

## **COMMENT AGIR EN TANT QUE PARENT POUR AIDER VOTRE ENFANT QUI BÉGAIE**

### **ADOPTER UNE BONNE HYGIÈNE DE COMMUNICATION**

Il est possible d'adopter divers comportements facilitant avec un jeune qui bégaie (ou avec toute personne ayant un problème de communication). Ces comportements ne feront pas disparaître le bégaiement, mais pourraient faciliter la parole.

Pour chacun des comportements que vous mettrez en application, demandez-vous, après usage, s'il a un effet favorable sur la parole du jeune et si le jeune semble à l'aise avec ce comportement. Si la réponse est « oui » pour les 2 questions, continuez à adopter ce comportement. Si la réponse est non à l'une des 2 questions, cessez-en l'utilisation.

#### **a) Modifier la parole**

- **Parler plus lentement**

Si vous parlez plus lentement à votre enfant, celui-ci ne se sentira pas brusqué et la communication sera plus facile. De plus, vous lui donnerez alors un bon modèle de parole.

- **Faire des pauses dans les phrases et laisser le temps à l'enfant de parler**

Il est préférable de parler chacun son tour. Essayez de ne pas parler en même temps que votre enfant et laissez-lui le temps de bien prendre son tour de parole. Essayez de faire des pauses dans vos phrases, pour donner un bon modèle à votre enfant et pour qu'il ne se sente pas bombardé.

- **Faire des phrases courtes avec du vocabulaire simple**

Ceci est à appliquer particulièrement avec les enfants jeunes qui apprennent à parler. À cet âge, les énoncés des enfants deviennent plus longs et plus complets et ceci peut entraîner plus de moments de bégaiement. En parlant avec votre enfant à l'aide de phrases courtes et simples, vous l'aidez dans l'apprentissage du langage.

- **Privilégier les commentaires plutôt que les questions**

Lorsque vous communiquez avec votre enfant, ne lui posez pas seulement des questions. Votre enfant peut sentir plus de pression et sa parole sera plus difficile. Essayez plutôt de faire des commentaires. N'oubliez pas que vous communiquez avec votre enfant et que vous avez tous les deux quelque chose à apporter à la conversation.

- **Éviter de donner des conseils à l'enfant au sujet de sa parole**

Dire à l'enfant de prendre son temps, de respirer, de réfléchir avant de parler est rarement aidant parce qu'il ne comprend pas ce qu'il doit faire. De plus, il peut développer le sentiment d'être un mauvais communicateur puisque chaque fois, on lui rappelle comment il devrait parler. L'écoute et le bon modèle de parole sont plutôt à privilégier.

## **b) Modifier l'interaction communicative**

- **Offrir un bon contact visuel à l'enfant**

Le stress d'interagir avec quelqu'un est réduit lorsqu'on sent que cette personne nous écoute et s'intéresse à ce que l'on dit. Offrir un bon contact visuel est l'un des moyens utilisés pour montrer à l'autre qu'on l'écoute.

- **Se mettre à la hauteur de l'enfant**

Le stress d'interagir avec quelqu'un est réduit lorsque cette personne se met à notre hauteur, tant en se penchant à notre niveau qu'en adaptant le langage qu'elle utilise.

- **Prendre le temps d'écouter l'enfant et lui donner le temps de parler**

Un enfant qui bégaye a besoin de se sentir écouté. Lorsque votre enfant vous parle, donnez-lui votre attention et regardez-le. De cette façon, vous favoriserez une meilleure communication et il pourra vous parler sans se sentir pressé. Si vous n'avez pas le temps de l'écouter, dites-le-lui. N'hésitez pas à lui dire d'attendre quelques minutes ou de revenir un peu plus tard afin de terminer votre tâche. Ne l'encouragez pas à se presser, à faire vite, pour transmettre son message. Si le temps manque, revenez-y plus tard plutôt que de brusquer la communication.

## **c) Lors des moments de bégaiement**

- **Laisser l'enfant terminer ses moments de bégaiement**

Lorsque votre enfant bégaye et qu'un mot ne peut pas sortir, laissez-le terminer. Votre enfant sait ce qu'il veut dire. Dire le mot à sa place n'aidera pas votre enfant dans son bégaiement et pourrait l'amener à se décourager. Il est très important que vous ne lui reprochiez pas son bégaiement.

- **Accepter les moments plus difficiles**

Le bégaiement est variable. Certaines journées ou situations peuvent être plus difficiles que d'autres. Soyez plus compréhensifs dans ces moments.

**Bonne communication!**