

AIDER LES ENFANTS QUI BÉGAIENT

Qu'est-ce que le bégaiement?

Le bégaiement est un trouble de la communication qui se caractérise par une perturbation de la fluidité de la parole. Voici des exemples de bégaiement :

- « Répétitions » de mots ou de parties de mots (j-j-j-je peux avoir du jus?)
- Étirements ou « prolongations » de sons (pouuuuurquoi je ne peux pas avoir de jus?)
- Ou des « blocs » complets – pas de flux d'air ou de voix pendant un moment ou plus (je peux avoir ___ du jus?)

Voici quelques stratégies qui peuvent être utilisées à la maison ou à l'école en attendant de recevoir des services :

1. Savoir bien écouter

- Maintenez un bon contact visuel pendant que votre enfant parle.
- Laissez à votre enfant tout le temps nécessaire pour finir de parler.
- Évitez d'ajouter les mots ou de donner de conseils, par exemple « ralentis », « arrête-toi et réfléchis ».

2. Ralentir votre rythme de parole

- En ralentissant votre propre rythme de parole, vous incitez votre enfant à faire de même.
- Une bonne règle de base consiste à imaginer que vous parlez comme si quelqu'un essayait d'écrire ce que vous dites.

3. Augmenter le temps d'attente

- Essayez d'attendre environ une seconde avant de répondre à votre enfant qui vient de finir de parler. Cela permettra de maintenir le rythme de la conversation à un niveau agréable et détendu.
- En faisant une pause avant de répondre à votre enfant, vous réduirez également les risques de l'interrompre accidentellement.

4. Éviter d'interrompre

- Lorsque cela est possible, n'interrompez pas votre enfant et ne laissez pas les autres l'interrompre.
- Des interruptions fréquentes peuvent accroître le trouble de fluidité verbale d'un enfant, car il est alors soumis à une pression plus forte pour s'exprimer rapidement et clairement afin d'être entendu et compris.

5. Éviter les questions qui exercent beaucoup de pression

- Évitez de poser trop de questions à la fois ou de poser une deuxième question avant que l'enfant n'ait eu la possibilité de répondre à la première question.
- Il est normal de poser des questions qui aideront votre enfant à communiquer, par exemple « avec qui as-tu joué aujourd'hui? », plutôt que des questions qui mettent à l'épreuve ses connaissances ou sa mémoire « dis-moi ce que tu apprends à l'école ».

6. Encourager les bonnes habitudes de politesse (chacun son tour)

- Encouragez chaque personne à parler et à écouter à tour de rôle.
- Vous pouvez expliquer à l'enfant à l'avance que tout le monde aura l'occasion de s'exprimer.

7. Reconnaître quand la parole est difficile

- Il est important de dire à votre enfant que vous l'acceptez sans condition et que sa façon de parler ne vous dérange pas et ne vous met pas en colère. Vous pouvez le faire en commentant de manière naturelle « c'était difficile à dire » ou « c'était un mot difficile ».
- Il est important d'utiliser des énoncés comme ceux ci-dessus uniquement lorsque votre enfant est visiblement contrarié ou exprime de la peur ou de l'anxiété dans ses paroles.
- Vous pouvez également formuler des commentaires positifs lorsque votre enfant a « une bonne journée de parole ».

8. Prévoir un moment spécial pour parler

- Il est important de réserver du temps chaque jour pour interagir avec votre enfant. Ce temps peut être consacré à jouer ou à jaser. Ce qui rend ce moment spécial, c'est que votre enfant et vous ne vous sentirez pas bousculés ou distraits. C'est aussi un excellent moyen de voir laquelle des stratégies ci-dessus fonctionne le mieux pour votre enfant.
- Cinq minutes par jour peuvent faire une grande différence et améliorer considérablement la parole de votre enfant.
- Il est également important que votre enfant sache qu'il n'est pas seul et que tout le monde bégaié de temps en temps.

Voici quelques sites Web qui peuvent être utiles :

The Stuttering Foundation stutteringhelp.org

Canadian Stuttering Association stutter.ca

The Speech and Stuttering Institute speechandstuttering.com