

BÉGAIEMENT & PAROLE AUTOMATIQUE : UN REGARD SUR LE RÔLE DE L'INCONSCIENT DANS LES MOUVEMENTS DE LA PAROLE ET DU BÉGAIEMENT.

Par Matthew O'Malley

Traduction partielle de Richard Parent

Voici ma seconde traduction très partielle d'un autre texte de Matthew. RP

La parole est mouvement. La parole est une faculté automatique largement contrôlée par notre inconscient, tout comme la marche et se tenir à vélo.

Perspective macro du bégaiement, de la parole et d'une faculté automatique

Commençons par nous demander ce qu'est une faculté automatique. Une faculté automatique est simplement quelque chose qu'une personne peut faire sans l'intervention, ne serait-ce que minime, de son esprit conscient. J'en suis venu à la conclusion que *les efforts déployés par les Personnes Qui Bégaient (PQB) pour contrôler leur parole constituent un des problèmes du bégaiement*. Cela est contre-productif, car la mise en place d'une faculté automatique et l'effort physique déployé lors d'un contrôle conscient ne peuvent coexister pacifiquement.

Lorsque nous prenons conscience de la complexité de l'acte de parler, il s'ensuit logiquement que notre esprit conscient n'est pas adéquatement outillé pour s'acquitter honorablement de cette tâche. La presque totalité de la parole doit être exécutée par notre subconscient. Il n'existe aucune autre manière d'y arriver.

Je commencerai par vous présenter des informations reposant sur des recherches démontrant à quel point les mouvements de parole sont inconscients et doivent donc s'exécuter « automatiquement. »

Perspective micro du bégaiement, de la parole et d'une faculté automatique

« ... de récentes découvertes suggèrent que l'expérience consciente de vouloir agir découle d'une préparation à l'action dans les zones cérébrales frontale et pariétale... » (Haggard, 2005)
« ... Cependant, d'irréfutables preuves des neurosciences démontrent que nos actions sont largement gérées par des processus cérébraux se déployant sans que nous en soyons conscients. » (D'ostilio, Gaëtan, 2012)

Relions tout cela au bégaiement et à la parole

Voici, énoncée simplement, la séquence du mouvement : 1. Potentiel d'activation inconscient à effectuer un mouvement¹; 2. Prise de conscience de l'intention d'effectuer un mouvement; 3. Le mouvement. Deux secondes avant que la personne exécute des mouvements de parole, l'inconscient a déclenché un potentiel d'activation dans son système neurologique pour exécuter des mouvements de parole.

Combinaison des perspectives macro et micro

Comme je l'expliquais dans la perspective macro, les PQB commencent par remarquer des interruptions involontaires dans leur parole. Puis elles notent les réactions de leurs interlocuteurs. Cela leur étant déplaisant, elles commencent alors à surveiller — et tentent de contrôler — leur parole afin d'éviter l'expérience déplaisante du blocage/bégaiement. Ce processus cyclique se répète et se renforce avec le temps au point que cette préoccupation constante de la parole et cette surveillance intense de cette dernière deviennent pratiques courantes chez les PQB lorsqu'elles parlent.

Note : Il est tout à fait normal pour un individu d'être préoccupé par quelque chose qui lui occasionne de déplaisantes expériences. Il est tout à fait compréhensible que la PQB se concentre sur sa parole lorsqu'elle remarque des interruptions involontaires. Mais cela a comme effet d'accroître le bégaiement.

Lorsque s'exprime la PQB, la lumière éblouissante de sa préoccupation brille à chaque partie du processus de parole. Un tel usage intensifié de cette préoccupation perturbe le processus naturel de parole. Chez une PQB, cette préoccupation constante de sa parole s'active à chaque moment d'une interaction de parole. Souvent, cette concentration sur sa parole commence bien avant que ne débute l'interaction. Elle répète mentalement ce qu'elle va dire. Elle se demande si elle va bégayer sur ce qu'elle va dire. Puis lorsqu'elle se prépare à prononcer le mot, elle se demande si elle va bloquer dessus. Elle se concentre alors sur le son et sur l'appareil vocal afin de s'assurer de ne pas bloquer. L'individu se surveille pour les blocages pendant toute la durée de la conversation.

L'esprit inconscient commence à vous préparer pour les mouvements de parole avant même que vous ne sachiez quels mouvements de parole vous ferez. Le processus neurologique

¹ Le terme employé par Matthew et les chercheurs est « Readiness potential » que j'avais initialement traduit par « disposition ». Je l'ai changé pour « potentiel d'activation. » Ce terme reviendra souvent dans ce texte et sera souligné tout au long du texte afin de vous rappeler sa signification.

PAROLE AUTOMATIQUE ET RÔLE DE L'INCONSCIENT

responsable pour les mouvements de parole s'active entre 300 et 1700 millisecondes avant même que l'individu ne sache qu'il exécutera ces mouvements. Insérer d'extrêmes niveaux d'attention et de préoccupation pendant la période de préparation inconsciente des mouvements peut nuire à ce processus naturel. Si votre inconscient prépare des mouvements afin que vous puissiez vous exprimer et que, simultanément, vous utilisiez votre esprit conscient pour surveiller chaque partie du processus de parole, que vous sélectionniez sciemment les mots et que vous interveniez dans le mécanisme de la parole, on a alors une utilisation déviante du processus normal de celle-ci.

Non seulement l'esprit conscient est-il actif et tente de contrôler la parole pendant le potentiel d'activation inconsciente chez l'individu qui bégaye, mais son inquiétude face à sa parole et de ce qu'il va dire précéderont probablement l'apparition de ces potentiels d'activation inconscients. Comme je l'ai dit, les potentiels d'activation inconscients de l'esprit (préparations inconscientes de la personne à bouger/parler), sont présents entre 300 et 1700 millisecondes avant que l'individu n'ait même conscience de ce qu'il va dire ou de faire bouger son appareil vocal (parler). La PQB pense souvent à sa parole et se concentre sur le processus de celle-ci avant même que ces potentiels d'activation inconscients deviennent présents.

J'affirme que l'intrusion de l'esprit conscient dans plusieurs aspects du processus de parole et la mise en place de contrôles conscients de celle-ci avant ou pendant le potentiel d'activation inconscient nuisent aux processus neurologiques naturels qui permettent la production de la parole, augmentant ainsi les blocages et le bégaiement.

Une importante découverte

Je ne comprends pas très bien pourquoi la découverte que je m'apprête à vous expliquer n'a pas engendré plus de théories sur le bégaiement ni ne fut utilisée pour concevoir des traitements pour ce dernier.

Walla, Mayer, Deecke, et Thurner ont effectué une recherche en 2004 en étudiant l'activité neurologique menant à la parole chez des PQB et un groupe de contrôle (personnes qui ne bégaiement pas). Or, l'activité neurologique menant à la parole chez les PQB différait, de façon importante, de celle des personnes fluides.

Afin de pouvoir mesurer cela, ils demandèrent aux participants des deux groupes de se livrer à des activités de parole alors qu'ils surveillaient leur activité cérébrale. On leur présentait un mot à l'écran. Ils devaient dire le mot aussitôt qu'ils le voyaient. Chez les PQB, il y avait très peu, sinon pas du tout, d'activité neurologique cérébrale menant à la prononciation du mot. Il n'y avait pas de potentiel d'activation (readiness potential). Chez les locuteurs fluides, il y avait une importante activité neurologique jusqu'à ce qu'ils prononcent le mot montré à l'écran. Les locuteurs fluides, eux, avaient des potentiels d'activation.

PAROLE AUTOMATIQUE ET RÔLE DE L'INCONSCIENT

Pour reformuler tout ça, *l'activité préparatoire inconsciente (potentiel d'activation ou *readiness potential*) pour le mouvement n'était pas présente chez les PQB avant de parler*. Cela est contraire au processus normal du mouvement, y compris les mouvements de parole. Mais chez les locuteurs fluides, l'activité neurologique préparatoire (potentiel d'activation) était présente jusqu'à la prononciation du mot (prononcé à voix haute).

Ces résultats appuient fortement la notion selon laquelle *le bégaiement est associé à une concentration perturbée de l'attention ou de l'anticipation*.

Dans leurs conclusions, **Walla, Mayer, Deecke & Thurner (2004)** affirmèrent :

« Nous avons des preuves que le fait de prononcer à voix haute des mots visuellement présentés est associé à certaines activités cérébrales au — ou près du — cortex moteur de l'hémisphère gauche chez les personnes qui ne bégaièrent pas, mais pas chez celles qui avaient un bégaiement développemental. Nous interprétons cette activité cérébrale comme une anticipation verbale focalisée. Bien que les PQB n'étaient pas handicapées pour prononcer à haute voix les mots visuellement présentés, nous interprétons l'absence de cette activité comme occasionnant la parole disfluente chez les PQB en général. Cette interprétation découle de ce que la parole fluide est plus complexe que de prononcer à haute voix des mots isolés. On peut considérer les résultats présents comme appuyant l'idée que le bégaiement soit associé à une concentration perturbée de l'attention ou de l'anticipation relative au traitement des informations verbales. »

Bien que les résultats de cette recherche soient sujets à interprétation, on peut raisonnablement en déduire qu'une préoccupation/surveillance excessive de la parole et la mise en place de contrôles conscients excessifs de celle-ci par les PQB jouent un rôle dans l'absence de potentiel d'activation inconscient menant à la prononciation à voix haute.

Mot de la fin

La plupart d'entre nous sommes d'accord à l'effet que, à cause du bégaiement/disfluences, la personne qui bégaie porte une attention importante à sa parole. Une telle préoccupation de sa parole excède, et de loin, celle que lui accordent les personnes fluides. La PQB commence à tenter de contrôler sa parole dans un effort pour « ne pas bégayer » ou « ne pas bloquer » à cause de situations du passé alors que le contrôle de sa parole avait dérapé, se soldant par des expériences déplaisantes. C'est le point de départ d'une spirale qui se renforce d'elle-même. Cette spirale augmenta la préoccupation envers la parole et le désir de contrôler celle-ci. J'affirme que cette préoccupation élevée de la parole et les tentatives de contrôler sciemment celle-ci constituent une ingérence nuisible dans le rôle crucial de l'inconscient pour la production des mouvements de parole, lesquels incluent la formation de potentiel d'activation qui précède la parole. Cela résulte en un accroissement du bégaiement et des blocages.

PAROLE AUTOMATIQUE ET RÔLE DE L'INCONSCIENT

Certains académiciens sont focalisés sur les noyaux gris centraux (basal ganglia) comme cause du bégaiement. Souvent, la philosophie sous-jacente est que la force des signaux pour exécuter les mouvements de parole est, chez les PQB, trop faible. Conséquemment, ces signaux verbaux ne sont ni retenus ni exécutés. Une telle faiblesse serait-elle due à un potentiel d'activation insuffisant menant à la parole?

Une des principales raisons de l'existence de facultés automatiques est de permettre aux humains d'exécuter ces facultés tout en se concentrant sur autre chose. Ainsi, le fait d'attribuer une trop grande attention à la parole s'effectue au détriment de sa nature en tant que faculté automatique².

Les personnes qui bégaiement se contrôlent souvent pour prévenir les blocages, mais remarquent à peine les occasions où leur parole s'écoule librement. Il est préférable de vous concentrer sur l'écoulement (le flow) de votre parole. La personne fluide s'attend à ce que sa parole s'écoule librement. Elle s'attend à ce que sa parole s'apparie harmonieusement avec ce qu'elle souhaite dire (le message à transmettre, sa parole interne). Sa préoccupation envers ses erreurs de parole ou ses disfluences normales entre en action que lorsque de tels incidents se produisent.

SOURCE: Traduction partielle de [Stuttering & Automatic Speech : An In-Depth Look At The Unconscious's Role in Speech Movements & Stuttering](#) par Matthew O'Malley, publié dans [Understanding Dysfluency](#). Mai 2016.

Traduction de Richard Parent, mai 2017. Reformaté et actualisé 10/2018.

Bibliographie

Libet, Benjamin. "Unconscious Cerebral Initiative and the Role of Conscious Will in Voluntary Action." *Behavioral and Brain Sciences* 8.04 (1985): 529.

² Cela n'est pas étranger avec le concept de Facteur de Mouvement Fluide (FMF) selon lequel on pourrait interpréter ceci : « Une PQB ne peut bien s'exprimer que si son cortex préfrontal n'intervient pas dans les signaux parvenant au cerveau. C'est ce que nous appelons le Facteur de Mouvement Fluide (le FMF) : le cortex préfrontal n'analysant plus les signaux des mouvements, ces signaux se rendent directement au système moteur. Des mouvements bien plus harmonieux seront générés lorsque le FMF est activé et que notre intellect se tiendra à distance respectable du processus. »

PAROLE AUTOMATIQUE ET RÔLE DE L'INCONSCIENT

D'ostilio, Kevin, and Gaëtan Garraux. "Brain Mechanisms Underlying Automatic and Unconscious Control of Motor Action." *Frontiers in Human Neuroscience*. 6 (2012).

Haggard, Patrick. "Conscious Intention and Motor Cognition." *Trends in Cognitive Sciences* 9.6 (2005): 290-95.

Walla, Peter, Dagmar Mayer, Lüder Deecke, and Stefan Thurner. "The Lack of Focused Anticipation of Verbal Information in Stutterers: A Magnetoencephalographic Study." *NeuroImage* 22.3 (2004): 1321-327.

Deecke, L., Marion Engel, W. Lang, and H.h. Kornhuber. "Bereitschaftspotential Preceding Speech after Holding Breath." *Experimental Brain Research* 65.1 (1986).