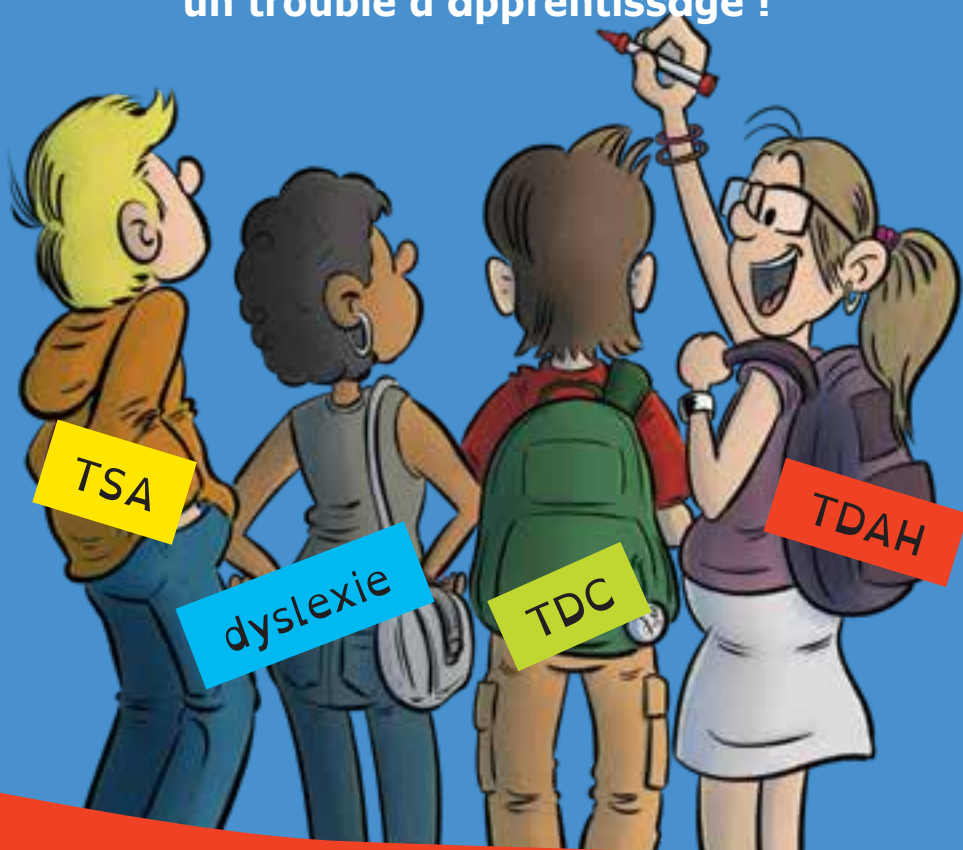


MARTINE LATULIPPE • PHIL POULIN

# **NON** AUX ÉTIQUETTES!

18 témoignages qui donnent envie  
de persévérer malgré ~~malgré~~ AVEC  
un trouble d'apprentissage !



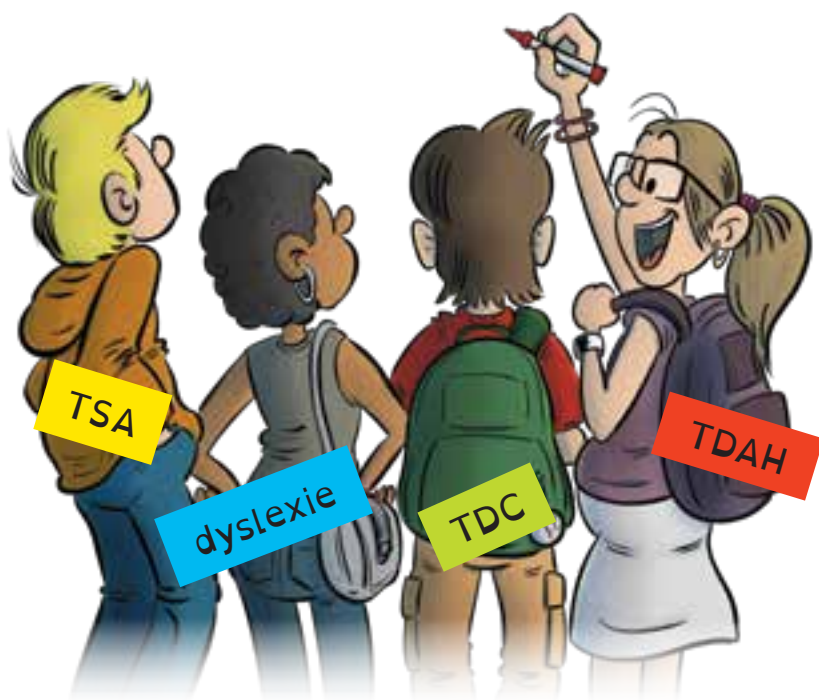
Dominique et compagnie



Textes de Martine Latulippe  
Illustrations de Phil Poulin

# **NON** AUX ÉTIQUETTES!

**18 témoignages qui donnent envie  
de persévérer malgré AVEC  
un trouble d'apprentissage !**



Dominique et compagnie

# PRÉSENTATION

**Chères lectrices, chers lecteurs,**

Donner la parole, offrir une voix à ceux et celles qui apprennent différemment est un projet que nous chérissons depuis longtemps.

Au cours de notre vie, notre chemin croise celui de personnes vivant avec des troubles d'apprentissage, qu'il s'agisse de connaissances, d'amis ou de membres de notre famille. Il est souvent difficile pour ces personnes d'évoquer leurs difficultés et même leurs souffrances. En effet, malgré les progrès, elles vivent encore trop souvent des échecs ou de l'abandon scolaire, de l'isolement, de la marginalisation, du taxage... Car, oui, les troubles d'apprentissage demeurent malheureusement un sujet dont on ne parle pas facilement ouvertement.

La richesse de ce livre tient à sa mosaïque de portraits. Vous y rencontrerez des gens d'origines variées, de tous âges et de toutes cultures, aux parcours très différents. Ils « ne l'ont pas eu facile » et ils vous racontent ici leur histoire ! En exerçant leur créativité pour retrouver leur estime de soi, ils

démontrent qu'on peut réussir et trouver le bonheur malgré des troubles d'apprentissage divers.

À tous ceux et celles qui relèveront le défi de lire ce livre, félicitations! Vous êtes résilients, courageux et audacieux. Si vous êtes un parent ou un accompagnant, nous savons à quel point votre parcours témoigne de votre patience, de votre volonté et de votre persévérance.

Nous remercions de tout cœur ces magnifiques personnes qui ont offert leur témoignage. Ce livre n'aurait pu être réalisé sans leur appui. Nous souhaitons également exprimer notre sincère appréciation à Catherine, Martine et Phil pour avoir accepté de faire équipe avec nous dans ce beau projet.

Bonne lecture!

**Colette Charest**

**Roger Casgrain**

Président du conseil  
Institut des troubles  
d'apprentissage (ITA)



# TABLE DES MATIÈRES



**OLIVIER THIBEAULT**  
Des trous dans la tête..... 6



**PATRICIA ESTRADA**  
Un air de famille ..... 14



**PHILIPPE MEUNIER**  
Pas de trouble! ..... 22



**JULIE BOULIANE**  
Apprivoiser son petit volcan ..... 30



**KEYVEN FERLAND**  
Un bon garçon... sur le mauvais chemin .... 38



**STÉPHANE THOUIN**  
Choisir d'être heureux ..... 46



**FRÉDÉRIC CHÊNEVERT**  
Droit au but!..... 54



**SAM-ÉLOI GIRARD**  
La dyslexie en coulisse..... 62



**SARAH PÉRUTIN**  
Ne jamais dire jamais..... 70



**JEAN-PIERRE ALLARD**

Tout est une question d'organisation!..... 78



**AMAL OUAZZANI**

Telle mère, tel fils!..... 86



**MYLÈNE PAQUETTE**

Seule au monde..... 94



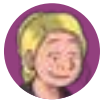
**MARTIN LAJEUNESSE**

Faire de l'hyperactivité un atout..... 102



**ALEXANDRE LAMBERT**

Sparte ou Athènes?..... 110



**SOPHIE MARTEL**

Des grains de sable et des perles ..... 118



**CHARLES-ANTOINE CRÊTE**

Un paresseux... qui n'arrête pas!..... 126



**JEAN-PIERRE LÉGER**

Une lumière au bout du tunnel..... 134



**GABRIELLE LAPOINTE**

Tout simplement moi!..... 142



# OLIVIER THIBEAULT

## Des trous dans la tête

Je m'appelle Olivier.

J'ai 20 ans. J'habite à Gatineau.

Je pratique le hockey et

j'étudie pour devenir pompier :

pas mal pour quelqu'un qui vit

avec un TDAH, une dyslexie,

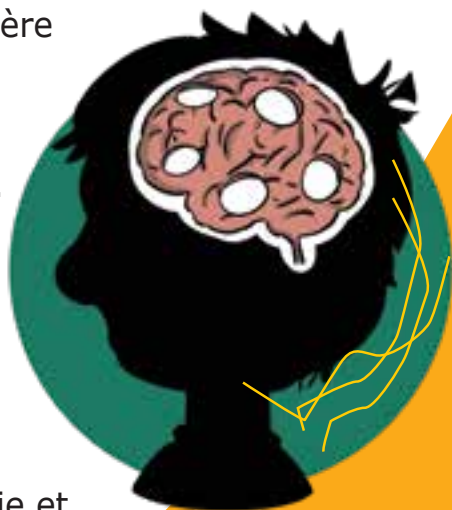
une dysorthographe et

une dyscalculie!



**As-tu déjà eu l'impression d'avoir des trous dans ta tête?** Comme si ton cerveau n'arrivait pas à retenir toutes les informations? C'est une image très forte. C'est celle qu'utilise Olivier Thibeault, dès la première année d'école, quand il tente de mémoriser les mots de vocabulaire qu'il doit apprendre. Il n'arrive pas à les retenir, il croit qu'il y a des trous dans son cerveau.

**Ses parents se doutent bien que quelque chose ne va pas.** Malgré tous les efforts d'Olivier, l'apprentissage scolaire est ardu, sauf en éducation physique, matière qui a toujours été sa force. Olivier n'a pas de suivi particulier à l'école primaire. Il aura droit à des consultations dans une clinique d'orthophonie, à l'extérieur de son milieu scolaire. Certains problèmes sont identifiés en orthophonie et



en orthopédagogie. C'est finalement en première secondaire qu'Olivier reçoit un diagnostic : ce ne sont pas des trous dans sa tête qui l'empêchent d'apprendre ! Il a un TDAH... et on diagnostique aussi de la dyslexie, de la dysorthographe, de la dyscalculie et un trouble de motricité fine.



**Pour Olivier, recevoir ce diagnostic, ce n'est pas un drame !**

Au contraire. Il en parle ouvertement, sa classe est au courant, il n'y a pas de gêne à y avoir : ça fait partie de lui, il est ainsi. En étant prêt à en discuter, il réalise que les gens autour de lui sont compréhensifs et, même, que plusieurs vivent des problèmes de cet ordre. Les particularités d'Olivier ont bien entendu des conséquences sur sa personnalité, mais il est

Il doit travailler fort pour arriver aux

mêmes résultats que ses compagnons

de classe, mais Olivier ne renonce pas.

convaincu que le fait d'en être conscient peut l'aider à devenir meilleur. Il découvre des trucs et diverses techniques d'apprentissage. Il doit travailler fort pour arriver aux mêmes résultats que ses compagnons de classe, mais Olivier ne renonce pas. Il suit aujourd'hui une formation professionnelle à temps plein en sécurité incendie, une technique qui permet de devenir pompier. Déjà, tout petit, il avait visité des casernes, le métier de pompier l'intéressait. C'est devenu un objectif.

**Olivier n'hésite pas à le dire : quand on sait où on s'en va, c'est motivant!** On a un objectif en tête, on est prêt à mettre les efforts nécessaires pour y arriver. Le sien est de devenir pompier et, pour l'atteindre, il n'hésite pas à faire tout ce qu'il peut. Il a tellement été habitué de mettre les bouchées doubles, tout au long de



son parcours scolaire, qu'il n'est pas étonnant de le voir obtenir de bons résultats aujourd'hui dans son programme de sécurité incendie. Il faut dire aussi qu'Olivier possède plusieurs des qualités nécessaires pour être pompier : il a la volonté d'aider les autres et de veiller à leur protection, il est à leur écoute et il est capable de bien réagir quand la pression est forte.

**Comme tu le vois, le sentiment d'avoir parfois des trous dans la tête n'a pas empêché Olivier de vouloir réaliser ses rêves.** Qu'est-ce qui l'aide à être si déterminé? Selon lui, c'est d'abord le fait de connaître ses passions, de savoir ce qui le motive. Ça peut être sur le plan professionnel, comme la volonté de devenir pompier, mais ce peut être aussi des passions sur le plan personnel, des loisirs qui nous permettent de nous fixer des buts, de nous trouver des objectifs, d'avoir un exutoire. Dans le

L'important, c'est de trouver des activités  
qui te passionnent, toi, qui te donnent  
le goût d'avancer.

cas d'Olivier, le hockey a longtemps joué ce rôle. Il aimait ce sport compétitif et il y a développé sa détermination. Il fait également beaucoup de vélo. Olivier insiste : tu n'es pas obligé de jouer au hockey ou de faire du vélo ! L'important, c'est de trouver des activités qui te passionnent, toi, qui te donnent le goût d'avancer, qui conviennent à ta personnalité. Ce peut être un loisir artistique, la lecture, un sport, du bénévolat...

**Un autre atout important aux yeux d'Olivier est d'être bien entouré.** Il est proche de sa famille, de son frère, de ses amis, et il est convaincu que ça l'a beaucoup aidé. Parce qu'il est ainsi plus facile de s'accrocher à ce que l'on aime faire, constate Olivier.

**Il faut aussi se rappeler que, même si certaines périodes sont plus difficiles, même si on traverse une passe qui nous semble compliquée, tout finit par s'arranger.**



LE CONSEIL D'OLIVIER :

Apprends à mieux  
te connaître et  
fixe-toi des objectifs  
motivants !

Quels sont les domaines  
qui te passionnent ?

Qu'est-ce qui te donne  
le goût d'avancer ?

Quelles sont les activités qui  
te permettent de te sentir bien,  
d'évacuer le stress ?





# PATRICIA ESTRADA

## Un air de famille

Je m'appelle Patricia et je vis à Sainte-Marthe-sur-le-Lac. Ma langue maternelle est l'espagnol et j'ai reçu un diagnostic de TSA de type Asperger. Cela ne m'a pas empêchée d'obtenir un baccalauréat à l'université et de devenir intervenante en petite enfance! Ma fille Nayeli a reçu un diagnostic de TDAH, de TSA et de dyslexie, et je l'accompagne dans sa scolarité.



**Quand elle était toute petite, Patricia ne se sentait pas comme les autres.** Elle n'avait pas de filtre, elle disait tout ce qu'elle pensait. Elle était plutôt solitaire, pas câlineuse du tout. Elle a traversé le primaire essentiellement en tentant d'imiter les autres, en essayant de se fondre dans la masse. Elle était différente et, à ses yeux, c'était surtout lié au fait que sa situation familiale était à l'époque non typique.

**Il a fallu attendre bien des années pour comprendre qu'autre chose expliquait les comportements de Patricia.** En effet, Patricia a appris tout récemment qu'elle avait un trouble du spectre de l'autisme (TSA) de type Asperger. Sa fille Nayeli avait reçu un diagnostic de trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité, de TSA et de dyslexie. Patricia voyait agir Nayeli à l'école, et la situation lui semblait



Il faut apprendre à surmonter

les difficultés et miser sur ses forces.

étrangement familière... Elle a compris : la mère et la fille ont plus qu'un petit air de famille! Patricia reconnaît chez sa fille plusieurs traits qu'elle a elle-même et qui éclairent bien des aspects de son propre parcours.

**Comment a réagi Patricia en apprenant, une fois adulte, qu'elle avait un TSA de type Asperger?** En fait, cette nouvelle l'a plutôt soulagée! Enfin, elle comprend pourquoi elle ne fonctionne pas comme les autres. Elle parle ouvertement de son diagnostic dans son milieu de travail (elle est intervenante en petite enfance en milieu communautaire) et elle a l'impression que, en disant les choses clairement, tout devient plus facile : elle peut aménager son bureau comme il lui convient, les collègues comprennent mieux qu'elle ne soit pas portée à faire des câlins aux enfants... Son approche est souvent différente. Par exemple, pour alléger l'atmosphère dans un centre où elle travaillait, elle n'a pas hésité à se lancer dans



un projet de bonshommes de neige! Elle utilisait ces bonshommes avec les enfants pour distinguer les différentes émotions (colère, peine, joie...). Elle voulait leur expliquer que certains enfants n'ont pas toujours envie de jouer avec les autres, qu'ils ont besoin d'un peu de solitude. Cette activité, qu'elle avait conçue pour aider les enfants à mieux communiquer leurs besoins, a été un succès!

**Au fil des années, Patricia a beaucoup appris grâce à son travail et à sa fille quant au dépistage et à la pensée autistique.**

Elle est attentive aux signaux et prête à accompagner les parents qui vivent une situation semblable à la sienne. Elle veut aider, faire une différence autour d'elle, favoriser la compréhension et l'acceptation. D'autant qu'elle est bien placée pour savoir qu'il y a de l'espoir! Il s'agit d'apprendre à surmonter les difficultés et à miser sur ses forces.

**Malgré son TSA, Patricia a réussi à obtenir un baccalauréat.** Selon elle, tout est possible si on met l'accent sur le positif plutôt que sur le négatif. Bien sûr, il y aura toujours des critiques, des rejets... Voilà pourquoi il est important de parler du sujet ouvertement : on doit sensibiliser les gens à la différence, il est important d'enseigner la tolérance.

**Patricia a su faire preuve de persévérance et de détermination pour achever ses études.** Elle espère maintenant que sa fille Nayeli aura un parcours semblable. Le primaire a été difficile. Nayeli a eu peu de soutien, car trop souvent les enseignants attendaient qu'elle manifeste elle-même son besoin d'aide !

**Aujourd'hui au secondaire, Nayeli est dans un groupe adapté** et elle travaille avec une technicienne en éducation spécialisée qui n'attend pas pour aller vers elle. De plus, tous ses cours ont lieu dans le même local, ce qui assure plus de



stabilité. La transition du primaire au secondaire a été bénéfique : l'estime de soi de Nayeli a augmenté, elle est désormais plus autonome, capable de mieux s'organiser. Elle a développé des trucs pour se sentir mieux quand elle est angoissée : respirer fort, mordre dans quelque chose, se balancer.

**Depuis qu'elle a 3 ans, Nayeli a la passion des chevaux.** Elle rêve de devenir instructrice d'équitation, de posséder son cheval et même d'avoir un ranch ! Elle a participé à une première compétition en équitation, où elle a remporté la 2<sup>e</sup> place en dressage, la 3<sup>e</sup> place au saut et la 4<sup>e</sup> place au plat !

**Nayeli sait, tout comme sa maman Patricia, qu'il y aura encore des moments difficiles, des périodes de stress.** Mais en s'appuyant sur ses forces et sur ses passions, elle parviendra à tracer son propre chemin. Nul doute qu'elle saura miser sur le positif, comme sa mère a su le faire.



LE CONSEIL DE PATRICIA :

Mise sur le positif  
plutôt que sur  
le négatif !

Quand tu fais face à une situation difficile,  
quels sont les trucs qui te permettent  
de te sentir mieux ?

Quand tu reçois une critique ou un rejet,  
à qui peux-tu confier tes frustrations ?

Quelles sont en toi les forces et les  
passions qui t'encouragent à persévérer ?





# PHILIPPE MEUNIER

## Pas de trouble!

Je me prénomme Philippe.

J'habite à Montréal, mais je suis originaire de Cowansville. Je vis depuis toujours avec la dyslexie et le TDAH. Mes différences sont devenues des atouts créatifs.

Je suis le cofondateur de l'entreprise Sid Lee, aujourd'hui connue dans le monde entier!



**Connais-tu Sid Lee, une importante agence créative bien implantée en Amérique du Nord et en Europe?** Cette agence compte autour de 600 employés et peut se vanter d'avoir parmi ses clients des entreprises telles que le Cirque du Soleil et Adidas. Pas mal, non? Savais-tu que le cofondateur de Sid Lee, Philippe Meunier, a reçu des diagnostics de dyslexie et de déficit d'attention? À ses yeux, toutefois, ce n'est pas un problème : comme il le dit si bien lui-même, il ne «souffre» pas d'un «trouble» d'apprentissage... Il a simplement un style d'apprentissage différent!

**Tu te demandes peut-être en quoi la façon d'apprendre de Philippe est différente.**

Dès la troisième année à l'école, il commence à avoir des problèmes : il est souvent dans la lune, il a des difficultés en



On lui offre un peu de soutien,

mais il est surtout perçu comme

un élève plus «lent».

mathématiques et en lecture. Il se met à redouter les moments où ses professeurs lui disent des phrases comme : «Viens me voir après l'école!», ce qui n'annonce jamais rien de bon!

**Philippe a tout de même des amis à l'école, il n'est pas isolé.** S'il réussit bien en arts plastiques, le primaire demeure difficile pour lui. À l'époque, les écoles n'ont pas autant de connaissances qu'aujourd'hui en ce qui concerne les troubles d'apprentissage. On lui offre un peu de soutien, mais il est surtout perçu comme un élève plus «lent».

**Ce qui afflige le plus Philippe dans tout ça?**

L'impression de décevoir ses parents, qui le voient revenir à la maison avec de mauvaises notes, malgré tout son travail et tous leurs encouragements.

**Il faut attendre la sixième année avant que Philippe soit diagnostiqué.** Un neuropsychologue lui fait passer des tests dans un institut, à Montréal, et il en vient à la conclusion que, oui, Philippe vit certains problèmes qui n'ont rien à voir avec la lenteur. Le primaire se termine, Philippe fait son entrée au secondaire... et soudain, tout bascule ! Il devient premier de classe ! Peut-être que tous les trucs appris au primaire finissent par servir : on lui a montré à schématiser ses notes de cours, à dessiner ce qu'il apprend... Peut-être aussi a-t-il réussi à se convaincre qu'il pouvait réussir et se hisser au premier rang !

**Quoi qu'il en soit, le voilà qui développe sa confiance et multiplie les succès.** Lui qui n'aimait pas lire prend même maintenant plaisir à « se perdre » entre les rayons de la bibliothèque !

