

Regard croisé sur le parcours d'un adulte dyslexique

Interview par Céline Martin, membre de la commission Communication

Pouvez-vous vous présenter en quelques mots ?



Je m'appelle Marion, j'ai 28 ans et je suis dyslexique. J'ai été dans un premier temps agent de support informatique pour les sous-traitants d'Airbus et après une opportunité incroyable, je suis rentrée dans une entreprise qui produit et qui vend un logiciel dans la logistique. C'est une entreprise américaine, une grosse startup qui essaye de se développer en Europe. J'ai fait de la prospection commerciale

pour eux pendant un an et demi, presque deux ans. J'avais en charge les territoires français, espagnol et portugais. Je ne sais pas trop vers quoi m'orienter maintenant. Je pense que ma dyslexie est ma force car j'ai toujours dû m'adapter à tout et je m'intéresse un peu à tout donc quand je commence à avoir fait le tour et pris les connaissances nécessaires je me dis « bon bah suivant ».

À quel âge avez-vous été diagnostiquée ? Pouvez-vous nous parler de votre parcours de soin ?

J'ai été diagnostiquée dyslexique très tôt, il me semble, je crois que j'avais 6 ou 7 ans. Mon parcours a été un peu compliqué au début parce que j'étais dans une école où on n'arrivait pas à mettre de mots sur ce qu'il se passait. Mon grand frère n'a jamais eu de souci à l'école et avec moi le corps enseignant n'était peut-être pas prêt à comprendre ce qu'il se passait. Au début, mes parents m'ont emmenée voir une psychologue qui a tout de suite dit qu'il fallait voir une orthophoniste. C'est à partir de là qu'on a mis des mots. J'ai eu beaucoup de séances d'orthophonie, pendant 4 ou 5 ans. Et j'ai aussi la chance d'avoir les parents que j'ai ; ils m'ont beau-

coup aidée. Une dame venait plusieurs fois par semaine (entre 3 et 5 fois) le soir à la maison pour refaire tous les apprentissages de l'année antérieure (en CE1 je refaisais le CP avec elle par exemple). C'était une ancienne enseignante à la retraite. J'ai aussi changé d'école et j'ai été bien accompagnée. Ce sont mes parents qui ont fait la démarche de m'emmener voir des professionnels car à la fin du CP je ne savais toujours pas lire. Ils connaissaient un peu le développement et l'apprentissage de la lecture avec mon frère et ils ont été perturbés que je passe en CE1 sans savoir lire.



Quel est votre parcours scolaire ?



J'ai donc fait mon CE1 dans une autre école puis je l'ai redoublé. Ça m'a permis de mettre tout à plat et de partir sur de bonnes bases. Ensuite, j'ai eu une scolarité à peu près normale avec un PAP. Je n'aimais pas du tout l'école, c'était très compliqué d'y aller, je partais la boule au ventre mais c'était comme ça. Ça a été plutôt douloureux pendant toute ma période scolaire primaire. Ensuite, j'ai été au collège et au lycée. J'ai fait une première STG et ensuite j'avais beaucoup de frustrations par rapport à mon niveau en langue. J'avais l'impression que personne n'y croyait vraiment « c'est la dyslexique ! Elle peut pas apprendre d'autres langues » mais une représentante du Rotary club est venue dans notre classe pour nous présenter un échange d'un an. Je suis partie au Mexique pour faire ma terminale. Je voulais mettre ma frustration dans quelque chose. J'ai passé mon baccalauréat au Mexique et je suis revenue en France pour passer le bac français l'année suivante (car le bac mexicain n'est pas reconnu en France). Dans l'État

où je vivais au Mexique, on était une cinquantaine de jeunes de partout dans le monde. J'ai fini dans les meilleurs à parler espagnol à l'oral et à l'écrit. Ça a été beaucoup de combats. Ensuite, je suis partie en BTS commerce international. Je n'aimais toujours pas l'école et j'avais toujours cette frustration et ce sentiment de ne pas pouvoir apprendre à parler anglais alors que c'était important surtout dans le commerce. J'ai depuis toujours eu l'impression d'être en marge de tout le monde, isolée. Cela avait un impact sur mes relations avec les autres élèves. Après mon BTS, je suis partie faire une formation certifiante au Canada pendant un an et demi avec une partie cours (service client) et une partie stage. Là-bas j'ai appris l'anglais (à Vancouver). Après j'ai fait une licence en Erasmus avec l'université des Hauts-de-France à Oviedo dans le nord-ouest de l'Espagne et j'ai eu mon diplôme. J'ai passé ma licence l'année du Covid mais pour moi c'était une bonne expérience car j'ai pu apprendre par moi-même plutôt que dans un amphi, ça me convenait bien mieux.

Quelles difficultés avez-vous rencontrées dans votre scolarité, de quels aménagements avez-vous éventuellement bénéficié ?

Au tout début, c'était vraiment la partie lecture le plus difficile. C'était très compliqué pour moi de lire et de comprendre ce que j'étais en train de lire et de lire de façon continue parce que je lisais tout le temps en saccadé et donc je devais m'y reprendre à deux, trois, quatre fois pour comprendre. C'est une grande consommation d'énergie au quotidien. Je me rappelle que j'étais extrêmement fatiguée en sortant de l'école. Ça génère aussi un manque de confiance en soi et c'est ce qui génère aussi ce blocage dans la lecture. On voit que les autres évoluent et nous, on est toujours un peu à l'écart, on n'a pas l'impression d'évoluer et on s'auto-bloque. L'estime de soi, ça a été une de mes difficultés aussi. Ensuite, l'orthographe forcément, les b, les d, les g, les q, je confondais vraiment les lettres dans un premier temps. En revanche, j'avais des facilités en calcul, ça me paraissait beaucoup plus simple. Ensuite au fil des années ça a continué à être très compliqué et c'est vraiment l'estime de soi qui bloquait tout. On se renferme sur nous-même. Dès qu'il fallait lire à voix haute en classe, moi j'en étais incapable à en avoir les larmes aux yeux presque au point d'en pleurer. Ça m'est encore arrivé il y a quelque temps, j'étais en réunion avec mes colla-

borateurs européens et là blocage, impossible. Il y a la pression. C'est pas ma langue, je suis dyslexique, comment je fais. J'ai fini la réunion en pleurs et j'ai expliqué à mon collaborateur. Je ne m'en sentais pas capable à ce moment-là. S'il m'avait prévenue en amont pour lire tel texte il n'y aurait eu aucun souci.

Pour les aménagements, j'ai eu un tiers temps à partir de la cinquième ou quatrième. Donc j'avais soit des questions qui étaient retirées soit un peu plus de temps. Le temps en plus, c'était plus compliqué à mettre en place avec les heures de cours à respecter. En revanche je ne l'ai pas eu pour la licence mais jusqu'au BTS. Et puis c'est rigolo parce qu'au fil des années et des examens je voyais qu'il y avait de plus en plus de monde dans la classe des personnes avec un tiers temps donc c'était plus rassurant. J'ai discuté avec un copain il y a quelque temps, qui est dyslexique aussi. Il a été diagnostiqué en cinquième donc tard et on voit une nette différence entre nos parcours. C'est quelqu'un de plus renfermé, si on avait plus communiqué sur ça quand on était jeune ça aurait peut-être été incroyable pour lui aussi.



Quelles sont vos difficultés actuelles ?



Pour moi c'est toujours un peu frustrant et difficile quand j'ai des copains qui me montrent des textes sur leur téléphone. En fait, je lis en diagonale, je ne lis pas chaque mot. Je me dis « eux ils lisent plus vite, je vais mettre trois plombes à lire ce qu'ils me montrent ». Je le fais beaucoup. Je ne perds pas beaucoup d'informations très importantes mais c'est embêtant ces petites choses-là. J'aime beaucoup lire (mais c'est arrivé il y a quelques années). Mais je prends beaucoup de temps pour la lecture d'un livre, je vais vouloir lire chaque mot et profiter de la signification de chaque mot mais ça prend beaucoup de temps, beaucoup d'énergie et c'est

très fatigant. J'ai l'impression d'avoir compensé avec ma mémoire donc je n'ai pas forcément énormément d'exemples. J'ai une très bonne mémoire visuelle ce qui me permet de pallier un petit peu tout ça. Ah et je casse tout aussi, je suis très maladroite, il paraît que c'est relié !

J'ai eu la chance de rentrer dans une entreprise américaine, ils ont une autre vision, une flexibilité, ils ont cette bienveillance. Moi j'avais pas d'expérience dans ce milieu-là. Bon après il faut bosser tout le temps ! Je ne sais pas trop si dans les entreprises françaises ça fonctionne comme ça. On ne juge pas forcément sur le parcours scolaire mais sur l'envie, la motivation et la capacité à s'adapter.

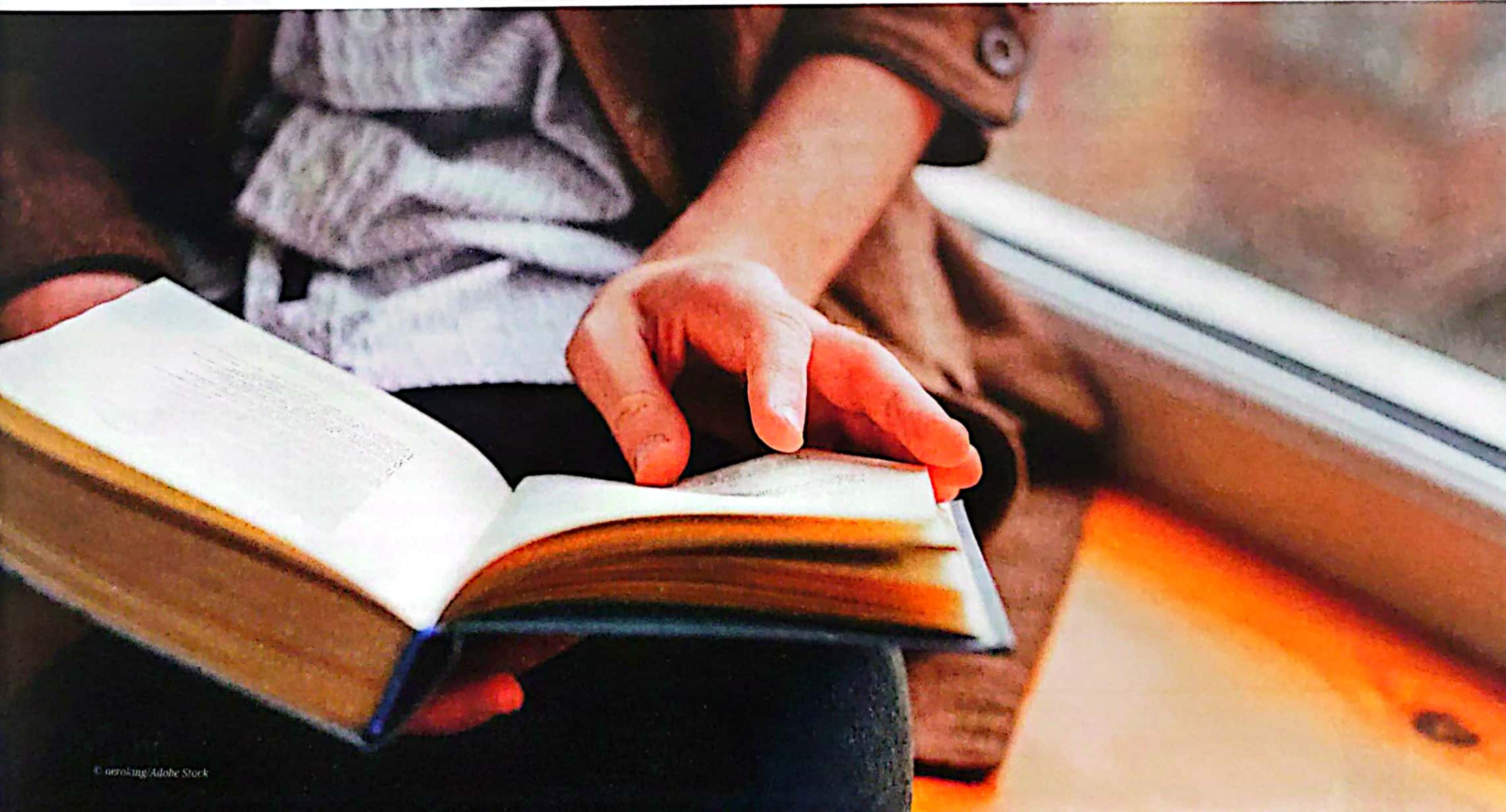
Quels conseils donneriez-vous ?



Je pense qu'il faut se sentir entouré et il faut sentir qu'on croit en nous. On n'est pas ce qu'on veut nous faire croire, des incapables ou des imbéciles. Nos difficultés d'aujourd'hui sont notre force de demain et je le vois vraiment comme un cadeau. Quand j'étais petite c'était très compliqué et très douloureux mais il faut qu'on croit en nous. Personne ne va le faire mieux que nous. Il faut qu'on s'aime même si on est comme ça. On peut s'en sortir, il faut garder la tête haute et rien n'est impossible.

Voulez-vous rajouter quelque chose ?

Merci de me donner l'opportunité de communiquer sur ça. J'ai cruellement manqué d'articles de ce type, enfant et mes parents aussi. On prenait les choses à la légère et j'ai la chance de discuter avec des parents ou des gens qui sont dyslexiques et c'est incroyable d'en parler aussi librement, de ne plus être dans une case et si je peux partager sur ce que j'ai vécu et si ça peut aider j'en serais la plus heureuse du monde.





Pouvez-vous vous présenter en quelques mots ?

Je suis Mathilde, j'ai 27 ans. Depuis novembre 2021, j'ai créé ma marque, je fais de la personnalisation et de l'upcycling et j'ai ouvert une boutique. Je suis plus dans la création.

À quel âge avez-vous été diagnostiquée ? Pouvez-vous nous parler de votre parcours de soin ?

Alors, j'ai été diagnostiquée dyslexique en 2012, j'étais en classe de première. C'était assez tard, même très tard. En classe de CE1, j'avais des difficultés. Je confondais le b, le d. J'avais eu des séances d'orthophonie et puis après en 2006 j'ai fait un bilan psychologique et psychométrique parce que j'avais des difficultés de mémorisation. À ce bilan, on a détecté que j'avais un rapport difficile à l'échec mais j'étais dans la norme. Il n'y avait pas plus d'inquiétude et arrivée en classe de première, je n'arrivais plus avec mon temps de travail à la maison à compenser et ça se ressentait dans mes notes. Ça devenait trop difficile pour moi toute seule de compenser. J'ai donc vu plein de spécialistes, j'ai même cru que j'étais sourde avant d'arriver chez l'orthophoniste pour un bilan et découvrir enfin que j'étais dyslexique. Après ça, j'ai un frère et une sœur qui ont été diagnostiqués haut potentiel. Pour moi c'est pas possible de faire les tests car je suis trop lente et ça fausse les résultats mais j'ai réussi à compenser jusqu'en première avec mon travail j'ai mis des choses et des stratégies en place, c'est

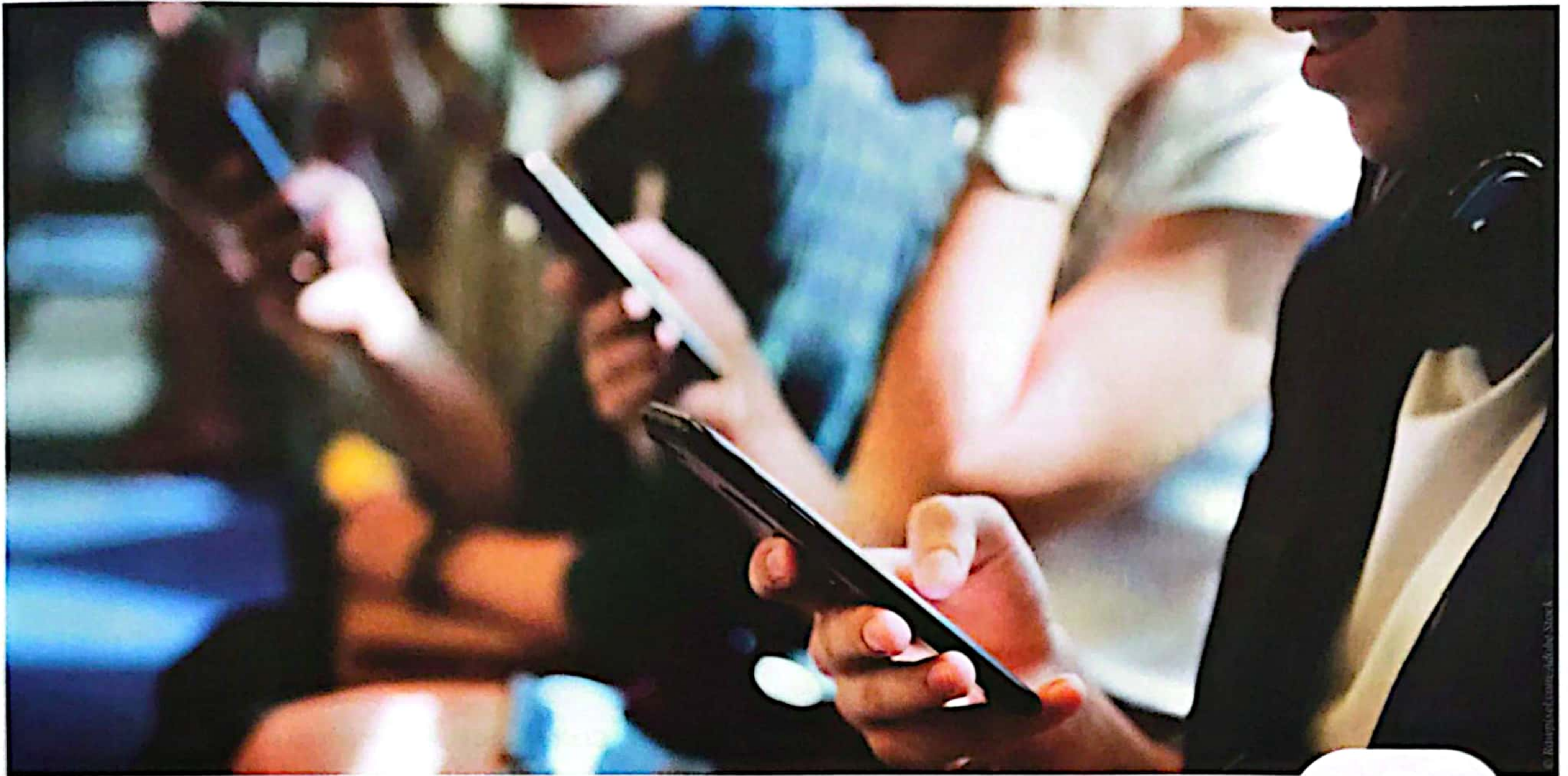
peut-être grâce à ça. Du coup, comment dire, c'est vraiment des mauvais souvenirs. Tous les soirs, tous les week-ends, je n'ai pas eu de vie à côté. Surtout au moment du collège, les amis... La vie sociale à côté c'était pas trop ça. Comme j'avais un rapport difficile à l'échec, comme je n'avais pas d'explication, je bossais, bossais, bossais. Mais j'ai la chance d'avoir mes parents qui m'ont beaucoup aidée. J'aurais préféré être diagnostiquée plus tôt pour le vivre différemment car c'est vraiment beaucoup de mauvais souvenirs. Quand j'ai commencé les séances d'orthophonie, j'avais déjà toutes mes stratégies mais quand on a une orthophoniste qui est là à l'écoute, humain, c'est sûr que ça se passe encore mieux. Parce que vraiment ce n'est pas un moment facile de passer ce test ; en tout cas pour moi c'était horrible, c'est important d'être bien accompagné. J'ai dû faire 6 mois de séances comme j'avais mis en place toutes mes stratégies mais on a fait ça pour me donner de nouvelles habitudes mais c'était pas forcément nécessaire pour moi de continuer après.

Quelles difficultés avez-vous rencontrées dans votre scolarité, de quels aménagements avez-vous éventuellement bénéficié ?

Quand j'ai été diagnostiquée en première, j'étais en première ES. Donc à partir de ce moment-là j'avais le droit à un tiers temps lors des épreuves. Les professeurs étaient au courant. Il y en a certains peut-être qui me donnaient les cours tapés à l'ordinateur. Je sais aussi que je pouvais copier à côté de mon voisin (qui était le premier de la classe) car j'avais du mal à écouter et prendre des notes, c'était assez compliqué de faire tout ça en même temps. Certains professeurs jouaient le jeu et j'avais des cours tapés pour mieux suivre. J'ai eu quelques aménagements qui sont arrivés tard mais qui étaient les bienvenus car c'était de plus en plus difficile. Donc j'avais déjà fait le choix de mon orientation quand j'ai été diagnostiquée. En première, quand on découvre ça, que c'est là depuis toujours c'est aussi difficile à encaisser, c'est la période de l'adolescence. Je crois qu'à ce moment-là j'étais vraiment pas bien, pendant tout le processus donc j'allais chez le psychologue pour parler. Il y avait vraiment un mal-être à ce moment-là. Après le lycée, j'ai fait une année de licence de droit. Je me suis battue, j'ai dû aller aux rattrapages, toujours avec mes tiers temps et j'ai eu ma première année. Même si je

savais que l'année d'après je tentais autre chose, je voulais aller jusqu'au bout si un jour je veux revenir en droit. Maintenant, avec le recul, la dyslexie m'a apporté une capacité de travail, une force, de la persévérance car je suis allée au bout de cette première année. J'ai fait ensuite une année de mise à niveau en arts appliqués où je me suis éclatée. Je n'ai pas vu le temps passer, je m'exprimais différemment, mes difficultés ne se voyaient plus. Je suis ensuite partie en école de mode et en licence professionnelle des métiers de l'entrepreneuriat. C'était pour le côté business que je n'avais pas eu à l'école de mode. Et à ce moment-là, ça a duré un an, j'ai demandé si j'avais mes aménagements pour un tiers temps et on m'a découragée. On m'a dit que ça ne valait pas le coup pour une seule année donc je me suis encore battue pour les avoir. Je me souviens que j'ai eu des cours imprimés sur une feuille A3. Le professeur croyait que je devais être aveugle ! Je crois qu'il n'avait pas compris ce que c'était la dyslexie. J'étais la seule, j'avais des cours imprimés sur de grandes feuilles, ça marquait la différence mais bon, on en a plutôt rigolé après.





Quelles sont vos difficultés actuelles ?

Aujourd'hui, c'est toujours peut-être au niveau de la lecture. Quand on me tend un téléphone pour lire une blague sur les réseaux sociaux par exemple, on me tend le téléphone pendant 10 minutes. Je me mets la pression toute seule car je prends du temps. Et au niveau de l'écriture, il y a toujours des fois où je fais des fautes mais c'est moins pénible car j'ai plus un travail

manuel. Par contre, j'invente toujours des mots à l'écrit ou à l'oral et j'en découvre aussi. Parfois j'essaye de faire corriger mes mails pour être sûre de ne pas faire de fautes mais je suis obligée d'avoir confiance en moi, je me débrouille, je tape le mot sur internet, je me débrouille avec les moyens que j'ai. Au quotidien, je fais avec.



Quels conseils donneriez-vous ?

“Ce n'est pas vraiment un conseil. J'ai accepté ma dyslexie et c'est plutôt une force, j'ai transformé ce handicap en force. Le fait d'avoir toujours plus travaillé que les autres et donc aujourd'hui c'est une fierté d'être arrivée là où je suis avec tout ça, en l'ayant découvert très tard. Avec une dyslexie aujourd'hui on peut faire plein de choses, tous les métiers ne mettent pas en évidence les difficultés liées à ça. Quand je vais sur internet, quand je vais vérifier un mot, on a des outils à portée de main pour nous aider maintenant.

Voulez-vous rajouter quelque chose ?

Au début ça a été difficile à intégrer, de découvrir ça, arrivée en première. Mais finalement aujourd'hui je m'en sers. Par exemple, quand je faisais des lettres de motivation, c'était une force, quelque chose qui m'a permis de développer ma capacité de travail, peut-être plus que d'autres personnes pour qui c'est plus simple. Moi j'ai ce goût de l'effort, du travail. J'essaye de le tourner en positif. Tout ce qui était à un moment donné négatif aujourd'hui c'est plus un point positif quand je me décris, quand on me demande de donner des caractéristiques, je dis capacité de travail, force et directement c'est la description de ma dyslexie.