

LES COMPORTEMENTS DU HAUT POTENTIEL INTELLECTUEL

signes caractéristiques principaux

Rédaction par La Clinique E-Santé

Les personnes à haut potentiel intellectuel (HPI) se différencient de la majorité des personnes non surdouées, par de nombreuses caractéristiques intellectuelles, cognitives, émotionnelles et perceptives qui viennent déterminer des comportements qu'on pourrait qualifier de typiques des personnes HPI. Quels sont-ils et comment identifier un haut potentiel intellectuel au travers de ses agissements ?

Les personnes à haut potentiel intellectuel sont particulièrement sensibles voire, hypersensibles (composante émotionnelle).

Elles ont une **pensée en arborescence** leur permettant d'user de la synthèse, tout en tenant simultanément compte de chaque détail de la question considérée (composante intellectuelle et cognitive).

Enfin elles sont le plus souvent hyperesthésiques, c'est-à-dire beaucoup plus réactives que la moyenne à des stimuli passant habituellement inaperçus, au même titre qu'une personne hypersensible (composante perceptive).

Ces caractéristiques principales ont des impacts comportementaux qui se distinguent des personnes non surdouées.

Si vous pouvez être HPI sans mettre en œuvre l'ensemble de ces comportements, ceux-ci dressent le portrait prototypique d'un fonctionnement individuel conditionné par un haut potentiel intellectuel.

Si vous vous reconnaissez dans les descriptions qui vont suivre et que vous avez des doutes sur votre propre fonctionnement, n'hésitez pas à vous adresser à un psychologue, qui pourra vous aider à repérer **les signes de surdouance** de manière à établir un diagnostic relativement à votre mode de fonctionnement, ce qui à termes est souvent libérateur pour les personnes concernées.

Apprenez à développer votre potentiel !

Les capacités d'une personne haut potentiel sont souvent sous-estimées... Découvrez la thérapie en ligne avec La Clinique E-santé et trouvez un psychologue réellement adapté à vous, pour explorer vos capacités hors du commun !

Les 8 comportements caractéristiques d'une personne à haut potentiel intellectuel

1. Comportement n°1 : Le haut potentiel intellectuel sait s'adapter à autrui
2. Comportement n°2 : Il sait se montrer particulièrement curieux
3. Comportement n°3 : Le HPI a un sens aigu de l'observation des détails
4. Comportement n°4 : Le haut potentiel sait faire plusieurs choses en même temps
5. Comportement n°5 : Le HPI a une tendance à la susceptibilité
6. Comportement n°6 : Le haut potentiel intellectuel recherche la compagnie de personnes plus âgées
7. Comportement n°7 : Il sait vivre dans l'indépendance intellectuelle
8. Comportement n°8 : Le haut potentiel intellectuel vise la perfection

Comportement n°1 : Le haut potentiel intellectuel sait s'adapter à autrui

Les personnes à haut potentiel intellectuel sont le plus souvent dotées d'une forte empathie, qui s'articule autour de trois dimensions :

- **L'empathie émotionnelle** : elle renvoie au fait de ressentir ce que les autres ressentent
- **L'empathie cognitive** : elle correspond au fait d'identifier intellectuellement les émotions, pensées et intentions d'autrui
- **L'empathie comportementale** : elle s'appuie sur les deux premières dimensions et implique de s'adapter à autrui en fonction de ce que les HPI sentent et pensent qu'il vit, et notamment de se positionner vis-à-vis de l'autre sur un mode mimétique, à la manière d'un caméléon, afin d'être davantage en lien avec l'autre

Ces trois dimensions de l'empathie sont la plupart du temps très investies par les personnes HPI.

Cela suppose qu'au niveau comportemental, **les hauts potentiels ont tendance à s'adapter à autrui**, afin de pouvoir mettre à profit leurs qualités relationnelles et se positionner dans une grande proximité vis-à-vis des personnes qui les entourent, impliquant une connexion émotionnelle importante.

C'est une **caractéristique propre aux HPI** ayant une hypersensibilité, à fonctionner émotionnellement de manière assez symbiotique, avec des difficultés pour trouver la bonne distance émotionnelle leur permettant d'être en lien intime sans pour autant être envahis par le vécu de l'autre.

Pour cette raison, les personnes HPI doivent se montrer prudentes par rapport aux personnes avec qui elles se lient si intensément. Car elles sont souvent des victimes idéales pour les pervers narcissiques par exemple, qui sont des prédateurs redoutables pour elles : s'ils sont dépourvus d'empathie émotionnelle, ils maîtrisent suffisamment l'empathie cognitive pour manipuler leurs victimes et créer un lien de dépendance dont il sera difficile pour le haut potentiel de se défaire, vu son mode de fonctionnement particulier.

En raison de sa grande sensibilité émotionnelle, le haut potentiel intellectuel est également plus susceptible d'avoir des difficultés à gérer ses émotions et pourrait se laisser totalement submerger par celles-ci.

Une mauvaise gestion émotionnelle peut ainsi être un terrain fertile à des comportements addictifs ou à de la boulimie afin de se remplir et d'apaiser les émotions ressenties ou encore dans les cas les plus extrêmes, un terrain propice à la dépression nerveuse.

Comportement n°2 : Il sait se montrer particulièrement curieux

Les personnes à haut potentiel intellectuel manifestent une curiosité intellectuelle exceptionnelle.

Le **fonctionnement du cerveau HPI**, notamment la pensée en arborescence, les prédispose à des intérêts intellectuels extrêmement variés. Les HPI peuvent grâce à leurs capacités hors-normes (analyse, mémoire, esprit de synthèse...), se révéler expertes dans différents domaines parfois très éloignés les uns des autres.

La variété est en effet l'un des impératifs des personnes à haut potentiel, du point de vue intellectuel : c'est ce qui leur permet d'avoir toujours le sentiment de se renouveler, mais aussi de mettre en œuvre leur créativité hors du commun dans la sphère logique et analytique.

Par exemple, les nouvelles théories et postulats originaux, créés de toutes pièces par le rapprochement et la mise en lien de plusieurs domaines d'intérêt, avec une réflexion personnelle en dehors des sentiers battus, les passionnent.

Ils leur donnent l'impression de faire réellement fructifier leur capital intellectuel mais aussi de toucher à des espaces illimités, ouvrant des perspectives de réflexion entièrement inédites.

Comportement n°3 : Le HPI a un sens aigu de l'observation des détails

Les personnes à haut potentiel intellectuel se distinguent également par leur tendance à une analyse pointue, jusque dans le champ des perceptions sensorielles.

Ayant souvent une tendance à l'hypersensibilité, les plus petits stimuli parviennent à leur conscience avant d'être largement analysés et mis en lien les uns avec les autres. Il en découle une vision du monde et de l'environnement extrêmement approfondie et nuancée, nourrie de chaque détail ayant pu être recueilli.

Comme les personnes hypersensibles, **les personnes à haut potentiel ont souvent une hyperstimulabilité**, c'est-à-dire une tendance à percevoir les moindres signaux de leur environnement, y compris ceux qui passent inaperçus pour la majorité des gens.

Ce qui les distingue des personnes hypersensibles c'est leurs **capacités intellectuelles et d'analyse hors du commun**. Les personnes à haut potentiel vont traiter les informations de manière particulièrement pertinente, vont les organiser, les classer et les comparer, de manière à bénéficier de données analytiques, voire de faire émerger des théories sur l'environnement, extrêmement pertinentes et visionnaires, fondées sur leur sens de l'observation et alimentées par leur esprit d'analyse.

C'est au regard de tout cela que **les personnes HPI peuvent parfois paraître lointaines** ou « dans leur monde ». Comme les personnes hypersensibles, elles sont facilement captivées et accaparées par ce qu'elles perçoivent de leur environnement et qui reste inaccessible à la plupart des gens.

Comportement n°4 : Le haut potentiel sait faire plusieurs choses en même temps

Les personnes à haut potentiel intellectuel ont la caractéristique de connaître une grande souplesse sur le plan neurocognitif.

Si elles sont particulièrement brillantes du point de vue de l'activité intellectuelle «classique» (analyse, esprit logique et de synthèse...), leurs compétences s'étendent au plan strictement cognitif : elles jouissent d'une capacité de traitement de l'information tellement performante et sophistiquée qu'elles sont en mesure de mener efficacement plusieurs activités intellectuelles simultanément.

Ainsi, le fonctionnement du cerveau HPI leur permet par exemple conduire sans problème deux conversations en même temps, écrire tout en parlant ou encore, rêver tout en restant attentives à une stimulation de leur environnement.

Cet atout peut cependant leur porter préjudice au niveau social : dans la mesure où ces capacités sont extrêmement peu répandues, on aura tendance à les croire et à les considérer dispersées, inattentives voire tout simplement indélicates.

Le fonctionnement cognitif des personnes à haut potentiel est en effet aujourd'hui encore l'objet de nombreuses recherches et reste trop méconnu, mais on peut dire a minima qu'il diffère sur de nombreux points de ce que l'on considère comme étant attendu pour un individu « neurotypique » (soit non-HP) et le surpasse largement en termes de puissance et de qualité du traitement de l'information.

Comportement n°5 : Le HPI a une tendance à la susceptibilité

Les personnes à haut potentiel ont tendance à être particulièrement susceptibles, ou pour le moins profondément affectées par les critiques et les conflits, dû à leur grande sensibilité.

Avec elles, pas de place pour la nuance du point de vue émotionnel même si par ailleurs, les enjeux de la relation et en l'occurrence du conflit, seront traités intellectuellement très en profondeur pour tenter de retrouver une stabilité émotionnelle par la démarche analytique. Il y a peu de demi-mesure émotionnellement avec les personnes HPI, qui ont souvent une tendance à l'hypersensibilité et donc à une forte réactivité de manière générale. Leur sensibilité à fleur de peau est facilement heurtée et leur besoin de perfection contrarié par ce type d'événement personnel.

En effet, **les personnes à haut potentiel intellectuel se remettent facilement en question** ou pour le moins, se lancent dans des processus introspectifs très approfondis.

Dès lors que quelque chose s'enraye du point de vue relationnel, elles sont aisément déstabilisées par une remarque ou une considération qui ne les dépeint pas entièrement à leur avantage car elles sont très sensibles à la manière dont elles peuvent être considérées.

Elles sont également très sensibles à la qualité de leurs relations, ayant pour habitude de devoir se positionner un peu en marge du collectif, dû à leur sentiment général de décalage avec les autres.

Ce n'est donc **pas simple pour une personne à haut potentiel intellectuel de relativiser** concernant des problématiques relationnelles : elle y est sensible par nature, sans pour autant disposer comme **les personnes à haut potentiel émotionnel (HPE)** d'outils psychiques adaptés qui leur permettent de mieux gérer les aléas émotionnels et relationnels.

Comportement n°6 : Le haut potentiel intellectuel recherche la compagnie de personnes plus âgées

Les personnes à haut potentiel intellectuel ont fréquemment tendance à se tourner vers des personnes nettement plus âgées lorsqu'il s'agit de développer des relations intimes et de proximité, qu'elles soient amoureuses ou amicales.

Cette caractéristique renvoie au fait que **les personnes à haut potentiel intellectuel se sentent très souvent en décalage avec les autres** et en particulier avec les personnes de leur âge, auprès de qui elles ne se reconnaissent pas et ne s'épanouissent pas.

La grande sensibilité et **l'acuité intellectuelle des HPI** leur donnent en effet une vision du monde, de la vie et de ses enjeux, particulièrement riche et complexe. Parfois il leur est plus facile de se sentir connectés et en phase avec des personnes plus âgées dont la perception des choses a eu l'opportunité d'être nourrie et enrichie par l'expérience de la vie, de ses aléas et de ses épreuves.

Bien souvent, on ressent **la maturité des personnes à haut potentiel intellectuel** au niveau de la qualité de leurs réflexions et de leur analyse sur des sujets existentiels ou particulièrement complexes.

Elles diffèrent souvent des personnes de leurs âges, du fait de leur sensibilité exacerbée et de cette qualité d'analyse qui combinées peuvent donner une impression de sagesse, de finesse et donc de maturité.

Cependant, cette altérité ressentie par rapport aux personnes de leur âge et cette forme particulière de maturité ne peuvent remplacer l'expérience effective qui demande à être vécue pour s'intégrer réellement comme un acquis.

Si les personnes HPI peuvent parfois sembler particulièrement matures, il faut cependant garder en tête qu'elles restent émotionnellement conditionnées par leur chemin personnel qui leur aura apporté plus ou moins de vécu et ne leur aura permis de se former personnellement qu'à la hauteur de cette expérience de vie.

Il n'est donc pas rare de sentir un vrai décalage entre la justesse et la pertinence des analyses théoriques d'une jeune personne, tel un enfant HPI et son comportement effectif qui témoignera davantage d'une (absence de) maturité émotionnelle et psychique.

Comportement n°7 : Il sait vivre dans l'indépendance intellectuelle

Les personnes HPI, de par la finesse de leur fonctionnement intellectuel, sont souvent très indépendantes au niveau de la pensée et peu susceptibles de se laisser influencer par des mouvements idéologiques ou convaincre par un processus de manipulation mentale (propagande, publicité ciblée...), par exemple.

Les personnes à haut potentiel intellectuel ont tendance à créer elles-mêmes leur propre référentiel idéologique sur la base de leur observation du fonctionnement du monde et de leur analyse des situations.

Très sensibles à la notion de justice comme c'est généralement le cas pour les personnes à haut potentiel et pour les personnes hypersensibles, elles peuvent montrer l'exemple socialement en ajustant leur comportement à leurs valeurs profondes : peu influençables, elles vont agir avant tout sur la base de leur sens moral et de leurs convictions, quitte à déplaire ou à se couper du collectif.

Les personnes HPI sont ouvertes à la notion de règle et peuvent s'y soumettre, mais seulement à partir du moment où celle-ci fait sens pour elles, qu'elle semble logique et nécessaire à un bon fonctionnement social ou pragmatique.

En revanche, si l'autorité ou la loi ne sont pas fondées à leurs yeux, ne font pas sens et leur paraissent abusives, elles n'ont pas de difficulté à les questionner voire à transgresser la règle et les attentes tacites ou explicites.

Comportement n°8 : Le haut potentiel intellectuel vise la perfection

Les personnes à haut potentiel intellectuel ont tendance à être extrêmement perfectionnistes à cause de leur acuité perceptive et intellectuelle, qui les force à accorder de l'importance au moindre élément compris ou perçu, mais aussi à leur fonctionnement cognitif particulier, à la fois très puissant en termes de traitement de l'information et très sensible aux détails.

C'est une matrice particulièrement performante qui permet des analyses globales sur la base de cognitions éparses et la condition de son bon fonctionnement est la cohérence : le grain de sable qui pourrait venir enrayer le système n'est pas le bienvenu.

Il s'agit donc pour le HPI d'être en tout point conforme à ses propres valeurs et exigences, ce qui, en association avec la **grande lucidité fréquente chez les hauts potentiels intellectuels**, peut créer une tendance au doute sur soi, une peur de l'échec, voire une intolérance vis-à-vis des autres dont les actes ou comportements ne correspondent pas aux idéaux personnels.

Les personnes à haut potentiel intellectuel sont en effet le plus souvent très idéalistes, portées par des valeurs fortes et des exigences importantes, aux plans moral et intellectuel.

Ce perfectionnisme peut aussi être une grande source de remise en question chez le HPI, qui voudra toujours être au meilleur de ses propres attentes. À long terme, cela peut découler sur des problèmes de stress, une grande anxiété au quotidien, voire des crises d'angoisse etc.

Le perfectionnisme peut aussi se traduire chez le HPI par un syndrome de l'imposteur, avec une tendance à douter de ses réelles capacités et à penser que s'il réussit c'est uniquement parce qu'il a la chance d'avoir une certaine forme d'intelligence.

Un haut potentiel peut-il avoir un problème de comportement ?

Comme nous l'avons vu un peu plus haut, le haut potentiel intellectuel agit avant tout selon son propre mode de réflexion et avec un système de valeurs en béton armé.

Et parce qu'il réfléchit différemment de la majorité des personnes, il peut donc arriver qu'on puisse retrouver un **problème de comportement chez le haut potentiel adulte** qui se traduit plus généralement sous la forme de problème relationnel avec les autres.

En effet, le fonctionnement du HPI peut être une source de **problème relationnel** au quotidien. Il arrive que le haut potentiel soit un peu abrupt dans ses réponses. Il ne le fait pas volontairement. Il faut comprendre que son cerveau va très vite.

Ainsi, il n'est pas rare de le voir couper la parole ou de terminer les phrases de son interlocuteur car il est déjà à l'étape suivante dans sa réflexion. La rapidité de réflexion est un des symptômes du HPI que l'on retrouve couramment et qui peut sembler déroutant de prime abord lorsqu'on le côtoie.

C'est aussi une personne qui a un grand besoin de comprendre les choses en profondeur. Il peut donc parfois sembler un peu pénible parce qu'il pose beaucoup de questions. Il faut bien comprendre qu'il ne le fait pas par esprit de contradiction.

Le haut potentiel a un fonctionnement neuro-atypique : il parvient à faire des connexions rapides entre différentes idées qui n'ont pas nécessairement de liens entre elles. Il cherche simplement des réponses afin d'obtenir une vue d'ensemble et d'apporter la solution la plus efficace possible à un problème.

Il arrive également que les hauts potentiels en entreprise connaissent des difficultés relationnelles, notamment lorsqu'ils remettent en question les décisions prises par leurs supérieurs hiérarchiques.

En entreprise, ils ont aussi tendance à voir tout ce qui ne fonctionne pas correctement et à vouloir le corriger pour arriver à un système optimal. Un comportement qui ne sera pas toujours bien vu de la part du supérieur hiérarchique qui pourrait être froissé qu'on remette son autorité en question mais aussi par certains collègues qui pourraient le trouver un peu agaçant à vouloir toujours modifier les processus dans des structures déjà bien établies.

Aussi, le **problème de concentration du HPI** lui pose souvent des problèmes dans la vie professionnelle. En effet, les hauts potentiels ont tendance à avoir une pensée qui part dans tous les sens et peuvent donc avoir du mal à maintenir leur concentration sur un seul sujet. Il peut leur être difficile de rendre un travail en temps et en heure, non pas parce qu'ils n'ont pas la capacité de le faire mais parce qu'ils ont tendance à s'éparpiller sur d'autres sujets.

En amour, l'intensité émotionnelle est un des **symptômes du HPI** qui peut parfois également surprendre. Cette intensité peut sembler parfois extrême, voire faire peur au partenaire dans une relation amoureuse.

Le HPI a besoin de communiquer avec son partenaire et a tendance à se prendre la tête pour des sujets qui n'ont pas lieu de découler sur une grande discussion (du moins pour la plupart des personnes). Cela peut être fatiguant pour le partenaire et être source d'un problème relationnel au sein du couple.

Parce qu'il est très conscient de son fonctionnement atypique, le haut potentiel intellectuel peut se remettre en question et douter de lui et finalement ne plus savoir comment réagir. Cela peut découler sur des relations assez chaotiques en amour, dans lesquelles le haut potentiel amoureux ne sait pas toujours comment se comporter.

Toutefois, il est important de noter que chaque haut potentiel intellectuel est différent et que la plupart d'entre eux parviennent à s'améliorer une fois qu'ils ont été diagnostiqués et qu'ils comprennent comment mieux vivre leur douance au quotidien et avec les autres.

À retenir

Les hauts potentiels intellectuels ont donc des comportements typiques liés à leur aptitude hors du commun. Ils savent s'adapter aux autres, font preuve d'une grande curiosité, ils sont de fins observateurs, ils réfléchissent très vite et ont une grande indépendance intellectuelle. Leur différence fait aussi qu'ils ont parfois des comportements qui peuvent sembler surprenants pour les autres et qui peuvent être source de complications relationnelles pour eux. Toutefois, ils cherchent toujours à s'améliorer et recherchent avant tout une vie pleine de sens et de sagesse et avec laquelle ils pourront satisfaire leur système de valeurs.

A lire aussi :

RENFORCER SA FLEXIBILITE COGNITIVE