



Association
bégaïement
communication

Le journal de l'Association bégaïement communication

Communiquer

Volume 41

Numéro 1

Mars 2021

Avoir un diagnostic de bégaïement à 33 ans

Mai 1994, bureau de l'orthophoniste...

« Madame Leclerc, je vous annonce que nous allons mettre fin aux séances avec votre fille. En fait, tout est beau. Votre fille ne bégaie pas. C'est probablement juste de la timidité ».

Ma mère et moi sommes sorties alors du centre hospitalier et nous nous sommes dirigées joyeusement vers le stationnement, prêtes à reprendre la route vers la campagne. Ouf. Soulagement. Pas de problème. Tout est normal.

J'avais 7 ans. Les connaissances scientifiques et médicales en matière de bégaïement étaient ce qu'elles étaient à l'époque. J'étais une petite fille bavarde et allumée. Dans ma famille, jamais on n'avait prononcé le mot « bégaïement ». À notre connaissance, personne ne bégayait. Pas même un oncle, une tante ou un cousin éloigné. J'avais probablement été forcée de consulter en orthophonie suite à une demande provenant de l'école ou du milieu médical. Honnêtement, j'ai beau chercher dans ma mémoire, mais je n'ai pratiquement aucun souvenir de bégaïement datant du milieu des années 90. Oh, je bégayais peut-être, mais ça ne devait pas me déranger ou me faire souffrir outre mesure si je ne m'en rappelle pas, n'est-ce pas ? Pour moi, ce n'était qu'une ou deux rencontres dans le bureau d'une « madame » à l'hôpital pour jouer à de petits jeux et lire des livres pour enfants. Rien d'alarmant ou de significatif. Pas comme cette affreuse prise de sang que j'avais eue cette année-là au même centre hospitalier.

Il s'est passé de nombreuses années avant que j'aie osé reparler du bégaïement à mes parents. Comme si le verdict de l'orthophoniste de l'époque avait dressé la table pour des années de tabou et de silence face à ce qui se passait réellement chez moi.

C'est autour de l'adolescence que j'ai commencé à prendre conscience que je parlais de façon différente des autres.

Pendant encore de nombreuses années, je me suis longtemps et intuitivement identifiée comme étant une personne ayant un bégaïement, mais sans avoir réellement de diagnostic officiel.

2002

En secondaire 3 ou 4, tannée d'avoir à élaborer minutieusement divers plans et stratagèmes pour affronter (ou fuir !) les trop nombreuses

séances de lecture à voix haute en classe, j'ai ramené la question du bégaïement sur le tapis à ma mère. Je voulais me débarrasser de ce « problème ».

Dans la région rurale dans laquelle j'ai grandi, il n'y avait pas d'orthophonistes. Plutôt, il y en avait, oui, dans un rayon de 80 kilomètres, mais pour les enfants.

J'étais trop vieille.

Nous avons donc fait une heure de route pour aller consulter une autre ressource en banlieue de Montréal (pas un orthophoniste) dont j'oublie le titre professionnel. Je me rappelle qu'après avoir passé une partie de la rencontre à devoir répéter : « Je touche mon pied gauche avec ma main droite » et « Je touche ma jambe droite avec ma main gauche » tout en confondant ma gauche et ma droite en faisant les mouvements maladroitement, je suis sortie du bureau en me jurant de ne plus y remettre les pieds.

2010

Vers la fin de mes études universitaires, j'ai entrepris d'autres démarches pour consulter, dans le but de faire véritablement reconnaître le bégaïement par la faculté. J'habitais en région. Après de nombreuses recherches sur internet et avoir épluché les pages jaunes du bottin téléphonique, j'ai été incapable de trouver un orthophoniste qui aurait pu me fournir ce papier, dans la région où j'habitais durant mes études. Encore une fois, les ressources que j'ai contactées n'étaient pas spécialisées en bégaïement, ou n'acceptaient que les enfants ou encore, les personnes de 65 ans et plus. Sans compter la question des prix exorbitants compte tenu de ma situation financière de jeune étudiante qui vivait en appartement, ▶



Journal Communiquer

ISSN 1183-0603

Coordination
Audrey Bigras

Mise en pages
Elise Beaudry

Impression
Mardigrage Inc.

Les points de vue exprimés dans cette publication ne représentent pas nécessairement l'opinion de l'Association bégaïement communication sauf avis contraire. Les auteurs endossent entièrement la responsabilité de leurs textes. Textes et commentaires devront être envoyés au secrétariat de l'ABC par courriel. Le contenu du « Communiquer » est disponible selon les termes d'une licence Creative Commons Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0). En vertu de cette licence, un tiers a le droit de télécharger et partager cette œuvre en autant que son auteur ou la source soit citée. De plus, cette licence ne permet pas de modifier de quelque façon que ce soit ni d'utiliser cette œuvre à des fins commerciales.



Association bégaïement communication

6970, Christophe-Colomb, Bureau 201, Montréal, Québec, Canada H2S 2H5

Téléphone : 514 273-1427 / sans frais : 1 833 310-1042 /
courriel : info@abcbeigaement.com / www.abcbeigaement.com

Facebook: abcbeigaement1 / Twitter: @ABCbeigaement

Organisme de charité #120278609 RR0001

Administrateurs 2020 / 2021

Président Jean-François Leblanc / Vice-Présidentes Florence Choquette,
Myriam Fauteux Secrétaire / Audrey Bigras, Trésorier Raymond Milan

et des délais interminables. Une liste d'attente d'un ou deux ans ? C'est maintenant que j'ai besoin de ce diagnostic pour pouvoir poursuivre mes études et solliciter des accommodements. Pas dans deux ans. Sans parler de la place où j'ai appelé et où l'on m'a dit que je ne bégayais pas assez, seulement après deux minutes de discussion téléphonique.

S'est ensuivi un véritable parcours du combattant, toujours sans avoir « le petit papier » en main.

2016 à 2019

Impliquée à l'ABC en tant que membre du conseil d'administration, j'avais parfois un sentiment d'imposteur. Étais-je la seule personne qui s'identifiait en tant que « personne qui bégaille » sans avoir de diagnostic officiel, de papier, de preuve tangible, ou encore, qui n'avait jamais eu de suivi sérieux et rigoureux en orthophonie ? Étais-je la seule personne qui bégaille qui n'avait pas passé son enfance à étudier les « amorces faciles » et les « attaques douces » ou à pratiquer des techniques de fluidité comme d'autres enfants pratiquent le piano ou le karaté ?

Parfois, j'y pensais encore, mais mon côté rebelle prenait souvent le dessus. Pourquoi j'irais me faire diagnostiquer, à mon âge ? À quoi ça sert ? D'ailleurs, pourquoi une étiquette ? Je ne veux pas être réduite à une étiquette ! Une étiquette, n'est-ce pas une entrave à notre propre liberté d'être qui l'on souhaite ?

D'un autre côté, il m'arrivait souvent de douter. Dans le cadre de mon travail, je lisais beaucoup sur divers types de handicap, et j'en venais à me questionner sur moi-même. Et si c'était autre chose que du bégaiement, que j'avais ? Le cerveau humain est tellement complexe.

Ce questionnement était exacerbé, de surcroît, par le fait que j'avais souvent de la difficulté à me reconnaître à travers certaines caractéristiques souvent mentionnées par certaines personnes qui bégaiant. Dans les rencontres de l'ABC, sur les médias sociaux ou à travers les divers événements de la communauté bègue auxquels j'ai

assisté durant cette période, j'entendais certaines « généralités » sur le bégaiement auxquelles je ne m'identifiais pas du tout. Non, il n'y a pas de situation de parole dans laquelle je parle de façon fluide. Moi, je bégaille lorsque je chuchote, lorsque je parle de des animaux, ou lorsque je parle une langue seconde, contrairement à d'autres. Je bégaille encore plus lorsque je lis à voix haute. Je bégaille lorsque je me trouve dans un milieu bruyant, ou calme, lorsque je suis seule ou lorsque je parle à un interlocuteur. Je bégaille lorsque je suis stressée, heureuse, triste, calme ou sans émotion. Je bégaille Tout. Le Temps.

J'étais différente, même au sein de la communauté bègue.

2020

Vers l'âge de 33 ans, j'ai voulu avoir un diagnostic, simplement pour mieux me connaître en tant que personne. J'ai voulu connaître la vérité à mon sujet. Mettre des mots sur mes difficultés. Et surtout, savoir si c'était du vrai bégaiement, plutôt qu'autre chose.

Je vous rassure, je ne suis pas un imposteur dans le milieu du bégaiement. J'ai bel et bien un « bégaiement modéré ». Papier à l'appui. Cette information a suffi à me rassurer moi-même et à mettre les cartes sur table, bien que je ne souhaitais pas nécessairement aller plus loin, ni entreprendre un processus d'apprentissage du « Camperdown ».

J'ai voulu écrire ce texte pour démontrer que nous avons tous des parcours différents avec l'accès au diagnostic. Bien qu'il soit recommandé de consulter en orthophonie le plus tôt possible dans l'enfance, ce n'est pas tout le monde qui a un parcours linéaire, un même accès aux ressources, ou encore, les mêmes motivations. Parfois, ces motivations peuvent arriver plus tard dans une vie, influencées par la curiosité, ou aller au-delà de la fluidité de la parole.

AUDREY BIGRAS

Secrétaire du conseil d'administration de l'ABC



Assemblée générale annuelle de l'ABC

L'Assemblée générale annuelle de l'ABC aura lieu virtuellement le **samedi 15 mai 2021 de 10 h à 12 h en virtuel via la plateforme Zoom**. Cette réunion, ouverte à tous mais où seuls les membres en règle peuvent intervenir verbalement, est une occasion pour les administrateurs de présenter le bilan de la dernière année, l'état des résultats financiers, ainsi que la reddition de comptes. De plus, cette assemblée doit procéder à l'élection des administrateurs pour l'année à venir. Les membres recevront par la poste d'ici peu (si ce n'est déjà fait !) un avis de convocation, une proposition d'ordre du jour, ainsi qu'un formulaire de procuration pour les membres désirant soumettre leur candidature à l'un des cinq postes d'administrateur à pourvoir mais qui ne pourront assister à l'assemblée. Nous vous invitons à participer à cette importante réunion afin de prendre le pouls de votre association, de poser toute question sur la gestion, les réalisations, et les projets à venir, et ultimement d'influencer positivement les orientations futures de l'ABC.

Si vous souhaitez agir comme membre de l'ABC lors de l'AGA, assurez-vous que votre adhésion soit toujours valide. Nous envoyons dorénavant des rappels de renouvellement un mois avant l'échéance de votre statut de membre ainsi qu'au moment même de l'échéance.

Nous vous encourageons à renouveler votre adhésion, de préférence en ligne via notre site Web et le service *PayPal*, sinon en postant un chèque à l'adresse de l'ABC. En renouvelant votre adhésion, vous manifestez de manière tangible votre soutien à la mission de l'ABC, et vous contribuez à sa vivacité et sa pérennité. Il en coûte 20 \$ pour le statut de membre régulier, et 50 \$ pour le statut de membre professionnel. D'avance, merci de votre soutien !

JEAN-FRANÇOIS LEBLANC
Président de l'ABC

Congrès international conjoint sur le bégaiement et le bredouillement : état de la situation

Au moment d'écrire ces lignes, la planète entière demeure confrontée avec la pandémie de COVID-19. Une bonne nouvelle dans les circonstances : la campagne de vaccination est bien entamée dans plusieurs pays, y compris chez nous. Ce déploiement ravive l'espoir de revoir nos proches et amis et de tenir des rencontres en personne quelque part au cours de la prochaine année. Cependant, la réouverture des frontières, essentielle à la tenue du congrès international en présentiel, est très peu probable, voire impossible pour juillet prochain. Dans ces circonstances, c'est avec un pincement au cœur que le comité de planification du congrès a résolu de reporter le congrès qui devait se tenir du 22 au 25 juillet prochain en présentiel à Montréal à une date ultérieure. L'annonce a été faite sur le site Web et les médias sociaux du congrès le 22 février dernier. La possibilité d'organiser un congrès virtuel cette année n'est pas exclue, mais peu probable; on sent une lassitude de la part de la population en général ainsi que des parties prenantes avec la participation à des événements virtuels, bref, on commence à en avoir marre des écrans! La possibilité de reporter le congrès en 2022, à peu près aux mêmes dates, est une option qui fait l'objet d'une évaluation sérieuse. Par ailleurs, l'*International Stuttering Association (ISA)*, l'une des trois associations internationales participant à l'organisation de ce congrès conjoint, prévoit également tenir son congrès triennal en 2022. Le comité de planification du congrès conjoint est en pourparlers avec l'ISA afin de coordonner la tenue possible de deux congrès internationaux en 2022. On sent un désir de collaboration de la part des parties prenantes, et une volonté d'éviter toute compétition qui serait nuisible à l'intérêt des participants.

Vu les circonstances, l'appel à propositions de communications est fermé pour l'instant, et le demeurera jusqu'à ce que des décisions finales soient prises concernant le report du congrès. Pour celles et ceux qui avaient soumis des propositions, vous devrez soumettre à nouveau lorsque de nouvelles dates de congrès seront annoncées. Cette annonce devrait également préciser de nouvelles dates d'ouverture et de clôture d'appel à propositions. La situation pourrait évoluer très rapidement; au moment où vous lirez ces lignes, il est possible que des décisions aient été prises, et de nouvelles annonces aient été diffusées. Nous vous encourageons à consulter régulièrement le site Web du congrès (<https://www.jwsc.org/jwc/2021/meetingapp.cgi>) ou celui de l'ABC (<https://www.abcbegeaiement.com/>) ainsi que leurs médias sociaux respectifs pour les dernières nouvelles concernant ce congrès.

On se croise les doigts pour 2022! Les astres devraient s'aligner en notre faveur!

JEAN-FRANÇOIS LEBLANC
Président de l'ABC



Site Web de l'ABC : renouvelé... et encore plus très bientôt!

Le numéro de décembre 2020 du « Communiquer » annonçait le renouvellement de notre site Web. Nous vous encourageons à aller y faire un tour, et à nous transmettre vos commentaires (info@abcbegeaiement.com). Vous pouvez même contribuer au contenu en nous faisant parvenir un « Témoignage »!

De plus, dans une volonté de servir un plus grand nombre de Québécoises et Québécois, y compris celles et ceux de langue anglaise, les administrateurs de l'ABC ont décidé de traduire l'essentiel du contenu de notre site Web en anglais. Cette décision est motivée par un désir de se rapprocher de la communauté anglophone qui bégaié, dont l'importance en nombre est non-négligeable particulièrement dans la grande région de Montréal. Même si elle demeure essentiellement francophone, l'ABC veut offrir plus que des réunions mensuelles de soutien pour la communauté anglophone, et vise par cette action à être plus représentative de la diversité québécoise. La traduction du site Web est en phase avancée; surveillez ce déploiement au cours des prochaines semaines!

JEAN-FRANÇOIS LEBLANC
Président de l'ABC



Participation de Geneviève Lamoureux au podcast « La vie est bégue »

En tant qu'agente communautaire à l'ABC, qu'adulte qui béguaie, ainsi que comme co-animatrice du podcast de l'ABC « Je je je suis un podcast », j'ai été invitée à participer au podcast « La vie est bégue » pour parler entre autres de mon parcours en tant que personne qui béguaie.

« La vie est bégue », produit et animé par Marie-Pier Deschênes, adulte qui béguaie, « explore l'expérience vécue de personnes bégues à travers les différentes sphères de la vie [et] offre une vision positive du bégaiement et des outils pour reprendre son pouvoir en tant que personne bégue. »

J'ai adoré mon passage à « La vie est bégue ». Ce fût réellement un plaisir de discuter avec Marie-Pier, qui partage mon expérience en tant que femme qui béguaie. Pour entendre notre conversation, recherchez l'épisode 5, intitulé « Redéfinir la fluidité à tout prix avec Geneviève Lamoureux ».

Marie-Pier et moi échangeons « sur les facteurs externes qui influencent notre perception du bégaiement, [du] podcast Je je je suis un podcast, d'une façon de redéfinir la fluidité à tout prix quand on [béguaie] et de [m] on outil favori pour être plus présente dans [m] es communications interpersonnelles. »

« La vie est bégue » est accessible notamment sur Anchor.

Bonne écoute !

<https://anchor.fm/lavieestbegue>

GENEVIÈVE LAMOUREUX
Agente communautaire à l'ABC

La suite de « Je je je suis un podcast »

Au moment de lire ces lignes, les onze épisodes de la saison 1 de « Je je je suis un podcast » auront tous été publiés.

Accessible sur notre site Web, ainsi que sur plusieurs autres plateformes, telles que Spotify, Anchor, Google Podcast, Apple Podcast, et bien plus, « Je je je suis un podcast » a remporté un franc succès depuis sa sortie, le 22 octobre dernier, à l'occasion de la Journée internationale de sensibilisation au bégaiement.

En effet, nous avons reçu un grand nombre de bons commentaires au sujet de cette ressource, tant du côté des personnes qui béguaient que des orthophonistes. Vous pouvez lire certains de ces bons mots sur la page <https://www.abcbegeiement.com/podcast/>

Pour ces raisons, et parce qu'il y a tant à dire à propos du bégaiement, et tant de voix auxquelles donner une tribune, l'ABC est heureuse de vous annoncer que nous mettons de côté le concept de saison pour produire et publier des épisodes en continu, aux deux semaines ou aux mois, à partir du mois de juin 2021 au plus tard.

Restez à l'affût de la sortie des nouveaux épisodes sur notre site Web !

GENEVIÈVE LAMOUREUX
Agente communautaire à l'ABC



Statut de membre professionnel

Incidentement, nous aimerions rappeler aux orthophonistes qui concentrent leur pratique sur le bégaiement que l'ABC offre maintenant un statut de membre professionnel. Ce statut comporte tous les avantages du statut de membre régulier, mais avec en prime 10 copies imprimées de notre bulletin « Communiquer » qui peuvent être distribuées à leur clientèle qui béguaie. Si vous avez renouvelé votre adhésion à titre de membre régulier depuis peu, et que vous souhaitez bénéficier du statut de membre professionnel dès maintenant, communiquez avec l'ABC (info@abcbegeiement.com) afin que des arrangements soient faits.

JEAN-FRANÇOIS LEBLANC
Président de l'ABC

Nouveautés sur notre boutique en ligne

T-shirts et cotons ouatés pour sensibiliser au bégaiement

Alliez confort et style tout en sensibilisant au bégaiement en portant nos nouveaux t-shirts et cotons ouatés « Je je je suis un t-shirt » et « Je je je suis un coton ouaté ».

Ils sont un excellent moyen d'engager une conversation sur le bégaiement tout en légèreté et en confiance.

Offerts en taille petit à très grand, sur notre boutique en ligne au abcbegeaiement.com

Les t-shirts sont à 15 \$ pour les membres et 20 \$ pour les non-membres, tandis que les cotons ouatés sont à 37,50 \$ pour les membres et 50 \$ pour les non-membres. Ayez en main votre code promo (qui correspond à votre numéro de membre) au moment de la commande pour obtenir le prix réduit de membre.



GENEVIÈVE LAMOUREUX
Agente communautaire à l'ABC

Un programme de jumelage pour personnes qui bégaiement sera lancé prochainement à l'ABC

Ce printemps, l'ABC lancera un programme de jumelage permettant aux personnes qui bégaiement d'être jumelées avec une autre personne qui bégaiement (ou qui ne bégaiement pas!).

Lors de l'inscription, il sera possible de choisir au besoin certains objectifs afin d'être pairé.e avec une personne partageant les mêmes visées. Les objectifs peuvent être par exemple de simplement rencontrer une personne qui bégaiement (en individuel plutôt que dans les groupes de soutien), de pratiquer des techniques orthophoniques (lorsque l'on suit ou a suivi une intervention en bégaiement), de simuler des entrevues professionnelles ou encore de répéter une présentation.

Le programme de jumelage comprendra aussi une option mentorat pour jumeler des ados qui bégaiement à des adultes présentant aussi un bégaiement. Cette option sera offerte conjointement avec l'Association des jeunes bègues du Québec (AJBQ).

L'inscription au programme se fera directement en ligne sur notre site Web, et sera accessible aux membres comme aux non-membres de l'ABC.

Restez à l'affût du lancement du programme de jumelage!

GENEVIÈVE LAMOUREUX
Agente communautaire à l'ABC





FAQ – foire aux questions

La section foire aux questions (FAQ) en lien avec le bégaiement est née à la suite de l'atelier intitulé *Fake news et le bégaiement* présenté à la journée-conférence de l'ABC de 2019. En tant qu'orthophoniste, c'est avec plaisir que je répondrai à vos questions dans le journal *Communiquer* en vous offrant de l'information à jour et rigoureusement vérifiée. Les réponses aux questions se veulent objectives.

Question : Je pense que mon enfant de deux ans bégaye. Est-ce trop tôt pour consulter en orthophonie ?

La réponse courte est : non, il n'est pas trop tôt pour consulter en orthophonie. L'identification rapide du bégaiement et une prise en charge appropriée peuvent diminuer les impacts à long terme du bégaiement sur le plan personnel et social.

La réponse longue comporte deux volets, soit : 1) la distinction entre le bégaiement et les disfluidités dites normales à l'âge préscolaire et 2) la prise en charge orthophonique à l'âge préscolaire.

La distinction entre le bégaiement et les disfluidités dites normales à l'âge préscolaire.

Dans un premier temps, l'orthophoniste évaluera la parole de l'enfant afin de déterminer s'il s'agit de disfluidités normales liées à l'acquisition du langage ou bien de bégaiement. Il analyse plusieurs paramètres par exemple le nombre de répétitions, la fréquence des disfluidités et leur type. Brièvement, une disfluidité peut être définie comme une interruption survenant dans la parole.

Les disfluidités dites normales

De nombreux enfants âgés de 2 à 6 ans ont une période où leur parole est moins fluide en raison du développement de leur langage et de leur parole. Ils apprennent à formuler des phrases de plus en plus longues et complexes. Cet apprentissage peut également interagir avec d'autres facteurs et entraîner une parole moins fluide. Il peut s'agir de certains contextes conversationnels où le tour de parole est plus difficile à obtenir (ex. : à table ou en présence d'autres enfants) ou de certaines émotions vécues (ex. : la peur ou l'excitation).

Les enfants dont les disfluidités sont considérées comme étant « normales » et dites « non bégayées » peuvent par exemple employer des interjections (ex. : Je veux un... heu... ballon), réviser leurs phrases (ex. : Il est où mon... Donne-moi mon ballon) ou répéter des mots (ex. : Je veux un... un ballon). À noter que les répétitions « normales » sont dites avec un débit de parole modéré à lent comme si l'enfant semblait réfléchir à ce qu'il allait dire. Lors de ces répétitions, il n'y a pas de tension ou de mouvements associés. De manière générale, l'enfant est rarement conscient qu'il a hésité, qu'il a révisé sa phrase ou qu'il a répété un mot.

La parole bégayée

Or, certains enfants d'âge préscolaire présentent bel et bien un bégaiement, et non des disfluidités reliées à l'apprentissage du langage et de la parole. En effet, le bégaiement apparaît entre 18 mois et le début de la puberté, mais plus souvent entre 2 et 4 ans, et plus particulièrement juste avant 3 ans. En fait, le risque de développer un bégaiement après 4 ans est faible et estimé à environ

5 %. La parole bégayée est caractérisée par la présence fréquente de disfluidités « typiques du bégaiement » comme les blocages, les prolongements audibles, les répétitions de mots d'une syllabe et/ou les répétitions de parties de mots. Il peut aussi y avoir présence de tension et de mouvements associés dans la parole.

La prise en charge orthophonique à l'âge préscolaire

Suite à l'évaluation, si l'orthophoniste conclue à la présence de bégaiement, il peut : 1) débiter l'intervention immédiatement ou 2) documenter l'évolution de la fluidité de l'enfant pendant un certain temps puisqu'il se peut que le bégaiement disparaisse naturellement, sans intervention. Or, si la sévérité du bégaiement ne diminue pas, l'orthophoniste commencera l'intervention.

Le choix d'intervenir immédiatement ou non à l'âge préscolaire s'appuie sur différents facteurs comme les antécédents familiaux de bégaiement persistant ou non, le genre de l'enfant, la présence ou non d'autres difficultés et leur nature, etc. À titre informatif, s'il y a présence de bégaiement persistant dans la famille, les probabilités qu'il continue de bégayer sans intervention orthophonique sont d'environ 65 %. L'orthophoniste pourra choisir d'intervenir rapidement si l'enfant est dérangé par son bégaiement, s'il se sent moins à l'aise de parler ou si ses parents sont inquiets à ce sujet. De manière générale, il est recommandé qu'un enfant ayant commencé à bégayer avant l'âge de 4 ans entreprenne un suivi orthophonique avant qu'il n'ait 5 ans. En effet, selon certaines études, l'intervention pour réduire la fréquence du bégaiement serait plus efficace chez les enfants de moins de 6 ans.

En ce qui a trait à l'intervention orthophonique, peu importe la sévérité du bégaiement de l'enfant d'âge préscolaire, le parent sera impliqué. L'objectif sera d'améliorer la fluidité, de s'assurer que l'enfant soit le plus à l'aise possible de s'exprimer et qu'il ait du plaisir à communiquer. De plus, des stratégies d'hygiène de communication pourront être enseignées aux personnes significatives dans la vie de l'enfant comme ses parents et son éducatrice en milieu de garde. Par exemple, il pourra leur être recommandé de respecter les tours de parole, de s'adresser à l'enfant en lui parlant plus lentement, de se concentrer sur le message qu'il veut transmettre plutôt que sur la manière dont il le dit, de le laisser terminer son moment de bégaiement, plutôt que de terminer un mot ou une phrase à sa place, etc. Dans tous les cas, l'orthophoniste pourra guider le parent dans l'intervention la plus pertinente selon les besoins individuels de l'enfant et de sa famille.

SOURCES :

Guitar, B. (2014). *Stuttering: An Integrated Approach to Its Nature and Treatment* (4e éd.). Lippincott Williams & Wilkins.

Pertjts, M.A.J., Oonk, L.C., Beer, de J.J.A., Bunschoten, E.M., Bast, E.J.E.G., Ormondt, van J., Rosenbrand, C.J.G.M., Bezemer, M., Wijngaarden, van L.J., Kalter, E.J., Veenendaal, van H. (2014). *Clinical Guideline Stuttering in Children, Adolescents and Adults*. NVLF, Woerden.

Vous avez une question ? Merci de la faire parvenir à l'adresse courriel suivante : info@abcbegeiement.com

Au plaisir de vous lire,

STÉPHANIE G. VACHON
Orthophoniste et membre de l'ABC

Merci à Judith Labonté, orthophoniste et membre de l'ABC, pour sa relecture

On ne devrait pas rire de quelqu'un qui bégaie

Le bar est bondé. Je dois me pencher au-dessus de la table pour me présenter. « Bonjour, je m'appelle... », la bouche ouverte, comme figée ; l'habituel silence révélateur, suivi de la répétition « Ka »... « Ka », écho de la première syllabe de mon prénom. Elle fixe ses yeux sur moi pendant une seconde, peut-être deux. Et elle se met à rire. Elle regarde autour d'elle, à la recherche de quelqu'un avec qui partager cet instant apparemment amusant. Comme elle n'est entourée que par les expressions neutres de mes amis et les demi-sourires d'inconnus, elle se retourne vers moi, encore en train de rire à mes dépens. Je ne suis pas prête à sourire. Même si je le voulais, je ne pourrais pas la sortir de cette situation. Ma bouche se trouve en plein milieu d'un blocage ; je suis encore en train d'aller puiser mon prénom au plus profond de moi-même, lui faisant gravir mes poumons et ma gorge, espérant le faire sortir de ma bouche et le libérer à l'extérieur de moi. Je prends le temps de respirer, d'inhaler avidement une bonne bouffée d'air, et réessaie : « Je m'appelle K-K-K... »

Contre toute attente, elle rit toujours. J'assiste comme une spectatrice à la scène tandis qu'une de mes amies, celle qui la connaît, se penche et lui chuchote quelque chose à l'oreille. La distraction ainsi créée détend quelque chose en moi et je finis par prononcer « Katherine ». La fille n'a pas l'air de comprendre. J'espère que mon amie lui a demandé de cesser d'être aussi impolie (je souhaite sincèrement, aussi, qu'elle l'ait fait sans délicatesse). Évidemment, elle lui a expliqué que je bégaie. La fille s'empresse de s'excuser. Mais le silence qui suit ne donne pas l'impression qu'elle est désolée de son attitude. Il me fait plutôt sentir comme si elle est désolée que je bégaie, désolée que je porte un prénom qui ne soit jamais sorti intact de ma bouche, désolée pour moi que je sois ainsi.

Comme l'a écrit l'auteur américain Benson Bobrick, ce sont ces moments-là qui nous durcissent le cœur. Cette fille, c'est une adulte qui a passé des années à l'école, au collège, à l'université. C'est une personne qui possède toutes les capacités nécessaires pour ressentir l'empathie. Elle est rédactrice en chef d'un magazine, une étiquette qu'elle a arborée comme une médaille d'honneur quelques instants plus tôt. Elle aurait pu faire mieux. Nous pourrions tous faire mieux.

Je ne la rassure pas en lui disant : « ce n'est pas grave », car ce l'est. En revanche, je souris et lui dis que je bégaie. Avant qu'elle ne s'excuse encore, je l'informe que me présenter et dire

mon nom me demande plus de temps qu'il en faut à la majorité des gens. Elle acquiesce, soudainement muette. Un côté de moi, celui blessé et fâché, désire l'envoyer promener, la faire sentir petite et repentante. Mon côté plus fort et courageux veut l'éduquer, la renseigner à propos du bégaiement. Au lieu de cela, je me tourne vers mon autre amie, qui se présente à son tour, ce qu'elle fit en moins de cinq secondes. Je m'exclame : « c'était trop facile ! » Nous rions tous, d'un rire différent.

C'est en plein là le but de cet article : je crois au pouvoir du rire et à la force d'un sourire partagé en plein milieu d'un blocage ou d'une répétition. Je crois au fait de rassurer mes interlocuteurs, de leur dire qu'il n'y a pas de quoi être mal à l'aise, bref, de me rapprocher d'eux. Je crois en l'importance de rire de ces situations parfois ridicules causées par mon bégaiement. Mais je reconnais aussi qu'il y a quelque chose de cruel à rire du spectacle dont le bégaiement peut parfois être l'objet.



Pourquoi certains réagissent-ils de cette manière alors ? Il s'agit, pour la plupart du temps, de rires dénués de malice. Bien souvent, une telle réaction n'est causée que par la surprise. Malgré tous les signes en dévoilant le contraire, nous nous attendons à ce que le monde soit linéaire et prévisible. Si une personne parle de manière fluide un instant, nous pensons qu'elle continuera de le faire l'instant d'après. Lorsque nos prévisions se révèlent fausses, et que la parole est saccadée, bloquée ou brisée, nous ne pouvons qu'être surpris. Moi-même je le suis dans des moments comme ceux-ci. Et là, dans la foulée, nous rions : c'est naturel.

Pourtant, c'est une réaction que nous devons freiner. Être aimable et délicat est essentiel, et demande de résister à ce besoin insensé d'uniformité.

Pendant longtemps, j'attendais de mes interlocuteurs qu'ils puissent lire dans mon esprit. J'espérais d'eux de réagir parfaitement à mon bégaiement. Pourtant, je me rends compte aujourd'hui de ma propre incertitude à savoir si je réagirais moi-même d'une bonne manière si je ne bégayais pas. Assister à la différence que revêt le bégaiement n'est pas toujours facile, et il n'existe aucun manuel d'instructions destiné à notre public. Le fait que les personnes qui bégaient ne désirent pas tous la même réaction complique également les choses. Certains d'entre nous apprécient que les gens disent les mots à leur place, tandis que d'autres détestent cela (j'appartiens à cette catégorie). La meilleure chose que peuvent faire nos interlocuteurs est de nous demander ce que nous préférons, mais pour poser une telle question, il faut évidemment entretenir une relation teintée de confiance.

Nous devons ainsi agir comme nos propres ambassadeurs et montrer l'exemple. Grâce aux centaines de personnes qui bégaient que j'ai interviewées, je sais qu'il existe plus d'une réponse valable quant à la réaction parfaite d'un interlocuteur. Malgré tout, certaines attitudes semblent généralement appréciées.

Voici les meilleurs conseils que je connaisse pour bien réagir au bégaiement :

- Allez au-delà du bégaiement. Écoutez ce que nous disons, et non pas la façon dont nous le disons. Interagissez avec nous comme vous le feriez avec n'importe qui ;
- N'hésitez pas à venir vers nous. Ne fronchez pas les sourcils ou ne détournez pas le regard. Bref, ne nous faites pas sentir monstrueux ;
- Maintenez le contact visuel, mais évitez aussi d'en faire une obsession ;
- Soyez patients : les mots vont sortir. Ils prendront peut-être quelques secondes de plus qu'ils en demandent normalement. Surtout, ne mettez pas fin à la conversation uniquement parce que vous êtes mal à l'aise ;
- Ne riez pas. Ne nous prenez pas en pitié ou ne vous moquez pas de nous. Sourire par tendresse, au contraire, est un geste magnifique.

Par-dessus tout, soyez compatissant.

KATHERINE PRESTON

Traduit de l'anglais par GENEVIÈVE LAMOUREUX
(Titre original : *Why You Shouldn't Laugh at Someone Who Stutters*, article paru dans le *Huffington Post*)

SOURCE :

Katherine Preston (www.katherinepreston.com) est l'auteur de *Out With It: How Stuttering Helped Me Find My Voice* (inédit en français).

PROJET DE CAPSULES VIDÉO SUR LE BÉGAIEMENT



Nous travaillons actuellement sur un projet de capsule vidéo de type « témoignage » sur le bégaiement. Pour ne pas vendre le « punch », on préfère seulement dire pour l'instant que l'on cherche à y inclure un maximum de personnes qui bégaient ! Celles-ci répondront à quelques questions du genre « Qu'est-ce que tu aimerais que les gens sachent à propos du bégaiement ? » ou encore « Qu'est-ce que tu trouves difficile en tant que personne qui bégaie ? ».

Le tournage, qui respecterait les éventuelles mesures sanitaires, aurait lieu :

- à Québec, le samedi 21 août 2021
- à Montréal, le samedi 28 août 2021

Si vous souhaitez participer au vidéo, écrivez-nous au info@abcbegaiement.com.

FRANKY BANKY par Daniele Rossi



Traduction par Geneviève Lamoureux. Merci à Audrey Bigras pour l'idée derrière cette bande dessinée.