



Guide d'information

Moïse, l'athlète de la parole



Stéphanie G. Vachon est orthophoniste. Elle a travaillé auprès d'enfants d'âge préscolaire et scolaire présentant des difficultés liées à la communication, dont le bégaiement, au Centre de réadaptation Marie Enfant affilié au CHU Sainte-Justine. Elle œuvre maintenant auprès des tout-petits âgés de 0 à 5 ans et de leurs familles en CLSC. Ses petits patients lui inspirent de grands personnages.



Pourquoi ce guide ?

L'histoire de Moïse aborde le bégaiement chez les enfants d'âge scolaire. Le présent fascicule d'informations et de stratégies peut être imprimé et remis aux personnes significatives dans la vie de des enfants d'âge scolaire qui bégaiement. Ainsi, les membres de leur famille, leurs enseignants et les intervenants impliqués auprès d'eux contribueront à un environnement de communication bienveillant et facilitant. Le livre *Moïse, l'athlète de la parole* peut aussi servir comme outil de sensibilisation au bégaiement lorsqu'il est lu en classe.

Les informations présentées sont à titre indicatif et ne remplacent en aucun cas une évaluation ou des interventions en orthophonie. Si le bégaiement devient source de préoccupation, n'hésitez pas à consulter un orthophoniste.

Le bégaiement chez les enfants d'âge scolaire



Les manifestations du bégaiement

Le bégaiement touche environ 1 % des enfants en âge scolaire. Il apparaît le plus souvent entre l'âge de 2 ans et 3 ans et demi et peut augmenter, demeurer stable, diminuer, voire disparaître. Le bégaiement se manifeste par des interruptions dans la parole dites « typiques », soit des blocages (p. ex. J...ulie), des prolongements audibles (p. ex. Jjjjjjulie), des répétitions de mots (p. ex. moi-moi-moi) et/ou des répétitions de parties de mots (p. ex. Ju-Ju-Julie). Les moments de bégaiement durent plus ou moins longtemps (moins d'une seconde, quelques secondes, ou plus longtemps). Ils peuvent être accompagnés de tensions et/ou de mouvements associés (p. ex. clignements d'yeux, hochements de tête, mouvements des mains ou des jambes). Les manifestations de bégaiement peuvent varier selon plusieurs facteurs comme le stress, la fatigue, la vitesse de parole, l'interlocuteur... Au fur et à mesure qu'il grandit et vit des expériences de communication, l'enfant qui bégaié développe des réactions émotives face à sa parole. En effet, le bégaiement ne se limite pas seulement à des manifestations audibles et visibles, mais à toute l'expérience vécue par la personne qui bégaié, notamment sur les plans émotif et social.



Les attitudes et les émotions liées au bégaiement chez l'enfant

L'analogie entre le bégaiement et l'iceberg est souvent employée pour comprendre les aspects émotifs liés au bégaiement. La pointe correspond aux manifestations audibles et visibles, et la partie sous l'eau, aux attitudes et émotions liées à la communication. Comme l'iceberg, la grosseur de la partie submergée n'est pas nécessairement proportionnelle à celle flottante. Les manifestations du bégaiement ne déterminent pas comment l'enfant se sent par rapport à sa parole. Chaque personne qui bégaié possède son propre iceberg. Ainsi, il est tout à fait possible qu'un enfant qui bégaié légèrement ait vécu des situations désagréables en raison de son bégaiement, telles que des commentaires ou des moqueries de ses pairs.



Même un bégaiement léger peut entraîner des réactions de la part de ceux qui ne comprennent pas la nature de cette façon différente de parler, ce qui peut contribuer à créer une gêne quand vient le moment de s'exprimer. D'un autre côté, un enfant présentant un bégaiement plus important peut ne pas avoir subi de réactions désobligeantes en lien avec sa façon de parler. Cela peut être expliqué par plusieurs facteurs, tels que l'acceptation du bégaiement par son environnement familial et social, une sensibilisation accrue au bégaiement dans son entourage, ou encore une attitude bienveillante de la part de ses pairs et de ses enseignants.

Chaque enfant réagit différemment aux défis liés au bégaiement, et la manière dont l'entourage réagit peut avoir une influence significative sur la façon dont l'enfant perçoit et gère son propre bégaiement. Il est important d'encourager la compréhension et la sensibilisation autour du bégaiement pour créer un environnement favorable à l'épanouissement de l'enfant.

Les enfants d'âge scolaire sont souvent conscients de leur bégaiement. Ils peuvent ressentir des émotions telles que la frustration, l'anxiété, l'embarras, la honte, et entretenir des pensées négatives face à leur parole et au jugement des autres. Cela peut mener à l'évitement de certaines situations ou de mots, voire à des tentatives de cacher le bégaiement. Des moqueries et de l'intimidation peuvent apparaître également à l'âge scolaire alors que les autres jeunes deviennent eux aussi plus conscients de cette façon différente de parler. D'ailleurs, les enfants qui bégaiement sont plus à risque d'être intimidés ou de subir des moqueries. Malheureusement, les parents, les enseignants et les intervenants ne sont pas toujours au courant de ces situations. Les jeunes qui bégaiement sont aussi plus susceptibles de vivre de l'anxiété sociale et de voir leur estime d'eux-mêmes affectée de manière négative. Le bégaiement peut entraîner des défis émotionnels et sociaux, surtout dans des situations où la communication est essentielle.



Les attitudes et les émotions reliées au bégaiement chez les parents

Les parents aussi peuvent ressentir toutes sortes d'émotions par rapport au bégaiement de leur enfant. Il peut s'agir de la colère, de la frustration, de l'impuissance, de la honte, de la culpabilité, de l'anxiété ou d'inquiétudes en lien avec l'avenir. Ils peuvent aussi se sentir jugés injustement par leur entourage. Éprouver ces sentiments est tout à fait normal, et il est souhaitable d'en discuter ouvertement avec l'orthophoniste ou tout autre professionnel de la relation d'aide comme un psychologue ou un travailleur social. Certains parents se sentent responsables de l'apparition du bégaiement de leur enfant. Or, bien que certains facteurs environnementaux puissent y contribuer, les recherches récentes indiquent une base génétique au bégaiement. Dans tous les cas, souvenez-vous que le bégaiement n'est pas de la faute du jeune, de sa mère, de son père ou de quiconque.



L'intervention orthophonique à l'âge scolaire

Bien que certains enfants d'âge préscolaire cessent de bégayer par eux-mêmes, les enfants d'âge scolaire peuvent bénéficier d'une intervention orthophonique pour accompagner leur développement de la parole, favorisant ainsi une communication plus aisée. Différents types d'interventions sont possibles. Le choix d'approche(s) peut se faire conjointement avec l'orthophoniste, le jeune et ses parents. Améliorer la compréhension du bégaiement demeure néanmoins à la base de l'intervention chez les enfants d'âge scolaire. Cela évite de développer de fausses croyances et encourage l'implication des personnes significatives auprès du jeune.

Avec l'intervention orthophonique, les enfants d'âge scolaire peuvent développer des stratégies pour améliorer leur aisance et leur confiance dans leur parole. Il importe de se fixer des attentes réalistes. En effet, parler constitue une tâche de coordination et de motricité fine extrêmement complexe. Modifier sa parole à 100 % dans toutes les situations est impossible et n'est pas le but à atteindre. L'exiger génère même une pression non désirée sur l'enfant. L'objectif est plutôt de rendre la parole plus confortable, spontanée et agréable. Avec le temps, le bégaiement peut présenter une variabilité naturelle dans son expression, ce qui est tout à fait normal. En fonction des besoins et souhaits évolutifs de l'enfant, il peut être bénéfique de reprendre les consultations.

La diminution des manifestations du bégaiement n'est pas le seul objectif d'intervention orthophonique. Selon les besoins de l'enfant, l'orthophoniste le soutiendra à développer des attitudes et émotions positives face à la communication, et à s'exprimer dans toutes les situations de communication qui sont importantes pour lui.

Les stratégies contribuant au bien-être communicationnel de l'enfant

Le bégaiement peut limiter le jeune au quotidien. Ce dernier peut éprouver de la difficulté à raconter, expliquer, demander, répliquer, converser, ou encore à partager ses intérêts, ses besoins, ses goûts et ses sentiments de manière fluide. Il peut également se sentir plus ou moins à l'aise de parler selon la situation et l'interlocuteur.

En plus de l'intervention directe en orthophonie, la famille, les enseignants et l'entourage peuvent contribuer à un environnement où le jeune se sent écouté, respecté, et où il pourra s'exprimer pleinement. Bien que les intentions des adultes soient généralement bienveillantes, certaines façons de faire peuvent involontairement ne pas être aidantes.

De nombreuses stratégies sont proposées ici. Choisissez-en une à la fois et intégrez-les graduellement. Il n'y a pas lieu de se mettre de la pression pour tout changer du jour au lendemain.



Stratégies générales



CONCENTREZ-VOUS SUR LE MESSAGE QUE L'ENFANT VEUT VOUS TRANSMETTRE PLUTÔT QUE SUR LA MANIÈRE DONT IL LE DIT.

Il est normal de se sentir impuissant en entendant un enfant bégayer et de désirer l'aider. Certains adultes peuvent alors le conseiller au sujet de sa parole. Toutefois, bien que cela puisse sembler fonctionner sur le coup, les recommandations telles que « Parle plus lentement » ou bien « Respire avant de parler » sont à éviter. D'ailleurs, parler plus lentement en tout temps est impossible tout comme parler sans respirer.



LAISSEZ LE JEUNE TERMINER SON MOMENT DE BÉGAIEMENT PLUTÔT QUE DE TERMINER UN MOT OU UNE PHRASE À SA PLACE.

Certains adultes, dans le but de protéger l'enfant, ont tendance à parler à sa place. Par exemple, un enseignant peut compléter un mot pour le jeune en sentant les autres élèves s'impatienter. Il peut aussi souhaiter éviter au jeune d'être embarrassé devant toute la classe. Inconsciemment, le message envoyé est que son bégaiement dérange tellement qu'on ne lui permet même pas de finir ses phrases. Or, nous ne voulons pas que le jeune perde confiance en son habileté à communiquer. En général, il est préférable de laisser la personne qui bégaie s'exprimer à son propre rythme. La patience, l'écoute active et la compréhension sont des éléments importants pour favoriser une communication respectueuse et positive.



AIDEZ LES MEMBRES DE LA FAMILLE OU DE LA CLASSE À RESPECTER LES TOURS DE PAROLE.

La plupart du temps, les personnes qui bégaient trouvent qu'il est davantage facile de s'exprimer lorsqu'il y a moins d'interruptions dans une conversation et qu'ils ont l'attention de leur interlocuteur.



PARLEZ PLUS LENTEMENT TOUT EN DEMEURANT NATUREL (VOUS N'ÊTES PAS UN ROBOT).

Effectuez des pauses plus fréquemment plutôt que de parler d'une façon pressée. Le fait de parler plus lentement diminue le rythme global de l'interaction, et peut faire en sorte qu'il y ait plus d'espace pour la personne qui bégaie pour exprimer tout ce qu'elle a envie de dire. Vous constaterez que modifier sa vitesse de parole n'est pas si aisé, particulièrement si votre débit est habituellement rapide.



PARLEZ OUVERTEMENT DU BÉGAIEMENT.

Le mot « bégaiement » peut être employé avec le jeune. On vise à ce que ce terme ne soit pas tabou ou honteux.





UTILISEZ UN LANGAGE NEUTRE POUR PARLER DU BÉGAIEMENT.

Exemple : « Il a bégayé davantage cette semaine. » Cette formulation est mieux qu'un langage qui porte un jugement de valeur, comme : « Sa parole était bonne cette semaine » ou « Son bégaiement a été mauvais ces derniers temps. » Il s'agit d'éviter de véhiculer l'idée que la parole fluide est « bonne » et que la parole bégayée est « mauvaise ».



PRENEZ LE TEMPS D'ÉCOUTER LE JEUNE.

Accordez-lui toute votre attention le plus souvent possible, c'est-à-dire en le regardant et idéalement en cessant les autres tâches que vous effectuez en même temps.



ADOPTÉZ UNE POSITION D'ÉCOUTE NEUTRE, VOIRE DÉTENDUE, ET MAINTENEZ LE CONTACT VISUEL QUAND L'ENFANT PARLE, MÊME SI VOUS ENTENDEZ UN MOMENT DE BÉGAIEMENT.

Nos réactions verbales et non verbales témoignent de notre attitude face au bégaiement et influencent la perception que l'enfant s'en construit. En réagissant de manière neutre, le jeune ressent votre intérêt envers ce qu'il dit plutôt qu'à sa façon de parler.



ENCOURAGEZ L'ENFANT À COMMUNIQUER MÊME S'IL BÉGAIE.

Le message envoyé est de dire tout ce qu'on veut quand on le veut, avec ou sans bégaiement. On souhaite ainsi que l'enfant ne se limite pas dans sa participation communicationnelle en raison de son bégaiement.



NE TOLÉREZ AUCUNE MOQUERIE DE LA PART DE PERSONNE.

Invitez le jeune à aviser un adulte si quelqu'un se moque de sa façon de parler. Ce dernier interviendra et expliquera que « c'est parfois difficile pour [nom du jeune] de dire certains mots, mais on doit toujours écouter ce qu'il a à dire. » Il peut être intéressant d'encourager l'enfant qui bégaie à répondre à la personne qui rit de lui. Proposez-lui des phrases comme : « Arrête, je n'aime pas ça quand tu ris de moi », « Oui, je bégaie, et alors ? », ou bien « Oui, je bégaie, et toi, t'es bon en quoi ? ».





Stratégies à la maison



EN CONVERSATION, PRIVILÉGIEZ LES COMMENTAIRES PLUTÔT QU'UNE SUITE DE QUESTIONS.

Répondre à une série de questions demandant une réponse précise peut entraîner un stress communicatif plus grand que recevoir des commentaires. Souvenons-nous que le stress peut augmenter le bégaiement. Voici un exemple d'une série de questions : « Où est ton coffre à crayons ? Est-ce qu'il te manque quelque chose dedans ? Tu sais qu'il faut prendre soin de tes choses ? », qui pourrait plutôt être remplacée par ces commentaires : « Ton coffre à crayons est dans ton sac. Il semblerait que tu n'aies plus ta gomme à effacer. »



COMPLIMENTEZ LES TALENTS, LES BONS COUPS ET LES QUALITÉS DE VOTRE ENFANT AFIN DE SOUTENIR SA CONFIANCE EN SOI.

Rappelons-nous que l'estime de soi risque d'être fragilisée chez les jeunes qui bégaiement. Employez plutôt des commentaires descriptifs précis sur un comportement observé (p. ex. « Wow ! Tu as réussi ton casse-tête. Tu es vraiment patient ! ») plutôt que général (p. ex. « Très bien ! »).



FAVORISEZ DES MOMENTS CALMES ET DU TEMPS DE QUALITÉ SEUL AVEC VOTRE ENFANT.

Allouez-lui du temps où il a toute votre attention. Par exemple, racontez vos journées respectives ou encore regardez un livre ensemble. Il est préférable d'exclure la télévision, les tablettes et les téléphones lors de ces moments. Votre enfant comprendra qu'il est important pour vous et le contexte encouragera des échanges fluides.





STRATÉGIES À L'ÉCOLE

La participation en classe des enfants qui bégaiement peut être affectée, notamment lors des présentations orales et des lectures à voix haute. Le jeune peut se sentir plus ou moins à l'aise, voire éviter de lever la main pour poser ou répondre à des questions. Il peut également limiter ses échanges avec son professeur et les autres élèves. Tout comme les parents, les enseignants ne savent pas toujours comment réagir au bégaiement lorsqu'il survient. Voici certaines stratégies s'adressant plus spécifiquement aux enseignants :



DISCUTEZ SEUL À SEUL AVEC L'ENFANT À PROPOS DE CERTAINES ACCOMMODATIONS EN CLASSE, PAR EXEMPLE POUR LES EXPOSÉS ORAUX OU LA LECTURE À VOIX HAUTE, PLUTÔT QUE D'IMPOSER UNE FAÇON DE FAIRE.

Il ne faut pas penser d'emblée que l'enfant ne veut pas réaliser une présentation orale. En effet, certains élèves sont à l'aise de parler devant toute la classe, alors qu'il s'agit d'une épreuve pénible et humiliante pour d'autres qui bégaiement (ou qui ne bégaiement pas!). Chaque élève et chaque situation demeurent uniques. En discuter directement avec l'élève constitue la meilleure façon de le soutenir quant aux tâches de communication orale. Offrez-lui d'autres possibilités, si nécessaire. Par exemple, il peut être convenu qu'il présente en premier pour ne pas être stressé en appréhendant son tour ou qu'il lève la main quand il se sent prêt.





ABORDEZ LE BÉGAIEMENT AVEC LE JEUNE.

L'enseignant peut mentionner à l'enfant qu'il sait qu'il bégaié et qu'il est là pour l'aider à ce que l'environnement de classe soit le plus agréable possible. Certains adultes qui bégaié rapportent qu'aucun de leur enseignant n'a abordé ce sujet avec eux comme s'il s'agissait de quelque chose de honteux. Cela pouvait créer un malaise ou une tension.



SENSIBILISEZ LES AUTRES ÉLÈVES DE LA CLASSE AU SUJET DU BÉGAIEMENT EN LEUR OFFRANT DE L'INFORMATION.

Au besoin, la sensibilisation est effectuée conjointement avec un orthophoniste. Par exemple, vous pouvez lire la présente histoire et présenter les activités 4 et 5 du guide pédagogique, c'est-à-dire le jeu-questionnaire vrai ou faux et l'activité sur les célébrités qui bégaié. Bien entendu, cela doit être réalisé en accord avec le jeune, et non, être imposé.

Dans tous les cas, l'application de ces stratégies contribue au bien-être communicationnel de l'enfant, mais ne remplace pas une évaluation et une intervention d'un orthophoniste. L'orthophoniste est le professionnel de la santé à consulter pour le bégaiement.



Ressources

Ordre des orthophonistes et audiologistes du Québec (OOAQ)

<https://ooaq.qc.ca>

La mission de l'OOAQ est d'assurer la protection du public face à la pratique audiologique et orthophonique. De l'information générale sur l'orthophonie et l'audiologie y est présentée. La section « Où consulter ? » du site de l'OOAQ permet de trouver des ressources en orthophonie en cabinet privé. Un dépliant d'information sur le bégaiement est également disponible dans la section « Langage, parole et voix ».

Association des jeunes bègues du Québec (AJBQ)

<https://www.ajbq.qc.ca>

Il s'agit d'un organisme communautaire à but non lucratif fondé par des parents et des orthophonistes pour les jeunes qui bégaiement et leur famille. L'AJBQ offre notamment un camp de jour estival pour les jeunes de 8 à 17 ans avec la participation d'une équipe d'orthophonistes spécialisés dans le traitement du bégaiement. Un avantage du camp est de permettre aux jeunes de rencontrer d'autres personnes qui bégaiement.

Association bégaiement communication (ABC)

<https://www.abcbegaiement.com>

C'est un groupe d'entraide au service des adultes qui bégaiement et des personnes intéressées par le bégaiement. Des rencontres de soutien gratuites sont offertes. De nombreux témoignages d'adultes qui bégaiement se retrouvent sur le site Internet. L'ABC présente aussi « Je je je suis un podcast » pour en apprendre plus sur le bégaiement.

Centre de réadaptation Marie Enfant du CHU Sainte-Justine

<https://readaptation.chusj.org/fr/Familles/Conseils-de-nos-professionnels/Sante-et-developpement/Aider-l-enfant-qui-presente-un-begaiement>

Différentes sections d'informations répondent à des questions fréquemment posées par les parents d'enfants qui bégaièrent par des orthophonistes. De nombreuses ressources additionnelles à celles présentées s'y retrouvent (associations, ressources multimédias, livres et autres publications).

The Stuttering Foundation

<https://www.stutteringhelp.org/>

The Stuttering Foundation est une référence en matière de bégaiement. Le site offre des ressources en ligne gratuites pour les parents, les orthophonistes, les enseignants et les personnes qui bégaièrent de tous âges. Les informations sont présentées en anglais et en espagnol seulement.

Bibliographie

Beausoleil, N. (2002). *Comment aider un élève qui bégaie?* Centre de réadaptation Marie-Enfant du CHU Sainte-Justine, [en ligne], <https://cdn.ca.yapla.com/company/CPYMDpftWKJQppBmGUKFMwGf/asset/files/2019%20Comment%20aider%20un%20enfant%20qui%20b%C3%A9gaie.pdf>.

Beausoleil, N. (2014, hiver). ORA — 3557 : Rééducation orthophonique auprès des enfants d'âge scolaire qui bégaient [notes de cours].

Chmela, K. et Reardon, N. (2012). *The School-Age Child Who Stutters: Working Effectively with Attitudes and Emotions... A Workbook*. 2e édition. The Stuttering Foundation, 183 pages.

Dell, C. W. (2015). *Treating the School-age Child who Stutters: A guide for Clinicians*, 4e édition, The Stuttering Foundation, 108 pages.

Gerlach-Houck, H. et Constantino, C. D. (2022). « Interrupting Ableism in Stuttering Therapy and Research: Practical Suggestions. » *Perspectives of the ASHA Special Interest Groups*, 7(2), 357-374.

Guitar, B. (2019). *Stuttering: An Integrated Approach to Its Nature and Treatment* (4e édition). Pays-Bas, Wolters Kluwer, 376 pages.

Langevin, M., Bortnick, K., Hammer, T. et Wiebe, E. (1998). « Teasing/Bullying Experienced by Children Who Stutter: Toward Development of a Questionnaire. » *Contemporary Issues in Communication Science and Disorders*, 25, 12-24. https://doi.org/10.1044/cicsd_25_S_8

Moïse-Richard, A. et Vallée, I. (2017). « Aider l'enfant qui présente un bégaiement. » Centre de réadaptation Marie-Enfant du CHU Sainte-Justine, [en ligne]. <https://readaptation.chusj.org/fr/Familles/Conseils-de-nos-professionnels/Sante-et-developpement/Aider-l-enfant-qui-presente-un-begaielement/Qu-est-ce-que-le-begaielement>.

Murphy, B. *Dealing With Guilt and Shame* [DVD]. The Stuttering Foundation, 89 minutes.

Onslow, M., Lowe, R., Jakšić, S. J., Ratner, N. B., Chmela, K., Lim, V. et Sheedy, S. (2024). « The Fifth Croatia Stuttering Symposium: Part I. Treatments for early stuttering. » *Journal of Fluency Disorders*, 79, 9 pages.

Rossi, D. (2019). *Bégayer, c'est cool : Conseils pour survivre dans un monde pressé*. Association bégaiement communication, 80 pages

Sisskin, V. (2023). «Disfluency-Affirming Therapy for Young People who Stutter: Unpacking Ableism in the Therapy Room.» *Language, Speech, and Hearing Services in Schools*, 54(1), 114-119.

The Stuttering Foundation. (2020). «Famous People Who Stutter.» [en ligne], <https://www.stutteringhelp.org/famouspeople>.

Tichenor, S. E., Constantino, C. et Yaruss, J. S. (2022). «A Point of View About Fluency.» *Journal of Speech, Language, and Hearing Research*, 65(2), 645-652.

Merci à mesdames Geneviève Lamoureux, chercheure, orthophoniste et personne qui bégaie, de même qu'à Judith Labonté, orthophoniste et formatrice spécialisée en bégaiement pour leur relecture attentive et leurs commentaires constructifs.