

Zèbre

Comment ça zèbre ? Ça correspond à HP, haut potentiel ou encore surdoué, mais je trouve que ce nom est trompeur. Il nous décrit comme les premiers de classe ayant la vie parfaite. Hors ce n'est pas vraiment ça. Mais alors pourquoi zèbre ? allez-vous me dire. Ce nom vient du fait que les zèbres sont assez intelligents, ils ont un langage très particulier, mais surtout parce qu'ils se ressemblent beaucoup sans être pareil grâce à leurs rayures. Pour nous, c'est un peu pareil. Les scientifiques nous décrivent comme « des personnes avec un niveau intellectuel largement supérieur à la moyenne » et pour la plupart de nos amis c'est juste avoir un QI hors norme. Sauf qu'en fait c'est pas aussi simple, t'es pas juste super intelligent. D'ailleurs certains sont même en échec scolaire.

Être zèbre ça veut pas dire mieux réfléchir, mais réfléchir différemment. Dans notre cerveau, il y a plein de connexions qui se font toutes seules et parfois ça nous embrouille. Ça veut aussi dire avoir 150 pensées par seconde. Mon cerveau est en marche vingt-quatre heures sur vingt-quatre et ça devient insupportable quand, par exemple, je suis super fatiguée et que je veux juste dormir. Les remords, les souvenirs, les peurs, ta journée, les idées, tout me revient. Je suis une pro pour culpabiliser dans ces moments là. On peut dire que les insomnies ont leur place dans ma vie. De plus, j'ai plein de projets, parfois irréalisables et je suis souvent déçue de moi ou de mes idées. A l'école, c'est pas facile tout les jours, car la plupart du temps, soit on connaît déjà ce qui est au programme, soit ça ne nous intéresse absolument pas. Pour ma part, j'essaie de toujours trouver quelque chose que je pourrais apprécier dans chaque matière, sauf que c'est compliqué. Suivre un cours obligatoire sans s'y désintéresser très vite n'est pas une tâche facile. On aimerait être ailleurs pour pouvoir bosser un projet qui nous tient à coeur. On a envie de toujours en apprendre plus, mais pas forcément sur des sujets habituels. La plupart du temps, ça n'a aucun rapport. Pour certains, ce sera lire de la littérature, dévorer des manga, ou apprendre une autre langue, et pour d'autres ce sera faire du bénévolat, des jeux intellectuels, beaucoup de sport ou encore faire de l'art. Arrêter notre machine interne est complexe. Je pense que le pouvoir (magique) qu'on aimerait tous avoir, c'est pouvoir faire ON/OFF avec nos pensées, histoire d'être tranquilles cinq minutes.

La plupart de nous, nous sommes assez discrets. On paraît un peu fou/folle mais on se fond dans la masse pour ne pas recevoir le jugement et les critiques. Les adultes nous trouvent souvent matures alors que les gens de notre âge nous trouvent bizarres voir ennuyants. Le problème, c'est qu'on a rarement le même genre de sujet qui nous plaisent, donc peu de points communs. Avant, je montrais moins cette part de moi un peu différente, mais je montrais plus facilement mes émotions à tout le monde. Maintenant, c'est l'inverse, je fais moins confiance aux gens mais quand je me sens bien, je

me lâche en libérant mon côté "étrange". On n'a pas toujours la vie facile et on est souvent blessé. Personnellement, je m'attache beaucoup trop, surtout trop vite et je suis naïve. C'est un peu mon côté bisounours, haha... Une (très) grande partie de nous souffre de cette différence, que ce soit par de "simples" remarques jusqu'à la phobie scolaire. Nombreux parmi nous ont subi ; acharnement de professeurs, phobie scolaire, fugues, épuisement émotionnel, ou encore harcèlement. Voici une autre citation par rapport à nous : les rayures du zèbre sont comme les cicatrices que nous avons de notre passé douloureux. Je pense que pour beaucoup, ça nous correspond.

Il n'y a pas deux jours où je n'y pense pas. Presque tout le temps, je vois ce décalage entre moi et les autres, autant avec les enfants qu'avec les adultes. Tout ce que je fais ou pense me ramène à ça. Faire le test et être reconnu comme tel ne nous met pas pour autant dans une case. Il n'y en a aucune dans laquelle nous pourrions être mis, on est si différent les uns des autres et puis personne n'entre vraiment dans une case. C'est juste pouvoir mettre un mot dessus, un mot qui nous rassemble et qui nous donne les moyens de pouvoir accéder à des ressources dont nous avons besoin. Avant de savoir que je l'étais, c'était encore plus dur car je ne pouvais pas m'identifier à quelqu'un et j'avais l'impression d'être la seule comme ça. Malgré moi, j'ai l'impression que quelqu'un qui n'est pas zèbre ne peut pas vraiment comprendre ce que c'est de le vivre tous les jours.

Une autre chose qui accompagne un HP tout le temps, c'est l'hypersensibilité. En effet, ça ne nous facilite pas beaucoup la tâche. Toutes les émotions qu'on ressent ressortent beaucoup plus fort, c'est donc difficile à gérer. Quand je suis joyeuse, on me prend pour une folle et quand je suis triste, je suis soit-disant dépressive. En tout cas, pour ma part, je prends souvent sur moi (en partie à cause du regard des autres) et à un moment j'explose. Du coup, les personnes autour de moi ne comprennent pas ce qu'il se passe. Il y a des heures où les émotions prennent tellement le dessus qu'on est aspiré de l'intérieur. J'ai l'impression d'être dans une bulle d'énergie (négative dans ces moments là) surpuissante qui me retient prisonnière. C'est comme une tempête qu'on se prend en pleine face sauf qu'au lieu de la pluie et des éclairs, c'est un mélange d'émotions incompréhensibles qui nous fonce dessus. Mais cette hypersensibilité nous aide aussi tous les jours. L'inspiration nous vient facilement et nous aimons créer. Tout les jours, je veux faire quelque chose, j'ai énormément d'activités et j'adore ça. Si je pouvais passer mon temps à bricoler, chanter ou écrire (et la liste est encore longue) je serais vraiment heureuse. C'est quelque chose que j'apprécie particulièrement chez moi même si il y a des choix difficiles à faire parmi les activités que j'aime.

Pour conclure ce texte, je dirais qu'il faut essayer de voir à quel point la vie de zèbre n'est pas autant facile que ce que l'on croit facilement. Et pour

toutes les personnes qui sont nées comme ça, faites-en une force, et surmontez les difficultés qui vont avec ! Soyez comme vous êtes, tous les autres sont déjà pris :)

Petites informations pour comprendre :

On ne devient pas HP on naît comme ça.
Il y a donc des enfants et des adultes qui le sont.

Il faut faire un test qui consiste à évaluer le QI (quotient intellectuel) avec un score qui doit être de minimum 130 (parfois accepté à 125). Mais il faut aussi avoir un bilan psychologique. La définition d'un surdoué reste ouverte, il y a d'ailleurs plusieurs tests dans le monde.

Les différentes manières d'évaluer ceci font encore débat notamment par les psychologues qui critiquent la définition (utilisée) de l'intelligence.

Informations provenant entre autre de Wikipedia et Vikidia

1205 mots