivaux ne conseille-t-il pas d'expliquer « au grand » ou à l'adulte le sens du genre qui est défectueux dans son écriture ?

Des éléments qui composent la synthèse d'harmonie, le plus important est l'aisance. Elle est faite de ces petites inégalités qui sont d'autant plus qualitatives qu'elles sont petites. Elle témoigne de la vie de l'écriture qui,

sans elle, serait rigidifiée, figée, monotone. Elle est le pont qui permet à Crépieux-Jamin et à Klages de se rejoindre.

**Ludwig Klages**, allemand, est physicien et chimiste de formation. Il était un philosophe vitaliste et avait la plus grande admiration pour son prédécesseur français.

Sa compréhension des écritures est fortement influencée par sa conception de l'homme, celle de son environnement et par Nietzsche.

L'homme aurait en lui un courant de vie fait de liberté, d'authenticité, de plénitude, de chaleur, dans un rythme qui lui est profondément personnel et intime, qu'il dit « original » car provenant de son origine. On pourrait dire de son noyau originel.

Mais au fil des temps et des générations ce courant de vie s'est appauvri, car l'homme se veut tout puissant pour tout diriger et régler. Par son esprit, il cherche à maîtriser le monde qui s'en trouve de plus en plus rigidifié, codifié, asséché, uniformisé. Le rythme est remplacé par la cadence, qui n'est plus « le retour périodique de phénomènes analogues mais non identiques », car elle est raide et monotone.

Ce courant de vie se manifeste dans l'écriture selon le rapport qui se fait entre lui et les forces de l'esprit, rapport propre à chaque scripteur. C'est ce que Klages appelle la loi de « bipolarité ». La tension qui se crée entre ces deux extrêmes est dynamique et cela se manifeste dans l'écriture par un rythme qui y prend forme, qu'il nomme le formniveau. Il donne la mesure de la qualité authentique de chacun.

Cet échange, entre ces deux extrêmes, ne se fait pas par hasard. Chacun est mu par « une image anticipatrice » qu'il appelle « leitbild » et qu'il définit ainsi : « *Tout mouvement est conditionné par l'attente inconsciente de son résultat extériorisé* ». Or, ces images anticipatrices se retrouvent dans les « dominantes » de Crépieux-Jamin.

Il est important de noter aussi que la démesure, l'exagération de l'expression des forces vitales dans les écritures diminuent le formniveau tel que décrit par Klages. Ainsi rejoint il la notion d'harmonie selon Crépieux-Jamin qui, elle, ne peut exister sans l'aisance, témoignage de vie. Entre la notion de formniveau et celle d'harmonie, il y a donc une passerelle qui se confirme par ailleurs entre les deux auteurs.

**Roda Wieser**, élève et disciple de Klages, a complété et approfondi ses recherches et sa réflexion. Le courant de vie propre à chacun, que l'on peut appréhender par la notion de formniveau, est son rythme propre et fondamental. Roda Wieser l'appelle « grundrythmus ». Il est à la fois source nourricière, profondeur et élan qui luttent contre l'influence plus ou moins grande et mortifère, selon Klages, de l'esprit. Pour Roda Wieser, ce courant de vie est alimenté par « l'agapé » qu'elle définit comme le besoin et l'aptitude d'amour de l'homme pour autrui, pour lui-même, pour ses enthousiasmes, ses projets, et qui s'exprime dans le rythme de l'écriture.

Ainsi se précise la qualité intrinsèque et intime de la personne, que Crépieux-Jamin cernait par la synthèse d'harmonie, et que Klages jugeait par le formniveau.

---

Pour nous, graphologues et graphothérapeutes, ce retour vers la pensée de nos anciens permet de préciser les raisons de notre action, même si nous employons des termes différents. Pour qu'une écriture soit suffisamment claire, lisible, rapide et soit, pour le scripteur, un bon instrument pour communiquer et pour exprimer sa pensée, les exercices de détente du geste graphique, de précision de la grande et de la petite motricité, ceux sur la respiration et la pression de la coulée d'encre s'inscrivent dans l'acquisition d'un rythme personnel. C'est par ce rythme qui est propre à chaque scripteur, que s'expriment son identité profonde et ses constantes à travers les avatars de la vie.

Le fil conducteur qui relie nos anciens entre eux par delà les frontières et les générations, les diverses sources de leurs observations et de leurs réflexions viennent jusqu'à nous et nous ramènent à eux. Les notions d'harmonie, de formniveau, de rythme, sont présentes dans notre travail et nous permettent de dépasser notre rôle de simples rééducateurs de l'écriture. Nous les rejoignons, en permettant aux écritures bloquées à un stade ou un autre de leur apprentissage et de leur évolution, de trouver ou de retrouver élan, aisance, force, identité et de témoigner ainsi de la qualité authentique de leur scripteur toujours évolutif dans son projet de vie.

*L'A.B.C. de la graphologie, Jules Crépieux-Jamin*  
*L'expression du caractère dans l'écriture, Ludwig Klages*  
*Écriture, rythme, personnalité, Roda Wieser*

*Anne de Collongue, Saint-Cloud*

---

*C'est avec une grande tristesse que nous apprenons le décès, le 22 décembre, de **Françoise Fontaine**, graphologue conseil et graphothérapeute. Françoise a, tour à tour, enseigné la graphologie professionnelle et la graphothérapie. C'est son amie Florence Witkowski qui lui avait fait rencontrer Anne de Collongue, lorsque l'idée d'un nouveau groupement avait germé. Le GGRE démarrait peu après... Nombreuses sont les graphothérapeutes GGRE formées par Françoise. Elles ont toutes été touchées par sa finesse et sa bonté. Lorsque Françoise a décidé de prendre sa retraite, c'est avec générosité qu'elle a fait confiance à Anne et Suzel pour poursuivre son enseignement. Pendant des années, elle nous a accompagnés de ses conseils et participé aux Assemblées générales. Le GGRE doit donc beaucoup à Françoise et présente ses condoléances à sa famille.*

# LA MOTIVATION



Regardons d'abord ce qu'en disent les dictionnaires (définitions glanées sur le net, Robert, Larousse, Grand dictionnaire de la psychologie Larousse ...):

## Motivation:

- Ensemble des processus physiologiques et psychologiques responsables du déclenchement, de l'entretien et de la cessation d'activité d'un comportement ainsi que de la valeur appétitive ou aversive conférée aux éléments du milieu sur lesquels s'exerce ce comportement.

## Motiver:

- Fournir des motifs, des justifications d'un acte.
- Provoquer quelque chose en le justifiant.
- Créer chez quelqu'un les conditions qui le poussent à agir, faire qu'il éprouve de bonnes raisons pour agir.

## Se mouvoir:

- Se déplacer, bouger.

## Démotivation:

- Action de démotiver, fait d'être démotivé.

## Démotiver:

- Faire perdre à quelqu'un toute motivation, toute raison de poursuivre un travail, une revendication, etc.

## Etre démotivé:

- Au moral bas, par manque de courage ou d'espoir.
- Sans motif.

## Se démotiver:

- Perdre son courage, sa capacité à agir ou son espoir en quelque chose.



Etre encouragé et récompensé donne généralement des ailes à quelqu'un (la dopamine est l'un des neurotransmetteurs de ce système).

Cela est important, indispensable même dans la vie d'un enfant, pour qu'il tente de nouvelles expériences, découvre le plaisir de se battre, de se dépasser ou encore de remporter des petits défis...

Essayons de comprendre comment sont imbriquées « motivation *extrinsèque* » (qui repose sur un apport, un support ou une récompense extérieurs) et « motivation *intrinsèque* » (de l'ordre de l'auto-motivation).

## A. Les caractéristiques de la personne motivée

Qu'observe-t-on chez une personne motivée ?

- Elle **n'attend pas qu'un autre** appuie sur le bouton ON ou si elle le fait, elle sait enchaîner et prendre à son compte la suite des opérations.
- Elle **ne se laisse pas décourager** par l'obstacle et **reprend l'effort** si nécessaire.
- Elle **trouve même un certain plaisir à produire un effort** que d'autres taxeraient d'insurmontable ou d'inutile.
- Elle a **envie de relever des défis**, d'arriver à ses fins, de gagner.
- Elle **trouve satisfaction dans le dépassement de soi**.
- Elle **puise en elle l'énergie** nécessaire pour **durer**.
- Elle a de **l'enthousiasme**, est **partante** et **positive**, a des **envies**.
- Elle est **persuadée qu'elle va y arriver** et sinon **crée des opportunités** ou **trouve des solutions** (innovantes parfois) pour y arriver.
- Elle a une **suffisamment bonne estime de soi** pour se croire capable.



Tout cela requiert en fait pas mal de **maturité**. Il faut donc parfois attendre que l'enfant soit plus mûr... pour qu'il découvre peu à peu comment se motiver par lui-même.

On imagine volontiers que la motivation est plus facile et plus accessible chez ceux dont le **tempérament** est plein de vitalité, volonté, courage, ténacité, optimisme (capacité à voir les solutions), sens de l'effort ou de discipline personnelle...

Ceux également qui ont un bon **équilibre biochimique** (pas trop de baisse de moral et un bon niveau de sérotonine).

Heureusement, la motivation n'est pas qu'une mystérieuse énergie donnée toute faite, c'est aussi une **construction** qui se fait dans le cercle familial, scolaire et nous y participons lors de nos échanges avec les enfants en séance.

## B. Ce qui favorise la motivation intrinsèque

« Repérer quand l'enfant est motivé : il déborde d'énergie, il n'a pas besoin d'être poussé, convaincu ou encouragé ; il fait les choses spontanément et facilement, avec plaisir et il réussit mieux ! » ([www.marina-barreau.com/category/motivation](http://www.marina-barreau.com/category/motivation)).

Aujourd'hui, les neurosciences affectives ([www.blog-lecerveau.org/blog/2012/12/03/2254/](http://www.blog-lecerveau.org/blog/2012/12/03/2254/)) permettent d'éclairer la compréhension du développement de l'enfant : plus il est entouré **d'empathie**, de **collaboration**, de **plaisir**, de **coopération**, plus ses **besoins profonds** sont **satisfaits**, plus il peut **exprimer ses émotions et nommer ce qu'il ressent**, plus son cerveau **sécrète de l'ocytocine et de la dopamine**, favorisant la motivation.

« Le **système motivation-récompense** produit de la **dopamine** et génère la curiosité. Plus on active ce système, plus on devient créatif, motivé et curieux. Quand ce système est stimulé, il y a **plaisir à vivre, à découvrir, à innover** » (Docteur Catherine Gueguen, pédiatre).

Rire, jouer, s'amuser est également bénéfique pour le cerveau car ces activités permettent la croissance des circuits neuronaux, de l'amygdale, du cortex préfrontal, des lobes frontaux... **terreau idéal pour faire naître la motivation !**

Quels autres ingrédients entrent en jeu ?

- Se sentir « **acteur** » de sa vie (la gestion mentale aide par exemple à ne plus avoir une attitude passive à l'école). En invitant un enfant à émettre son opinion, à donner son avis, on peut éveiller cela chez lui : « *et toi qu'en penses-tu... que ferais-tu si... qu'as-tu pensé quand...?* », transformer aussi les « *je dois* » par les « *je choisis* ».
- Développer **l'autonomie**, l'habitude de voir concrètement les **conséquences** de ses actes.
- Employer des **techniques** qui apportent des résultats, pour voir que la motivation et les efforts qu'elle requiert payent (voir les méthodes de mémorisation des champions par ex. sur [www.multimalin.com](http://www.multimalin.com), le map minding pour apprendre avec créativité...).
- Montrer que c'est en posant des **actes** qu'on a le plus de chance d'obtenir des **résultats** : cela augmente la *sensation de contrôle*, le *sentiment de compétence*, d'efficacité personnelle et aussi la reconnaissance sociale. Il faut donc essayer, oser, ne pas craindre l'erreur ou l'échec, recommencer, etc. et ne pas s'étonner qu'il faille en



passer par là. Cela demande d'évacuer le perfectionnisme et d'accepter la non immédiateté.

- Percevoir les **avantages** de son implication (son intérêt, la responsabilité ressentie, la valorisation obtenue, la récompense, un « retour sur investissement »...).
- Sentir **l'utilité** de ce qu'on a fait. Comment se motiver pour quelque chose dont on ne voit ni l'importance ni le sens ?
- Entretenir un **état d'esprit positif** car le bonheur rend plus inventif, audacieux et entreprenant (voir le site [www.anti-deprime.com](http://www.anti-deprime.com) qui regorge d'astuces et d'articles pour cultiver l'optimisme).
- Introduire de la **variété** et de la **fantaisie** pour ne pas se lasser. Doser le « croustillant » qu'il peut y avoir dans le suspense, la surprise, l'inconnu.
- Travailler **l'estime de soi** : croire en soi rend capable, sans pour autant en venir à sous-estimer les difficultés.
- **Se connaître** permet de « prévoir » les moments où l'on est plus apte, plus énergique, ce qui décourage habituellement et ce qui au contraire stimule et donne envie d'avancer. Cela apprend aussi à *repérer ce qui dépend de soi et ce qui n'est pas de sa responsabilité*.
- Avoir un **défi** à relever, trouver **un peu de piment et d'enjeu** dans ce que l'on fait et veut. *« Le plaisir est une puissante source de motivation, mais il ne produit pas de changement ; c'est une force conservatrice qui nous fait désirer de satisfaire les besoins existants, parvenir au confort et à la détente... En revanche, la jouissance (gratification) n'est pas toujours agréable et peut être parfois stressante. Un alpiniste peut être transi de froid, totalement épuisé, il risque de tomber dans une crevasse sans fond, pourtant il ne voudrait être nulle part ailleurs. Siroter un cocktail sous un palmier au bord d'une mer turquoise est agréable, mais cela n'est pas comparable à l'euphorie ressentie sur une crête gelée ».* (Mike Csikszentmihalyi).
- Trouver un **mélange équilibré entre challenge et plaisir**. *« Trop de pression tue le plaisir de l'accomplissement, provoque de la rigueur et empêche l'individu de se pardonner ses échecs »* ([www.reussitepersonnelle.com/tolerance-personnelle](http://www.reussitepersonnelle.com/tolerance-personnelle)). Trop de compétitivité peut être contreproductive (entraînant trop de stress et bloquant la sécrétion de dopamine)
- Avoir le **contrôle** (le plus complet possible) **et** la possibilité **d'auto-détermination** (choix, autonomie) **sur son activité** ainsi que sur les domaines où l'on a un **haut niveau de compétence perçue**.

Après tout cela, on peut mieux saisir comment naissent le **manque de motivation** ou la **démotivation**.

Pour Jeanne Siaud-Facchin, psychologue et auteur de *Aider l'enfant en difficulté scolaire*, **c'est le fait de réussir qui donne la motivation** pour réussir à nouveau ! Ainsi pour mettre ou remettre un enfant sur les rails de la réussite scolaire, elle conseille de :



1. L'aider à **réussir de petites choses** dans un premier temps.
2. L'amener à **renouveler cette expérience** de réussite **par lui même**.
3. **Augmenter, petit à petit, la difficulté** de ce qu'il doit accomplir.
4. **L'amener à être fier de lui**, de ses capacités, de ce qu'il est capable de réaliser lui-même. (<http://bonbulletin-bonnesnotes.fr/jeanne-siaud-facchin-motivation.php>)

**L'attitude de l'adulte** semble en tout cas primordiale : quand il soutient et encourage un enfant, quand il évite les reproches inutiles, les humiliations, les ordres intempestifs, cela rejaillit dans tous les domaines de la vie de l'enfant, la dopamine est secrétée et permet à l'enfant d'avoir le « punch » pour innover, se lancer, garder son énergie dans la durée, etc. C'est une espèce de cercle vertueux.



### C. Motivation intrinsèque ou extrinsèque ?

#### La motivation extrinsèque

*(besoin contrôlé et récompensé par l'extérieur, l'obligation, la punition, l'argent, la pression...  
besoin de renforcement extérieur)*

Je veux le bac parce que mes parents m'y obligent.  
Je veux avoir le bac sinon mes parents vont me « fusiller ».  
Je veux avoir le bac parce qu'il le faut pour entrer dans cette école.  
Je veux le bac parce que j'ai eu des super notes cette année en terminale.  
Je veux le bac parce que je vais avoir l'air bête par rapport à mes amis si je ne l'ai pas.

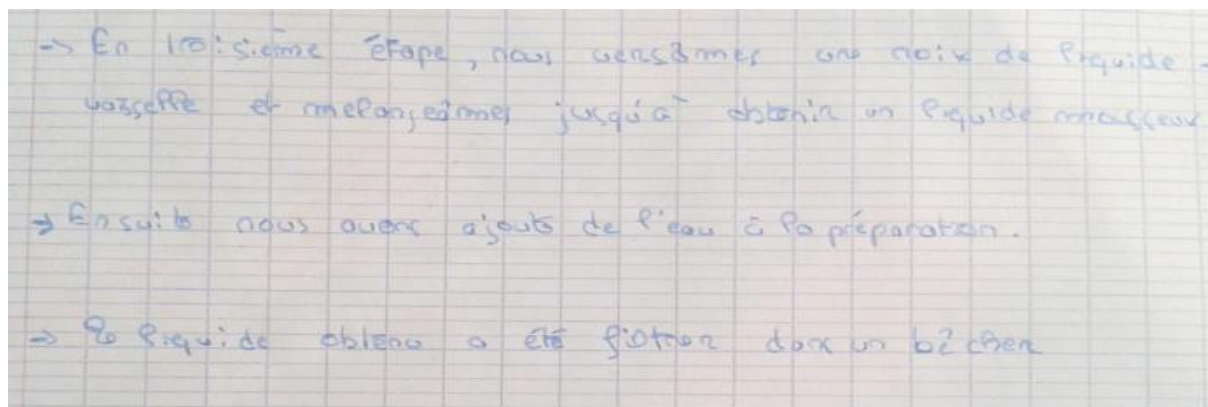
#### La motivation intrinsèque

*(besoin de faire une activité pour le « plaisir » qu'elle offre - passion, hobby, curiosité,  
mesurée par le temps que l'on peut y passer en dehors de toutes contraintes expérimentales.)*

Je veux le bac car je veux devenir médecin.  
Je veux le bac car cela m'ouvrira beaucoup de portes.  
Je veux le bac car c'est un défi pour moi.  
Je veux le bac et je serai hyper fier du travail fourni.

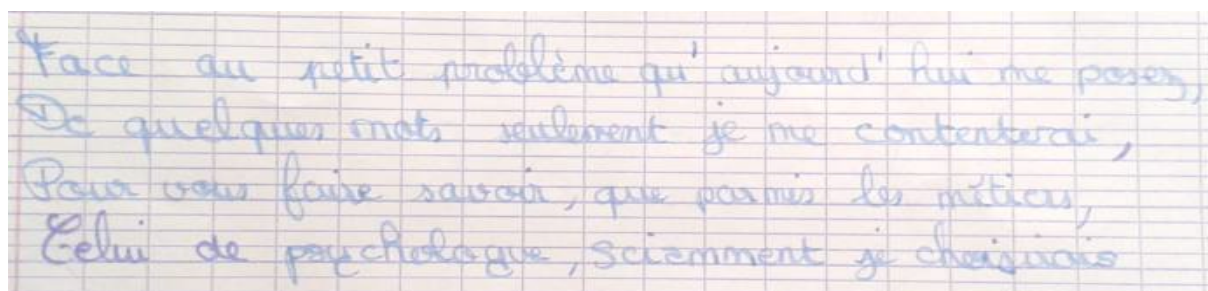
**Quatre exemples** vont permettre de voir comment ces différentes sortes de motivation peuvent être à l'œuvre :

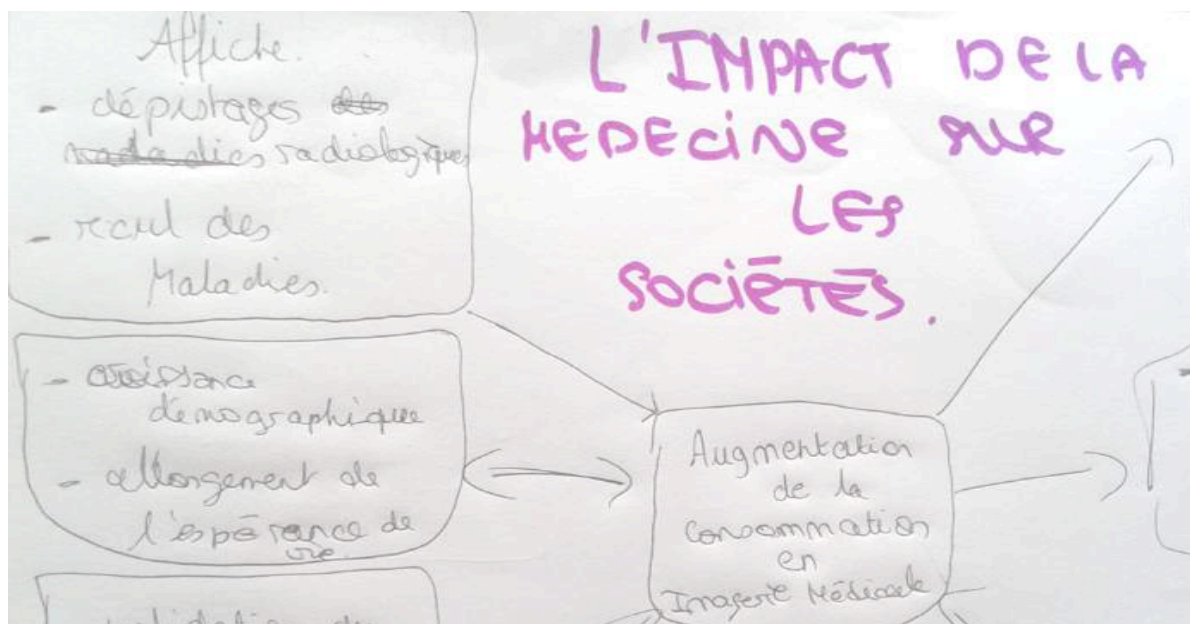
**Ecriture 1** : Raphaël a bientôt 15 ans. Il a décidé de faire du rugby en compétition. Ses parents ont accepté en lui demandant de « suivre » également au niveau intellectuel (domaine où ils le savent bien « équipé »). Réel challenge pour ce jeune homme qui continue par ailleurs le tennis à un niveau moins compétitif.



On pourrait dire que la **motivation** pour le scolaire est chez lui plutôt **extrinsèque** (*je dois avoir des bonnes notes sinon mes parents ne voudront pas que je continue le rugby en compétition*) et la **motivation** pour le rugby plutôt **intrinsèque**, de l'ordre d'un « feu sacré » (*je fais dix heures de sport par semaine pour le plaisir, par passion, par défi...*). Par ailleurs, ses parents essaient de le valoriser dans de nombreux domaines, favorisant ainsi la confiance en soi, le sentiment de fierté, l'assurance personnelle...

**Ecriture 2** : Marie, 13 ans et demi, tout juste testée précoce avec un QI de 148, tance ses parents pour changer d'école, où elle ne se sent plus à l'aise. Pour éviter la phobie scolaire qui s'installe, elle est changée d'établissement en cours d'année et doit donc rattraper les cours suivis depuis le début par les autres élèves.





Elle passe par des hauts et des bas, ne voit pas toujours les bénéfices de son choix, se décourage mais sait aussi ce qu'elle veut au fond... Elle a en elle son propre moteur, qui la pousse à relever le défi (**motivation intrinsèque**, *je veux réussir dans cette école et tirer bénéfice de ce changement*) mais se met une forte pression car a l'impression qu'elle doit faire ses preuves et réussir à tout prix aux yeux des autres (**motivation extrinsèque**, *il faut que je réussisse si je veux être aimée et appréciée*). Son niveau de cortisol (stress) est certainement élevé, ce n'est pas confortable pour elle.

**Ecriture 3** : Sébastien, 16 ans, est un « fana » de moto et de réparation de moteurs et cycles en tous genres.

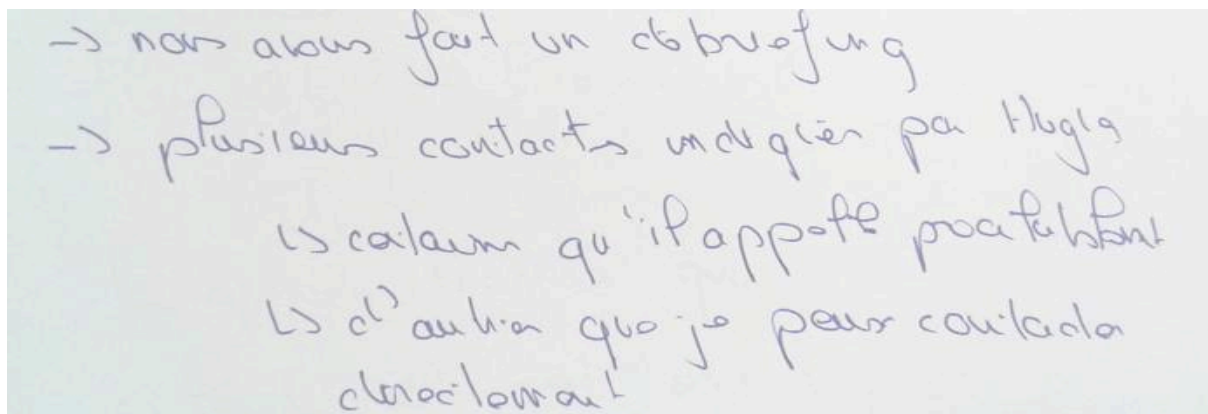
Il passe des heures à chercher les pièces manquantes, les outils appropriés, à se renseigner sur le web, à connaître les filons pour obtenir telle ou telle pièce, aide ses copains et ne ménage ni sa peine ni son temps pour réparer leurs vélos ou motos (**motivation intrinsèque**).

elle se rongerait. Son maître, ou plutôt l'élève décida de l'a maltraitée en la coloriant à l'aide de son stylo plume. Puis, il empoigna son couteau et transpara la chair de la gomme et celle-ci mourut.

En revanche, au niveau scolaire c'est difficile pour lui : il est très moyen, futé mais **peu motivé**. Il attend le « déclic ». Il ne travaille même plus certaines matières (**démotivation**).



**Ecriture 4** : à 50 ans, Andrew ne trouve pas, dans son travail, la motivation suffisante pour être satisfaisante. Il en vient même à être découragé et **démotivé**, à la limite de la dépression (ambiance désastreuse dans sa boîte, principalement le fait de son n°1, homme supérieurement intelligent qui a un réel handicap côté communication).



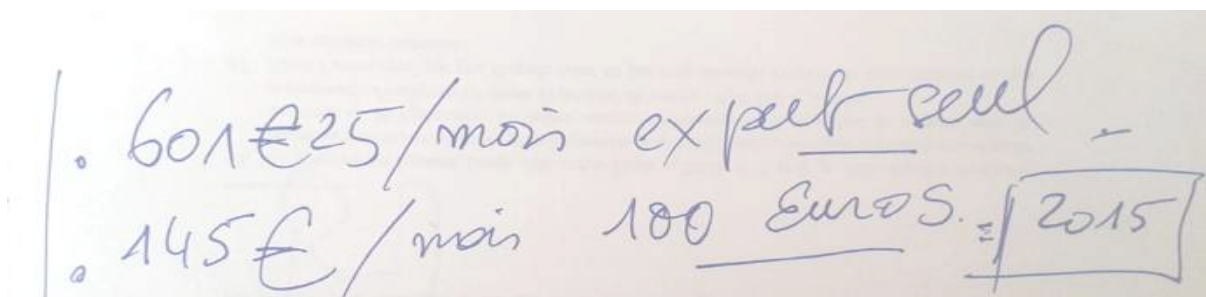
→ nous avons fait un briefing  
→ plusieurs contacts indiqués par Hugo  
↳ certains qu'il apporte probablement  
↳ d'autres que je pourrais contacter  
chronologiquement

La **motivation extérieure n'est pas là** (salaire, intérêt, ambiance, changement...) et le relationnel instauré par son chef ne permet pas à son cerveau de produire suffisamment de dopamine, sérotonine, endorphine, ocytocine etc. On comprend qu'il peine...

Un travail sur l'estime de soi, la confiance en ses réalisations, allié à certains outils de psychologie positive (le « carnet de gratitude » par exemple) pourrait sans doute l'aider à couvrir par lui-même les besoins de son cerveau.

Il a deux passions : la montagne et la cuisine, pour lesquelles rien ne le démotive, ni l'effort, ni le temps à y consacrer, ni le matériel à se procurer... (**motivation intrinsèque**).

**Ecriture du n°1 :**



• 601€25/mois expert seul -  
• 145€/mois 100 Euros. = [2015]

**Conclusion :**

Le thème de la motivation est très vaste. Nous avons essayé de voir comment la motivation extrinsèque (de l'ordre de l'impulsion donnée par un

autre) et la motivation intrinsèque (de l'ordre d'un mouvement animé par un tonus intérieur) pouvaient se compléter et coexister en chacun.

Il semble que la motivation intrinsèque ait besoin de tout ce qu'apportent reconnaissance, douceur, empathie, chaleur, collaboration, compréhension...

On peut donc conclure que plus un enfant se sent « bien dans sa tête », « bien dans sa peau », « bien dans sa vie », plus sa motivation est « spontanée ».

L'explication est à chercher dans le cerveau avec la production d'endorphine (sensation de bien-être), de dopamine (qui stimule la motivation, donne du plaisir, de l'allant, de la créativité, active les circuits cérébraux du système motivation-récompense) et de sérotonine (stabilisation de l'humeur).

L'enfant que nous avons en face de nous en séance a besoin d'être nourri et, comme une plante, **arrosé** pour pouvoir avoir **envie de** faire, d'entreprendre, de poursuivre etc. S'il ne peut trouver cette nourriture chez lui (dureté psychologique, indifférence, méconnaissance des parents...) il peut sans doute en trouver un peu chez nous, en graphothérapie.

### **Sources et approfondissement possible sur :**

<https://www.reussitepersonnelle.com/motivation-personnelle/>  
<http://www.marina-barreau.com/questionreponse-comment-motiver-enfant-se-mettre-au-travail/>  
<http://crl.univ-lille3.fr/apprendre/perception.html>  
<http://crl.univ-lille3.fr/apprendre/motivation.html>  
<http://www.grandirzen.com/secret-reussir-rentree/>  
<http://www.grandirzen.com/cle-reussite-croire-en-toi/>  
<http://reussite-etudes.fr/lingredient-indispensable-pour-esperer-reussir-ses-etudes/>  
<https://imovedtofrance.wordpress.com/2011/03/25/la-motivation-scolaire-diaporama/>  
<http://www.cahiers-pedagogiques.com/Faut-il-payer-les-eleves-pour-qu-ils-aillent-en-cours>  
[http://www.pedagogie-active.fr/lecture\\_suivie/2-41.html](http://www.pedagogie-active.fr/lecture_suivie/2-41.html)  
<http://www.juniorweb.com>  
<http://davidlarochefr.com/comment-se-motiver/>  
<http://anti-deprime.com/2015/05/22/6-regles-dor-pour-encourager-lautonomie-de-lenfant/>  
<http://anti-deprime.com/2015/06/05/les-phrases-a-dire-a-votre-enfant-pour-quil-persevere/>  
<http://anti-deprime.com/2015/04/14/apprentissage-8-principes-cles-de-la-motivation-des-enfants/>  
<http://www.neuromedia.ca/la-demotivation-et-autres-troubles-de-conation/>  
<https://www.youtube.com/watch?v=DvcJtn7ZCfU&feature=youtu.be>  
[http://www.esen.education.fr/fileadmin/user\\_upload/Modules/Ressources/Conferences/flas\\_h/14-15/gueguen/medias/gueguen\\_c\\_neurosciences\\_enfant\\_apprentissage\\_diaporama.pdf](http://www.esen.education.fr/fileadmin/user_upload/Modules/Ressources/Conferences/flas_h/14-15/gueguen/medias/gueguen_c_neurosciences_enfant_apprentissage_diaporama.pdf)  
<http://www.coachenreussite.com/le-carnet-de-gratitude/>

*Agnès Daubricourt, Le Chesnay*

## Un aperçu sur l'apprentissage de l'écrit en Afrique du Sud

Les années d'Apartheid (1948-1994) ont instauré une éducation séparée pour les populations noires, indiennes et dites « colorées » du pays. Peu de budget pour l'éducation leur était alloué par le gouvernement ; seulement un tiers des professeurs d'écoles noires étaient qualifiés pour enseigner, 30% de leurs écoles n'avaient ni électricité ni eau courante. Pas de fournitures à disposition, bref, ces populations « à part » étaient vouées à l'illettrisme.

Deux lois fondamentales ont installé et conforté l'idéologie de l'Apartheid au sein de la société sud-africaine : le *Bantu Education Act* de 1953, qui instaure la séparation de l'éducation des blancs et des noirs et le décret de 1974 *Afrikaans Medium decree* qui instaure comme langues obligatoires d'enseignement l'anglais et l'afrikaans (langue des « blancs », « boers », d'origine hollandaise). Il faut savoir qu'il y a une dizaine d'ethnies différentes en Afrique du Sud, la plus importante étant le peuple zoulou et les Xhosa – ethnie dont était issu Mandela. Beaucoup d'émeutes ont eu lieu après le décret de 1974 puisqu'il imposait une éducation pour la grande majorité des habitants du pays dans deux langues qui leur étaient étrangères.

L'Apartheid est aboli en 1994, Nelson Mandela est élu en tant que premier président noir d'Afrique du Sud et, en 1996, le pays se dote d'une nouvelle constitution qui confère à tous les sud-africains le droit à une éducation de base. Le *South-African School Act* (SASA) de 1996 est promulgué : l'école est obligatoire à partir de 7 ans (Grade 1) et jusqu'à 15 ans ou jusqu'à la validation du Grade 9. C'est toujours valable aujourd'hui.

Depuis 1996, une génération est passée avec le droit à une éducation décente. De nombreux programmes éducatifs ont été lancés dans les campagnes... mais de gros problèmes de formation des enseignants subsistent car ceux qui étaient formés initialement étaient ceux qui travaillaient pour des élèves urbains, blancs et de langue anglaise.

La question de la langue est très importante dans l'éducation en Afrique du Sud. Avec la constitution de 1996, onze langues nationales ont été instituées. L'anglais est la langue majoritaire du business et des élites mais ce n'est qu'une langue officielle parmi dix autres. La majorité des populations est bilingue dans sa langue maternelle puis en anglais.

Le pays est à l'heure actuelle encore en pleine mutation. Le président en place élu depuis 2009, Jacob Zuma, est poursuivi pour beaucoup d'affaires de corruption et le pays ne se transforme pas suffisamment vite. Même si le budget de l'Education nationale en Afrique du Sud (20% au moins du budget global) est l'un des plus élevés au monde, les instituteurs ne sont pas suffisamment formés et surtout il y a encore de grandes disparités entre les populations urbaines et rurales du pays. Le système éducatif

aujourd'hui est assez similaire à celui des Etats-Unis. Ceux qui souhaitent donner à leurs enfants une éducation de bon niveau doivent les mettre dans le système privé, très onéreux. Les écoles gouvernementales sont destinées à ceux qui n'ont pas les moyens de faire autrement.

---

Du point de vue de mon expérience personnelle, nos trois enfants sont actuellement au lycée français de Johannesburg, dans lequel l'enseignement est complètement calqué sur celui de la France (rythme, programme et méthodes). La méthode d'apprentissage de la lecture et de l'écriture est celle pratiquée en France dans les écoles publiques, avec une méthode plutôt globale.

Les crèches ou « pre-schools » (jusqu'à l'âge de 7 ans, âge de l'entrée officielle à l'école) sont très nombreuses - je parle de la région de Johannesburg, le « Gauteng », et des villes aisées - car elles représentent un vrai marché concurrentiel. Des éducatrices de la crèche *Oak Hill* dans laquelle allait mon dernier l'année dernière ont confirmé qu'elles démarraient les formes pré-scripturales et un travail sur la tenue du crayon l'année qui précédait l'entrée à l'école, c'est à dire à l'âge de 6 ans en Grade R (foundation base = équivalent de notre grande section de maternelle). Elles étaient sensibilisées à l'importance de l'acquisition d'une bonne posture pour écrire. Dans les pre-schools privées, la langue d'apprentissage est l'anglais avec l'introduction d'une ou de deux langues supplémentaires au niveau du Grade R / Grande section. Dans les pre-schools publiques, en général, l'apprentissage se fait dans la langue maternelle de l'enfant et l'anglais est introduit en Grade 4 (notre CM1).

L'utilisation de l'ordinateur est courante notamment dans les écoles privées (beaucoup de moyens). Les enfants continuent évidemment d'écrire à la main mais le script est plutôt préféré à la cursive, certains n'ont d'ailleurs jamais appris la cursive.

Il a été plus facile pour moi d'interviewer une institutrice de Grade 1 (équivalent à notre CP) dans une école privée (pour des raisons de sécurité il est peu facile de circuler dans des établissements au sein des townships ou des écoles gouvernementales). Voici donc un éclairage côté « population aisée ». La comparaison a cependant du sens car les conditions d'apprentissage sont similaires à celles que nous avons en France.

### **Entretien avec Helen Mills, institutrice à l'école Saint-David's Marist Inanda de Johannesburg en Grade 1 (CP) – école privée.**

« Les enfants en Afrique du Sud commencent généralement à apprendre les lettres de l'alphabet à 6 ans en Grade R (grande section). Certaines institutions enseignent la formation des lettres en même temps que les sons tandis que d'autres abordent les sons avant, la formation des lettres n'étant introduite qu'en Grade 1 (CP).



La méthode d'apprentissage diffère selon les écoles. A Saint David, les enfants commencent à écrire au crayon à papier sur du papier blanc et s'entraînent. Ensuite, ils progressent et forment des boucles et des formes toujours sur papier blanc. Ensuite ils utilisent des stylos de couleur ou le crayon à papier sur des cahiers lignés (17 mm). Puis ils passent au cahier ligné de 8 mm [notre seyes], puis 6 mm et enfin ils écrivent sur des cahiers type seyes avec des marges (« feint and margin ruled books »).

Certaines écoles n'apprennent plus à écrire en cursive. Celles qui enseignent encore la cursive la démarrent en général au Grade 2 ou 3 (CE1 ou CE2). A partir du Grade 4/5 [donc notre CM1/CM2], les enfants peuvent choisir la cursive ou le script.

Nous encourageons les enfants à écrire le plus nettement possible pour être lisibles. Nous les aidons beaucoup au début de leur apprentissage pour le soin et leur apprenons son importance. Ensuite, si leur écriture reste illisible, les enfants peuvent être sanctionnés par des points en moins.

J'ai globalement une majorité de droitiers mais on voit une augmentation du nombre de gauchers ces dernières années. Nous faisons attention aux gauchers et les plaçons de sorte qu'ils aient un maximum de latitude au niveau de leur mouvement du bras gauche.

Chaque province d'Afrique du Sud a sa propre politique linguistique. Si c'est une école anglaise, l'enfant apprendra initialement en anglais puis ensuite en afrikaans ou xhosa (Easter & Western Cape) ou en zoulou (Gauteng, KwaZuluNatal). »



Provinces d'Afrique du Sud.  
Source : internet

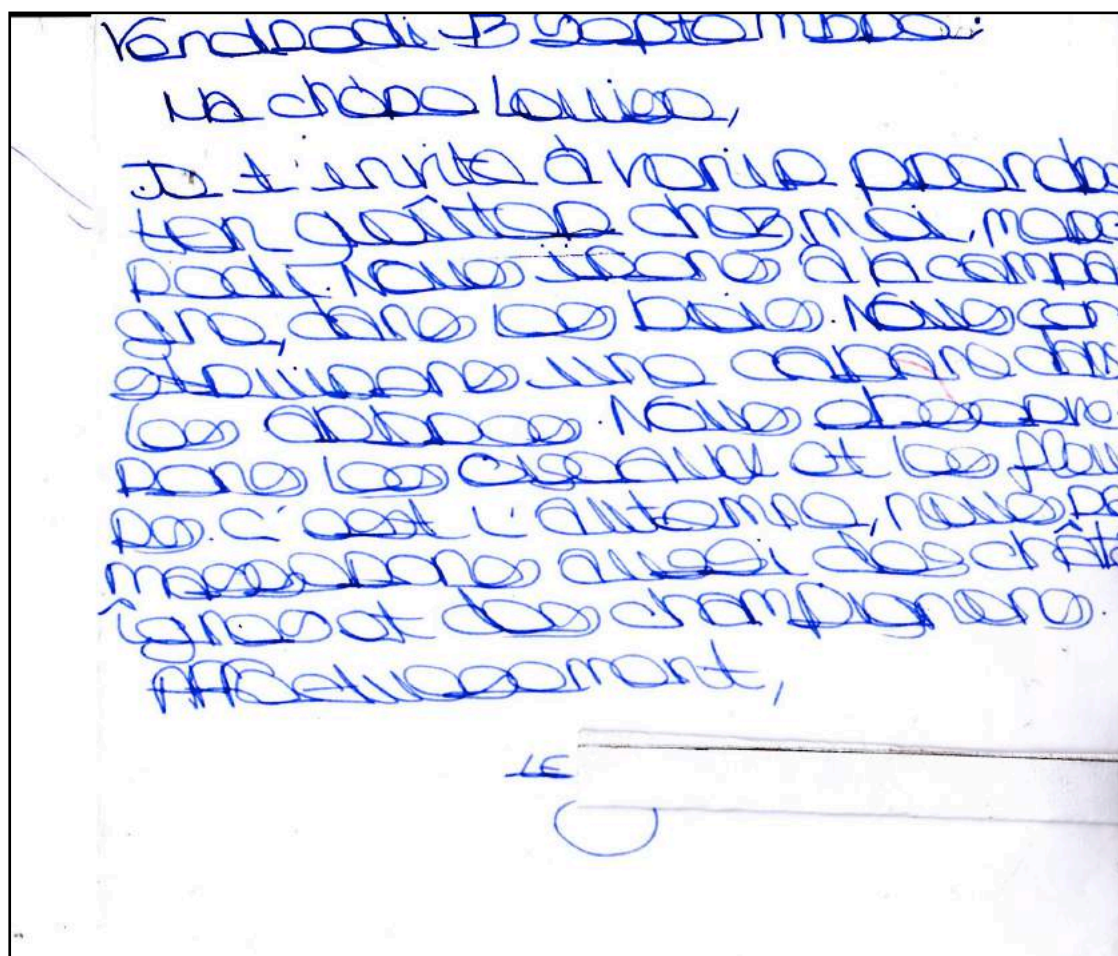
*Juliette de Poncins, Johannesburg*

## LA REEDUCATION DE CHARLOTTE

### Une dysgraphie réactionnelle

Charlotte a 13 ans et demi, elle est en troisième, elle est gauchère. C'est la deuxième d'une fratrie de deux filles. C'est une jeune fille à Haut Potentiel. La rééducation de son écriture se déroulera sur quatorze séances.

#### Le jour du bilan



(format réel)

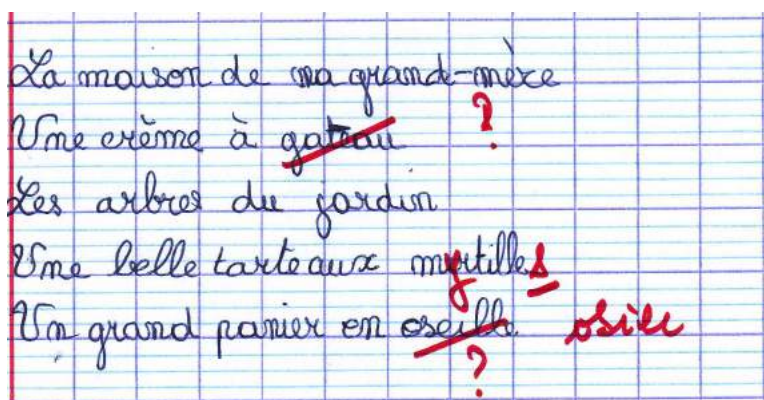
**Son écriture pose un problème de lisibilité et de lenteur :** ce qui la pénalise, car ses professeurs ne peuvent plus corriger ses copies. Le problème devient crucial, d'autant plus qu'au moment où elle consulte pour la rééducation de son écriture, le Brevet des Collèges pointe son nez...

**L'écriture de Charlotte** accentue et multiplie les difficultés qui existaient déjà d'une façon plus ou moins discrète en CM2.

**Nous sommes ici en phase 1 niveau B régulation avec de nombreux éléments de recherche de stratégie personnelle qui sont eux-mêmes contraints par une régulation excessive** : les deux phases co-existent.

Il n'y a pas une maladresse notoire car le geste est plutôt habile. Tout semble ici « camouflé » et figé, presque « pétrifié ». « *Les dysgraphies réactionnelles vont toujours dans le sens de l'écriture, elles en exploitent, d'une façon privilégiée, une tendance ou une faiblesse naturelle... C'est par des manifestations semblables que s'exprimeront, à l'occasion, opposition ou ressentiment, mais bien plus souvent, il s'agira d'une atteinte de la forme même des lettres et de la progression du tracé* ». (Robert Olivaux). Cette écriture illustre bien **une dysgraphie réactionnelle dont nous aurons l'explication en fin de rééducation**.

### **En CM2 : son écriture ne s'est pas stabilisée**



(format réel)

Elle est **en phase 1 niveau B** et observe une **régulation en voie de rigidification** sur laquelle se greffent quelques recherches de stratégie personnelle qui ne vont pas dans le sens de la clarté (voir le « U » et le « j »).

### **Pendant l'entretien**

Charlotte est sur la défensive, elle s'apaise lorsque je lui dis que je trouve son écriture « très stylée ». Lorsque je l'observe en train d'écrire, je suis très impressionnée et trouve son geste très habile pour construire cette forme adroite et aussi sacrément « barricadée ». **Contrôle, habileté, un certain entêtement sont nécessaires à Charlotte pour réaliser cette écriture.**

**LA DEMANDE DE CHARLOTTE** : « *Je voudrais que mon écriture soit lisible pour les autres, arriver à un rythme plus rapide tout en gardant une écriture qui a du style.* »

## **Observation de son écriture**

Une grosse écriture à dominante de forme, qui s'accapare et verrouille l'espace en se positionnant contre les bords haut, gauche et droite de la feuille. Elle ne livre rien de ses formes courbes qui s'enroulent, s'entremêlent, s'adossent, ne laissant aucune ouverture et très peu de repères identifiables. Le trait bleu fin et inégal a du mal à soutenir cette forme gonflée, l'avancée sur la ligne est lourde et pénible tel « un forçat qui aurait aux pieds des boulets. »

La signature au milieu du texte est homogène, descendante et plus petite que le reste du texte, et se trouve plus ou moins cachée sous un geste gonflé qui rappelle les gonflements observés dans la lettre d'invitation.

Les renversements, les annelages, les enroulements, les jointoiements, l'hyperliaison, les gestes à rebours, quelques éléments de script, les collages, les mouvements de va et vient freinent l'avancée de son écriture qui s'agrippe et adhère à la ligne de base.

**L'interaction des quatre facteurs constitutifs de l'écriture** se fait sur un mode bloqué. Charlotte est prise dans ses contradictions dont elle n'arrive pas à sortir, avançant à reculons et en tension sur la ligne, cherchant à paraître sans se montrer d'où illisibilité.

**L'échelle ADE** nous permet de repérer que les facteurs les plus atteints **sont la forme et le mouvement. Les difficultés repérées témoignent de la contrainte interne de Charlotte** : de la raideur, de la crispation avec une forme hyperstructurée, un geste limité dans son ampleur, une forme qui se cache, qui masque une confiance en soi mal établie avec un défaut de fluidité du graphisme.

## **Les fonctions à restaurer**

- **La fonction instrumentale** : son geste est actuellement coûteux et n'est pas économe en énergie. La netteté et la rapidité de son écriture sont altérées : il n'y a pas de maladresse du geste mais sans doute une motivation défaillante et/ou entravée.
- **La fonction communication** : renvoie Charlotte à une difficulté à transmettre un message à un lecteur absent, une difficulté à se projeter dans l'avenir, à anticiper ce qu'elle veut exprimer, à une assurance et une confiance déficientes avec des lettres illisibles, une présentation qui nuit à la clarté. L'écriture ne remplit pas de façon massive sa fonction de communication.
- **La fonction représentation de soi** : est altérée, les stratégies personnelles ne sont pas librement exprimées car le graphisme est trop contraint pour cela.
- **La fonction culturelle** : se trouve ici également perturbée. Quelle expérience a Charlotte de l'écrit ? Sont altérées ici la représentation et le sens de l'écrit.

Il semblerait que la fonction représentation de soi ait étouffé les trois autres fonctions (instrumentale, communication et culturelle).

## **Syndromes**

### **Dynamique de l'écriture**

- Grosse écriture, tenue de la ligne de base, enroulements, compacité, renversement et appui démontrent *le courage, la persévérance, l'énergie, la combativité de Charlotte qui ne lâche pas et ne perd pas de vue le but à atteindre.*

Mais aussi,

- *La gentillesse, la générosité, l'envie de participer, l'enthousiasme, l'imagination et la créativité de Charlotte* sont marqués par la dimension, la prise de l'espace, la zone médiane de l'écriture, la forme.

### **Éléments de contrainte**

- L'excès partout présent, le renversement, indiquent une *difficulté à respecter les règles, à s'adapter, à communiquer, à laisser la place à l'autre dans la relation et une position de défense.*
- L'illisibilité, les gestes à rebours, les allers-retours sur l'horizontale, l'écriture impulsive, les oves un peu carrés indiquent *des contradictions, des tensions, une volonté d'avancer masquée, une difficulté à accepter les limites, tout cela entraînant un comportement assez mystérieux.*
- Grosse écriture, gonflements, zone médiane prépondérante, oralité, compacte, signature, les blancs, basse, impulsive, annelages indiquent *une avidité affective, un besoin d'amour, un désir d'attirer l'attention et donc une dépendance au regard des autres et à leur reconnaissance.*
- Le trait fin, l'écriture basse, le renversement et l'étalement, la raideur, les gestes à rebours, les enchevêtrements, la compacité signent *une difficulté à être comprise, un problème d'adaptation, un caractère affirmé, une fermeture, une difficulté par rapport aux conflits et à prendre du recul par rapport aux situations.*

***L'analyse de l'écriture de Charlotte surprend au regard de son âge, de son trait relativement fin, de son habileté, de ses réflexions matures pendant l'entretien... Tout cela interpelle.***

## Les premières séances

**Cherchant à la rejoindre dans son identité de gauchère**, j'utilise - outre les moyens qui sont les nôtres - **la latérapédagogie**.

**C'est vers son identité graphique que Charlotte va pouvoir être accompagnée** en rééducation en retrouvant son sens d'ouverture droite/gauche pour mieux accepter le sens gauche/droite des droitiers, sens qui la contrarie depuis qu'elle a commencé à écrire. Cet espace de liberté en séance la conduira à « faire sauter les verrous » et à faire repartir sa « machine d'écriture ».

**Sous mes yeux, j'assiste à une ré-appropriation de sa gaucherie et à l'éclosion de la véritable Charlotte.**

Charlotte me raconte qu'elle aime bien que les choses soient bien présentées dans ses cahiers et que parfois elle arrache des pages... elle s'énerve et n'est jamais vraiment satisfaite de sa production. C'est à cette occasion que nous parlons **du sens d'ouverture des gauchers** et je lui demande d'écrire au tableau, en les enchainant, une ligne de grandes boucles qu'elle fera de droite à gauche, puis une ligne de coupes, puis une ligne d'arcades et enfin une ligne de petites boucles. Elle entourera ensuite la grande boucle, la coupe, deux arcades et enfin la petite boucle qu'elle trouve les plus jolies. Mais, **elle semble ne pas aimer, comme si je l'avais mise à nue devant moi en lui permettant sous mon regard d'écrire dans l'intimité de son sens...** Je n'insiste pas pour ne pas la gêner mais elle m'avouera le soir même s'entraîner chez elle, sur papier calque, à aller dans le sens droite/gauche et commencer à y trouver un plaisir certain. Nous continuerons à sa demande, ce travail en séance.

**Dans les trois premières séances**, nous passons beaucoup de temps à parler d'elle, de sa personnalité et l'observation de son écriture me permet d'échanger, de préciser cette personnalité, elle est ravie et se livre en confiance.

**Les grands tracés glissés vont beaucoup l'aider à lâcher prise et, les yeux fermés, elle se centre plus sur la détente du geste que sur sa production.**

L'exercice de **l'escargot** (ouverture/fermeture) permet tout doucement d'offrir la possibilité d'une porte de sortie ! La respiration accompagnant son geste, Charlotte se met à retrouver un rythme.

Elle travaille en boustrophédon, main droite, main gauche puis les deux, yeux ouverts, yeux fermés : à la quatrième séance elle me dit « *qu'elle espace mieux ses mots et donc qu'on la lit mieux.* »

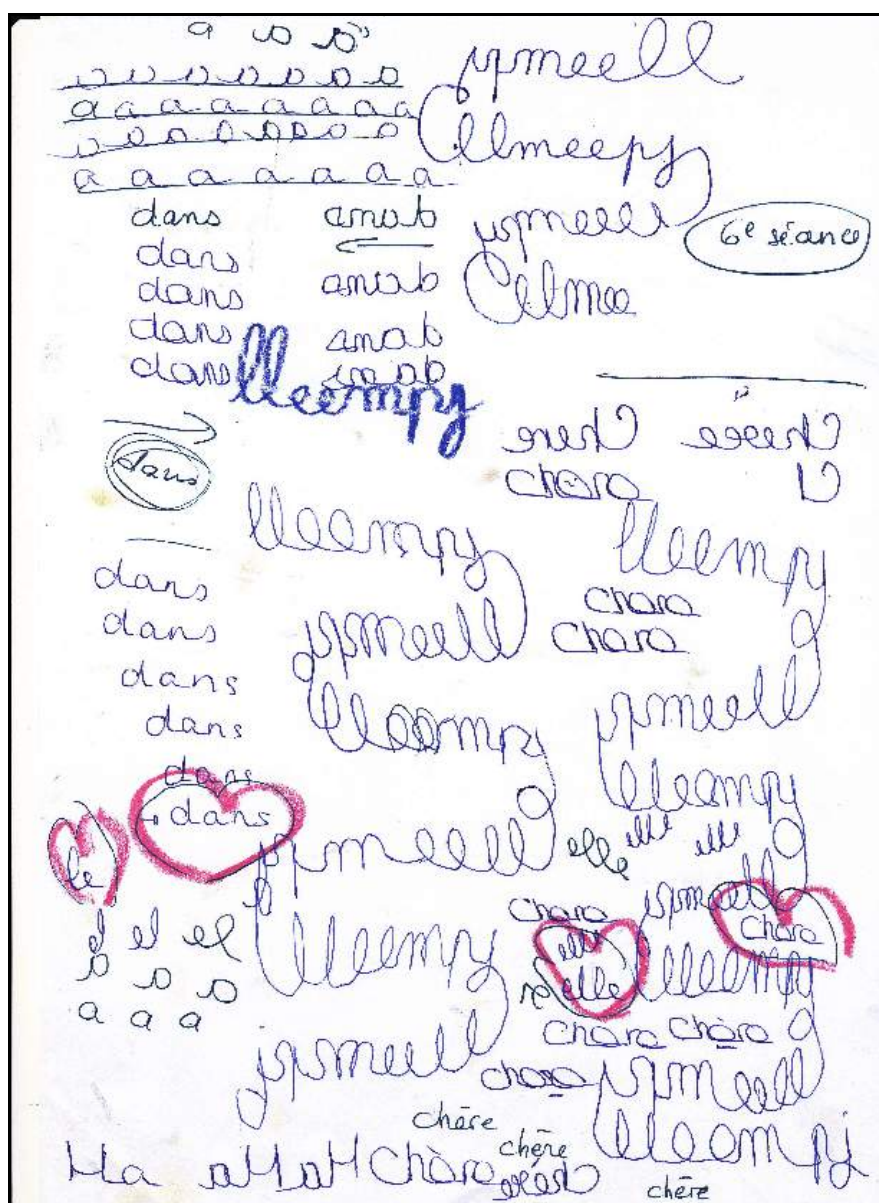
**Dans les séances qui suivent**, nous travaillons des exercices de grande progression et la coupe, pour continuer à favoriser l'ouverture et la progression du geste. L'utilisation du papier calque l'amuse et la détend beaucoup.



Progressivement, le travail de son prénom se fait directement en cursif, elle le commence de droite à gauche et me dit : « *c'est la première fois que j'écris mon prénom comme ça !* »

## Séance 6

Elle rend ses « interros » sur « ordi » pour qu'on puisse la lire en classe... mais elle continue de noter ses cours à la main... Elle m'apporte ses feuilles de cours à chaque séance. Puis, le « je » de droite à gauche, de gauche à droite, puis le « a » idem, puis dans un tracé glissé, le mot « elle » de droite à gauche, appuyé/léger puis de gauche à droite. Elle se délecte à écrire des mots dans le sens droite/gauche puis dans le sens des droitiers et petit à petit elle s'aperçoit qu'elle parvient à écrire clairement ! Elle en est très heureuse ! J'entoure ses réussites d'un cœur...



(format réduit)

## Séance 7

Exercices en boustrophédon : « lune, miel, dans, elle », en y associant l'appuyé et le léger. Charlotte commence à chercher une meilleure inclinaison avec sa feuille. Charlotte est gauchère de l'œil : elle accompagne ses boucles de droite à gauche avec son œil gauche qui travaillera, comme sa main en ouverture.

## Séance 8

Charlotte s'entraîne pour choisir une forme un peu moins carrée, particulièrement sur les lettres « o » et « e » : c'est elle qui en a envie. Elle écrit dans son sens : « la libellule s'envole dans le ciel à Noël ». Chez elle, elle a son cahier où elle écrit comme cela lui fait plaisir, c'est son secret, son lieu de liberté.

## Séance 9

Elle me dit s'être entraînée toute la semaine à écrire son prénom de droite à gauche et de gauche à droite et semble en être très fière.

L'œil qui conduit l'écriture et la lecture étant son œil gauche, on entreprend de muscler son œil droit. C'est quand l'œil droit accepte d'accompagner le geste de sa main que la posture de Charlotte se corrige.

Il faut aussi que Charlotte gagne en tonicité dans la pince pouce index, elle pose maintenant son auriculaire sur la feuille afin de trouver un geste plus confortable. Charlotte doit penser à pousser sa feuille comme lorsque l'on pique à la machine pour faire avancer le tissu... Nous travaillons sur paperboard en position verticale, ce qui l'aide maintenant à rechercher, à l'horizontale, la position de son poignet sous la ligne. **Elle découvre un confort nouveau à la scription : le confort qui est le sien.**

## Séance 10

Charlotte m'explique que ce travail de l'œil l'a beaucoup aidée car elle s'aperçoit qu'elle parvient, en se servant de son œil droit pour apprendre ses cours, à mieux mémoriser. Elle me confie qu'elle a passé son épreuve de brevet blanc sans difficulté et que son écriture était « belle ». **Elle est satisfaite d'elle car son écriture n'était pas trop grosse et était lisible. Elle commence à aimer écrire en cours.** Nous travaillons les lettres « q » et « p » et reprenons certains mots de ses copies de cours qu'elle m'a apportées.

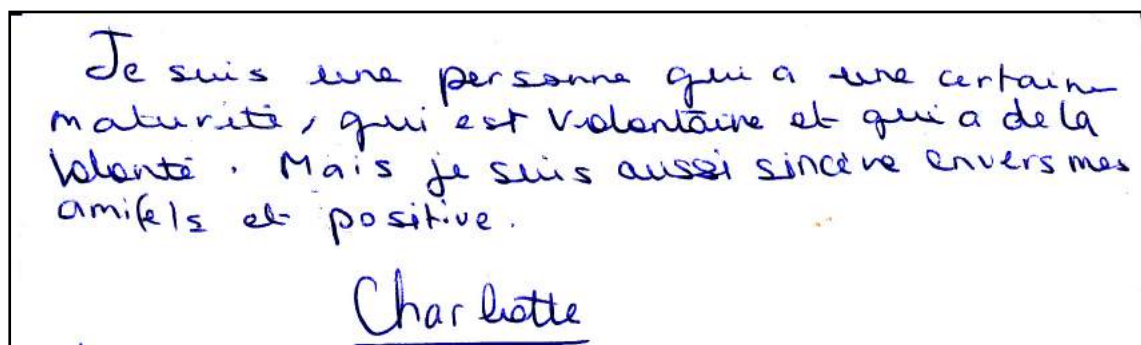
## Séance 11

**Son écriture s'est stabilisée.** Elle me dit qu'elle est lisible et même rapide ! Elle commence à me parler de choses plus personnelles, de sa famille et de la relation avec sa maman. Elle me dit que ça va mieux avec elle et qu'elle a réussi à se confier. Elle s'ouvre de ce qui l'a fait souffrir depuis la classe de sixième... Les autres lui reprochaient d'avoir les cheveux courts « comme



un garçon » et elle m'explique « *qu'elle a tellement été "bâchée" qu'elle n'aime pas les compliments et qu'elle marche la tête basse.* »

Un travail sur l'estime de soi sera entrepris, Charlotte se découvre ses points forts et ses points faibles, de nombreuses qualités sont repérées. Nous parlons aussi de ses talents.




## **Séance 12**

Charlotte me confiera que, pendant un temps, elle en a voulu à ses parents de ne pas lui avoir posé plus de questions sur son malaise à l'école mais que, maintenant elle réalise que c'est elle qui n'a pas su expliquer les choses à ses parents pour qu'ils puissent la comprendre... Les événements reprennent une place dans son esprit, elle se met à mieux regarder ce qu'il s'est passé. Pendant les années de sixième, cinquième, quatrième, « *ce sont les mêmes personnes qui m'ont persécutée. En cherchant à me défendre j'ai voulu être méchante mais j'ai finalement aggravé mon cas.* »

## **Séances 13 et 14**

Charlotte est rayonnante, elle m'annonce qu'elle a pris la parole en classe et a expliqué combien elle avait souffert du mépris de certaines personnes. Cette démarche courageuse engendre dans la journée différentes réconciliations de la part de ses camarades de classe. Charlotte est libérée, son écriture s'est remise en route et elle avec !

## Son écriture en fin de rééducation

Mercredi 19 Février  
Ma chère Louise,  
Je t'invite à venir prendre ton goûter chez moi  
Mercredi. Nous irons à la campagne et dans les bois.  
Nous construirons une cabane, nous observerons  
les oiseaux et les fleurs. C'est le Printemps, nous  
ramasserons aussi des châtaignes et des champignons.  
Affectueux sent  


## Ce qu'elle dit de sa rééducation

La rééducation de mon écriture m'a paru com-  
pliquée. J'ai dû faire des efforts et prendre  
sur moi. Cela m'a été bénéfique car, scabieusement  
cela m'a permis d'être noté à mon juste niveau.  
Et dans ma vie de tous les jours, cela me per-  
met d'être comprise par mes ami(e)s, mes profs  
et famille. Cette rééducation n'était pas ga-  
gnée d'avance ! Mais avec ma persévérance,  
et les exercices de rééducation graphique...  
je suis arrivée à un résultat qui me convient.  
Je peux donc me faire comprendre.  
  
Charlotte

Anne-Marie Rebut, Villeurbanne

**AUTORITE – CONFIANCE EN SOI – EMOTIONS**  
**Pour l'épanouissement de l'enfant (précoce) à l'Ecole et à la Maison**  
**Conférence organisée par l'AFEP - 8 octobre 2015**  
**Mairie de Saint-Maur-des-Fossés.**

*Conférence de Monsieur Jean-François Laurent, ancien directeur d'école, devenu expert en médiation scolaire, spécialiste de la précocité intellectuelle.*

Nous étions deux graphothérapeutes GGRE du Val-de-Marne à assister à cette conférence et nous avons trouvé Monsieur Laurent très pragmatique dans son exposé.

Ces enfants précoces, qui sont-ils ?

Ils sont « hyper-tout », « de véritables éponges », avec un potentiel cognitif supérieur, une hypersensibilité, une hyperesthésie, des émotions ++, un rapport à l'autorité compliqué.

Ce qu'ils cachent :

- un cerveau qui ne fonctionne pas « dans la norme » et qui ne connaît pas de pause (ils réfléchissent trop),
- un besoin de cadre et de fermeté bienveillante,
- une image dévalorisée d'eux même.

Ils sont « multitâches », aiment faire deux choses en même temps.

Le plus souvent, au moins un des deux parents était précoce sans le savoir.

Deux dangers les guettent : à l'école, l'ennui ; à la maison, symptôme de mal-être, c'est une dépendance aux jeux vidéo.

Pour y remédier :

**A l'école**, il est nécessaire de leur proposer du « complexe » (à la différence de compliqué). Une pédagogie-projet. Le tutorat par exemple marche très bien avec des enfants précoces, dans les deux sens. Il facilite l'organisation et la métacognition.

Un précoce n'aime pas la compétition (les classements).

Enfin il faut être tolérant s'ils font deux choses en même temps et essayer de les encourager, de les féliciter.

**A la maison**, Jean-François Laurent nous a mis en garde contre les risques d'addiction aux jeux vidéo. Il faut à tout prix, dit-il, négocier avec l'enfant, codifier. Les consoles de jeux sont tout à fait déconseillées avant six ans.

La mission principale des parents est de leur donner confiance en eux afin qu'ils éprouvent un mieux-être. Pour cela il faut rester « zen » et savoir que cela prend du temps.

Ce sont des enfants qui dorment moins que les autres, car s'endormir, c'est lâcher prise. Il conseille alors de mettre en place des rituels d'endormissement pour les apaiser: la relecture, par exemple, de trois belles actions dans leur journée en est un.

Monsieur Laurent fait aussi référence au livre *Le conte chaud et doux des chaudoudoux* de Claude Steiner et Pef. Voici ce qu'exprime cette histoire : le « chaudoudoux » est gratuit et inépuisable ; il fait du bien à celui qui le donne et à celui qui le reçoit. L'idée est d'écrire des « chaudoudoux » sur des post-it. Cette idée peut être reprise lors d'un conseil de famille, afin de commencer par des signes de reconnaissance positive.

### Comment travailler sur les émotions ?

La tristesse est une émotion de transition vers autre chose ; on peut accueillir cette tristesse, la dérouler en disant : « raconte-moi ce qu'il s'est passé », tout en sachant que si l'enfant a besoin d'être écouté, l'adolescent, lui, cherche plutôt à se replier sur lui-même.

En cas de colère, il faut d'abord laisser tomber la colère, puis aller dans le cognitif. Une transgression est un espace pour apprendre à grandir.

Monsieur Laurent conseille de ne pas punir mais de **proposer une réparation : sanctionner**. Le système répulsif ne marche pas avec eux. La punition est tournée vers le passé, elle est humiliante tandis que la réparation donne à réfléchir : il s'agit avant tout de sortir par le haut en faisant une belle action.

Pour le parent, les étapes de gestion de conflit peuvent se dérouler ainsi : l'exposé des faits, les ressentis, la règle, quelle règle ? « En quoi cette règle te protège ? Comment pourrais-tu faire autrement la prochaine fois ? »

L'idée est de réfléchir ensemble, trouver l'idée d'une sortie par le haut. Et, du côté des parents, éviter l'énervement et éventuellement expliquer leurs débordements...

*Caroline Dervieux, Fontenay-sous-Bois*

# TESTS DE VITESSE LYCEES

## VITESSE LYCEE – MOYENNES ET ECARTS TYPES

Enquête réalisée par le GGRE entre mars et mai 2015

### Seconde

Effectifs	Vit. normale	Vit. accélérée	Endurance 5mn
Moyenne	136	162	576
Moins 1 écart-type*	114	140	461
Moins 2 écart-types*	91	118	346
* Ecart-type	23	22	115

### Première

Effectifs	Vit. normale	Vit. accélérée	Endurance 5mn
Moyenne	138	167	594
Moins 1 écart-type*	115	145	480
Moins 2 écart-types*	93	123	366
* Ecart-type	22	22	114

### Terminale

Effectifs	Vit. normale	Vit. accélérée	Endurance 5mn
Moyenne	138	168	590
Moins 1 écart-type*	115	144	479
Moins 2 écart-types*	92	120	368
* Ecart-type	23	24	111

### Capacité d'accélération

Seconde	Première	Terminale
26	29	29

La capacité d'accélération correspond à la différence entre la vitesse accélérée et la vitesse normale.

**Attention** : certains résultats des lignes "Moins un écart-type" et "Moins deux écart-types" ne correspondent pas à la soustraction exacte attendue. En effet, pour plus de rigueur, les soustractions ont été faites à partir des valeurs exactes des moyennes et des écart-types (c'est à dire avec plusieurs chiffres après la virgule). Pour une utilisation plus facile de ces données dans votre pratique quotidienne, le résultat retenu dans le tableau a été le nombre entier le plus proche de cette valeur exacte obtenue.

## Nouvelles du Comité Directeur

\* **L'Assemblée générale** se tiendra le **17 mars 2016**.

\* Le comité souhaite optimiser la **formation continue** en proposant des stages de gestion mentale, de PNL et de relaxation. Ces formations se dérouleront sur plusieurs jours et seront, pour tout ou partie, prises en charge par le FIF/PL.

\* D'autre part, il mettra en place des **supervisions** par groupe. Celles-ci sont indispensables pour un meilleur accompagnement du patient dans une démarche à la fois authentique et ouverte.

\* N'hésitez pas à formuler vos souhaits auprès de nos deux Secrétaires générales :

⇒ Laurence Petitjean : [lpetitjeanho@yahoo.fr](mailto:lpetitjeanho@yahoo.fr)

⇒ Caroline Massyn : [massync@yahoo.fr](mailto:massync@yahoo.fr)

*Caroline Baguenault*

## Nouvelles des régions

### Région Parisienne

\* Une **réunion pédagogique** s'est tenue le 9 octobre avec deux sujets de réflexion prioritaires :

- programme de la prochaine formation en 2016,
- protocole pour les mémoires de fin de stage.

Ces rencontres de formatrices sont toujours sources d'échanges fructueux et sympathiques.

\* **L'enquête de vitesse** des classes de lycée est terminée. Vous pourrez prendre connaissance des résultats de cette enquête page 29. Un livret complet de tous les résultats des enquêtes du primaire au secondaire sera édité au cours de l'année 2016.

\* Nos membres assistent de plus en plus souvent aux nombreuses conférences proposées en particulier par l'AFEP et nous proposent leur compte-rendu (voir p. 27).

\* Le 14 décembre, trois stagiaires - deux venant de la formation parisienne et une de la formation lyonnaise - ont soutenu avec succès leur mémoire.

Les problématiques sont désormais reliées dans des documents indépendants qui pourront être consultés à la demande.

\* En janvier 2016, huit stagiaires soutiendront leur mémoire de fin de formation (pour moitié Paris et Lyon).

*Suzel Beillard*

## **Rhône Alpes**

Notre groupe de région étendue à la Suisse romande est toujours aussi mobilisé et dynamique :

- réunions régulières permettant l'échange et le partage des expériences, notre réunion de décembre tournera autour de la rééducation des adolescents et des adultes,
- intervention d'Adeline Eloy en septembre à Genève auprès de graphologues, graphothérapeutes, stagiaires françaises et suisses, rencontre enrichissante et grand moment pour toutes,
- les formations GGRE lyonnaise et genevoise qui accueillent ou vont accueillir de nouvelles stagiaires.

*Odile Littaye*

### Parution dans le journal Direct Matin

Graphothérapeute depuis peu, je me suis rendu compte que la plupart des personnes ne connaissent pas ce métier. Un matin, je me suis rendue au siège du Progrès à Lyon, dans le moderne quartier des Confluences, et j'ai demandé tout simplement s'il était possible de faire un article sur ma profession. J'ai obtenu des contacts, et ai été recontactée.

C'est ainsi qu'un journaliste m'a interviewée, pris des photos toute une matinée, en présence de l'un de mes patients qui s'est lui aussi prêté au jeu.

L'article est apparu une semaine plus tard, en deuxième page du Direct Matin, un quotidien gratuit distribué dans toute l'agglomération lyonnaise et ses alentours : un impact de plusieurs milliers de lecteurs !

Un article que je trouve bien écrit par ce Monsieur Chanel, qui a su mettre en valeur les aspects du métier.

En espérant que, par ces petites actions auprès du grand public, la graphothérapie « fasse son nid » dans les professions d'avenir.



# LA GRAPHOTHÉRAPIE FAIT SON NID

## « La graphothérapie vise à restaurer une écriture »

avec des problèmes tels que la lenteur ou l'illisibilité, qu'on nomme aussi dysgraphie. Cela concerne avant tout les enfants et les adolescents mais aussi certains adultes ». À 28 ans, Alice Millet, graphothérapeute, connaît sur le bout des doigts sa profession. Un métier bien différent de celui « d'ergothérapeute, psychomotricien ou encore orthophoniste », précise la jeune femme. Ce matin-là, celle qui exerce à Lyon et Vénissieux a rendez-vous avec un garçon de 7 ans qui suit sa quatrième séance. « Dans ce cas, il s'agit plus d'un problème de lenteur et de tension que de lisibilité », explique-t-elle à propos de son élève, en classe de CE2. La séance débute par une série d'échauffements avant un exercice de concentration au tableau, craie en main. Elle se poursuit avec un « grand tracé glissé » effectué les yeux fermés, en l'occurrence un symbole de l'infini. « L'élève a le choix du crayon, toujours ! » ajoute Alice Millet en référence à « la psychologie et au climat rassurant » que prône la graphothérapie. Les ateliers continuent avec le dessin de diverses formes (traits, boucles, vagues...) afin de « vérifier la motricité des bras (gestes amples) et des doigts



Face à l'avènement du numérique, qui ferait parfois passer l'écrit pour secondaire, Alice Millet se veut rassurante : « L'écriture sera toujours nécessaire et structurante pour l'individu car elle renvoie à une image de soi, positive comme négative ».

© Sorlin Chanel

(gestes précis) mais aussi faire attention au positionnement de la tête ou du pouce ». Place ensuite aux lettres, en particulier celles qui posent problème. « En fonction du geste, on fait travailler un circuit, le but étant que l'écriture devienne fluide et naturelle », reprend Alice Millet, qui conclut la séance avec une marionnette permettant de développer la coordination du bout des doigts. Les progrès, eux, sont visibles à l'œil nu, ce que confirme timidement le jeune patient : « Ça m'aide pour l'école ». « La

plupart des élèves y trouvent clairement un bénéfice », constate Alice Millet, qui pointe toutefois un bémol majeur : « Les séances ne sont pas remboursées par la Sécurité sociale (NDLR : parfois en partie par les mutuelles). À 30 euros la séance de 50 minutes, il faut donc tabler sur un budget qui peut freiner certaines personnes », regrette celle qui fait partie de la quinzaine de praticiens en exercice dans l'agglomération.

Sorlin Chanel

> Contact : [alicemillet@laposte.net](mailto:alicemillet@laposte.net)

## Modernisation du site internet de l'ALG

Cette année, l'ALG (Association Lyonnaise de Graphologie) a décidé de moderniser son site ! L'adresse du site reste inchangée :

<http://lyongraphologie.org/>.

Alice Millet

## GGRE en Suisse romande

A Genève, depuis septembre dernier, Odile Littaye, Anne-Marie Zeller et moi-même, travaillons régulièrement avec la Société Romande de Graphologie (SRG) pour faire découvrir notre profession, encore peu connue chez les Helvètes!

La SRG délivre un diplôme de graphologie équivalent à celui de la SFDG et ici, toutes nos stagiaires ont suivi (ou suivent) la formation qu'elle dispense.

Sensibiliser et intéresser les professionnels suisses de la santé et de l'éducation à notre rôle, c'est notre premier objectif. Inciter ceux qui sont convaincus de l'utilité de notre travail, à nous rejoindre, c'est le deuxième



but (ambitieux !) que nous cherchons à atteindre.

Les enseignants de la SRG réfléchissent à la réalisation d'un cursus de graphologie adapté à ceux qui le suivent dans l'optique de la graphothérapie. Celui-ci serait davantage axé sur les fondamentaux et des modules essentiels pour les rééducateurs de l'écriture. L'enseignement serait plus court dans le temps (18 mois à raison de 4 heures par semaine, au lieu de 2 heures par semaine pendant 3 ans) mais conserverait cette exigence de sérieux et de qualité qui doit être notre premier souci.

Pour nous faire connaître comme graphothérapeutes, nous avons d'ores et déjà pris contact avec des groupements de logopédistes (équivalent ici des orthophonistes) et nous envisageons d'avoir la même démarche avec les psychologues, les médecins (médecins scolaires et pédiatres) et de continuer à nous faire entendre des écoles.

Affaire à suivre!

*Dominique de Margerie*

## **Sud Ouest**

### Rencontres entre pairs du GGRE, à Toulouse

\* Au cours de ce premier trimestre de l'année scolaire 2015-2016, nous nous sommes retrouvées, à deux reprises, avec les nouvelles diplômées, pour partager nos expériences, faire le point sur nos contacts, et relire nos pratiques en présence d'une psychologue.

\* Sophie de Scorbiac, psychologue clinicienne, formée à l'école Psychoprat' et - dans ce cadre - initiée à la graphologie, s'est mise à l'écoute de celles qui souhaitaient évoquer une situation particulière vécue lors d'une rééducation.

Son écoute bienveillante, ses questions pertinentes, ses réponses claires et argumentées, nous ont séduites et aidées :

- à mieux comprendre une situation de contre-transfert négatif et à trouver des solutions pour la « désamorcer » ; nous autoriser à vivre intérieurement nos émotions et nos affects ; formuler et poser des limites pour que soient respectés les consignes, le matériel, la personne du rééducateur ; provoquer un dialogue avec l'un des parents pour mieux appréhender ce que le jeune vit en famille...,
- à trouver la juste attitude face à un lycéen « dyspraxique », visiblement très attristé et découragé par la lenteur extrême de son écriture qui le pénalise lors de chaque évaluation achevée aux trois-quarts ; nous faire confiance ; parler de nos propres moments de tristesse ; aider le jeune à exprimer ses émotions ; établir un planning précis des séances pour l'aider à cheminer par étape...

Nous envisageons de convier à nouveau Sophie en 2016 pour aider l'une ou l'autre d'entre nous, sachant que chaque situation analysée peut être utile à chacune.

Lors de cette intervention, le lundi 16 novembre, nous avons pris le temps de nous arrêter, en même temps que tous les français, afin de nous unir, en silence, à nos amis parisiens et à toutes les familles des victimes des attentats du 13 novembre.

*Patricia Brochen*

### L'écriture compagnon de notre histoire

Mercredi dernier, à l'occasion d'une matinée proposée aux parents d'élèves pour présenter leur métier ou leur passion, j'ai fait une présentation sur l'écriture auprès de deux classes de CE2 et de quatrième.

Sur un PowerPoint j'avais scanné un article de Youpi sur l'histoire de l'écriture et les différentes formes d'écriture dans le monde.

Ensuite j'avais ajouté des écritures pour parler de l'évolution liée au développement de l'enfant en partant du gribouillis, des lettres en bâtons de la maternelle, de l'écriture au primaire, puis au collège et enfin au lycée.

J'ai proposé aux CE2 un atelier par table de deux ou trois sur des grandes feuilles pour reproduire toutes les formes pré scripturales.

J'en ai profité pour parler de la position des doigts et de la main. Nous avons parlé des différences entre gauchers et droitiers, et cela les a beaucoup fait réagir.

Pour les élèves de quatrième, j'ai poursuivi le PowerPoint par un débat sur l'écriture aujourd'hui et son utilité par rapport au clavier.

Les jeunes ont été très concernés et ont apporté des arguments très justes et réfléchis sur le sujet.

Nous avons fini la présentation par une grande feuille commune d'autographes.

Cette présentation a aussi beaucoup intéressé les professeurs qui ne connaissaient pas le métier de graphothérapeute et ont trouvé intéressant de pouvoir recommander la rééducation de l'écriture à certains de leurs élèves.

Je pense que ces présentations gratuites et spontanées sont un moyen positif et sympathique de parler de notre métier et je souhaite profiter des prochaines opportunités pour renouveler cette belle expérience.

*Olivia de Bellefon*

## **Formation professionnelle**

Si vous avez le statut « profession libérale », ou « auto-entrepreneur », nous vous rappelons que vous pouvez bénéficier d'une prise en charge de vos frais de formation par le FIF-PL. Pour l'année 2016, le montant de la prise en charge est réévalué en janvier et consultable sur le site du FIF-PL.

Pour obtenir une prise en charge, vous devez effectuer votre demande en ligne sur le site (le code NAF à indiquer est le 9609 Z) et informer la responsable du stage et Michelle Dohin, trésorière GGRE, afin d'obtenir les attestations nécessaires.

Coordonnées du FIF-PL : 104 rue de Miromesnil 75384 Paris Cedex 08. ([www.fifpl.fr](http://www.fifpl.fr).) Pour le suivi des dossiers : Nadège Baran au 01 55 80 50 23 entre 11 et 13 heures.

Nous rappelons par ailleurs que tous les membres du GGRE, lui même membre correspondant du SGPF, peuvent bénéficier des formations organisées par ce dernier. Ces formations sont également prises en charge par le FIF-PL. Le programme des formations est mis en ligne sur le site du SGPF. Vous pouvez également contacter Laurence Crespel Taudière au 06 62 64 37 39 ou par mail à l'adresse [laurence.crespel1@gmail.com](mailto:laurence.crespel1@gmail.com)

## **Assurance professionnelle et adhésion GGRE**

Rappel : le GGRE souscrit, pour l'ensemble de ses adhérents domiciliés en France métropolitaine, un contrat de responsabilité civile et professionnelle auprès de la compagnie Allianz, et un contrat de protection juridique professionnelle auprès de l'assureur spécialisé DAS.

Le contrat « responsabilité civile » nous garantit contre les conséquences pécuniaires que nous pouvons encourir dans l'exercice de nos fonctions, en cas de dommages corporels, matériels et immatériels causés à nos patients ou à des tiers. Il nous garantit notamment contre les conséquences de fautes professionnelles, erreurs de fait ou de droit, omissions, négligences ou incertitudes.

Le contrat « protection juridique » nous assiste et nous protège juridiquement en cas de survenance de litiges liés à l'exercice de notre profession (défense pénale, défense civile et recours, défense administrative, défense sociale et recours, défense de l'activité d'exploitation). L'obligation de souscrire une assurance de responsabilité civile « exploitation » des prestataires de service est désormais dans nos statuts. Les graphothérapeutes qui ne sont pas encore déclarés peuvent eux aussi souscrire à cette assurance.

Le montant annuel global de la police d'assurance est fixé pour l'année 2016 à 114€ TTC. Le cabinet Omnes est prêt à répondre à vos questions à l'adresse suivante : [omnes-assurances@wanadoo.fr](mailto:omnes-assurances@wanadoo.fr).

**Le règlement de la prime d'assurance ainsi que le règlement de la cotisation à l'association sont à effectuer au plus tard le 31 janvier 2016. Les chèques sont à libeller à l'ordre du GGRE et à adresser à Michelle Dohin, 192 rue de Versailles 92410 Ville d'Avray.**

**Communiqué du GGRE - Rappel**

- Le GGRE est un organisme de référence ; il répond du sérieux de votre formation et atteste de votre compétence. Sa plaquette réactualisée vous permet de vous présenter dans les écoles et de faire connaître la graphothérapie et ceux qui la pratiquent. Son bulletin semestriel *La Lettre et la Plume* vous tient au courant de ses activités et des pratiques de vos collègues. Le fonctionnement de notre association suscite des frais de location, d'impression, d'expédition qui justifient le montant de votre cotisation.
- Les **membres associés** qui exercent leur activité de graphothérapeute et cotisent au GGRE depuis plus de quatre ans peuvent faire la demande de changement de statut pour passer du statut de membre associé à celui de **membre actif**. Cela leur permet de participer plus activement à la vie de l'association, en tant que membre élu par exemple (possibilité ouverte un an révolu après la date du changement de statut) et de voter aux Assemblées générales.
- Les changements de coordonnées doivent être adressés au siège du GGRE : 83 rue Michel-Ange, 75016, Paris.

## **Entendu sur les ondes**

**Ces drôles de zèbres, les adultes surdoués : un documentaire de Nicolas Oudin et Christine Robert.**

Nous avons souvent, dans l'exercice de notre profession, l'occasion de rencontrer et d'aider des enfants « surdoués », et l'on ne compte plus aujourd'hui les conférences qui se sont tenues sur le sujet, et dont la Lettre et la Plume s'est régulièrement faite l'écho. Beaucoup plus rarement nous nous sommes intéressés aux adultes « surdoués » à qui l'émission *Sur les Docks*, diffusée sur **France Culture**, a choisi de donner la parole jeudi 25 novembre. A travers les témoignages de Mathilde, chargée de projets, Sandrine, gestionnaire à La Poste, Marie, étudiante en philosophie, Tiana, étudiante, Cédric, consultant en stratégie et Bruno, architecte, nous avons entendu leur ressenti, leur fragilité mais aussi leur force, et leur cheminement depuis la découverte du diagnostic de leur surdouance. Le recul et la lucidité que confère l'âge adulte nous permettent de mieux cerner les difficultés ou les souffrances parfois difficilement exprimées par l'enfant. Ces témoignages étaient ponctués d'éclaircissements de Jeanne Siaud-Facchin<sup>1</sup> sur les particularités de ceux qu'elle nomme les « **drôles de zèbres** », et plus spécifiquement sur leurs particularités à l'âge adulte.

---

<sup>1</sup> Jeanne Siaud-Facchin est psychologue clinicienne, fondatrice des centres Cogito'Z et auteure, entre autres, de *Trop intelligent pour être heureux ? : L'adulte surdoué*.

**La Lettre et la Plume a souhaité vous faire partager quelques extraits de ces témoignages :**

\* « Pour moi c'est comme si j'étais au volant d'une voiture de course mais que... j'ai pas forcément la technique idéale pour la conduire, donc les sorties de route ou les freinages intempestifs ne sont pas à exclure (...). Sur une route dont je ne sais pas où elle va me mener et s'il n'y a pas un gouffre à l'autre bout ».

\* « Là, j'ai 41 ans, je l'ai appris à peu près à 40 ans, donc ça fait à peu près 40 ans que je fais semblant de faire comme tout le monde, d'être comme tout le monde. Fallait pas que je montre mon hypersensibilité, fallait pas que je montre que je réfléchissais tout le temps (...). Donc ça fait longtemps que je fais semblant.»

\* « Quand je suis avec... ma sœur par exemple, il y a une partie de moi qui va s'exprimer et la partie zèbre qui, elle, va se taire. Et quand je suis avec les autres zèbres, là il y a tout qui va s'exprimer. Il n'y a qu'entre zèbres en fait que je ne suis pas dans la retenue, la maîtrise, le contrôle... »

\* « La pensée qu'on qualifie de surdouée serait plutôt une pensée en toile d'araignée (...). C'est à dire que c'est par analogie, ça se tricote. Les choses se tricotent les unes après les autres, puis d'autres éléments vont amener à faire une deuxième toile d'araignée et finalement la pensée ne va pas s'y mettre, des liens entre les choses vont se faire par bonds et pas de façon rectiligne comme sur une corde à nœuds. ».

\* « On a tendance à être une pensée dite en soleil, c'est à dire que c'est en arborescence, c'est à dire que lorsqu'on est confronté à un problème, on va tout de suite avoir non pas une idée mais tout un tas d'idées qui vont graviter autour, avec des émotions, (...) voire dans un certain nombre de cas des fulgurances. Il m'arrive dans un certain nombre de cas de trouver une solution, mais alors de façon très intuitive mais sans pouvoir l'expliquer (...). Vous avez une solution mais quand vous n'arrivez pas à la verbaliser (...), le truc est très touffu, donne le sentiment d'être très désordonné, et donc on ne vous écoute pas, ou alors si on vous écoute on vous dit "on ne comprend pas ton raisonnement" et alors vous rentrez dans un mutisme voire même vous sortez du débat »

\* « *Tout doit avoir un sens.* C'est comme marcher en montagne, si on n'a pas un sommet en vue (...). Marcher pour marcher, pour moi ça ne sert à rien. C'est comme dans la vie de tous les jours. *C'est une difficulté d'être dans l'instant présent*, j'y travaille (...). C'est découvrir le sens de l'instant présent qui permet de vivre cet instant présent. Si j'essaie de faire exactement comme tout un chacun, c'est comme si je devais me renier moi même et donc oublier une partie de moi-même, ce qui fait que après, je suis comme enfermée et j'étouffe à l'intérieur de moi. Avoir un travail, une vie de famille, un appartement, enfin... finalement fonctionner normalement, pour moi, c'est comme si ça ne me suffisait pas, s'il y avait quelque chose qui manquait, quelque chose qui n'a pas de sens. »

\* « Au sein de moi, ce qu'il se passe, c'est un bouillonnement intérieur permanent, à la fois parce que j'ai des idées en permanence mais aussi...j'ai beaucoup d'émotions. Ou bien vous vous dites, j'essaie de me conformer au mode de fonctionnement des autres et c'est en fait un peu un gaucher contrarié qui essaie de devenir un droitier. (On le fait tous parce qu'il faut quand même se socialiser mais c'est au prix d'un effort, d'une énergie etc.) Moi, la réaction que j'ai eue, depuis assez tôt, c'est de me créer une carapace, c'est à dire de me protéger de toutes les agressions du monde extérieur qu'on ressent, nous, de manière exponentielle et qui paraissent au tout venant comme complètement normales. »

\* « Je donne l'impression d'être quelqu'un qui a beaucoup confiance en lui alors que c'est probablement exactement l'inverse qui est la réalité. Il y a un décalage entre l'image perçue et l'image profonde. »

\* « C'est très angoissant parce qu'on n'est jamais stable, il faut toujours chercher ailleurs des réponses. On ne peut jamais se satisfaire de ce qu'on reçoit. On n'est jamais posé finalement (...) et je peux m'ennuyer très vite. Dans la vie, savoir où on va, que l'on construit un projet petit à petit, ça peut être rassurant et sécurisant, et c'est cette sécurité que je ne touche presque jamais en fait . *Je ne peux pas arrêter mon cerveau, le mettre en veille*, par contre je peux essayer de canaliser ces pensées pour qu'elles soient productives. Et c'est dans cette canalisation que je suis stable. C'est comme un vélo qui est sur une pente, là, il devient stable avec la vitesse mais s'il s'arrête, *il tombe*. »

\* « Avant d'aller se coucher, on réfléchit, tout le temps, tout le temps...Ca peut être épuisant. Il m'arrive de boire de l'alcool juste pour arrêter de penser. Parfois, c'est envahissant. »

\* « Ca ne s'arrête jamais, c'est très difficile parce que ça demande une concentration très forte et en permanence je suis entrain de zapper d'un sujet à un autre, de manière assez désordonnée, ce qui dans le monde du travail peut donner lieu à des difficultés. »

\* « C'est vrai que les émotions viennent dans tous les sens (...) et je prends tout de plein fouet. Mais la chose qui me perturbe le plus c'est cette hypersensibilité dont je n'arrive pas à me dépatouiller (...). J'ai des montées d'émotions qui sont trop intenses. »

\* « Mes angoisses m'ont étouffée au point que je devienne dépressive, suicidaire dans le pire des cas, et j'ai été envoyée en hôpital psychiatrique. Le médecin que je voyais n'imaginait pas une seconde que je puisse être une enfant surdouée parce qu'il avait vraiment l'image du surdoué comme la majeure partie des gens l'ont. Un génie qui répondrait à n'importe quelle question et qui serait plus intelligent que la moyenne (...). Donc au lieu de pencher pour la thèse du surdoué (...), il a penché pour une idée de schizophrénie. Après beaucoup de mois de traitements, de choses qui n'ont pas marché, j'ai fini par quitter l'établissement dans lequel on m'avait placée, et ma mère s'est tournée vers un autre médecin qui, lui, a penché pour la thèse du surdouement. Donc on m'a fait faire des tests et il s'est avéré que j'étais bel et bien surdouée (...). *Le diagnostic* a donné un nom à

ce que j'avais, je n'étais plus seule, j'étais pas juste une gamine angoissée (...). J'ai appartenu à un groupe (...), j'ai pu rencontrer des jeunes qui avaient les mêmes centres d'intérêt, les mêmes questionnements, les mêmes angoisses. Pouvoir parler de ça avec des gens (...) qui ressentent vraiment ce qu'on ressent, et à un âge où je cherchais la normalité, ça faisait du bien. »

\* « Je m'entoure aussi de zèbres, de plus en plus. C'est rigolo, c'est comme si on se connaissait depuis toujours, on fonctionne pareil, tout est plus simple. »

\* « Se retrouver entre soi (...), pouvoir partir dans des discussions qu'on ne peut pas avoir dans des cadres personnels, familiaux, amicaux... Partager des émotions, des sensations (...), donner du sens et aller chercher le plus loin possible, et chaque fois derrière un peu plus ce qui donne de la sève au moteur de nos existences. »

\* « Quand je l'ai su, j'ai ressenti un grand soulagement, qui était simplement "OK, je comprends" (...). Ce soulagement a réduit une tension profonde qui était une sorte de colère qui m'habitait, d'une existence faite de contrariétés, contrariétés scolaires, contrariétés professionnelles (...). Contrariétés de tous les porte-à-faux que représente un parcours de zèbre qui ne sait pas qu'il est zèbre. Faire le point à 53 ans avec soi-même et se rendre compte qu'on est passé à côté (...) avec une accumulation de situations ridiculement tragiques, c'est tellement dommage. »

\* « Lorsque j'ai fait le bilan, et que les conclusions ont été de dire "oui, effectivement vous êtes surdoué", on prend enfin conscience, on arrive surtout à mettre des mots sur des faits ou des situations. On arrive à relire des scènes très précises dans le passé (...) et *a posteriori* vous vous dites "ça fait partie de ce mode de fonctionnement." Ça a été (...) une grande source d'apaisement. »

\* « Finalement ça m'a expliqué beaucoup de choses, ça m'a expliqué que j'étais pas folle (...). Mon mal-être était compris comme une dépression, ma famille croyait que j'étais folle, mon ex-mari le croyait aussi. J'ai fini par le croire parce que je ne comprenais pas pourquoi j'étais comme ça (...). Mais une fois que j'ai fait le test, pour moi ça a été une explication à tout. J'ai compris ce que j'étais finalement. Et du coup ça m'aide à comprendre aussi ce que sont mes enfants puisqu'ils sont tous les deux surdoués. »

\* « Je devais avoir à l'époque 8 ans... où je me suis dit "décidément personne ne me comprend, je dois être vraiment trop bizarre". J'ai dit "il faut que j'assure ma survie. Il y a plein de personnes autour de moi qui n'ont pas l'air d'avoir inventé le fil à couper le beurre et qui ont l'air de très bien se débrouiller dans la vie. Soyons comme eux ! C'est la meilleure façon de se mettre à l'abri" et j'ai symboliquement enterré mon cerveau au pied d'un arbre. C'est à dire que je me suis dit "je suis trop petite pour faire face, on fait profil bas et puis quand je serai grande et forte je reprendrai mon cerveau." »

\* « La relation avec l'autre est pas évidente (...). Au niveau des sentiments aussi c'est pas évident à gérer. Je me sens très vite agressée en fait, au

niveau émotionnel, donc, c'est pas évident de laisser les gens approcher trop près. »

\* « En tout cas j'ai retrouvé l'espérance et je crois qu'il y a un chemin qui s'ouvre vers quelque chose de mieux. Ce serait arriver à vivre en profondeur et, (...) paradoxalement ce serait vivre dans l'instant présent en étant ralliée à soi et en lien avec les autres (...). Un but que je ne suis pas sûre d'atteindre et je ne suis pas sûre non plus d'avoir pris la bonne route pour y arriver. »

\* « Pour l'instant, dans ma situation actuelle, je préférerais dire que je suis une feuille blanche. Parce que je suis vraiment dans un état en ce moment beaucoup plus heureux qu'avant, et où je commence à construire des tas de projets, et je dirais que j'ai enfin décidé de vivre (...). Aujourd'hui je vis, ça y'est, donc je dirais que je suis une feuille blanche et que je commence enfin à écrire dessus ».

#### Liens :

Le site de l'association Zebr'Adultes : [zebradultesurdoue.com](http://zebradultesurdoue.com)

Le site des centres Cogito'Z : [www.cogitoz.com](http://www.cogitoz.com)

#### A lire :

*Trop intelligent pour être heureux ? : L'adulte surdoué*, Jeanne Siaud-Facchin, Editions Odile Jacob, 2008

*Je suis un zèbre*, Tiana, Payot, 2015

*La précocité dans tous ses états. A la recherche de son identité*, Francis Bak, L'Harmattan, 2015

*L'adulte surdoué. Apprendre à faire simple quand on est compliqué*, Monique de Kermadec, Albin Michel, 2015

*Les enfants surdoués ou la précocité embarrassante*, Jean-Charles Terrassier, ESF éditeur, 2014

*Ces drôles de zèbres*, Laurence Le Saux, Télérama, 2015

*L'émission peut être réécoutée en podcast sur le site de France Culture.*

*Delphine Segond, La Celle-Saint-Cloud ; Pascaline Popper, Paris*

**Tiana est aussi l'auteur de la chanson *Je suis un zèbre*, sur l'air de *Je suis un homme de Zazie*, dont voici les paroles :**



*Je suis un zèbre noir et blanc  
Je suis un bien étrange enfant  
Manipulateur à plein temps  
De vous je suis vraiment différent  
J'aime pas l'école et j'aime pas les profs  
De l'élève parfait j'n'ai pas l'étoffe  
On m'étiquette enfant précoce  
La normalité n'est pas ma force*

*Je suis tout seul perdu dans l'angoisse  
Trop souvent pris dans une impasse  
Mon mental facilement se casse  
Car devant mes craintes je perds la face  
Je me pose beaucoup trop de questions  
De la fin du monde à sa création  
Continuellement en réflexion  
Mes pensées tournoient sous la pression*

*Pourquoi suis-je née comme ça ?  
J'ne voulais pas  
J'n'ai pas eu le choix  
Pourtant vous m'rejetez  
Vous me jugez et me fuyez*

*Nous sommes tous ignorés par l'Etat  
Nos problèmes ne les atteignent pas  
Ils nous laissent vivre notre enfance  
Dans une perpétuelle souffrance  
Les ministres nous ignorent royalement  
Et il y a beaucoup trop d'enfants  
Qui baissent la tête en marchant  
Forcés à pleurer silencieusement*

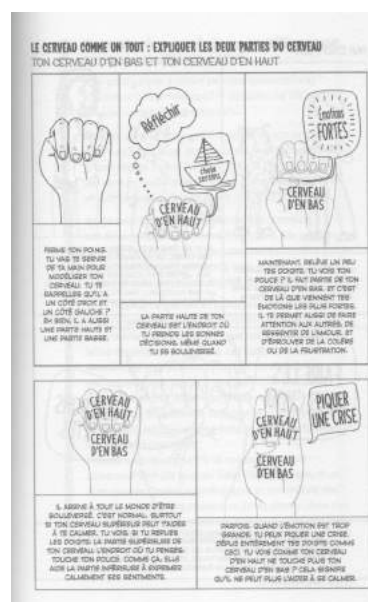
*Pourquoi suis-je née comme ça ?  
J'ne voulais pas  
J'n'ai pas eu le choix  
Cauchemars, cafard, idées noires  
Et quand vient le soir  
Mon cœur se serre et bat dans ma cage thoracique  
Tout devient critique  
J'ai peur, je panique  
Je crie et la douleur s'intensifie*

*Je suis l'animal hors de l'enclos  
Je suis la tâche sur le tableau  
Le mouton qui ne suit pas le berger  
C'est de là que je tiens ma fierté  
Je suis celui qu'on dit surdoué  
Je suis celui qu'on a mal nommé  
Esprit perdu dans un dédale  
Petit zèbre pris pour un cheval.*

## Lu pour vous

**Le cerveau de votre enfant**, Manuel d'éducation positive pour les parents d'aujourd'hui, Dr Daniel J. Siegel (à l'origine de la formidable image de la main dans le cerveau); Tina Payne Bryson, Les Arènes, 2015. Avec des fiches imagées et des textes simples, les outils de communication, de compréhension, de mise en relation avec le cerveau de l'autre, en l'occurrence des enfants, sont très clairement exposés.

Laurence Petitjean, Saint-Aubin



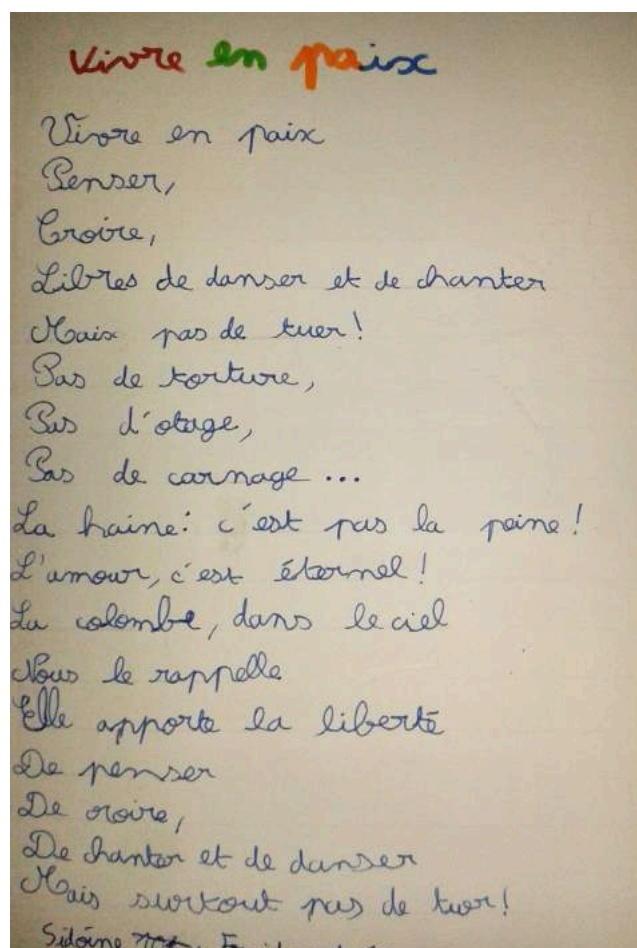
**Apprendre à résister**, Olivier Houdé, Editions Le pommier, 2014.

Une lecture recommandée par Caroline Baguenault.



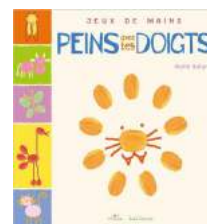
## LA PAROLE AUX ENFANTS

Sidoine, garçon de 10 ans, suivi par Anne-Marie Rebut (Villeurbanne), s'est exprimé après les événements du 13 novembre.



## LA BOITE À IDEES

\* **Peins avec tes doigts**, Maïté Balart, Mila éditions : dans la même collection que *Dessine avec tes mains* présenté dans le précédent numéro de la Lettre et la Plume, ce livre permet à l'enfant de s'amuser à créer plus de 30 animaux avec la pulpe de ses doigts auparavant trempés dans la peinture (à l'eau). Il contient pour chaque animal une page d'explications claires à suivre, étape par étape, et l'image du modèle à reproduire. Aux alentours de 9,95€.



\* **Le conte chaud et doux des chaudoudoux**, Claude Steiner (auteur) ; Pef (illustrateur), InterEditions, 15€ : « En ce temps-là, tout le monde vivait très heureux et échangeait d'inépuisables chaudoudoux, jusqu'au jour où l'abominable sorcière Belzéphra conçut un plan diabolique... Adaptation française de *A warm Fuzzy Tale*, célèbre conte de Claude Steiner, psychologue et disciple d'Eric Berne, le fondateur de l'Analyse transactionnelle. Celle-ci est utilisée pour comprendre, gérer, changer et améliorer les relations entre des individus, des organisations. » (Amazon)

\* **Simon Hureau**, le petit fils de Robert Olivaux est l'auteur de ce beau timbre, et de sept autres timbres en hommage aux actions de la Croix Rouge, en vente à La Poste (2€ par carnet sont reversés à l'association). Il est également illustrateur et auteur de bandes dessinées. Il est possible de prendre connaissance de son œuvre en consultant internet.



\* **Papier carbone couleur** : diffusé par la marque Créé'up, en vente au BHV, au prix de 4,20€. L'utilisation du calque et du papier carbone favorise la précision du geste et l'appui. La reproduction est colorée et peut donner un joli effet.



\* **Les marqueurs Posca**: des marqueurs aux couleurs denses, opaques, couvrantes, superposables qui ne pâlissent pas à la lumière. Ils s'appliquent sur tous supports : papier, bois, plastique, verre, métal... , pour des applications illimitées ! (Peinture, écriture, dessin...) Idéaux pour les grands tracés glissés. Commercialisés par Uniball, au prix de 3 à 6€ l'unité en fonction de la largeur de la pointe.

Merci à Martine Marien, Suzel Beillard, Anne de Collongue, Caroline Dervieux...

La Lettre et la Plume : Journal semestriel - Première parution : décembre 1996 - Directrice de la publication : Delphine Segond - Responsables de la rédaction : Suzel Beillard, Stella Pauchet, Delphine Segond - Impression : ICS, 55 av. de Saint Cloud 78000 Versailles

**Dépôt légal juillet 2014 - ISSN : 2272-5261**