

# SPÉCIALITÉ : L'ACCOMPAGNEMENT DU SURDON / HAUT-POTENTIEL



## UNE PROBLÉMATIQUE SPÉCIFIQUE

Surdoués, précoces, "haut-potentiel", zèbres... des synonymes pour décrire une même réalité : celle d'une population dont la plasticité cérébrale conduit à un fonctionnement neurologique et cognitif particulier.

Aujourd'hui, on comprend pourquoi une personne à haut-potentiel peut connaître des difficultés dans son rapport aux autres et au monde, et ce dès le plus jeune âge. Surtout, on sait que **l'enfant qui était "précoce" ne devient pas un adulte comme les autres.**

Outre posséder un QI élevé, être surdoué implique un fonctionnement neurologique spécifique, **une intelligence non pas plus grande, mais différente.** Et par conséquent, une **personnalité qui ne trouve pas toujours sa place** et peut être en souffrance.

## UN FONCTIONNEMENT NEUROLOGIQUE DIFFÉRENT

Aujourd'hui, de nombreux surdoués **ne trouvent pas de réponses à leur mal-être auprès des professionnels.**

Le surdoué peut rencontrer 2 types de difficultés :

- celles que toute personne peut un jour rencontrer, mais plus intensément, ou plus fréquemment.
- des difficultés spécifiques à son fonctionnement, aggravées par le fait qu'**il n'est pas conscient de sa particularité.** Le monde lui a renvoyé une image de normalité, il a été considéré comme tout un chacun, ce qu'il n'est pas tout à fait !

## DIFFICULTÉS RENCONTRÉES

De par son fonctionnement spécifique, la personne à haut-potentiel peut être confrontée à :

- un important déficit de confiance en elle
- une mauvaise gestion des émotions
- des troubles de l'attention, éventuellement avec hyperactivité (TDA/H)
- des difficultés relationnelles qui interfèrent dans sa vie professionnelle ou sentimentale
- des troubles alimentaires (anorexie, hyperphagie)
- une émotivité, un perfectionnisme ou une susceptibilité dont on ne situe pas l'origine.



Ces soucis peuvent déboucher sur des troubles plus lourds (dépression, anxiété...) s'ils ne sont pas envisagés convenablement.

Un accompagnement et un travail spécifiques peuvent amener le surdoué à se libérer de modes de pensée inadaptés.

**Un test de QI auprès d'un psychologue habilité permettra également d'y voir plus clair.**

À noter que la plupart de ces problématiques sont aussi rencontrées par les **personnes dites "hypersensibles"** au sens où Elaine Aron les décrit dans son livre *"Ces gens qui ont peur d'avoir peur"*.

# ESSENCIEL

## COACHING THÉRAPIES DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

## EXPERTISE ET ACCOMPAGNEMENT SURDOUÉS / HAUT-POTENTIEL

(+33)6 28 23 91 06  
www.essenciel-coaching.com  
contact@essenciel-coaching.com  
Nancy / France



## COACHING, KÉZAKO ?

Longtemps lié au monde du sport puis à celui de l'entreprise, le coaching décrit aujourd'hui un service d'accompagnement vers **la réussite, la croissance, mais aussi le bien-être ou l'amélioration de la vie** sous toutes ses formes.

Tel un **"accoucheur d'âme"**, le coach est là pour vous permettre de **trouver en vous** les réponses qui vous conviennent. Il utilisera pour cela son écoute active, son art du questionnement et ses connaissances multiples.

En un mot, le coach est **le partenaire de votre réussite**. Il vous propose ses compétences pour vous aider à **atteindre les objectifs que vous vous fixez**, vous permettre de **révéler votre potentiel** ou vous **accompagner dans une phase délicate**.

Le coaching a une **déontologie bien établie**. Ce métier au cœur de l'humain recourt à des techniques si diverses qu'on comptera bientôt autant d'approches que de coachs... **Essentiel Coaching vous en propose la quintessence !**

Le coaching peut se pratiquer en individuel ou à plusieurs, dans un but personnel (coaching de vie) ou professionnel (groupes, entreprises).

## LA PUISSANCE DU COACHING

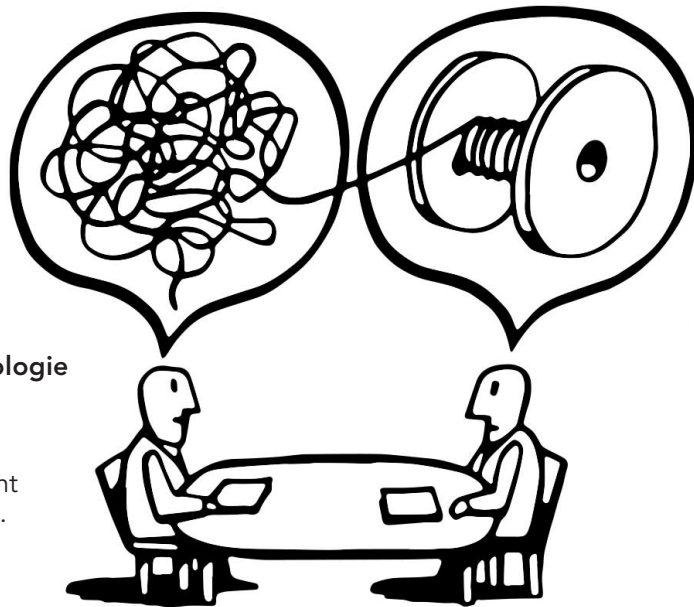
Qu'est-ce qu'aller bien ? S'agit-il d'avoir un bon moral ? De voir la vie du bon côté ? De jouir de la vie ? Et le bonheur ? Nous aspirons tous à une vie faite de bonheur, de réussites, de joie, pour nous et les nôtres. Mais voilà...

- Parfois, nous ne parvenons pas à **vivre la vie que nous voulons** sans savoir pourquoi.
- Dans certaines situations, nous ne trouvons pas toujours **les réponses adaptées**.
- Ou encore, arrive un jour **l'événement de trop**, celui pour lequel la vie ne nous a pas équipé.

Et **c'est la crise** : domaine professionnel ou personnel, la crise nous informe que quelque chose ne tourne pas rond. Elle peut aussi ouvrir sur un changement, un nouveau départ.

Autre bonne nouvelle : nous avons en nous **des ressources insoupçonnées**. Oui, il est possible de sortir de la fatalité. Oui, il est possible d'aller bien dans un monde qui va mal !

Aller bien, ça s'apprend. Sauf qu'aucune école ne nous y forme...



## LE COACHING, POUR...

### Développer

- un potentiel, une capacité, une ressource
- une meilleure communication
- la confiance en soi, l'estime de soi
- une meilleure gestion des émotions

### Comprendre et solutionner

- difficultés relationnelles (cadre professionnel, couple, famille, etc.)
- crises existentielles (adolescence, retraite, deuil...)
- stress, anxiété, angoisse
- dépressions réactionnelles, burn-out
- troubles comportementaux (phobies, compulsions, troubles alimentaires)

Un coaching de vie peut se cumuler à un suivi médical. Il est **une autre façon de travailler sur les freins** qui nous empêchent de vivre pleinement et qui peuvent même être à l'origine de soucis de santé (somatisations).

## PRESTATIONS PROPOSÉES

- Coaching de vie
- Coaching de dirigeants
- Coaching d'équipes
- Coaching professionnel (réorientation, reconversion, etc.)
- Accompagnement du changement en entreprise
- Analyse des pratiques professionnelles
- Coaching sportif / préparation mentale
- Etc...

### QUI JE SUIS

Adrien Chobaut, coach diplômé, issu du monde de la communication, je me suis formé à de nombreuses techniques de développement personnel depuis 2000 : Psychanalyse, Programmation Neuro-Linguistique (dont PNL de 3ème génération), Analyse Transactionnelle, Communication Non-Violente, méditation de pleine conscience, Emotional Freedom Technique (EFT)... Mon approche est à la fois holistique et personnalisée.

