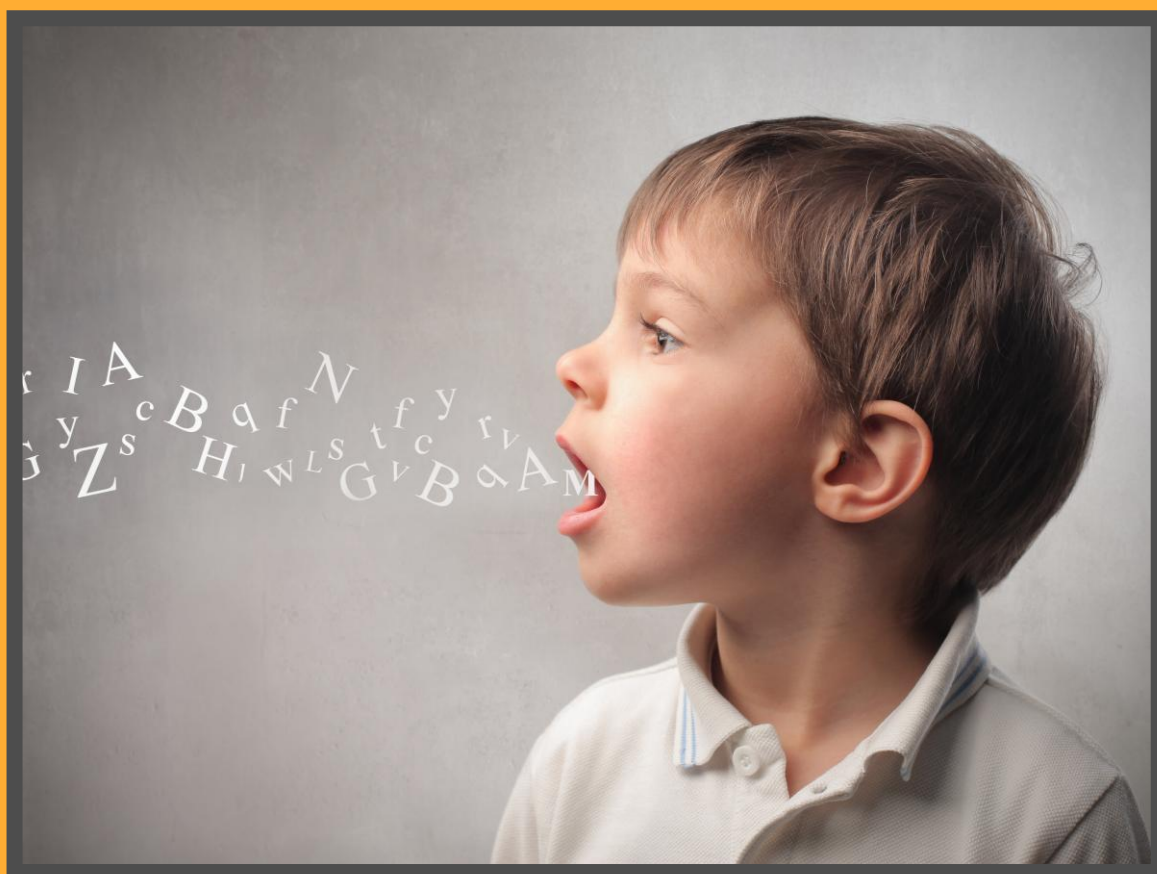


Si votre enfant bégaye... Guide pour les parents

Recommandations pour soutenir le jeune
enfant qui commence à bégayer

Mars 2012



Institut Raymond-Dewar
Centre de réadaptation spécialisé
en surdité et en communication

Cette brochure a été écrite pour les parents qui se questionnent sur la présence de bégaiement chez leur jeune enfant et qui veulent savoir comment ils doivent réagir. Les conseils visent les enfants chez qui les manifestations du bégaiement viennent tout juste d'apparaître (moins de six mois).

Lorsque le bégaiement est présent depuis peu de temps, il est possible que des changements dans l'environnement de l'enfant soient suffisants pour que le bégaiement disparaisse de lui-même, sans intervention. Il est également possible que les hésitations soient normales et diminuent d'elles-mêmes. Toutefois, si vous êtes inquiets ou que le bégaiement persiste, nous recommandons de consulter un(e) orthophoniste.

Les informations dans cette brochure sont nombreuses : en bout de ligne, c'est vous qui choisirez les conseils les mieux adaptés à votre enfant et à votre contexte familial.

Un grand merci aux intervenants et au chef du programme « Adolescents / Jeunes Adultes et Bégaiement » qui ont collaboré au document : Sabine Barbier, Karine Hamel, Jessica Swallert, Judith Guimont et Patrick Lévesque. Un merci spécial à Jessica Swallert, qui a aussi contribué à l'aspect « esthétique » du document.

1. INFORMATIONS GÉNÉRALES

Qu'est-ce que le bégaiement?

Le bégaiement est un problème d'origine neuromusculaire qui entraîne une difficulté à coordonner la respiration, la vibration des cordes vocales et le mouvement des articulateurs de la parole (langue, palais, lèvres).

La parole de tout enfant présente, principalement au moment de l'acquisition du langage, des hésitations, des répétitions de syllabes, des pauses plus ou moins prolongées. Par contre, chez les personnes qui bégaiement, les interruptions de la parole sont plus fréquentes, plus longues et un peu différentes.

Le bégaiement est caractérisé par des répétitions de sons, de syllabes, de mots ou de groupes de mots, des blocages et/ou des prolongements de sons. Il peut aussi y avoir de la tension musculaire, des ajouts de sons ou des mouvements de certaines parties du corps (clignement des yeux, hochement de tête, dilatation des narines, etc.).

Le bégaiement apparaît généralement entre l'âge de deux et cinq ans. Dans environ 75% des cas, le bégaiement disparaîtra de lui-même, généralement entre 6 et 35 mois après son apparition. Toutefois, aucun moyen ne permet de savoir quel enfant récupérera ou non. Quatre à six pour cent des enfants et un pour cent de la population adulte bégaiement. Il y a quatre fois plus de garçons que de filles qui bégaiement.

Quelles sont les causes?

La cause exacte du bégaiement est inconnue, mais la recherche tend vers l'hypothèse d'une **transmission génétique**. Selon les études, 30% à 60% des personnes qui bégaiement ont quelqu'un d'autre dans leur famille qui a eu ou qui présente encore un problème de bégaiement.

Des études ont aussi démontré que le bégaiement est d'**origine neurophysiologique** : l'organisation du cerveau pour le langage et la parole serait différente chez quelqu'un qui bégaiement.

Contrairement à ce qu'on croyait avant, le bégaiement ne découle pas d'un problème psychologique, d'une gêne excessive ou d'une mauvaise éducation par les parents. Les personnes qui bégaiement ne sont pas moins intelligentes que les autres.

Le bégaiement **n'est pas causé par un événement stressant**, tel que l'entrée à la garderie, l'arrivée d'un nouveau bébé, un déménagement ou un divorce des parents. Toutefois, un tel événement peut interférer avec la fragilité du système de la parole et déclencher le bégaiement sous-jacent (sans en être la cause).

Le bégaiement est variable

La fréquence et la sévérité du bégaiement varient selon le moment et les circonstances. En effet, le bégaiement peut disparaître complètement pour une période de temps relativement longue, puis reprendre de façon sévère. Il n'est pas toujours possible de relier ces variations à une cause spécifique (fatigue, stress, émotions).

Généralement, **le bégaiement diminue** lorsque l'enfant parle à un enfant plus jeune ou à un animal, fait un jeu de rôles, se parle à lui-même, chante ou chuchote.

À l'opposé, **le bégaiement augmente** lorsque l'enfant vit des émotions intenses, telles que l'excitation, la colère, la peur ou la nervosité. Le bégaiement augmente aussi lorsque l'enfant est gêné ou fatigué.

Est-ce que mon enfant bégaié?



Tel que mentionné précédemment, la parole de tout enfant présente, surtout au moment de l'acquisition du langage, des hésitations, des répétitions de syllabes et des pauses. L'enfant peut alors répéter des mots ou des bouts de phrases ou utiliser plusieurs « et » ou « euh ». Aucune tension musculaire n'accompagne ces hésitations.

Par contre, si votre enfant présente :

- des répétitions fréquentes de syllabes ou de sons des blocages sur un mot
- des allongements démesurés de sons
- des pauses ou une attitude figée
- un évitement du regard
- des ajouts de sons ou de mots sans lien avec la phrase de l'enfant

Surtout, si l'enfant montre :

- l'impression de lutter contre les mots
- des manifestations d'effort telles que des crispations du visage, de la mâchoire, du cou, froncement des sourcils au moment où il s'exprime

Alors les chances sont élevées que l'enfant présente du bégaiement et il serait important de consulter un(e) orthophoniste.

Accepter que son enfant bégaille :

En tant que parent, vous *pourriez* passer par une gamme d'émotions avant d'accepter le bégaiement de votre enfant, telles que le choc, la négation, le désespoir, le détachement. Si vous avez trop de difficulté à accepter le bégaiement de votre enfant, vous pouvez consulter un professionnel qui saura vous guider. Votre enfant a besoin de votre soutien et il est important qu'il ressente l'acceptation de son bégaiement.

2. COMMENT AIDER MON ENFANT QUI BÉGAIE?

Au tout début, lorsque le bégaiement se manifeste, les chances pour l'enfant d'acquérir une parole normale sont grandement augmentées si le parent agit sur l'environnement de l'enfant. Pour de nombreux enfants, les changements dans les attitudes et les habitudes de vie des membres de la famille ont un effet bénéfique sur leur parole.

Il est important de comprendre que si l'enfant bégaille, c'est que son système de parole est plus fragile, en raison d'une prédisposition au bégaiement. Pour cette raison, il est beaucoup plus sensible à la pression portée sur sa parole, bien que cette pression soit normale et adéquate pour la majorité des enfants. Puisque le bégaiement est plus accentué lorsque l'enfant est anxieux ou stressé, les conseils suivants visent essentiellement à diminuer ces deux conditions.

Vous noterez que certains conseils s'avèrent plus pertinents que d'autres selon votre situation familiale.

Les conseils sont à trois niveaux.

2.1 Réagir au bégaiement

2.2 Améliorer la communication dans la famille

2.3 Modifier l'environnement familial pour diminuer la pression sur l'enfant

2.1 Réagir au bégaiement



CE QUI EST RECOMMANDÉ

- La plupart du temps, il est préférable de **ne pas réagir du tout**, sinon l'anxiété de l'enfant peut augmenter, ainsi que son bégaiement.
- **Laissez votre enfant finir ses phrases** : quand votre enfant bégaye et qu'un mot reste bloqué, laissez votre enfant terminer ce qu'il dit, même si c'est long. Il sait ce qu'il veut dire. Terminer la phrase pour lui ne l'aidera pas à moins bégayer et peut créer des frustrations par rapport à la communication.
- Si l'enfant est soucieux de son bégaiement, **rassurez-le** en lui disant qu'il n'y est pour rien et que tous les gens ont de la difficulté à parler lorsqu'ils sont fâchés, fatigués ou excités. Les petits enfants restent davantage « pris » avec les mots parce qu'ils sont en train d'apprendre à parler ; c'est comme quand ils trébuchent en courant ou qu'ils apprennent à faire de la bicyclette. Chacun apprend à son rythme. Surtout, soyez empathique et positif à sa situation, sans marque de surprise, d'anxiété, de critique, de pitié ou d'autre émotion négative.
- **Acceptez les moments difficiles** : Le bégaiement est variable dans le temps. Certains jours et certaines situations peuvent être pires que d'autres. Soyez compréhensif. Le bégaiement n'est pas facile à vivre... Montrez-vous intéressé à ce que votre enfant vous communique et non à la façon dont il le dit.
- Les journées où l'enfant bégaye davantage: **favorisez les activités motrices** (ex: pâte à modeler, dessins, jeux extérieurs).

Finalement, rappelez-vous que le bégaiement est quelque chose que l'enfant *fait* et ne représente pas ce qu'il *est*. Il est préférable de ne pas l'appeler « bégue » ou « bégayeux ».

À ÉVITER

- **Évitez de demander à l'enfant de répéter** ce qu'il vient de dire (lorsque vous avez compris le message).

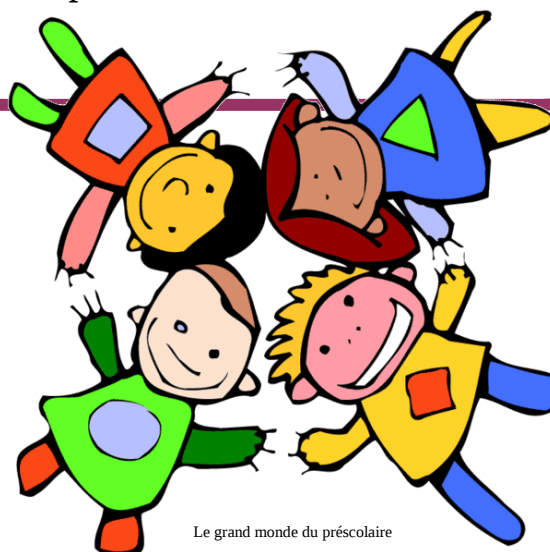
Si on demande à un enfant de répéter ce qu'il vient de dire, il le dira probablement sans bégayer ce qui, cependant, ne l'aide pas pour le prochain moment de bégaiement. Pour aider l'enfant, vous pouvez plutôt donner un bon modèle à votre enfant en répétant vous-même l'énoncé, de façon fluide et ralentie.

- **Évitez de donner des conseils** à l'enfant sur sa façon de parler.

Les commentaires tels que « réfléchis avant de parler », « prend une grande respiration », « parle plus lentement » sont difficiles à comprendre et à appliquer pour l'enfant. Aussi, l'enfant peut développer l'impression d'avoir de faibles habiletés de communication, puisqu'à chaque fois qu'il essaie de parler, il se fait dire comment il aurait dû le faire. Écouter et donner un bon exemple de parole sont de meilleures façons d'aider votre enfant.

- **Évitez de faire des remarques** telles que « arrête de faire ça ».

Le bégaiement n'est pas une mauvaise habitude que l'enfant peut changer s'il essaie vraiment. Rassurez-vous, il ne le fait pas volontairement.



Le grand monde du préscolaire

2.2 Améliorer la communication dans la famille

MODIFIEZ VOTRE PROPRE PAROLE

- **Parlez lentement.**

Ainsi, l'enfant sentira moins de pression et sa parole sera plus facile. Aussi, si vous parlez vite, l'enfant pourra essayer de vous imiter, mais sans avoir la facilité verbale pour le faire.

- **Intégrez des pauses** dans vos phrases et donnez du temps à votre enfant pour parler.

Laissez le temps à votre enfant de prendre son tour de parole, par exemple en comptant trois secondes sans parler à la fin de son énoncé. Intégrez des pauses dans et entre vos phrases pour donner un bon exemple à l'enfant.

- **N'interrompez pas** votre enfant lorsqu'il parle.

Cela peut être frustrant pour lui et ajoute une pression inutile à sa communication. Laissez-lui le temps de s'exprimer.

- Utilisez du **vocabulaire simple** et des **phrases courtes**.

Ce conseil s'applique surtout pour les parents de très jeunes enfants. Quand un jeune enfant apprend à parler, il essaie de produire des phrases plus longues et plus complexes, ce qui met de la pression sur son système de parole et risque d'augmenter la fréquence du bégaiement.

- **Faites des commentaires** plutôt que de poser des questions.

Quand vous communiquez avec votre enfant, essayez de ne pas seulement poser des questions. Les questions ajoutent de la pression sur le système de parole de l'enfant. Essayez plutôt de faire des commentaires, par exemple en augmentant les mots d'appréciation à l'égard de l'enfant, en décrivant les actions qu'il pose ou en parlant de ce que vous voyez. Laissez à votre enfant l'occasion de diriger la conversation.



MODIFIEZ L'INTERACTION LORS DE LA COMMUNICATION



- Maintenez un **bon contact visuel** avec votre enfant :
Le stress de l'interaction peut être diminué quand nous ressentons que la personne nous écoute et est intéressée.
- **Placez-vous au niveau de l'enfant** :
En vous plaçant physiquement au même niveau que votre enfant et en adaptant votre parole à son niveau de communication, vous réduisez le stress d'interaction.
- Prenez le temps d'**écouter** l'enfant et donnez-lui le **temps de parler** :
Quand vous communiquez avec votre enfant, donnez-lui toute votre attention. Laissez-lui savoir si vous n'avez pas le temps de l'écouter : n'hésitez pas à lui demander d'attendre quelques minutes, afin d'éviter qu'il se presse à vous transmettre son message.
- **Évitez de corriger** ses petites erreurs de grammaire et d'articulation en insistant pour qu'il répète les mots après vous. Donnez-lui plutôt le bon modèle des mots ou des phrases.
- **N'imposez pas à votre enfant de parler**, par exemple lorsque vous voulez qu'il explique ce qui s'est passé alors que vous le savez déjà, ou pour qu'il raconte à un membre de l'entourage quelque chose en particulier.

SURVEILLEZ LES INTERACTIONS AVEC LA FRATRIE

...afin d'éviter à l'enfant de vivre trop d'expériences frustrantes lorsqu'il essaie de parler.

- Assurez-vous que la famille porte attention à ce qu'il dit.
- Les frères et sœurs plus âgés doivent apprendre à laisser parler les autres plutôt que de capter l'attention quand ils veulent. Instaurez les tours de parole de façon la plus équitable possible dans la famille.
- L'enfant qui bégaye doit lui aussi apprendre à écouter attentivement la personne qui parle, sans l'interrompre.
- Ne tolérez aucune moquerie des frères et sœurs au sujet du bégaiement.

2.3. Modifier l'environnement familial

L'enfant qui bégaye est sensible à toute pression portée sur sa parole, même lorsque cette pression est considérée comme normale. Il est possible de **modifier l'environnement familial pour diminuer la pression** sur l'enfant, par exemple en portant attention aux aspects suivants.

- Essayez de **réduire** au minimum les activités où il y a de la **compétition**.
- Favorisez des **repas détendus**.
- Accordez **plus de temps dans les transitions** entre deux activités (ex : heure de coucher détendue, plus de temps le matin avant d'aller à la garderie, etc.) et allégez l'horaire de l'enfant pendant la semaine si vous sentez qu'il est « à la course » ou nerveux.
- Soyez **constant au niveau de la discipline**. Assurez-vous que les moyens que vous établissez soient les mêmes, jour après jour, pour que votre enfant connaisse les limites. Appliquez des règles stables qui correspondent à son groupe d'âge.
- Maintenez autant que possible des **routines stables et prévisibles** (sieste, coucher, repas, etc.) et assurez-vous que l'enfant dort suffisamment.



3. SUGGESTIONS POUR L'APPLICATION DE CES CONSEILS

Finalement, gardez en tête que personne n'est parfait, ni parent ni enfant! Nous sommes conscients que vous ne pouvez pas appliquer tous ces conseils : vous pouvez choisir des moments spécifiques dans la journée pour appliquer ceux qui vous conviennent le mieux.

Voici des **suggestions d'activités** où vous pourriez appliquer les conseils de cette brochure :

- Accordez **quinze minutes par jour** à votre enfant, préférablement le matin, pour jouer avec lui. Dans cette période de jeu, suivez son initiative, accordez-lui toute votre attention et favorisez une communication optimale, telle que décrite préalablement.
- **Racontez ce que vous avez fait aujourd'hui** : à l'heure du repas, ceux qui ont envie peuvent raconter ce qu'ils ont fait pendant la journée, pendant que les autres écoutent attentivement.
- **Racontez une histoire** avec votre enfant : l'heure du coucher est le moment idéal pour le faire. À ce moment, l'enfant est plus calme. Choisissez une histoire que l'enfant connaît bien et racontez-la ensemble, à tour de rôle. Vous pouvez également inventer une histoire ensemble.
- **Jouez à un jeu de société** / de table / éducatif : profitez de l'occasion pour avoir une belle interaction de communication : il est possible de parler en jouant à presque n'importe quel jeu, même si vous n'y êtes pas habitué.
- **Cuisinez** : si vous avez le temps et que votre enfant en a envie, demandez lui d'être votre assistant. Vous aurez certainement beaucoup à vous dire l'un à l'autre.

Bref, il est important de réserver du temps à chaque jour où vous pourrez communiquer soigneusement avec votre enfant tout en ayant du plaisir. Pour l'enfant qui bégaye, la communication est exigeante. C'est pourquoi **garder une attitude positive** et lui laisser savoir que vous comprenez et acceptez la situation est essentiel. Il doit pouvoir compter sur votre compréhension et votre soutien.



4. LES MOQUERIES

Que faire si mon enfant vit des moqueries à la garderie?

Un enfant qui est différent est davantage victime de moqueries, parfois dès la garderie. Les moqueries peuvent amener l'enfant à vivre du stress, de l'anxiété, à se refermer sur lui-même et/ou à développer une faible estime de soi.

- **Faites équipe avec les éducateurs de la garderie.** Vous pouvez parler des difficultés de votre enfant aux intervenants de la garderie et leur demander d'être attentifs aux moqueries. Demandez à être informé si des moqueries surviennent. Vous pouvez aussi leur remettre ce document.
- **Soyez à l'écoute de votre enfant.** Si votre enfant fait des crises pour ne pas aller à la garderie ou s'il vous dit que d'autres enfants ne sont pas gentils avec lui, communiquez avec la personne responsable pour savoir ce qui se passe. Les moqueries peuvent parfois passer inaperçues.
- **Parlez de la situation avec votre enfant :** même s'il est tout petit, il comprend et ressent beaucoup de choses.
- **Discutez calmement avec les intervenants** de la garderie des interventions à faire pour que les moqueries cessent.



5. L'ESTIME DE SOI

Qu'est-ce que l'estime de soi?

L'estime de soi est l'image et l'appréciation globale que l'on a de soi-même. Elle se construit en plusieurs étapes simples :

- en accumulant de petits succès au quotidien;
- en créant des liens de confiance et d'appartenance avec son entourage;
- en se sentant en sécurité;
- en connaissant ses goûts, ses forces et ses faiblesses.



L'estime de soi et le bégaiement

Tout enfant qui vit une difficulté particulière est plus à risque d'avoir une faible estime de lui-même. C'est avec l'aide de ses parents qu'il apprendra à s'aimer, à avoir confiance et à se respecter malgré ses limites et ses difficultés.

Comment renforcer l'estime de soi chez mon enfant?

Ce sont de petits gestes au quotidien qui font la différence. Voici quelques suggestions :

- saluez les bons coups et les bons comportements de votre enfant;
- assurez-vous qu'il vive des succès dans d'autres sphères que la communication et valorisez ces succès (ex : le féliciter pour un bricolage qu'il a fait);
- encouragez-le à réaliser seul une activité adaptée à ses capacités et félicitez-le lorsqu'il réussit;
- passez des moments d'échange dans des activités qui ne requièrent pas nécessairement de parler (ex : jeu de chatouilles, jeux moteurs);
- dédramatisez les erreurs;
- cajolez-le et dites lui souvent que vous l'aimez;
- évitez de comparer votre enfant aux autres et d'avoir des exigences trop élevées pour lui;
- assurez-vous de renforcer aussi les messages verbaux de votre enfant, même s'il bégaié.

Prenez conscience de vos exigences envers votre enfant. S'il sent que vous aimeriez un enfant « parfait » et qu'il doit toujours faire de son mieux, il peut vivre un sentiment d'échec et un manque de confiance en lui peut naître. Soyez tolérants en raison de son âge, de sa différence, de ses intérêts et de son rythme particulier.

6. QUE SE PASSE-T-IL SI LE BÉGAIEMENT PERSISTE?

Si le bégaiement persiste, malgré toutes les adaptations que vous faites pour diminuer la pression exercée sur l'enfant dans son environnement, nous recommandons que vous consultiez un(e) orthophoniste.

Notre établissement offre des services aux enfants de trois ans et plus qui bégaiement depuis plus de six mois ou depuis trois mois s'il y a eu un bloc d'intervention en orthophonie avec résistance à l'intervention. Nous desservons la clientèle de certains secteurs de l'île de Montréal ; référez-vous à un intervenant de l'Accueil-Évaluation-Orientation de l'IRD pour savoir si votre enfant est admissible à nos services. Une prescription d'un médecin ou un rapport en orthophonie est nécessaire pour l'ouverture d'un dossier en bégaiement à l'IRD.

L'orthophoniste interviendra auprès de vous et de votre enfant, pour vous informer sur le bégaiement et vous enseigner des techniques à pratiquer avec votre enfant à la maison, dans le but d'éliminer ou de réduire le bégaiement. L'orthophoniste travaille en équipe interdisciplinaire : vous pourrez avoir accès à d'autres professionnels si le besoin se fait sentir.

Lorsque vous viendrez en orthophonie pour la première fois avec votre enfant, il est préférable de ne pas lui dire qu'il devra parler : l'enfant pourrait alors sentir de la pression et refuser de parler lors de la rencontre. Plutôt, dites-lui que vous allez rencontrer « une madame » (ou un monsieur, le cas échéant) qui fera des jeux avec votre enfant. Si l'enfant est conscient de son bégaiement, vous pouvez dire que « la madame » fera des jeux avec lui pour l'aider à mieux faire sortir les mots.



Sources d'inspiration

Conseils aux parents pour améliorer la fluidité de parole de leur enfant

J. Fortier-Blanc et C. Phénix, 1990.

Prévention du bégaiement du jeune enfant, À l'attention des Professionnels de la Petite Enfance

Association Parole Bégaiement, www.begalement.org.

Quand les tout-petits apprennent à s'estimer

Duclos, G., Les Éditions Sainte-Justine, 1997.

Si votre enfant bégaié... guide pour les parents

G. Dussault, M. Bernos, L. Bertrand et R. Tardif, 1981, traduit de *Speech Foundation of America*, Les Éditions Prolingua et les Éditions Intelco Inc.

Stuttering and your Child : Help for Parents

Stuttering Foundation of America, video disponible sur www.youtube.com.

What you can do to help your child who stutters

N. Beausoleil, R. Fortin, G. Lauzier, et M. Moranville, HSJ, 2000.

Soirée Accueil Bégaiement, soirée d'information pour les parents

S. Barbier, G. Bégin, J. Dubé et S. Bérubé, IRD, 2010.

Évaluation du bégaiement

N. Beausoleil, Mentorat IRD, 2011.

Références

Guitar, B. (2006). *Stuttering: An Integrated Approach to It's Nature and Treatment* (3e édition). Baltimore: Lippinott Williams & Wilkins.

Guitar, B. & McCauley, R. (2010). *Treatment of Stuttering: Established and Emerging Interventions*. Baltimore: Lippinott Williams & Wilkins.

Yairi, E. & Seery, C.H. (2011). *Stuttering: Foundations and Clinical Applications*. New Jersey, Upper Saddle River: Pearson Education.

QUELQUES RESSOURCES

Institut Raymond-Dewar, programme Adolescents/Jeunes Adultes et Bégaiement www.raymond-dewar.qc.ca

Association des jeunes bègues du Québec (AJBQ)

Groupe de soutien pour les jeunes bègues et leur famille, documentation, information, activités, www.ajbq.qc.ca

Association des Bègues du Canada (ABC)

Groupe d'entraide au service des personnes bègues et des personnes intéressées par le bégaiement, <http://www.abcbegaiement.com/>

Ordre des orthophonistes et audiologistes du Québec (www.ooaq.qc.ca)

