

CONSEILS AUX PARENTS AYANT UN ENFANT QUI BÉGAIE.

Diverses contributions.



CONTENU

Aux mères soucieuses du bien-être de leur enfant qui bégaie. Page 2.

Conseils de Barry Guitar, Ph. D. et de Edward G. Conture, Ph. D. Page 3.

Le success story de Marley, page 6.

(Recherche) Un environnement positif peut contrebalancer des expériences pénibles vécues pendant l'enfance. Page 9.

AUX MÈRES SOUCIEUSES DU BIEN-ÊTRE DE LEUR ENFANT QUI BÉGAIE

Conseils d'Anna Margolina¹ (à une mère qui bégaie et dont la petite fille bégaie également).

« Bien que je ne sois pas qualifiée pour vous donner des avis professionnels, voici une ligne de conduite personnelle à laquelle je crois :

- 1) Retenez-vous d'émettre tout commentaire sur la parole de votre enfant. Si l'enfant prononce mal un mot, commencez simplement à utiliser ce mot plus souvent en le prononçant plus lentement et plus clairement, mais sans que cela soit évident. Si l'enfant augmente son débit et est difficile à comprendre – commencez par déterminer vous-même le débit de parole (parlez au même débit que lui) puis, progressivement, ralentissez votre débit. Si l'enfant est irrespectueux ou utilise des mots grossiers – ne réagissez pas émotivement ; attendez un moment plus propice pour lui parler des mots grossiers. *Votre but sera de lui éviter une anxiété de parole et des inquiétudes face à sa parole.*
- 2) Écoutez-le attentivement, accordez-lui toute votre attention, soyez authentique. S'efforcer de retenir l'attention d'un adulte est source de stress pour un enfant un tant soit peu émotif. S'il craint que vous ne l'écoutez pas, il pourrait devenir nerveux, ce qui pourrait aggraver ses difficultés.
- 3) Acceptez le fait que votre enfant bégaie. Soyez assurée qu'avec votre appui et vos connaissances, son expérience du bégaiement sera bien différente de la vôtre (la mère bégayait aussi). 80 % des enfants auront cessé de bégayer à l'âge scolaire. *Les enfants sont très sensibles au langage corporel et à l'énergie émotive. Si vous devenez nerveuse chaque fois que votre enfant bloque, il s'en apercevra. Si votre cœur se brise à chacun de ses blocages, il s'en apercevra.*

Lorsque mon fils eut des disfluences aux âges de 3 ½ - 4 ans, j'ai mis ces conseils en pratique tout en acceptant le fait qu'il puisse bégayer. Je savais que, bégaiement ou pas, c'était à nous de l'aider à grandir heureux et confiant. Sa parole n'est maintenant plus différente de celle des autres enfants de son âge. Il s'enfarge lorsqu'il est excité, tout comme les autres enfants. Bien que ce ne soit pas des avis d'experte, vous pourriez fort bien y trouver quelque chose qui vous sera utile. »

Anna Margolina, Ph. D. (mars 2014 sur *neurosemanticsforstuttering*).

¹ Anna Margolina est une personne qui bégaie (PQB). Elle a entrepris un remarquable parcours personnel afin de régler son sérieux problème de bégaiement. Elle est maintenant praticienne en PNL et hypnothérapeute.

Dans son livre, [L'Art du lâcher-prise](#), Anna affirme ceci : *Je crois que la meilleure prévention contre le bégaiement adulte/persistant est d'aider l'enfant à construire et à maintenir sa confiance en sa capacité à s'exprimer.*

Voici d'autres remarques relatives au bégaiement d'un enfant :

- En attirant l'attention de l'enfant sur son bégaiement (ou en consultant des orthophonistes), l'enfant pourra en déduire que sa parole n'est pas normale. Mais cela ne doit pas être une raison pour ne pas consulter. Plus l'orthophoniste sera expérimentée auprès des enfants qui bégaiement, mieux l'enfant s'en portera.
 - Soyez toujours attentif lorsque votre enfant vous parle. Si vous ne lui accordez pas votre attention, il pourrait en venir à croire que personne ne l'écouterait s'il bégaiement.
 - Il est terrible pour un enfant d'avoir [honte](#) à cause de sa parole.
 - Bien sûr qu'un parent aimant ressent de l'anxiété et une souffrance intérieure lorsqu'il voit son enfant bégayer. Mais ne lui montrez pas.
 - Toute la famille devrait participer à la thérapie de l'enfant, du moins au début.
 - La parole deviendra, très tôt, une question de performance plutôt que de communication.
 - Ceux qui portent attention à la façon dont s'exprime l'enfant plutôt qu'à ce qu'il dit auront un impact négatif sur l'estime que l'enfant aura de lui-même. Cet enfant aura tendance à se retirer, à s'isoler de plus en plus. Solution : mettre l'accent sur ce qui est positif chez l'enfant.
-

Voici des conseils rédigés par Barry Guitar, Ph. D., Université du Vermont, et Edward G. Conture, Ph. D., Université Vanderbilt.

1. Parlez avec votre enfant sans vous dépêcher, en faisant de fréquentes pauses. Lorsqu'il a fini de parler, attendez quelques secondes avant de parler à votre tour. Votre débit ralenti et votre parole détendue seront bien plus efficaces que des critiques ou conseils du genre "ralentis" ou "essaie encore plus lentement."
2. Réduisez le nombre de questions que vous lui posez. Plutôt que de lui poser des questions, commentez simplement ce qu'il vient de dire.

3. Utilisez des expressions faciales et autres formes de langage corporel pour lui faire comprendre que vous portez attention au contenu de son message et non à la façon dont il l'exprime.
4. Prévoyez, quotidiennement, une période prédéfinie de quelques minutes pendant lesquelles vous concentrerez votre attention exclusivement à votre enfant. Chez un plus jeune enfant, ces moments tranquilles et calmes pourraient bien contribuer à l'élaboration de sa confiance.
5. Aidez tous les membres de la famille à parler et à bien écouter à leur tour. Les enfants, et spécialement ceux qui bégaiement, trouvent bien plus facile de parler lorsqu'il n'y a que peu d'interruptions.
6. Observez bien la manière dont vous interagissez avec votre enfant. Efforcez-vous d'accroître ces moments privilégiés qui lui feront savoir que vous l'écoutez et qu'il a tout le temps voulu pour s'exprimer.
7. Plus que tout, faites-lui comprendre que vous l'acceptez tel qu'il est. La force la plus puissante sera l'appui que vous lui prodiguerez, qu'il bégaiement ou pas.

Voici ce que dit encore Anna (courriel du 23 novembre 2016) :

Lors de mon séjour en Russie (son pays d'origine), j'ai mis le doigt sur les racines de certaines de mes croyances dévalorisantes et de mes réactions émotionnelles ayant favorisé mon blocage/bégaiement. Je montrais à mon père des photos de ma vie aux États-Unis. Sur l'une d'elles on me voyait gagnant un concours de discours et tenant des trophées avec un autre gagnant — lequel, incidemment, était en chaise roulante. Mon père me demanda avec une légère grimace de mécontentement — « Quel problème il a avec ses jambes ? » Je répondis avec une grande fierté : « C'est un type épatant ; il a un problème de dystrophie musculaire, raison pour laquelle il est en chaise roulante. » Et mon père de dire : « Très bien, ne copie pas cette photo pour moi, elle me dérange. » Je me suis dit en moi-même, « Pauvre papa, il semble ne pas être à l'aise avec des personnes handicapées. » J'image combien il lui fut difficile de voir sa seule fille incapable de parler sans grimacer de façon horrible, avec des mouvements convulsifs et des blocages.

Je sais maintenant que les enfants sont de véritables petits radars : *leur esprit inconscient excelle à saisir les états émotionnels et les signaux d'autrui*. Voilà un domaine où les parents peuvent faire une énorme différence en commençant par leurs propres croyances et perceptions. Si vous avez un mouvement de recul chaque fois que votre enfant bégaiement, ou que

vous êtes embarrassée lorsque d'autres personnes le voient et l'entendent, ou si vous nourrissez cette croyance inconsciente que seuls les enfants « normaux » peuvent réussir dans la vie ou que seuls ceux qui s'expriment correctement méritent notre attention, cela transpirera dans vos réactions quotidiennes inconscientes, peu importe vos efforts pour le cacher, amenant votre enfant à croire les mêmes choses.

Savoir sincèrement apprécier et reconnaître les talents et capacités uniques de votre enfant, le féliciter sincèrement pour ses réalisations et en distinguant toujours clairement ce que fait l'enfant et ce qu'il/elle est, peut avoir un impact positif considérable sur sa vie².

Les mêmes principes s'appliquent à nous aussi d'ailleurs (parlant des PQB). Apprendre à voir au-delà de notre parole, apprendre à chérir nos réussites, nos talents et nos capacités uniques, maîtriser l'art de l'amour inconditionnel envers notre noyau identitaire peuvent avoir un impact positif considérable sur nos réactions émotionnelles. Il s'agit d'un voyage, d'un parcours d'apprentissage et donc de découvertes, mais un voyage qu'il vaut vraiment la peine d'entreprendre.

Anna

www.healingmindtalks.com

Lu dans *Les bégaiements, Interprétations, diagnostics, thérapies 160 exercices*, par Françoise Estienne, Henny-Annie Bijleveld et Anne Van Hout, 3^e édition entièrement revue et augmentée, page 22 :

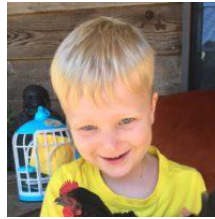
« Les courants comportementalistes considèrent le bégaiement comme une réponse apprise. L'excessive attention portée par les parents à des erreurs « développementales » de diction chez le jeune enfant contribuerait à les renforcer et à augmenter leur fréquence. Le rôle de l'anxiété a été souligné par la psychologie générale (confirmée par les croyances). »

Voir aussi cet excellent article de Goodbye bégaiement (Laurent Lagarde) en cliquant [ICI](#)

Traduits par Richard Parent, 26/11/2014; rév 11/2015, 04/2016; 05/2016; 12/2016, aug. 01/2017; relecture 10/2019; Antidote 12/2016

² Voir à cet effet l'article à la page 9.

Marley, Australie



En 2018, un ami ([Matthew O'Malley](#), (lien anglais) pour ne pas le nommer) insista, bien que poliment, pour que je traduise la deuxième édition du livre de [Lee Lovett](#) que je ne connaissais pas. Depuis, j'ai découvert un homme au grand cœur, comme on en trouve d'ailleurs souvent dans notre communauté. Lee, qui est âgé de 85 ans et indépendant financièrement, s'évertue non seulement à aider gratuitement les adultes qui bégaiant, mais aussi – et c'est d'ailleurs ainsi que débuta son aventure il y a plus de 40 ans – à aider des parents ayant un enfant qui bégaiant. Là où vous pourriez être étonné des méthodes de Lee, je vous expliquerai la raison d'être sur laquelle repose cette méthode. Voici le témoignage d'une maman ayant bénéficié de l'aide de Lee pour son enfant. RP

Mon nom est Julie et je suis la maman de Marley. Nous vivons en Australie. Marley, qui vient d'avoir cinq ans, avait un problème de bégaiement plutôt sévère. Lorsqu'il commença, à l'âge de 3 ans, à bégayer, j'avais l'habitude de le reprendre. Mais le problème semblait prendre de l'ampleur. À la prématernelle, ne pouvant se faire comprendre, ou du moins pas assez rapidement au goût des autres enfants, ces derniers l'ignorèrent.

Nous avons, pendant un certain temps, consulté un orthophoniste, mais cela n'a pas donné de résultats satisfaisants. Effectuant une recherche sur Amazon, je tombe sur le livre de [Lee G. Lovett](#) et l'ai lu. Cela faisait beaucoup de sens pour moi et dans le livre, l'adresse courriel de Lee était mentionnée. Je lui envoyai un courriel auquel il répondit immédiatement et nous avons commencé à échanger sur Skype. Lee m'avisa ne pas vouloir coacher directement Marley par crainte de l'intimider; mais il voulait me coacher afin que je puisse aider Marley. C'est ainsi que nous avons débuté nos rendez-vous réguliers sur Skype.

Étant donné le jeune âge de Marley – il avait alors quatre ans – il n'était pas question d'utiliser les méthodes de Lee. Lee suggéra que je lise simplement des histoires à Marley, des histoires, il va sans dire, que Marley aimerait, puis de lui demander de répéter ce que je venais de lui lire. De cette manière, selon Lee, Marley ne bégayerait pas en répétant mes mots. Lee avait raison. Par

LE SUCCESS STORY DE MARLEY

conséquent, Marley commença à entendre ma lecture dépourvue de bégaiement pour ensuite s'entendre parler sans bégayer. Plus je lisais à Marley, moins il bégayait pendant la journée.

Lee me suggéra également de lui faire « jouer des personnages » qu'il aimait (comme Spiderman et Superman) car, étant trop préoccupé à bien rendre son personnage, il ne devrait pas bégayer. Cela aussi devait s'avérer exact. Le bégaiement de Marley se fit alors beaucoup moins présent.

Mais le test ultime pour Marley fut à l'école. Lee insista pour que je parle aux professeurs de Marley, à tous ses professeurs, afin de leur demander de NE PAS forcer Marley à parler devant la classe et de le faire parler uniquement s'il se portait volontaire³. Lee m'expliqua que plusieurs PQB ont commencé à bégayer en situations scolaires⁴ et que plus on les obligeait à parler en classe, plus leur bégaiement s'amplifiait. Il me référa à la vidéo de Fahad, un autre [Success Story de SAA](#), vidéo fort intéressante expliquant comment les enseignants et les thérapeutes contribuèrent à accroître son bégaiement. J'ai donc parlé avec tous les professeurs de Marley et ils ont coopéré.

Depuis que Lee et moi avons, à la hâte, commencé à échanger sur Skype en janvier 2018, Marley a réduit son bégaiement de 98 %. Il n'a pas connu de rechute depuis maintenant deux mois. Bien sûr, comme il est très jeune, nous devons le surveiller de près. Entre-temps, Lee insiste pour que je continue, autant que possible, à faire la lecture à haute voix à Marley, lui demandant de répéter ce que j'ai lu. Jusqu'à maintenant, cela a réduit son bégaiement tout en l'aidant à apprendre à lire, et, bien sûr, à nous rapprocher davantage, tous des éléments positifs. Lee m'a réconforté en me disant que si Marley venait à connaître une rechute plus tard, plus âgé il sera, plus il pourra utiliser ses méthodes. Jusqu'à maintenant, nous nous en sommes tenus à la méthode de lecture à voix haute.

J'aimerais attirer votre attention sur l'importance de NE PAS corriger la parole de votre enfant car cela ne ferait que le rendre encore plus conscient et inquiet de sa parole, ce qui ne peut qu'amplifier le problème. Cependant, j'ai l'impression qu'en répétant ce que m'a dit Marley (lorsqu'il lutte avec une phrase), sans lui faire sentir de désapprobation, je contribue à

³ Comme certains d'entre vous le découvrirez dans le livre de Lee Lovett, la méthode de Lee repose sur la [plasticité cérébrale](#). En résumé, notre cerveau a besoin d'entendre une parole fluide pour remplacer les circuits neuronaux de bégaiement par de nouveaux circuits de parole fluide. Et cette plasticité étant à son summum lorsqu'un enfant est tout jeune, cette réorganisation cérébrale est quasi assurée. Il ne s'agit donc pas d'évitement mais de favoriser un processus d'amélioration de la parole en profitant de la plasticité cérébrale.

⁴ Là où les moqueries sont, hélas, très nombreuses, les enfants pouvant être d'une cruauté inouïe entre eux. RP

LE SUCCESS STORY DE MARLEY

l'instauration de souvenirs de parole fluente⁵. À l'usage, je constatai que Marley commençait à répéter ses propres phrases avec fluence après avoir eu un moment de bégaiement sur celles-ci.

Tout bien considéré, le cas de Marley EST UN Success Story, Marley ayant sérieusement bégayé auparavant, ce qui n'est plus le cas maintenant. Ainsi, je recommande chaleureusement [le livre de Lee](#), tout en louant les efforts de Speech Anxiety Anonymous (SAA) , l'organisation sans but lucratif mise sur pied par Lee et d'autres PQB pour venir en aide, gratuitement, à ces dernières. Il s'agit d'un merveilleux concept d'une grande générosité de la part de tous ceux qui sont impliqués au sein de SAA. Marley et moi ne pourrons jamais remercier suffisamment Lee et SAA et nous leur exprimons notre reconnaissance et nos remerciements pour les services qu'ils rendent accessibles à ceux qui veulent en profiter.

Julie (mère de Marley) et Marley, Australie, juin 2018.

Traduction de Richard Parent, juin 2018.

⁵ Un autre fondement de la méthode de Lee est de cesser d'instaurer [de nouveaux souvenirs de bégaiement](#) pour les remplacer par des souvenirs de parole fluente, favorisant ainsi, grâce à la neuroplasticité cérébrale, l'instauration d'un état d'esprit, d'une mentalité de fluidité par opposition à une mentalité de bégaiement.

UN ENVIRONNEMENT POSITIF PEUT CONTREBALANCER DES EXPÉRIENCES PÉNIBLES VÉCUES PENDANT L'ENFANCE

News, 18 septembre 2019, Brigham Young University (BYU)



Crédit : Photo par Daiga Ellaby sur Unsplash. https://unsplash.com/@daiga_ellaby

Bien que cette recherche n'ait pas été entreprise pour le bégaiement mais pour la population en général, ses conclusions n'en demeurent pas moins, à mon avis, pertinentes pour le bégaiement.

Une nouvelle recherche nous montre l'importance, pour la santé à long terme de l'enfant qui deviendra adulte, des expériences positives vécues à l'enfance– et spécialement pour les enfants ayant vécu une importante épreuve.

Les recherches effectuées ces 20 dernières années ont établi *une corrélation entre le nombre d'événements négatifs subis à l'enfance (comme un décès ou un divorce) et des problèmes de santé apparus à l'âge adulte*. Une nouvelle recherche entreprise par le professeur Ali Crandall et d'autres coauteurs de la BYU, a permis de découvrir que des expériences positives vécues à l'enfance – que ce soit le fait d'avoir de bons voisins, de manger régulièrement ou de pouvoir compter sur des proches avec qui l'enfant se sent en sécurité – recèlent le potentiel de contrebalancer les effets nocifs pour la santé occasionnés par des expériences pénibles vécues à l'enfance⁶.

⁶ Par exemple, les moqueries pour un enfant qui bégaié.

DES ÉVÉNEMENTS POSITIFS CONTREBALANCENT LE NÉGATIF À L'ENFANCE

« Si votre enfant a subi un traumatisme et que vous vous inquiétez des impacts à long terme que cela pourrait avoir sur lui, ces constatations montrent que les expériences positives vécues par votre enfant favoriseront une meilleure santé physique et cognitive, peu importe ce qu'il aura affronté, » affirme Crandall, assistant professeur de santé publique à la BYU.

Plus précisément, l'étude constata que même lorsqu'un enfant a connu au moins quatre *Expériences Pénibles* (désignées EP ci-après), bénéficier d'un grand nombre d'expériences favorables (anti-EP) amoindrira l'effet négatif des EP sur sa santé d'adulte. C'est important, car la référence est une recherche sur les EP entreprise en 1998 et qui concluait que le fait d'avoir subi au moins quatre EP à l'enfance augmentait, de façon importante, les impacts négatifs sur la santé, y compris un indice de masse corporelle (IMC) supérieur, une dépendance au tabagisme, la dépression et autres conditions chroniques de santé.

Les participants à l'étude de la BYU divulguèrent le nombre d'EP et d'anti-EP qu'ils ont vécues à l'enfance. Les EP comprenaient des abus, l'abandon, un membre de la famille emprisonné, l'alcoolisme, une maladie mentale, la dépendance, le divorce et la mort. Dans la liste complète des anti-EP, on retrouvait avoir de bons amis et voisins, entretenir des croyances réconfortantes, aimer l'école, avoir des enseignants qui se soucient de notre bien-être, avoir des gardiennes avec qui on se sent en sécurité, bénéficier d'occasions de plaisir, se sentir bien dans sa peau et une routine prévisible au foyer, telle que des heures régulières de sommeil et de repas.

Selon les observations de l'étude, récemment publiée (automne 2019) dans le journal *Child Abuse & Neglect*, presque 75 % des participants avaient vécu au moins une expérience pénible à l'enfance, alors que le nombre moyen d'EP était de 2,67 par individu. Le nombre moyen d'expériences positives était de 8,15, alors que 39 % des personnes avaient vécu les 10 anti-EP.

Les participants divulguèrent également leur actuel état de santé par une panoplie de mesures physiques – comme l'IMC, la consommation de fruits et légumes, l'exercice physique, des troubles du sommeil et le tabagisme quotidiennement – ainsi que leur santé cognitive et mentale par la fluidité de leur fonctionnement exécutif, le stress ressenti, la dépression, un locus de contrôle interne⁷, la gratitude, le pardon envers soi, les situations difficiles et la chaleur familiale.

⁷ **Références interne/externe** : Ultimement, nous nous référons en nous-même pour percevoir les choses, on regarde en nous, on vit selon notre Soi intérieur, tirant profit de nos propres connaissances et de notre vécu (locus de contrôle interne). Mais on peut aussi changer notre perspective vers ce qui nous est extérieur, nous fiant à des indices provenant de sources externes, sur ce que veulent les autres, ce qu'ils pensent ou leurs besoins pour nous aider à faire nos choix (locus de contrôle externe).

DES ÉVÉNEMENTS POSITIFS CONTREBALANCENT LE NÉGATIF À L'ENFANCE

Fait à noter, les chercheurs constatèrent également que l'absence d'anti-EP résultait en une santé adulte déficiente, peu importe le nombre d'EP.

« Aussi néfastes que peuvent être les expériences pénibles, l'absence d'expériences et de relations positives à l'enfance peut s'avérer encore plus défavorable pour la santé à long terme, raison pour laquelle nous avons davantage besoin de nous efforcer d'accroître les expériences positives, » précise Crandall.

Alors que plusieurs des expériences négatives de cette recherche furent influencées par la situation familiale de l'enfant, Crandall ajouta que « des adultes - autres que les parents - dans la vie de l'enfant, que ce soient la famille élargie, des enseignants, des voisins, des amis ou de jeunes leaders, tous contribuent à accroître le nombre d'anti-EP et à favoriser la santé à long terme. »

Crandall croit que l'accroissement des anti-EP au foyer constitue le point de départ le plus facile et il travaille à éduquer le public, en collaboration avec Centraide, sur la façon de s'y prendre.

Les professeurs Brianna Magnusson, Len Novilla, Carl Hanson et Michael Barnes de la BYU sont coauteurs de cette étude.

Référence : Crandall, A., Miller, J. R., Cheung, A., Novilla, L. K., Glade, R., Novilla, M.L.B., ... Hanson, C. L. (2019). ACEs and counter-ACEs: How positive and negative childhood experiences influence adult health. *Child Abuse & Neglect*, 96, 104089. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2019.104089>

L'article fut rédigé à partir de ce [matériel](#).

Source : Traduction de [Positive Can Balance the Negative in Childhood Experiences](#). NRR (Neuroscience News & Research), de TECHNOLOGY Networks, *News*, 18 septembre 2019. Traduit par Richard Parent, octobre 2019.

Pour consulter la liste des traductions françaises et les télécharger gratuitement, cliquez [ICI](#)

Pour communiquer avec moi : richardparent99@gmail.com Mon identifiant Skype est : ricardo123.