



**EHP**  
Belgique

## Portait HP

A partir de mars 2021, EHP-Belgique a le plaisir de pouvoir compter sur la plume de Michette pour la réalisation d'interviews autour du Haut Potentiel.

Nous espérons que ces "**Portraits HP**" vous plairont et qu'ils vous seront utiles.

N'hésitez pas à nous contacter via [secretariat@ehpbelgique.org](mailto:secretariat@ehpbelgique.org) pour nous faire part de vos impressions ou de vos suggestions pour d'autres portraits.

## Portait HP # 2 : Marie Tilleux



Marie Tilleux est psychologue et sexologue clinicienne et hypnothérapeute PTR

Elle travaille avec des adultes et des adolescents.

Pour EHP elle est bénévole et membre du conseil d'administration.

### Comment organisez vous votre travail ?

Marie :

J'exerce dans deux centres pluridisciplinaires et dans mon cabinet particulier (*références* ci-dessous).

Dans les deux centres, je suis responsable du pôle HP. Je travaille donc quasi exclusivement avec les personnes à haut potentiel.

### Comment les définiriez-vous ?

Marie :

Fondamentalement, je dirais que ce sont des personnes qui se distinguent significativement de leur groupe d'âge par leur mode de fonctionnement et de raisonnement qui est différent de celui des autres, de la majorité des autres. Ils montrent une hyper-

sensibilité, une très forte intensité dans leur ressenti, leurs émotions et manifestent une particulière complexité dans leur mode de fonctionnement. Ils ont un rapport particulier tant à soi qu'aux autres et au monde. On les distingue par l'ensemble de ces caractéristiques. J'ajoute qu'ils sont le plus souvent perfectionnistes, ont une excellente mémoire et beaucoup de curiosité.

Si le QI est une première bonne indication, on ne peut les résumer à cela. Eux-mêmes ont le sentiment d'être en décalage, ils se sentent différents tout en ayant conscience de leurs propres faiblesses, et étant lucides sur leur mode de fonctionnement, leurs failles et leurs lacunes.

Je constate aussi beaucoup d'anxiété, de rumination mentale ; ils ont des difficultés à fonctionner avec les autres.

### **Comment arrivent-ils chez vous ? Pourquoi ?**

Marie :

Les motifs de consultation peuvent être très divers : ils arrivent parfois avec un mal être et une anxiété généraux ; parfois sur un problème spécifique. Au départ, ma première mission est de les informer et d'aller du général vers le particulier, de situer avec eux leur rapport au monde et d'éviter que des malentendus s'installent entre eux et les autres.

### **Alors quelles approches utilisez-vous ? quelles « techniques » ?**

Marie :

J'utilise les thérapies cognitives et comportementales, qui me semblent répondre très bien à leurs problèmes ; je m'explique : on travaille sur leurs connaissances (cognitions) et leur comportement : c'est un travail de prise de conscience de leur mode de fonctionnement propre, de leur personnalité, puis de leur différence.

Ensuite, on élabore une gestion émotionnelle, un apaisement des pensées ; ils doivent apprendre à gérer leurs émotions (qui sont exacerbées, je le rappelle), comprendre leur « mode d'emploi », s'approprier, vivre avec leur différence.

Enfin, ils pourront vivre le moment présent et trouver du plaisir dans la vie : c'est l'étape ultime. Il faut arriver à cet apaisement, par des techniques qui vont dépendre de chaque individu afin de devenir davantage bienveillants avec eux-mêmes.

L'hypnothérapie stratégique conversationnelle et utilisationnelle est un outil des TCC (techniques cognitives et comportementales), appliquée surtout lors de « traumatismes ».

### **Vous avez évoqué des différences en fonction du sexe ?**

Marie :

C'est extrêmement net : les filles, enfants, comme adolescentes, s'adaptent mieux voire se sur-adaptent à l'école et à la société.

Leur « diagnostic », leur dépistage s'avère alors beaucoup plus tardif ; (leur niveau émotionnel plus fort étant ressenti comme

« féminin »). Leur ressenti propre, la conscience de leur différence

se marque pour elles dans leur hypersensibilité et pas du tout dans leur potentiel intellectuel ; elles viennent donc consulter pour la perturbation que leur causent leurs émotions et ne se sentent pas particulièrement « plus intelligentes », alors qu'elles le sont. Je conseille à ce sujet de consulter l'avis du pédopsychiatre lyonnais Olivier Revol (voir internet) sur « L'Enfance des surdoués »

### **Quel est votre apport dans l'association EHP-Belgique?**

Marie:

J'ai connu l'association en suivant une formation, suite à la découverte que mon fils était HP.

Je suis membre du conseil d'administration et participe, en bénévole, à la création d'activités, à l'aide durant les rencontres, à la diffusion des informations, au travail logistique que tout cela amène. Toutes les activités mises en place se distinguent par leur efficacité et leur rapidité de réaction.

### **Références, site, hyperlien et informations pratiques**

Centrémergence [www.centremergence .be](http://www.centremergence.be)

Rue de Neufmoustier 6 1348 Louvain la Neuve

Centre Colibri [wwwcentrecolibri.be](http://www.centrecolibri.be)

Rue de Fauquez 15 1460 Ittre

Cabinet privé [www.marietilleux.be](http://www.marietilleux.be)

Rue du Drabe 3 1440 Raine le Château