

Les Conceptions SC

Les petits éclair de Malik

Une histoire pour expliquer
le syndrome de Gilles de la Tourette

DIFFÉRENT
OUI
MOINS BIEN
NON
JUSTE
MOI

COMPRÉHENSION
RESPECT
AMITIÉ
CONFIANCE

Chaque tic est un éclair,
mais Malik **brille**
à sa façon !

ACCEPTATION
DIFFÉRENCE
FORCE

Page 1 – Un nouveau camarade



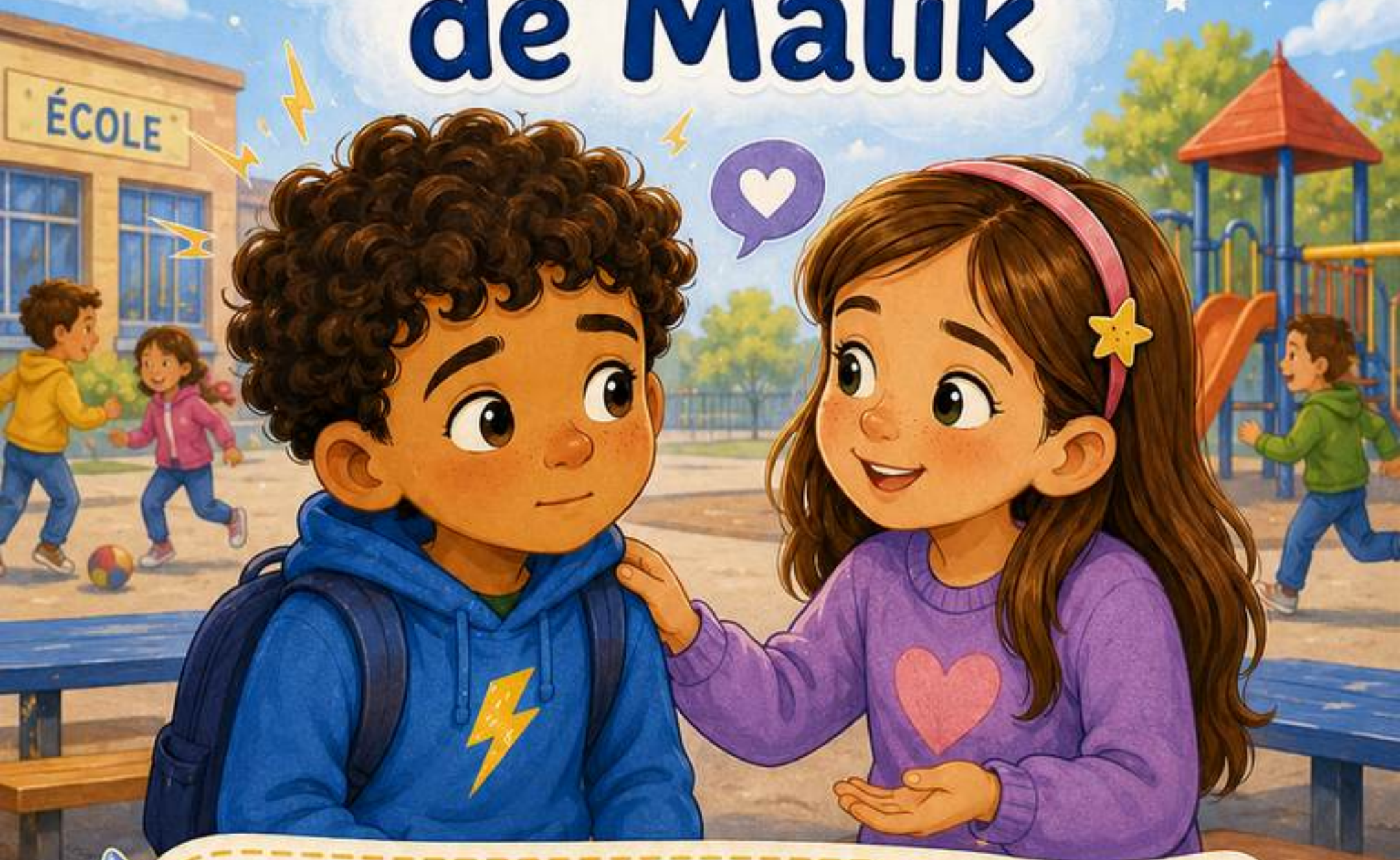
Ce matin-là, une nouvelle élève arriva dans la classe de **Malik**. Elle s'appelait **Zoé**. Elle avait des lunettes rondes, un chandail rempli d'étoiles et un grand sourire. Malik voulait lui souhaiter la bienvenue, mais son épaule se souleva brusquement. Puis il cligna plusieurs fois des yeux. — Hum! Hum! fit-il malgré lui. Zoé le regarda avec étonnement.

Page 2 – Des mouvements mystérieux

- ★ Pendant la lecture, Malik secoua légèrement la tête. Son nez se plissa et un petit son sortit de sa bouche.
— Hum!
- ★ Deux élèves se retournèrent.
- ★ Malik baissa les yeux vers son livre. Il aurait aimé devenir aussi petit qu'une fourmi.
- ★ Il savait que certaines personnes pensaient qu'il faisait ces mouvements pour attirer l'attention. Mais ce n'était pas vrai.



Page 3 –
**Le secret
de Malik**



À la récréation, Zoé s'approcha doucement.

— Est-ce que ça va ? demanda-t-elle.

Malik hocha la tête.

— Oui. J'ai le syndrome de Gilles de la Tourette.

Zoé ouvrit de grands yeux.

— Est-ce que ça fait mal ?

— Pas toujours. Mais parfois, c'est fatigant.

Page 4 – Que sont les tics?

Malik expliqua :

— Mon corps fait parfois des mouvements ou des sons sans me demander la permission.

On appelle cela des **tics**.

Il souleva involontairement son épaule.

— Ça, c'est un **tic moteur**.

Puis il fit un petit bruit avec sa gorge.

— Et ça, c'est un **tic vocal**.

— Alors, tu ne le fais pas exprès? demanda Zoé.

— Non. C'est un peu comme essayer d'empêcher un éternuement.



Comme un éternuement!



Ce n'est pas volontaire!



Page 5 –
**Peut-on
simplement
arrêter?**

CHAQUE
DIFFÉRENCE
EST UNE
FORCE



— Mais peux-tu retenir tes tics ? demanda Zoé.
— Parfois, je peux les retenir pendant quelques minutes, répondit Malik. Mais cela demande beaucoup d'énergie. Il réfléchit un instant.

— Imagine que tu as une démangeaison sur le bout du nez et qu'on t'interdit de te gratter. Plus tu attends, plus l'envie devient forte.

Zoé toucha son nez.

Elle comprenait un peu mieux.



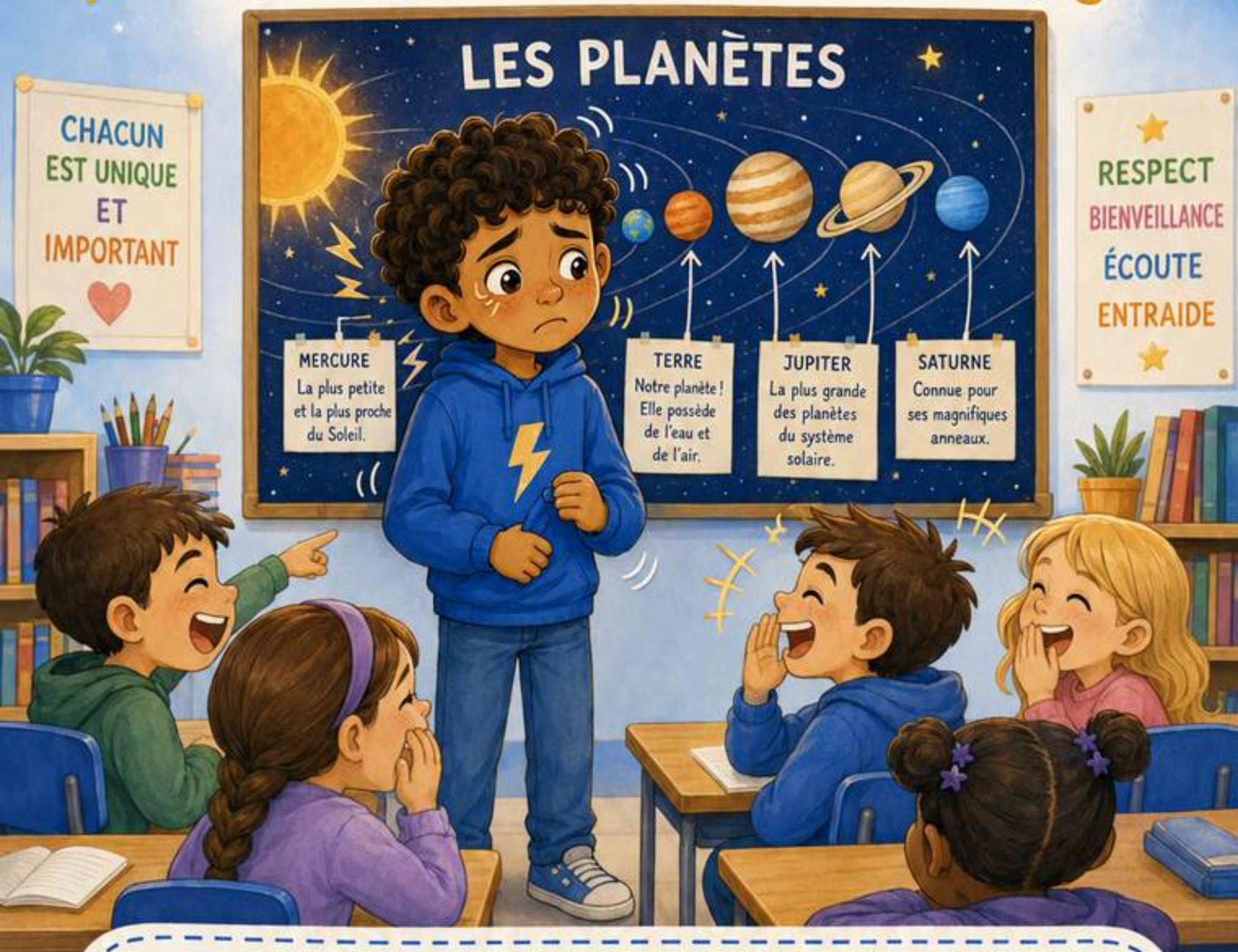
NOS VALEURS

- ★ ACCEPTATION
- ★ DIFFÉRENCE
- ★ FORCE
- ★ AMITIÉ
- ★ CONFIANCE



Nos tics peuvent être
comme une petite démangeaison :
plus on résiste, plus c'est difficile!

Page 6 – Une journée **plus difficile**



Après la récréation, la classe devait présenter un projet devant tout le monde. Malik avait préparé une magnifique affiche sur les planètes.

Mais lorsqu'il se leva, son **cœur** se mit à battre très vite. Ses **tics** devinrent plus nombreux. Il cligna des yeux, bougea son épaule et fit plusieurs petits sons. Quelques élèves commencèrent à **rire**.

Une amie courageuse

Zoé se retourna vers eux.

— Malik ne fait pas cela pour être drôle, dit-elle. Ce sont des tics. Il ne peut pas toujours les contrôler.

La classe devint silencieuse.

Madame Sophie, l'enseignante, s'approcha de Malik.

— Prends ton temps. Nous voulons entendre ton projet.

Malik inspira profondément.

Puis il commença à parler de Jupiter, de Saturne et de leurs nombreuses lunes.

LE RESPECT
NOUS UNIT
LA BIENVEILLANCE
NOUS GRANDIT



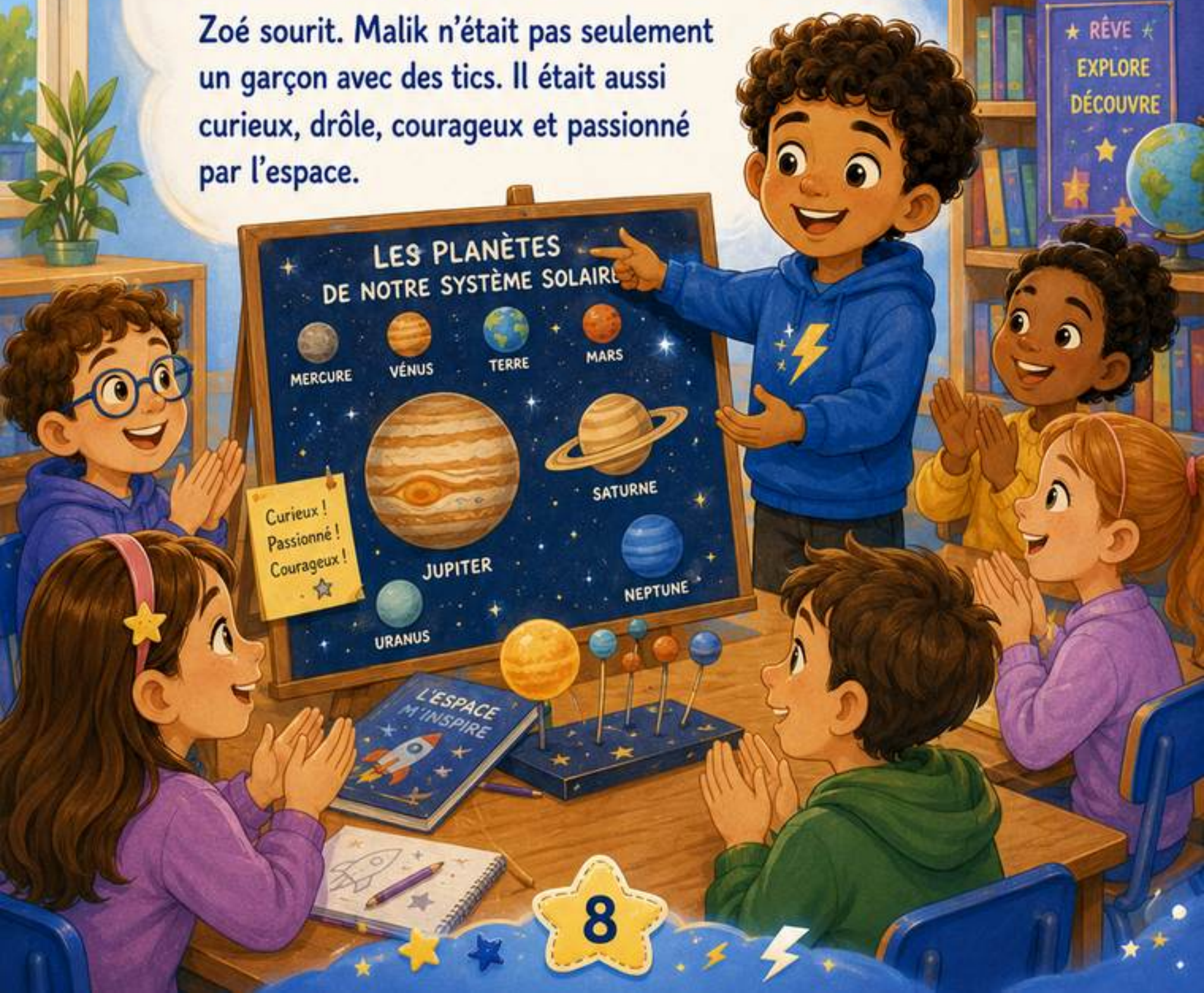
Page 8 – Bien plus que ses tics

Très vite, les élèves oublièrent les mouvements de Malik. Ils étaient fascinés par ses connaissances.

— Savais-tu qu'il existe une énorme tempête sur Jupiter ? expliqua-t-il avec enthousiasme.

À la fin de sa présentation, toute la classe applaudit.

Zoé sourit. Malik n'était pas seulement un garçon avec des tics. Il était aussi curieux, drôle, courageux et passionné par l'espace.



Page 9 – Une question importante

COMPRENDRE,
C'EST DÉJÀ
ACCEPTER !



Tics sonores :
tousser, renifler,
répéter un bruit...

★ Un élève leva la main.

— Est-ce que toutes les personnes qui ont le syndrome de Gilles de la Tourette disent de mauvais mots?

♥ Madame Sophie répondit calmement :

— Non. Très peu de personnes ont ce type de tic. La plupart font d'autres sons, comme tousser, renifler ou répéter un petit bruit.

★ Malik ajouta :

— Mes tics peuvent aussi changer. Certains disparaissent et de nouveaux peuvent arriver.

★ CHAQUE
PERSONNE EST
UNIQUE ET
PRÉCIEUSE !



★ Comprendre, écouter,
soutenir : c'est faire
une grande différence ! ♥

ÉCOUTE
RESPECT
BIENVEILLANCE



Page 10 – Les journées ne se ressemblent pas

Malik expliqua que ses tics étaient parfois très discrets.

D'autres jours, ils devenaient plus forts.

La fatigue, le stress, l'excitation ou les grandes émotions pouvaient les augmenter.

— Quand je suis très concentré sur quelque chose que j'aime, je les remarque parfois moins, précisa-t-il.

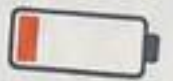
— Comme lorsque tu parles des planètes? demanda Zoé.

— Exactement!

Certains jours...



Fatigué



Stressé



Excité



Grandes émotions



COMPRENDRE
ACCEPTER
SOUTENIR



ÉCOUTE
BIENVILLANCE
RESPECT

CHAQUE
JOUR
EST UNIQUE!

Page 11 – Comment aider Malik?

- ★ La classe chercha des façons d'aider Malik.
 - 💬 — On pourrait éviter de l'imiter, proposa Zoé.
 - 💬 — Et ne pas lui dire sans arrêt d'arrêter, ajouta un autre élève.
 - ♥ — On peut aussi continuer notre activité normalement, dit Madame Sophie. Parfois, la meilleure aide est de ne pas attirer l'attention sur les tics.
- Malik sourit.
- 💬 — Et si j'ai besoin d'une pause, je peux simplement le demander.

LE RESPECT
NOUS UNIT
LA BIENVEILLANCE
NOUS GRANDIT

CHACQUE
DIFFÉRENCE
EST UNE
FORCE !

ÉCOUTE
RESPECT
BIENVEILLANCE

Page 12 -

Le code des étoiles

Les élèves inventèrent un nouveau code pour leur classe.

Ils l'appelèrent le code des étoiles :

- ★ Chaque personne fonctionne différemment.
- ★ Nous ne nous moquons pas.
- ★ Nous posons nos questions avec respect.
- ★ Nous aidons sans juger.

Madame Sophie afficha le code près de la porte.

Tout le monde promet de faire de son mieux pour le respecter.

Le code des étoiles

- ★ Chaque personne fonctionne différemment.
- ★ Nous ne nous moquons pas.
- ★ Nous posons nos questions avec respect.
- ★ Nous aidons sans juger.

ENSEMBLE,
NOUS
BRILLONS !

ÉCOUTE
RESPECT
BIENVUEILLANCE
CONFIANCE

Le code des étoiles

Page 13 - Une place pour chacun

- ★ Quelques jours plus tard, Malik et Zoé construisirent une maquette du système solaire.
- ⚡ Malik fit plusieurs tics en attachant Saturne au plafond.
- ♥ Zoé ne se retourna même pas. Elle continua simplement à tenir la ficelle.
- ★ Malik se sentit bien. Il n'avait pas besoin de cacher une partie de lui-même pour être accepté.

ACCEPTATION
BIENVEILLANCE
CONFIANCE



Page 14 –

★ Les petits éclairs

⚡ Le soir, Malik regarda les étoiles par sa fenêtre.

Ses tics étaient encore présents.
Mais il ne les voyait plus comme une chose honteuse.

★ — Ce sont peut-être de petits éclairs dans mon corps, pensa-t-il. Ils arrivent sans prévenir, mais ils ne définissent pas qui je suis.

♥ Car Malik était un ami attentionné, un explorateur, un spécialiste des planètes et un garçon rempli de rêves.

★ Et comme chaque étoile dans le ciel, il avait sa propre façon de briller.

