

# Les Troubles DYS : Comprendre, Accompagner et Éclairer la Réussite des Enfants et Adultes DYS

---

## Introduction

Les troubles « DYS » désignent une série de troubles spécifiques des apprentissages, qui incluent la dyslexie (lecture), la dysorthographe (écriture), la dyscalculie (mathématiques), la dyspraxie (coordination motrice) et la dysphasie (langage). Ces troubles sont liés à des différences dans le fonctionnement cérébral et affectent des millions d'enfants et d'adultes dans le monde. Cependant, de nombreux malentendus entourent encore ces troubles, entraînant stigmatisation et confusion. Contrairement à une croyance populaire, ils ne sont en aucun cas des indicateurs d'une intelligence faible ou d'un manque de capacité.

Cet article vise à démystifier ces troubles, en s'appuyant sur des études scientifiques et des témoignages pour expliquer ce que sont vraiment les troubles DYS, leurs impacts émotionnels, et les solutions naturelles qui peuvent aider. Nous verrons également que de nombreux adultes DYS mènent des vies professionnelles épanouies, dotés de compétences uniques souvent méconnues mais précieuses dans le monde du travail.

## Qu'est-ce que les Troubles DYS ?

### A. Une Classification Détaillée des Troubles DYS

Les troubles DYS se manifestent de différentes manières, chacune touchant un domaine spécifique de l'apprentissage ou de la motricité. Voici un aperçu de chaque trouble, accompagné d'exemples concrets pour mieux comprendre les difficultés rencontrées.

#### 1. La Dyslexie

La dyslexie est sans doute le trouble DYS le plus connu. Elle affecte la capacité à décoder les mots et à lire de manière fluide. Les enfants dyslexiques peuvent avoir du mal à associer les lettres aux sons correspondants, ce qui rend la lecture laborieuse et moins automatique. Contrairement à ce que certains pensent, la dyslexie n'est pas une question de motivation ou d'attention mais bien de traitement neurologique.

Exemple : Un enfant de 8 ans, appelé Lucas, éprouve des difficultés importantes à lire des phrases simples. Alors que ses camarades de classe progressent rapidement, Lucas se sent frustré et dévalorisé, malgré des efforts soutenus. Il est capable de comprendre le contenu lorsqu'on lui lit le texte, mais éprouve des difficultés à lire lui-même. Ce décalage entre ses capacités de compréhension et de lecture est caractéristique de la dyslexie.

## 2. La Dysorthographe

La dysorthographe, souvent associée à la dyslexie, concerne principalement les difficultés d'écriture et d'orthographe. Les enfants atteints peuvent avoir du mal à appliquer les règles de grammaire et d'orthographe, même lorsqu'ils les connaissent. Ils peuvent également faire des erreurs phonétiques, inverser des lettres ou encore sauter des mots.

Exemple : Sarah, une élève de 10 ans, sait que le mot « voiture » contient la lettre "v", mais elle l'écrit souvent "ouature" ou "voirture". Elle connaît les règles d'orthographe de base, mais lors de l'écriture, elle commet des erreurs fréquentes qui l'empêchent d'obtenir de bonnes notes, et cela affecte progressivement sa confiance en elle.

## 3. La Dyscalculie

La dyscalculie est un trouble qui touche la compréhension et l'apprentissage des mathématiques. Les enfants ayant ce trouble peuvent avoir du mal à comprendre les chiffres, à effectuer des calculs simples ou à saisir des concepts comme les fractions ou les pourcentages. Ils peuvent également éprouver des difficultés avec des concepts de base comme la mesure du temps ou la compréhension des dates.

Exemple : Tom, 12 ans, éprouve des difficultés à comprendre la notion de multiplication. Bien qu'il sache compter, il n'arrive pas à utiliser cette compétence pour réaliser des opérations plus complexes, ce qui le met en difficulté dans des matières qui utilisent les mathématiques, comme les sciences ou la géographie.

## 4. La Dyspraxie

La dyspraxie est un trouble de la coordination motrice. Elle affecte la capacité à effectuer des gestes de manière fluide et coordonnée. Les

enfants dyspraxiques peuvent avoir du mal à manipuler des objets, à écrire de manière lisible ou même à se concentrer sur une tâche physique prolongée. Ce trouble peut rendre difficile la réalisation de gestes courants et affecter leur autonomie au quotidien.

*Exemple* : Zoé, 9 ans, a du mal à lacer ses chaussures et à utiliser des ciseaux, des activités simples pour ses camarades de classe. En raison de sa dyspraxie, elle se fatigue rapidement et peut se sentir exclue lors des activités manuelles et sportives, ce qui affecte ses interactions sociales.

## **5. La Dysphasie**

La dysphasie concerne principalement le langage oral. Les enfants dysphasiques peuvent rencontrer des difficultés à formuler des phrases complètes, à se rappeler des mots, ou à comprendre ce que les autres disent. Ils peuvent être perçus comme réservés ou distraits, alors qu'ils font simplement face à un défi neurologique spécifique.

*Exemple* : Léa, une petite fille de 6 ans, parle peu en classe. Elle a du mal à se rappeler des mots pour exprimer ses pensées, ce qui peut la rendre anxieuse lorsqu'elle est sollicitée. Ce décalage entre ce qu'elle pense et ce qu'elle arrive à exprimer peut-être frustrant et générer une grande timidité.

Un aspect fondamental à comprendre est qu'aucun de ces troubles n'est lié à une déficience intellectuelle. En réalité, les enfants et adultes DYS possèdent des capacités cognitives intactes, voire excellentes dans certains domaines. De nombreuses études soulignent que les personnes DYS peuvent présenter des compétences supérieures en matière de créativité, de résilience et de résolution de problèmes. Ces capacités compensatoires sont développées naturellement pour faire face aux défis posés par leur trouble spécifique.

## **L'Impact Émotionnel et Psychologique des Troubles DYS**

Les enfants et adultes avec un trouble DYS rencontrent souvent des défis émotionnels qui découlent directement des difficultés scolaires et des attentes sociétales. Ces impacts ne résultent pas du trouble lui-même, mais des expériences de rejet, d'incompréhension, et de frustration qui l'accompagnent souvent. Dans cette section, nous allons examiner comment

les troubles DYS affectent l'estime de soi, contribuent au développement de l'anxiété, et influencent les relations sociales.

### **A. L'Impact des DYS sur l'Estime de Soi**

Pour de nombreux enfants, l'école est un lieu où ils souhaitent briller, progresser et faire la fierté de leurs parents et enseignants. Les enfants DYS, en revanche, rencontrent souvent des difficultés précoces qui les exposent à l'échec, à la comparaison et parfois même aux moqueries. Ces expériences répétées peuvent éroder leur confiance en eux.

Une étude menée par la chercheuse américaine Nadine Gaab (Université de Harvard) a montré que les enfants dyslexiques, en particulier, présentent des niveaux de confiance en eux inférieurs à ceux de leurs pairs. Cela est dû à l'accumulation de remarques négatives qu'ils entendent souvent dès les premières années de scolarité : « essaie plus fort », « sois plus attentif ». Les attentes de performance sont alors interprétées comme une incapacité à réussir, et beaucoup en viennent à penser qu'ils ne sont « pas assez bons ».

*Exemple* : Sophie, 10 ans, a été diagnostiquée dyslexique à l'âge de 8 ans. Bien qu'elle ait développé une intelligence émotionnelle forte, elle exprime souvent son manque de confiance en disant qu'elle "n'est pas intelligente" parce qu'elle lit plus lentement que les autres. En réalité, Sophie est curieuse et persévérante, mais son estime d'elle-même a été affaiblie par les années passées à se comparer aux autres élèves.

### **B. Développement d'Anxiété et de Stress**

L'anxiété est un autre effet secondaire fréquent des troubles DYS. En raison de la pression de réussir dans un système qui ne tient pas compte de leurs différences, les enfants DYS sont souvent plus enclins au stress scolaire. Ils redoutent les évaluations et les activités en groupe où leur trouble peut être exposé, et ce stress se transforme parfois en une anxiété persistante.

Des recherches menées par le professeur Julian Elliott (Université de Durham) révèlent que les enfants atteints de dyslexie et de dyscalculie éprouvent souvent des niveaux de stress élevés liés à la performance. Ce

stress peut interférer avec leur apprentissage, rendant plus difficile l'assimilation de nouvelles informations. L'anxiété devient alors un obstacle supplémentaire dans leur parcours scolaire et peut se transformer en un cercle vicieux.

*Exemple* : Arthur, 12 ans, souffre de dyscalculie et d'une anxiété croissante à l'approche des contrôles de mathématiques. Bien qu'il étudie avec soin, le stress le paralyse et l'empêche de démontrer ce qu'il a appris. En conséquence, il se sent de plus en plus découragé, ce qui ne fait qu'aggraver son anxiété.

### **C. Les Troubles DYS et les Relations Sociales**

En plus des difficultés scolaires, les enfants DYS rencontrent des défis dans leurs interactions sociales. La **dyspraxie**, par exemple, peut rendre complexe la participation aux jeux de groupe ou aux activités sportives. La **dysphasie**, quant à elle, peut entraver la communication verbale, rendant difficile la formation de liens avec des camarades.

Une étude réalisée par la chercheuse française Béatrice Sauvageot a montré que les enfants atteints de dysphasie peuvent se sentir isolés dès la maternelle, leur trouble affectant leur capacité à s'exprimer et à interagir spontanément. Cette difficulté de communication peut provoquer une frustration et les éloigner des autres enfants, qui ne comprennent pas toujours leurs difficultés.

*Exemple* : Emma, 7 ans, est dyspraxique et rencontre des difficultés pour suivre le rythme des autres lors des jeux de groupe en récréation. Elle se sent souvent à l'écart et hésite à participer, ce qui la rend encore plus réservée. Cette situation affecte ses relations, car elle a du mal à se faire des amis, même si elle est particulièrement empathique et joyeuse.

### **Les Freins Sociétaux : Limitations et Préjugés**

Les enfants et adultes DYS font face à des obstacles qui vont bien au-delà de leurs propres défis individuels. La société, et particulièrement le système éducatif, n'est souvent pas adaptée pour répondre à leurs besoins spécifiques. Ces limitations et les idées reçues qui les accompagnent

peuvent malheureusement freiner leur progression et éroder leur confiance en eux. Dans cette section, nous mettrons en lumière ces freins et l'importance de les dépasser pour créer un environnement plus inclusif et compréhensif.

### **A. Les Limitations du Système Éducatif**

Le système scolaire actuel est, dans de nombreux pays, conçu de manière uniforme et ne prend pas suffisamment en compte les besoins particuliers des enfants ayant des troubles de l'apprentissage. Les écoles manquent souvent de ressources et de formations pour accompagner efficacement les enfants DYS. Les enseignants, bien qu'animés d'une volonté d'aider, sont parfois démunis face à ces troubles, faute de moyens spécifiques pour les identifier et les soutenir.

Une enquête de l'OCDE sur les enfants à besoins particuliers révèle que les élèves présentant des troubles DYS obtiennent souvent des résultats inférieurs à leurs capacités, non pas par manque d'intelligence, mais en raison d'un manque d'adaptations pédagogiques. Les aides telles que les dispositifs de lecture audio, le temps supplémentaire pour les examens, ou les supports visuels ne sont pas systématiquement mis en place, ce qui empêche les enfants DYS de s'épanouir dans le cadre académique classique.

*Exemple :* Martin, un adolescent de 14 ans dyslexique, est passionné de sciences, mais il n'a pas accès aux outils de lecture assistée nécessaires pour suivre efficacement ses cours. Résultat, il perd confiance en lui et commence à se désintéresser de sa matière favorite, alors qu'il possède un potentiel certain dans ce domaine.

### **B. Les Préjugés et Stigmatisation dans la Société**

Les troubles DYS sont souvent méconnus du grand public. Beaucoup de personnes les perçoivent encore comme des « faiblesses » ou des « déficiences » intellectuelles, alors qu'il s'agit en réalité de différences neurologiques. Cette incompréhension peut conduire à des jugements hâtifs, voire à de la discrimination, qui peuvent peser sur l'épanouissement personnel et professionnel des personnes DYS.

Le psychologue américain Thomas Armstrong, spécialiste des neurosciences, explique que les enfants DYS sont fréquemment confrontés à des étiquettes négatives, telles que « paresseux », « distraits » ou « désorganisés ». Ces jugements, qui sont loin de refléter la réalité, peuvent miner l'estime de soi de ces enfants et influencer leur perception d'eux-mêmes de manière durable.

*Exemple :* Camille, une jeune adulte dyspraxique, a entendu des remarques telles que « elle est dans la lune » ou « elle manque de rigueur » tout au long de sa scolarité. Ces étiquettes l'ont suivie jusque dans sa vie professionnelle, la rendant parfois hésitante à postuler à des postes correspondant pourtant à ses talents créatifs et son sens de l'innovation.

### **C. Vers une Société Plus Inclusive**

Pour que les enfants et adultes DYS puissent révéler pleinement leurs capacités, il est nécessaire de promouvoir une société plus inclusive. Des campagnes de sensibilisation, des adaptations pédagogiques et une meilleure formation des professionnels de l'éducation et des entreprises pourraient contribuer à changer le regard sur ces troubles.

Les écoles, les employeurs et la société dans son ensemble pourraient bénéficier de la diversité des profils DYS. En offrant des aménagements adaptés, comme des logiciels de lecture pour les dyslexiques ou des supports visuels pour les dysphasiques, nous pourrions valoriser les talents de ces personnes qui possèdent souvent des compétences exceptionnelles dans des domaines comme la créativité, la résilience et la pensée « hors des sentiers battus ».

### **En quoi la Naturopathie et les Fleurs de Bach peuvent aider les enfants DYS**

Face aux défis quotidiens auxquels sont confrontés les enfants DYS, la naturopathie et les Fleurs de Bach offrent des approches holistiques et naturelles pour soutenir leur bien-être. Ces méthodes visent à soulager les impacts émotionnels et à renforcer les ressources personnelles de l'enfant. L'approche naturopathique, qui repose sur des techniques naturelles comme

l'alimentation et la respiration, ainsi que les Fleurs de Bach, qui agissent sur les émotions, peuvent être d'un grand soutien.

### **A. L'Approche Naturopathique : Favoriser la Concentration et la Sérénité**

La naturopathie propose une approche globale pour aider les enfants DYS, en agissant sur des aspects clés de leur quotidien : alimentation, respiration, et gestion des émotions.

#### **1. Alimentation**

Une alimentation riche en nutriments essentiels peut aider à renforcer la concentration et réduire les effets du stress. Les acides gras oméga-3, par exemple, jouent un rôle important dans le fonctionnement cérébral et la concentration. Les naturopathes recommandent également des aliments riches en magnésium pour leurs effets relaxants, aidant ainsi à diminuer l'anxiété et les tensions.

#### **2. Respiration et Relaxation**

Les techniques de respiration et de relaxation, comme la cohérence cardiaque, peuvent également être très bénéfiques. Elles aident à réduire le stress, à réguler les émotions et à renforcer la capacité de concentration. Ces pratiques, faciles à intégrer dans une routine quotidienne, offrent un soutien naturel aux enfants DYS, qui sont souvent sujets à l'anxiété scolaire.

### **B. Les Fleurs de Bach : Un Soutien Émotionnel Personnalisé**

Les Fleurs de Bach sont des élixirs floraux qui visent à équilibrer les émotions. Elles peuvent être utilisées pour apaiser des sentiments tels que l'anxiété, le découragement ou le manque de confiance en soi, qui sont fréquents chez les enfants DYS.

#### **1. Les Fleurs Chestnut Bud et Scleranthus**

Les fleurs Chestnut Bud et Scleranthus, en particulier, peuvent être utiles. Chestnut Bud est recommandée pour les enfants qui ont du mal à apprendre de leurs erreurs, une difficulté fréquente chez les enfants DYS, en raison de la répétition des échecs scolaires. Scleranthus aide à équilibrer les émotions chez ceux qui passent rapidement de la motivation à l'anxiété.



## **2. Les Autres Essences Florales**

En fonction des besoins spécifiques de l'enfant, d'autres Fleurs de Bach peuvent également être indiquées. Mimulus, par exemple, est utilisée pour apaiser la peur des évaluations, et Larch pour renforcer la confiance en soi. Ces élixirs sont doux, naturels, et peuvent être personnalisés pour chaque enfant, offrant ainsi un soutien ciblé pour les aider à affronter leurs défis.

### **Les Personnes DYS et leur Potentiel Professionnel Épanouissant**

Malgré les défis que peuvent représenter les troubles DYS, il est essentiel de garder en tête que ces particularités n'entravent en rien la possibilité de mener une vie professionnelle réussie et épanouissante. Bien au contraire, les personnes DYS possèdent souvent des qualités uniques et des compétences qui peuvent faire d'elles des atouts précieux dans de nombreux domaines. Dans cette section, nous allons explorer les talents propres aux personnes DYS, les carrières qui valorisent ces compétences, et l'importance d'un environnement inclusif.

#### **A. Les Forces des Personnes DYS : Créativité, Résilience et Pensée Différente**

Les troubles DYS sont souvent associés à des compétences et des talents particuliers. Plusieurs études montrent que, même si les enfants DYS rencontrent des obstacles dans leur scolarité, ils développent souvent des capacités exceptionnelles dans d'autres domaines. La créativité, la résilience, et une manière unique de penser sont parmi les atouts les plus fréquemment observés.

Le chercheur britannique Brock L. Eide, auteur de *The Dyslexic Advantage*, a démontré que la pensée divergente et créative est plus fréquente chez les personnes dyslexiques. Leur cerveau fonctionne différemment, ce qui peut les rendre capables d'aborder les problèmes sous un angle original et de trouver des solutions innovantes. Ces capacités se révèlent particulièrement précieuses dans des domaines comme les arts, l'entrepreneuriat, la technologie, et la recherche.

Exemple : Thomas Edison, inventeur renommé, était dyslexique. Bien qu'il ait été confronté à de nombreux échecs académiques, il a marqué l'histoire grâce à sa capacité unique à penser de manière originale. À l'instar d'Edison, de nombreux enfants DYS peuvent, avec le bon accompagnement, développer des talents uniques.

## **B. Les Carrières Où Brillent les Personnes DYS**

Les personnes DYS excellent souvent dans des métiers où l'intuition, la créativité et la résolution de problèmes sont valorisées. Voici quelques exemples de domaines dans lesquels elles peuvent s'épanouir :

### **1. Les Arts et le Design**

Dans les domaines artistiques, la créativité et la sensibilité émotionnelle sont des atouts majeurs. Les personnes DYS peuvent exceller dans des métiers comme le design graphique, l'illustration, la musique, ou même la cuisine. Leur pensée non linéaire leur permet de concevoir des œuvres originales et d'apporter une perspective unique.

### **2. Les Sciences et la Technologie**

Bien que la dyscalculie puisse poser des défis dans certains domaines scientifiques, les personnes DYS sont souvent douées pour la visualisation spatiale et la pensée conceptuelle. Ces qualités sont précieuses dans des carrières comme l'architecture, le design industriel, et la programmation, où une approche novatrice est un atout.

### **L'Entrepreneuriat et le Leadership**

De nombreuses personnes DYS choisissent d'entreprendre, et ce, avec succès. L'entrepreneuriat leur permet de s'affranchir des normes académiques et de développer leur propre approche. En travaillant à leur rythme, elles peuvent capitaliser sur leur capacité à innover et à surmonter les échecs, souvent avec une grande résilience.

Exemple Inspirant : Richard Branson, fondateur de Virgin Group, est l'un des exemples de réussite les plus célèbres parmi les entrepreneurs dyslexiques. Son approche peu conventionnelle et son esprit visionnaire l'ont mené à bâtir un empire commercial, prouvant que les DYS peuvent atteindre des sommets dans le monde professionnel.

## **C. L'Importance de l'Inclusion et de l'Aménagement dans le Milieu Professionnel**

Un environnement de travail inclusif, où les particularités des personnes DYS sont comprises et valorisées, permet à ces individus de se sentir soutenus et d'exprimer pleinement leurs talents. Des entreprises comme Microsoft et EY (Ernst & Young) se sont d'ailleurs engagées dans des programmes de recrutement spécifiques pour les personnes avec un trouble DYS, reconnaissant que ces profils apportent une grande valeur ajoutée.

Un lieu de travail inclusif peut proposer des logiciels de dictée pour ceux rencontrant des difficultés d'écriture, des temps de pause adaptés, ou des méthodes de communication visuelle. Ces adaptations permettent aux personnes DYS de surmonter leurs difficultés spécifiques et de travailler dans les meilleures conditions.

### **Conclusion : Les DYS, une Réussite Possible pour Tous**

**Les troubles DYS ne doivent jamais être perçus comme un frein à la réussite, mais plutôt comme des particularités à valoriser.** En adoptant une approche positive, en encourageant l'inclusion, et en utilisant les techniques naturelles telles que la naturopathie et les Fleurs de Bach pour gérer le stress et les émotions, nous pouvons aider les enfants et adultes DYS à s'épanouir dans leur vie personnelle et professionnelle. À travers un accompagnement bienveillant, la société peut non seulement tirer parti de leurs talents, mais aussi leur permettre de se réaliser pleinement.