

LETTRE AUX PARENTS INQUIETS

Ce document s'adresse aux parents qui s'inquiètent de la parole de leur enfant qui selon eux, bégaie.

Mon message pour ces parents est qu'il n'y a pas lieu de s'inquiéter outre mesure lorsque leur enfant est jeune et au début de ce qu'ils pensent être un bégaiement.

Dans les pages qui suivent je vais tenter de clarifier quelques points qui permettront d'agir de façon efficace face à cette difficulté, souvent de courte durée, de communication.

Mes commentaires et suggestions sont issus d'une longue expérience auprès de ces enfants et de très nombreuses lectures d'auteurs qui ont beaucoup écrit sur ce sujet. Parmi ces auteurs mentionnons Guittar et Starkweathwer que l'on peut consulter dans des sites de l'Internet.

Si vous consultez le système Internet vous trouverez de très nombreux sites au sujet du bégaiement. Plusieurs parents, d'ailleurs, m'ont parlé de leur expérience...très déroutante. «On ne sait plus quoi penser» me disent-ils. Et c'est exact: il y a tellement de points de vue sur la description du bégaiement, sur les causes et sur les approches d'intervention qu'il est difficile de s'y retrouver.

Le point de vue que je vais exposer dans ce document-ci est un des deux qui sont le plus souvent présents dans la littérature générale. Il sera question ici du point de vue systémique ou écologique.

L'autre point de vue est celui qui considère le bégaiement comme un ensemble comportemental d'une parole défectueuse qu'on tente de corriger par des techniques précises qui visent l'enfant uniquement. Donc, ici on réfère à parole surtout.

Communication et dysfluidité

Dans mes entretiens avec les parents je parle de communication d'abord et surtout de communication, et, plutôt que de parler de bégaiement je parle de dysfluidité.

Le mot dysfluidité me semble plus descriptif et ne comporte pas le sens de maladie qui est véhiculé depuis longtemps dans le public en général. Mon expérience m'a appris que les enfants eux-mêmes réagissent très mal au mot bégaiement et se sentent plus à l'aise avec le mot dysfluidité qui décrit assez bien une parole qui manque de fluidité.

J'explique ensuite que l'enfant qui parle le fait dans un contexte de communication, avec son chien et son chat, ses frères et sœurs, les parents et les autres membres de la famille, et, chez les écoliers, avec le personnel de l'école. Et, surprise, la dysfluidité varie selon les contextes de communication dans lesquels l'enfant se trouve!

Les parents constatent en effet que leur enfant est très fluide avec son chien ou son chat, est très fluide lorsqu'il y a une querelle entre lui et ses frères et sœurs mais est moins fluide quand il veut raconter un événement de la journée ou lorsqu'il fait une demande à maman.

J'aborde ensuite la question du développement de la parole et du langage. Lorsque l'enfant commence à parler les parents constatent que les phrases sont courtes et que les mots ne sont pas prononcés comme ceux des adultes. Rien de surprenant pour les parents à ce moment. Un peu plus tard, vers trois ans, certains enfants commencent à répéter des mots ou des syllabes, habituellement au début de la phrase. Souvent ils vont répéter « mais, mais, mais » ou « j'j'j'veux... » ou « et.. et.. .et. ..et... ». Ou ils vont allonger un mot comme « i (il)i ».

Quand ils ont quelques années de plus il peut arriver qu'ils bloquent sur certains sons.

Les parents deviennent alors inquiets et dans la famille, oncles, tantes et grands-parents inclus, on dit que Mathieu ou Sonia « bégaie ». Souvent l'enfant entend cela et à partir de ce moment-là, tout le monde est inquiet!

Être inquiet pour nos enfants est tout à fait normal. On s'inquiète quand ils sont jeunes et on s'inquiète encore quand ils sont des adultes.

Dans le cas de nos petits chez qui la parole est dysfluide, avant de parler de maladie et de bégaiement il est préférable de voir cela comme une étape dans le développement de leurs habiletés de communication, en relation avec tous les autres aspects de leur développement, surtout celui de la cognition, c'est-à-dire, l'ensemble des opérations sensorielles, perceptuelles et surtout celles qui gèrent l'organisation du discours, l'art de mettre en mots et en phrases les nombreuses idées qui habitent notre champ de conscience.

Nous ne nous souvenons pas de nos débuts dans l'art de communiquer parce que la plupart des opérations en cause ne sont pas de l'ordre du conscient. Mais pensez-y chers parents. Pour communiquer efficacement le petit Mathieu ou la petite Sonia doit maintenir son intention de décrire l'événement incroyable qu'il ou elle a vu dans la rue il y a deux heures, et de décrire (de façon simple) les émotions ressenties. Ça c'est la partie cognitive. Mais il faut aussi que l'enfant trouve les bons mots pour faire une phrase que l'on va comprendre. Il faut aussi trouver la bonne intonation de la voix, avec la bonne vitesse, les pauses correctes, et le degré de familiarité correcte avec l'interlocuteur (on ne parle pas à sa mère comme on parle à sa petite sœur ou à son enseignante ou à une amie de sa mère).

L'enfant doit en plus vérifier constamment si la personne à qui il ou elle parle semble intéressée à l'écouter plus longtemps.

Dans certains contextes l'enfant doit entrer en compétition avec un frère ou une sœur pour capter ou garder l'attention des parents ou d'autres adultes.

Sachez que la grande majorité des enfants de trois à six ans a de la difficulté à gérer tous ces paramètres de la communication. Un certain nombre parmi eux ne parviennent que très difficilement à communiquer de façon rapide et efficace et dans tous les contextes ce qu'ils veulent dire. Ils hésitent, répètent des mots, allongent certains autres, dans certaines situations de communication et pas dans d'autres. Ce sont nos enfants dysfluides.

« Bon, maintenant, quelle est la cause de ce phénomène de la dysfluidité, et qu'est-ce qui fait que chez mon enfant la dysfluidité est plus grave que celle de son cousin du même âge? »

Voilà la question qui m'est posée immédiatement après ma description de la dysfluidité. Personnellement j'ai abandonné depuis plusieurs années la pratique d'énumérer les causes possibles. Premièrement, il y en a trop, et deuxièmement, les parents ont souvent déjà leur hypothèse ou leur explication et en général la gardent, quelques soient les explications savantes que nous, orthophonistes, pouvons leur donner.

Mais présentement, la majorité des auteurs sont d'accord pour dire que le développement du bégaiement est de toute évidence le résultat de l'interaction de l'enfant avec son environnement.

Voici ce que je leur dis, et je m'adresse à vous aussi, parents inquiets et autres personnes qui sont en contact avec l'enfant.

Oui, il faudra probablement consulter un ou une orthophoniste mais en attendant vous pouvez aider votre enfant à développer ses habiletés de communication (ce qui est très différent de l'expression « *éliminer son bégaiement* »).

¹¹ Les suggestions et commentaires qui suivent sont traduits et adaptés d'un document de C. Woodruff Starkweather, Ph.D. , Sheryl Ridener Gottwald, Ph.D. et Murray Halfond, Ph.D.

Voici quelques suggestions:

ÉCOUTER DE FAÇON DIFFÉRENTE

Lorsque les enfants arrivent à un certain stade de développement du langage ils parlent tellement que les parents peuvent prendre l'habitude d'écouter de façon sélective. Dans le cas d'un enfant dysfluide il faut s'efforcer d'écouter très attentivement, car il pourrait arriver qu'il détecte cet éloignement temporaire, ajoutant ainsi à son inquiétude face à ce contexte de communication, augmentant alors la dysfluidité.

PARLER DE FAÇON DIFFÉRENTE

Pensez à ralentir la vitesse de votre parole. En effet, la plupart des adultes parlent très vite à leurs enfants. Mais il ne faut pas oublier que les enfants parlent beaucoup moins rapidement parce qu'ils commencent tout juste à coordonner les différents paramètres de la parole.

De plus, lorsqu'ils parlent avec les adultes ils ont des tendances à parler à la même vitesse que ces derniers.

C'est donc une bonne habitude à prendre que de parler à la même vitesse que celle de son enfant.

Mais ralentir sa vitesse de parole n'est pas facile. De nombreux parents n'y arrivent pas. En général ils ont tendance à faire une pause après chaque mot de la phrase ce qui donne l'impression d'un robot programmé pour la parole. L'idée est plutôt d'allonger certains segments de mots ou mieux encore, de faire des pauses, des silences, entre les phrases ou à l'intérieur d'une phrase, comme si vous respectiez les virgules et les points dans une phrase écrite.

Faire des pauses devient également un modèle pour votre enfant. Il peut apprendre de vous que tout n'a pas à être dit en l'espace de quelques secondes, créant ainsi la structure de temps pour organiser ce qu'il veut dire, organiser son discours, en somme.

DEMEURER SILENCIEUX DE TEMPS EN TEMPS

Ceci est plus qu'important.

Demeurer silencieux mais en situation de communication pendant les moments que nous vivons avec les enfants, les nôtres ou les autres, est une habitude et une habileté qui semblent s'être perdues.

En parlant tout le temps (en posant des questions, entre autres) nous donnons l'impression aux enfants que pour communiquer il faut que nous parlions.

En demeurant silencieux à l'occasion vous pourrez diminuer la pression et l'impression qu'a l'enfant de la nécessité de poursuivre une conversation.

Certains enfants sont tellement stimulés à parler que tout le domaine des habiletés motrices se développe moins vite et moins bien. C'est un danger à éviter.

FAIRE ATTENTION AUX INTERRUPTIONS

Assurez-vous que les membres de la famille puissent terminer ce qu'ils ont à dire avant que quelqu'un d'autre parle.

Il y a deux choses que l'on sait au sujet des enfants qui se développent normalement et les interruptions de communication.

Premièrement, si on permet à des enfants d'interrompre d'autres personnes il est fréquent que ces enfants aient de la difficulté avec leurs mots lorsqu'ils sont en train d'interrompre quelqu'un.

Deuxièmement, si un enfant non dysfluide est interrompu par une autre personne cet enfant va probablement être dysfluide si elle ou il essaie de continuer à parler.

Alors, pour l'enfant à risque de bégaiement, toute interruption peut freiner sérieusement la fluidité de parole.

DIMINUER CERTAINS TYPES DE QUESTION

Pour que les enfants puissent répondre à une question il y a plusieurs choses qui doivent être faites.

Tout d'abord, ils doivent comprendre ce que la question signifie. Ensuite, ils doivent organiser leurs idées pour répondre à la question de façon appropriée en plus de trouver les bons mots et la bonne forme grammaticale. Et toutes ces opérations doivent être faites immédiatement parce que le format de communication question/réponse exige cette rapidité d'exécution.

Il y a plusieurs types de questions auxquelles il est facile de répondre. Par contre il y a de nombreuses questions qui demandent des réponses longues et de style narratif qui constituent de véritables obstacles pour des enfants qui en sont à leur début dans l'habileté de communication.

Pour ces enfants, il est alors important d'éviter les questions du genre «qu'est-ce que tu as fait à l'école aujourd'hui? » ou «dis à tante Jacqueline ce que tu as vu au centre d'achats aujourd'hui ». On pourrait s'objecter en disant que les parents ont

bien le droit de savoir ce que l'enfant a fait à l'école aujourd'hui. On suggère alors de parler de nos propres activités durant notre journée. Ceci incite en général l'enfant à raconter spontanément les événements importants de sa journée. La parole, à ce moment là, risque d'être fluide.

CONVERSER AVEC SON ENFANT

Cette suggestion peut paraître surprenante mais si on observe bien il est malheureusement fréquent que nous soyons obligés de donner des directives à nos jeunes enfants, ce qui laisse peu de temps pour converser avec eux. C'est donc une habitude à prendre dans diverses situations, comme pendant un déplacement en auto, une visite chez le médecin ou le dentiste, etc.

ÉLIMINER LE PARLER OBLIGATOIRE

Ceci signifie que lorsqu'on «force» l'enfant dysfluide à parler, la dysfluidité augmente. Ces exigences de parler peuvent avoir différentes formes comme lui demander de réciter l'alphabet ou les mois de l'année, de rapporter le contenu d'une histoire ou d'un événement quelconque. Même demander à un enfant dysfluide de dire «s'il vous plait» ou «merci» peut déclencher un moment de dysfluidité.

QUELQUES SUGGESTIONS POUR LA VIE EN FAMILLE

MAINTENIR LES ROUTINES

De nombreux parents sont surpris de constater que leur enfant manifeste autant de moments de dysfluidité pendant des événements plaisants comme une fête d'anniversaire ou des vacances en famille. On s'attend à ce que ce soit seulement des événements «stressants» qui perturbent la parole. Ce n'est pas le cas. La fête d'anniversaire ou les vacances familiales sont des exemples d'événements qui ne suivent pas la routine familiale habituelle. Ces moments sont pleins de surprises. C'est qu'il manque la structure habituelle et ce manque déclenche invariablement des accroissements de dysfluidité.

On recommande alors de préserver, si c'est possible, le plus grand nombre de routines pendant ces événements « surprise ».

De plus, on peut aider l'enfant en l'informant à l'avance des dates de l'événement et de la façon dont les choses vont se passer.

QUELQUES RÈGLES DE LA COMMUNICATION EN FAMILLE

- 1. Une seule personne parle**
- 2. Tout le monde va avoir son moment pour parler**
- 3. Personne ne passe de commentaires sur la façon de parler des autres**

ATTITUDES ET RÉACTIONS FACE À LA DYSFLUIDITÉ

Les parents se sentent très démunis pendant les moments de dysfluidité de leur enfant et c'est normal. Certains figent littéralement lorsque l'enfant a de la difficulté à parler tandis que d'autres, sans s'en apercevoir, se retournent pour ne pas voir leur enfant en détresse. Après un certain temps ils se demandent s'il ne va pas bégayer toute sa vie avec de plus en plus de difficulté. Souvent l'enfant détecte l'inconfort des parents avec le résultat que la dysfluidité augmente.

Éviter ces réactions n'est pas facile mais il existe quelques solutions.

Information et observation

Tout d'abord informez-vous, non spécifiquement sur le bégaiement mais sur le développement normal des habiletés langagières.

Donnez-vous le temps d'observer que tout le monde est dysfluide à certains moments, que l'on répète, que l'on allonge des mots ou que l'on bloque sur certains sons. Observez les adultes de votre vie et observez-vous ensuite. Vous aurez des surprises. Vous allez également constater que dans certains contextes tout le monde a des moments de dysfluidité (et ça inclue aussi les orthophonistes!). Après cette période d'observation vous ne percevrez pas la dysfluidité de votre enfant avec autant d'anxiété.

Sachez aussi qu'entre les âges de quatre à sept ans 25 à 50 % des enfants passent à travers une période de dysfluidité. Parmi ce groupe chez la moitié de ces enfants la dysfluidité disparaît sans intervention en orthophonie. D'autre part la dysfluidité qui dure un peu de temps chez les autres peut être souvent éliminée par une intervention préventive du type systémique, c'est-à-dire, comme je l'ai expliqué dans ce document, une intervention sur la totalité du système qui est constitué 1) par l'enfant 2) en relation avec tous les membres de sa famille immédiate et de sa grande famille, 3) dans certains contextes, 4) pendant l'exécution de certaines fonctions du langage.

Faites face à la dysfluidité de façon plus efficace

Lorsque votre enfant a de la difficulté à parler il est préférable de le laisser terminer de lui-même. La règle générale est de ne pas interrompre l'enfant dysfluide. Il peut y avoir des exceptions. Si votre enfant ne parvient vraiment pas à prononcer son mot vous pouvez lui demander s'il veut avoir de l'aide. Avec sa permission vous pouvez dire le mot. Ainsi, en lui demandant la permission vous laissez à l'enfant un certain contrôle sur sa communication. Et ce contrôle est un élément important pour l'avenir de son potentiel de communication.

Certains parents semblent croire que si leur enfant parlait moins vite ou que s'il prenait une grande respiration la dysfluidité disparaîtrait. Ces suggestions, malheureusement, ne font qu'accroître le problème. Tout d'abord, c'est la dysfluidité qui cause le problème de respiration et non l'inverse. D'autre part, même si parler plus lentement peut aider à parler de façon fluide, il est quasi impossible de montrer à un enfant à parler plus lentement (rappelez-vous, c'est très difficile pour les adultes). En plus, lorsqu'on dit à cet enfant de parler de façon différente on lui donne le message clair que sa façon de parler n'est pas correcte. C'est possible que l'enfant se dise qu'il n'est pas bon pour parler. La suite? Qu'il ne sait pas parler, qu'il ne doit pas parler et qu'il n'est peut-être pas une bonne personne. Il peut se sentir coupable de ne pas parler correctement et tenter de façon régulière de se trouver différents moyens pour forcer l'expression des mots ou pour éviter certains sons ou certains mots: c'est à ce moment que l'enfant dysfluide devient un enfant bègue.

Donc, suggérer de ralentir ou de prendre une bonne respiration n'est peut-être pas la meilleure chose à faire.

Augmentez votre tolérance face à la dysfluidité

Lorsque vous parlez avec votre enfant il peut arriver que vous soyez distrait par les répétitions de sons, de mots ou de syllabes. Avec un peu de discipline vous pourrez apprendre à vous concentrer sur le contenu du message et non pas sur la forme. Les bègues adultes rapportent que lorsqu'ils étaient enfants personne n'écoutait ce qu'ils disaient. Tout le monde écoutait le bégaiement. Être écouté, entendu, que nous soyons jeunes ou vieux, est la condition première pour se sentir un humain, digne d'être humain. Vous concentrer sur le message de votre enfant est le plus grand cadeau que vous puissiez lui faire.

ACCEPTER DE PARLER DE LA DYSFLUIDITÉ

Cette difficulté ne doit pas être ignorée. Mais ne pas ignorer ne signifie pas que l'enfant doit recevoir l'étiquette de bègue.

Il est normal pour la plupart des parents de ne pas trop parler de la dysfluidité devant l'enfant parce qu'en général les gens pensent que c'est parce que l'enfant est

nerveux qu'il a de la difficulté à parler et que donc si on en parle devant lui on va le rendre plus nerveux. Ce n'est pas le cas.

Lorsque l'enfant trébuche sur un mot et que la dysfluidité est évidente et que les parents ne parlent pas de ce qu'ils voient il se développe (dans ce système enfant/adultes) ce qu'on appelle la conspiration du silence. Même très jeune l'enfant dysfluide sait qu'il parle différemment ou que parler pour lui est difficile. Il ou elle va alors commencer à demander de l'aide de ses parents mais s'ils n'en parlent jamais cet enfant peut devenir encore plus anxieux, pensant que sa parole est si épouvantable qu'elle doit demeurer cachée.

Oui, on peut parler de la dysfluidité dans la famille.

Tout d'abord, en parlant du problème vous confirmez que la difficulté existe et que vous êtes là pour aider votre enfant. Deuxièmement en parlant ouvertement de la chose et de façon décontractée vous rassurez l'enfant en lui disant qu'il ne s'agit pas d'une catastrophe. En procédant ainsi vous amenez l'enfant à vous aider à qualifier ses répétitions, allongements et blocs. Ensemble vous pourrez trouver des mots appropriés. Souvent c'est l'enfant lui-même qui trouve les bons mots. En faisant cela il acquiert encore plus de contrôle sur sa communication. En n'ignorant pas le problème et en parlant sans anxiété vous rassurez votre enfant, il ne va pas se sentir une victime d'une chose affreuse qui vient du dehors et sur laquelle il n'a pas et ne pourra jamais avoir de contrôle.

Augmentez la confiance en soi

Voilà une suggestion à laquelle vous avez déjà pensé comme parents. Des commentaires ne sont pas requis. Il s'agit simplement de rappeler que toutes les occasions pour rehausser chez votre enfant sa confiance face à la vie présente et future sont bonnes.

Contactez un ou une orthophoniste

Ce qui précède constitue un ensemble de suggestions susceptibles d'aider votre enfant et le reste de la famille.

Ces suggestions ne remplacent pas une consultation en orthophonie. Suivez ces suggestions si c'est possible pour vous, et consultez si vous continuez à être inquiets.

Raymond P. Hébert, B.Psy., Ph.D.

**Orthophoniste
OOAQ no 0002**