

Catherine **Viès-Duffau**



VOTRE
ENFANT
EST ●
ATYPIQUE ? *

* PAS DE
PANIQUE !



**DYS, HAUT POTENTIEL, TDAH,
TSA, HYPERSENSIBILITÉ...**

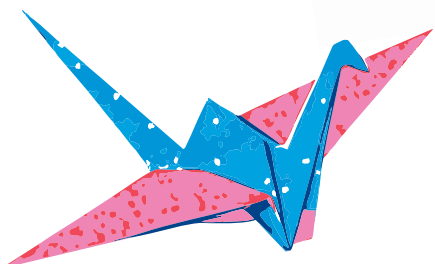
Toutes les clés pour l'aider à s'épanouir !

DBS

Catherine **Viès-Duffau**

VOTRE
ENFANT
EST
ATYPIQUE ?

* PAS DE
PANIQUE !



DBS

Pour toute information sur notre fonds et les nouveautés dans votre domaine de spécialisation, consultez notre site web : www.deboecksuperieur.com

Création graphique : Armelle Riva

Mise en page : PCA

© De Boeck Supérieur s.a., 2026

Rue du Bosquet, 7 – B-1348 Louvain-la-Neuve

Tous droits réservés pour tous pays.

Il est interdit, sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, de reproduire (notamment par photocopie) partiellement ou totalement le présent ouvrage, de le stocker dans une banque de données ou de le communiquer au public, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit.

Ce livre ne peut être reproduit ni utilisé à des fins d'entraînement de systèmes d'intelligence artificielle. La fouille de textes et de données est interdite conformément à l'article 4(3) de la Directive (UE) 2019/790.

L'accès aux ressources numériques associées à cet ouvrage est **personnel et incessible**. Il est soumis aux conditions d'utilisation en vigueur accessibles sur le site De Boeck Supérieur et peut être interrompu à tout moment, sans garantie de maintien ou de compensation.

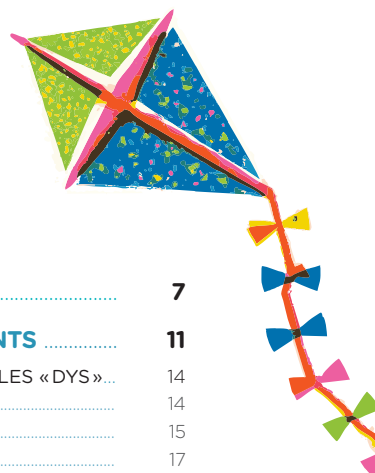
Dépôt légal :

Bibliothèque nationale, Paris : avril 2026

Bibliothèque royale de Belgique, Bruxelles : 2026/13647/081

ISBN : 978-2-8073-6711-1

SOMMAIRE



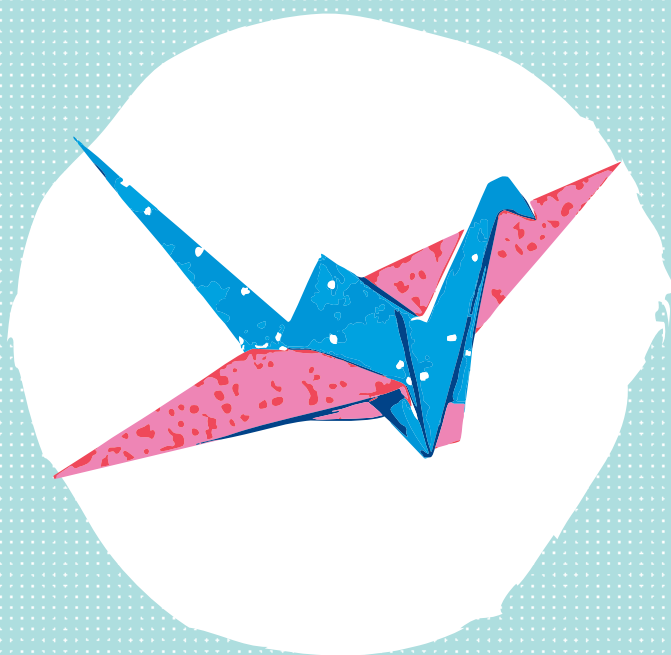
AVANT-PROPOS	7
LES DIFFÉRENTES ATYPIES CHEZ LES ENFANTS	11
• LES TROUBLES DES APPRENTISSAGES OU TROUBLES « DYS »	14
• Qu'est-ce que c'est ?	14
• Les différents troubles DYS	15
• Des conséquences multiples	17
• LE TROUBLE DÉFICITAIRE DE L'ATTENTION AVEC OU SANS HYPERACTIVITÉ (TDAH)	19
• Un trouble aux multiples facettes	19
• Principales caractéristiques	20
• Des difficultés inhérentes aux troubles	25
• LE HAUT POTENTIEL INTELLECTUEL (HPI)	26
• Qu'est-ce que c'est ?	26
• Caractéristiques des enfants HPI	27
• LE TROUBLE DU SPECTRE DE L'AUTISME SANS DÉFICIENCE INTELLECTUELLE	32
• Pourquoi parle-t-on de « spectre » ?	32
• Les principaux traits autistiques	33
• L'HYPERSENSIBILITÉ	37
• Une caractéristique partagée	37
• Les composantes de l'hypersensibilité	37
• L'INTÉRÊT DES BILANS	41
• Un bilan, oui, mais pas seul	41
• Les raisons de faire un bilan	42
MIEUX VIVRE AVEC LES AUTRES	45
• DANS LE PARCOURS SCOLAIRE	47
« Elle me dit qu'elle ne comprend rien à ce que lui demande l'enseignant et que ça ne sert à rien de redemander des explications parce que ça ne s'améliore pas ! »	49
« L'école n'est pas à l'écoute, ils ne veulent rien mettre en place pour lui »	54
« On nous dit qu'elle est trop lente... »	59
« Il n'a aucune motivation, aucun sens de l'effort ! »	61
« Elle dit qu'elle s'ennuie, mais la maîtresse dit qu'elle ne maîtrise pas tout et qu'elle n'est pas assez mature pour un saut de classe. »	64
« Il a de mauvaises notes avec les profs qu'il n'aime pas. »	66

« Je lui fais faire des devoirs à la maison pour compenser, il faut bien qu'elle apprenne quelque chose! »	68
• DANS LES RELATIONS AMICALES	75
« Il aime être avec les grands ou les plus petits, mais il ne se sent pas bien avec les enfants de son âge. »	76
« Les autres la trouvent bizarre et ne l'invitent pas aux anniversaires... Elle en souffre beaucoup. »	77
« Il est tout seul à la récré, il n'arrive pas à se faire d'amis. »	79
« Elle croit que ce sont des amis, mais ils sont malveillants avec elle! » ...	81
« Il se fait harceler tous les ans, c'est toujours la même chose, il est pris pour cible... »	83
« Elle a un ami très proche, mais dès que son ami veut aller jouer avec un autre, elle ne le supporte pas! »	87
« Il dit que les récrés ou la cantine sont trop bruyantes, c'est très dur pour lui... »	89
• GESTION DES ÉMOTIONS ET GESTION DE SOI	93
« Elle n'est pas bien, nous l'observons, mais elle ne veut rien nous dire/ elle n'arrive pas à nous parler. »	94
« Il a un comportement parfait à l'école en tant qu'élève, mais dès qu'il rentre à la maison, il est insupportable! »	96
• TROUBLES DU COMPORTEMENT ET REGARD DES AUTRES	99
« Elle n'arrive pas à rester assise sans bouger! Elle a tout le temps besoin de bricoler, tripoter quelque chose, et ça agace tout le monde! »	100
« Il tape/mord tout le monde à l'école et on ne sait pas quoi faire! » ...	103
« Elle fait de grosses crises à l'extérieur, elle se cache ou essaie de fuir, les adultes n'arrivent pas à la gérer. »	110
« À force qu'il fasse n'importe quoi, les adultes n'en peuvent plus et il se fait punir systématiquement même quand ce n'est pas lui! »	112
MIEUX VIVRE EN FAMILLE	117
• CONSTRUIRE UNE FAMILLE	118
• C'est quoi, une famille?	119
• Les valeurs éducatives	119
« Il nous ment. Il n'assume pas ce qu'il fait alors que nous le découvrons toujours : nous n'avons plus confiance! »	125
• L'équilibre : couple, famille, enfant	128
« Nous nous disputons très souvent sur des sujets très variés (importants ou non, mais souvent en lien avec les enfants), les tensions sont présentes tous les jours et l'ambiance à la maison est morose. »	134
« Tous les jours, la journée se finit avec au moins une dispute dans la fratrie. Ils sont incapables de jouer ensemble ou de respecter l'espace de l'autre! »	137
• La communication	139

• CADRE ET LIMITES	144
• Le cadre bienveillant	145
«Mon conjoint crie systématiquement sur moi à chaque fois que je dis quelque chose aux enfants. Ils en profitent et finissent par avoir ce qu'ils veulent, et je n'ai plus de crédibilité.»	147
• Les limites et leurs conséquences	154
«Mon enfant ne veut rien faire, et ne respecte aucune consigne. Il faut crier tout le temps pour arriver à ce qu'il nous respecte!»	156
«Elle n'a pas fait ses devoirs, donc, cette fois, on l'a punie pendant un mois de tous les écrans, comme ça au moins elle va comprendre!»	158
«Parfois, quand il va trop loin, ça m'est arrivé de le taper tellement je n'en pouvais plus; Il fait de grosses crises, c'est épuisant, il arrive même qu'il nous tape... On ne sait plus quoi faire!»	160
• LE QUOTIDIEN : FATIGABILITÉ, ÉCRANS ET ALIMENTATION	163
«Ils rêvent tout le temps, on finit forcément par crier quand ils ne sont pas prêts à l'heure!»	164
«Je souhaite que mes enfants fassent une tâche mais ils ne respectent pas mes consignes!»	164
• La fatigabilité	164
• Le sommeil	166
• Les écrans	167
«Mon enfant passe trop de temps devant les écrans et on n'arrive pas à l'arrêter, comment faire?»	167
• L'alimentation	171
«Mon enfant ne mange rien, tous les repas sont un enfer!»	171

CONCLUSION 175





AVANT-PROPOS



Les étiquettes existent depuis toujours, mais depuis quelques années, elles ont tendance à se multiplier, notamment lorsque l'on parle des neuroatypies chez les enfants. Pourquoi d'ailleurs a-t-on l'impression qu'il y a de plus en plus de personnes neuroatypiques ? Les spécialistes tendent à penser que cela est dû entre autres aux meilleurs repérages, mais pas seulement : il semblerait aussi que la pollution chimique qui ne fait que se développer dans notre monde soit un facteur aggravant pour certaines neuroatypies¹, comme le TDAH ou le TSA.

Avec 12 millions de personnes considérées comme neuroatypiques en France², et entre 15 et 20 % de la population mondiale, il est effectivement temps de comprendre les différents troubles pour mieux les prendre en charge. Si ces étiquettes peuvent un temps rassurer ceux qui les donnent – « Enfin, il est possible de trouver un nom à ce trouble » – mais aussi ceux qui les portent – « Enfin, je sais ce que j'ai, je ne suis pas fou ! » – elles peuvent être problématiques lorsqu'elles enferment les concernés dans des diagnostics parfois trop restrictifs.

Ainsi, à la maison, à l'école, partout où les enfants vivent, la tendance actuelle est de leur coller des petits noms en plus de leurs prénoms : « Il est HPI, il est hyperactif, TDAH, dyslexique, dyspraxique, hypersensible, dyscalculique, TOP, etc. » La liste peut alors être sans fin puisqu'on range les gens dans des

1. France Inter, 18 juin 2024, émission *Zoom Zoom Zen*.

2. France Info, 12 juin 2025.

cases, et à force de vouloir tout classer, on s'y perd et finalement, on restreint.

Or, il est essentiel de mettre en avant la singularité de chacun plutôt que de lui apposer une étiquette! Où est le problème si votre enfant réagit différemment des autres? S'il a des soucis en maths ou en orthographe? S'il a besoin de bouger et ne sait pas rester sur une chaise pendant une heure? Est-ce que cela fait de lui une mauvaise personne? Un mauvais enfant? Est-ce que cela fait de vous un mauvais parent? Cultivons les différences de nos enfants sans trop chercher à les catégoriser!

Pour autant, si de vraies difficultés rendent la vie à l'école ou à la maison complexe et pesante, faisons en sorte de mettre les « bonnes » étiquettes pour ne pas faire fausse route! Ainsi, pouvoir repérer et diagnostiquer en se basant sur des critères précis permet de poser les bases d'une prise en charge adaptée. Un bon point de départ pour décrypter les fonctionnements neuronaux, ajuster les soins si besoin, soutenir et encourager au mieux les enfants neuroatypiques, et rassurer tout le monde!

Je constate que l'on dit de plus en plus un peu tout et n'importe quoi sur ces sujets communément appelés «neuroatypies» ou «neurodivergences», et il m'a semblé essentiel de revenir sur ce que ce terme recouvre, pour aller au-delà des idées reçues et des mauvais diagnostics ou repérages.

Je commencerai donc ce livre par un petit récapitulatif des neuroatypies les plus « courantes ». L'objectif principal de cette première partie sera de les avoir en tête, de savoir et de comprendre ce qu'elles signifient.

Je prendrai ensuite des situations de vie à l'école, à la maison, dans mes suivis, qui m'ont été rapportées par la majorité des parents et des enfants que je rencontre depuis plus de dix ans. En étant au plus près de la réalité du quotidien des familles, je pourrai expliquer ce qu'il se passe et vous donner des outils concrets et des solutions pour vivre de façon

apaisée avec ces enfants «+» comme je les appelle : des enfants neuroatypiques, qui sont certes des enfants comme les autres, mais avec toujours un petit peu PLUS!



Pour aller «+» loin

Si j'ai choisi une approche par situation et pas par neuro-atypie, c'est parce qu'on se heurte souvent au même genre de difficulté que notre enfant ait un TDAH, un TSA ou soit hypersensible... et que ce qui va fonctionner pour l'un peut également fonctionner pour l'autre. Mais si vous connaissez déjà, ou découvrez à la lecture de ce livre, la ou les neuro-atypie(s) qui concerne(nt) plus particulièrement votre enfant, vous pouvez avoir besoin d'approfondir certains aspects spécifiques. Vous trouverez alors des renvois aux titres de la collection «Et alors?» qui vous permettront d'aller plus loin et de trouver les ressources dont vous avez besoin.



J'espère qu'à la lecture de ce livre vous pourrez trouver des ressources, des idées, des solutions, mais aussi porter un regard bienveillant sur votre histoire, vos enfants, votre famille et vous-même... afin de vivre de façon heureuse et apaisée.

En parlant de ressources, vous pouvez télécharger en suivant ce QR code les tableaux à imprimer et à compléter des différentes fiches pratiques que vous rencontrerez au fil de votre lecture. De cette façon, vous pourrez les remplir à votre rythme, en famille, et y revenir chaque fois que vous en aurez besoin.

Fiches pratiques



www.lienmini.fr/7111-fiches-pratiques



LES DIFFÉRENTES ATYPIES CHEZ LES ENFANTS*

* GÉNÉRALITÉS
ET DÉFINITIONS

Au contraire de la neurotypie, qui concerne les personnes dont le fonctionnement neurologique est considéré comme «normal», la neuroatypie est définie comme un fonctionnement neurologique qui diffère de la norme³, c'est-à-dire des manières différentes d'être au monde, en somme...

Ce concept de neuroatypie trouve son origine dans les années 1990, au sein de la communauté autiste anglophone. Le terme «neurodiversité», qui va souvent de pair avec la neuroatypie, naît également à la même

3. Définition du dictionnaire *Le Robert*.

époque : le journaliste Harvey Blume l'emploie pour la première fois dans un article de *The Atlantic* en 1998 et un an plus tard, Judy Singer, sociologue et psychologue australienne, l'utilise dans son livre *The Birth of an Idea*. C'est d'ailleurs souvent à elle que l'on attribue la maternité du terme.

Peu à peu, la neuroatypie s'élargit à d'autres troubles que le seul autisme, pour recouvrir aujourd'hui un certain nombre de spécificités neurologiques. Il s'agit plus globalement de sortir des questions de normalité et de différence, pour considérer les êtres humains dans toute leur diversité de fonctionnement. Ainsi, être neuroatypique ne veut pas dire qu'on est malade, handicapé ou qu'il faut guérir, mais que l'on fait partie d'une catégorie de personnes ayant des mécanismes de pensée, des attitudes, une réactivité et une sensibilité qui ne sont pas ceux de la majorité.

Rien de bien scientifique finalement, mais le concept de neuroatypie est aujourd'hui communément admis, et permet de comprendre et faire comprendre qu'il existe des personnes (en l'occurrence ici, des enfants) qui ont des forces et des défis en plus, qui ne sont pas ceux des personnes considérées comme typiques au niveau du développement et du fonctionnement de leur cerveau.

Les atypiques n'ont d'ailleurs pas seulement un fonctionnement différent au niveau cognitif, mais aussi au niveau émotionnel, sensoriel, ou encore relationnel.

Penchons-nous sur quelques atypies spécifiques dont je parlerai tout au long de ce livre.

LES TROUBLES DES APPRENTISSAGES OU TROUBLES « DYS »



QU'EST-CE QUE C'EST ?

Désormais appelés «troubles spécifiques des apprentissages», ils sont encore communément nommés troubles «DYS» parce que c'est sans doute plus simple et plus rapide à dire !

Cependant, le terme «troubles spécifiques des apprentissages» permet de comprendre que ces troubles neurodéveloppementaux⁴ ont un impact énorme justement sur tous les apprentissages scolaires. Leur identification puis leur prise en charge conditionnent donc beaucoup une scolarité vécue dans les meilleures conditions possibles pour les enfants «DYS».

Ces troubles s'expliquent globalement par des dysfonctionnements (d'où le préfixe grec «dys» qui veut dire «difficulté/anomalie») dans le développement de certaines fonctions comme le langage, l'attention ou encore la coordination

⁴. Les troubles neurodéveloppementaux regroupent les troubles cognitifs et comportementaux se manifestant durant l'enfance. Ils ont pour conséquences des difficultés dans l'acquisition et l'exécution de fonctions intellectuelles, motrices, langagières et sociales spécifiques (source CIM-11), et plus largement, sur le fonctionnement social, scolaire et plus tard professionnel. Parmi les troubles neurodéveloppementaux, les troubles «DYS» sont différents des troubles du développement intellectuel et des troubles du spectre de l'autisme (source : www.ffdys.com).

motrice durant l'enfance. On précise d'ailleurs qu'ils sont « spécifiques », car n'affectant pas l'ensemble du fonctionnement cognitif. Le fait qu'ils apparaissent durant l'enfance explique l'importance de les identifier et de les prendre en charge le plus tôt possible afin d'aider les enfants dans leur développement, dans leur scolarité, puis dans leur vie d'adulte.



D'après les chiffres de la HAS (Haute Autorité de santé), les troubles « DYS » toucheraient de 6 à 8 % des enfants en âge d'aller à l'école en France. Ainsi, on estime que 4 à 5 % des élèves d'une classe d'âge sont dyslexiques, 3 % sont dyspraxiques et 2 % sont dysphasiques⁵.

LES DIFFÉRENTS TROUBLES DYS

Il existe plusieurs troubles « DYS » et beaucoup sont en lien avec l'apprentissage de la langue et des compétences scolaires.

LA DYSLEXIE

Il s'agit d'un trouble du langage écrit caractérisé par des difficultés dans la lecture principalement : identification des mots, fluence, compréhension... Contrairement à ce que certains peuvent imaginer, cela ne signifie aucunement un manque d'intelligence (Einstein lui-même était dyslexique!). D'ailleurs, la dyslexie ne se guérit pas, car ce n'est pas une maladie! Elle reste cependant un trouble durable qu'il faut accompagner afin de le compenser et l'atténuer.

LA DYSORTHOGRAPHIE

Elle va souvent de pair avec la dyslexie. Il s'agit d'un trouble spécifique dans l'acquisition de l'orthographe. Il est logique qu'un enfant qui a des difficultés à comprendre un mot, à

5. Source : www.has-sante.fr

décoder des sons et à lire de manière fluide, se retrouve en difficulté avec l'orthographe, que ce soit la grammaire, les mots, la ponctuation, etc. Là encore, n'écoutez pas ceux qui vous disent que la dysorthographie est «juste» une difficulté liée à l'orthographe et qu'il suffit de se concentrer pour qu'elle disparaisse. C'est aussi un trouble complexe dû à un cerveau qui fonctionne un peu différemment !

LA DYSCALCULIE

Elle définit, comme son nom l'indique, des troubles dans les activités numériques, des difficultés à compter, à comprendre le concept des opérations, mais aussi parfois des nombres eux-mêmes. Souvent moins connue que les deux troubles précédents, elle n'en est pourtant pas moins une réalité pour bon nombre d'enfants. Malheureusement, elle est souvent sous-diagnostiquée et amalgamée à un manque de travail ou une mauvaise compréhension des mathématiques... La dyscalculie se prend en charge avec des outils spécifiques qui aident vraiment à dépasser les difficultés.

LA DYSPHASIE

Il s'agit d'un trouble du langage oral, c'est-à-dire une difficulté à parler, dans l'élocution ou dans la recherche de mots, mais aussi à comprendre. Là encore, rien à voir avec un retard intellectuel : ce trouble est la conséquence d'une différence de développement cérébral. Ce n'est pas non plus le résultat d'un manque de stimulation ou de communication de la part des parents. Elle nécessite, elle aussi, un accompagnement spécifique pour être gérée et dépassée.

LA DYSPRAXIE

C'est un trouble de la coordination. Plus généralement, elle se repère dans la difficulté à effectuer des gestes de la vie quotidienne, comme faire ses lacets par exemple (motricité fine) ou prendre un verre sans le casser, mais elle peut aussi

“ Pourquoi
tout est toujours
si intense avec lui ? ”

“ Mais qu'est-ce qu'elle
se pose comme questions !
Je ne sais plus quoi répondre ! ”

“ Tout est tellement
compliqué, il y a plein
de vêtements
qu'il ne supporte pas... ”



“ Son comportement
interpelle sa maîtresse...
Elle n'est vraiment pas
comme les autres ! ”

Pas toujours simple, d'être parent ! Mais encore moins si votre enfant est atypique... Qu'il soit DYS, HPI, TDAH, TSA, hypersensible, ou ait simplement un fonctionnement qui diffère de la « norme », répondre à ses besoins sans négliger les vôtres et ceux du reste de la famille n'est pas toujours évident.

Alors, comment agir ? Comment réagir ?

Pour vous y aider, vous trouverez dans ce livre :

- Une présentation générale des différentes atypies chez les enfants.
- Des réponses très concrètes à plus de 30 questions que se posent tous les parents d'enfants atypiques.
- De nombreux outils pour faire le point sur vos besoins et retrouver une vie de famille apaisée.

CATHERINE VIÈS-DUFFAU, infirmière de formation, est thérapeute spécialisée dans le suivi des enfants et familles neuroatypiques et a fondé une école alternative pour les enfants à haut potentiel. Elle-même maman de trois enfants HP, elle connaît la problématique de l'intérieur.

17,95 €

ISBN : 978-2-8073-6711-1



9 782807 367111



En bonus
téléchargeable :
le jeu de cartes
des émotions !