

Faire face aux taquineries...

par Mélanie Mongeau B.Éd., B.Sc. orthophonie

(Références : articles Internet Teasing and Bullying of children who stutter, par Ian Roth et Deryk Beal, department of speech-language pathology, University of Toronto, Stuttering Presentation guide de l'association FRIENDS, Stuttering, Kids Health par Amy Nelson, MA)

Vivre avec son bégaiement ça veut aussi souvent dire avoir malheureusement à composer avec les moqueries de certains camarades. Ce n'est pas facile, ces remarques sont blessantes et minent souvent la confiance en soi. En plus, c'est fatigant. Est-ce que tu fais partie de ces jeunes qui en ont assez de faire rire de leur parole ou de se faire imiter lorsqu'ils parlent. Est-ce qu'il t'arrive de te faire dire toutes sortes de noms? Si tu as répondu oui à l'une ou l'autre de ces questions, tu dois absolument en parler à quelqu'un et agir pour que tout cela cesse. L'article qui suit a pour but de te donner des moyens pour que tu puisses réagir positivement face à cette situation déplaisante.

Tu dois sûrement te dire que les jeunes qui te taquent ont bien du temps à perdre. C'est vrai! Il est en effet difficile pour certains de résister à la tentation de rire des autres parce qu'ils ont quelque chose de différent, parce qu'ils sont uniques. Ce genre de réaction négative cache souvent un malaise. Ils ne savent pas comment réagir, ils ne comprennent pas ce qui se passe. Certains jeunes en profitent pour taquiner un de leur camarade, car ils croient que ce dernier veut cacher quelque chose. Il est donc important pour toi d'agir en prenant la parole.

En étant ouvert et franc face à tes difficultés, tu ne laisseras pas beaucoup de place aux taquineries. Tu en décourageras plusieurs qui auraient de mauvaises idées en allant de l'avant et en disant « Oui, c'est vrai, je bégaie parfois, mais j'y travaille » ou « J'apprends à contrôler ma parole et toi? ». Chacun de nous vit un jour ou l'autre des moments plus difficiles. Tout le monde a des choses à améliorer. Notre façon de réagir à ces difficultés influence aussi la façon dont les gens autour de nous vont réagir. Si tu perçois ton bégaiement comme quelque chose qui fait bel et bien partie de toi, mais que tu peux contrôler grâce aux outils et aux moyens que tu te donnes pour rendre ta parole plus souple et facile, il y a de fortes chances que tes interlocuteurs réagissent eux aussi positivement.

On peut comparer le fait de se faire taquiner à une partie de basketball. Lorsqu'un camarade se moque de toi, il avance avec son ballon dans ta zone en tentant de compter un point. Il tourne alors autour de toi en driblant avec son ballon (il t'agace). Il tente de trouver une faille pour pouvoir lancer le ballon au panier. Si à ton tour, en réponse à ses moqueries, tu réagis négativement ou si tu abandonnes, tu lui donnes alors l'occasion de reprendre du terrain et marquer encore des points. Par contre, en gardant ton calme et ton sang froid, tu peux alors mieux appliquer tes techniques de fluidité (te concentrer sur le ballon) et garder le contrôle sur ta parole et la situation. En ne te laissant pas manipuler et abattre par cette personne, tu as bien des chances de la déstabiliser et de couper court à ses manigances.

Devant ces situations, plusieurs options s'offrent à toi :

L'évitement : Tu peux éviter un camarade qui se moque de toi en te sauvant lorsque tu vois arriver ce jeune. Tu te rendras par contre bien vite compte que de jouer au chat et à la souris avec lui n'est pas reposant. De plus, en te cachant, tu lui donneras envie de te relancer, de continuer car le ballon sera dans son camp.

L'ignorer : En faisant ta petite affaire et en ignorant les remarques déplacées à ton endroit, il se peut que la personne qui te taquine se lasse et arrête son petit manège. En ne lui accordant pas l'attention qu'il ou elle cherche, son intérêt face à toi sera beaucoup moins grand. Par contre, parfois ce n'est pas le cas. Certaines personnes sont tenaces.

Prendre les devants : Si tu te sens capable de le faire, tu peux informer la personne qui se moque de toi de ce que tu ressens lorsqu'elle agit ainsi. Tiens-toi bien droit, regarde-la dans les yeux et dis-lui que tu en as assez.

Les gens qui se moquent de toi ne savent pas ce que c'est que d'avoir une « mécanique de la parole plus fragile ». Profite d'un moment opportun en classe pour informer tes camarades de ce qu'est le bégaiement. Ainsi, ils n'auront plus de raison de ne pas savoir comment réagir. Tu leur auras expliqué ce que ça fait de bégayer et que ce n'est pas toujours facile de contrôler sa parole. Ils sauront que tu ne te laisses pas abattre par cette difficulté. Une fois que tu leur auras dit que *Oui parfois tu bégaies, mais ça ne t'arrête pas*, ils n'auront plus de « munitions » pour te taquiner. En plus, tu auras de ton côté la majorité des élèves de ta classe. C'est bien de compter sur le support de ses amis.

Réagir avec humour : Si on se moque de ta parole ou que l'on t'imites lorsque tu bégaies, tu peux lancer ces quelques phrases : « Ah, je ne savais pas que tu bégayais toi aussi » ou « Pourrais-tu faire mieux, ça manque un peu de pratique » ou encore « Je pense qu'il va falloir que je te donne des cours! ». Tu contribueras à détendre l'atmosphère et tu signifieras à l'autre que ces remarques sont vraiment déplacées.

Tu peux te pratiquer avec tes parents en faisant des jeux de rôle. En préparant tes répliques, tu seras mieux préparé à faire face aux taquineries de tes camarades lorsqu'elles se présenteront.

Enfin, tu dois savoir que tu n'es pas seul. Tu disposes autour de toi d'alliés en qui tu peux avoir confiance. N'hésite pas à parler de ce que tu vis à tes parents, à tes professeurs, à tes amis, au directeur de ton école. Ensemble, vous trouverez sûrement une solution adaptée à ton problème.

© Association des jeunes bègues du Québec (AJBQ) 1-800-661-2348