



PAROLE BEGAIEMENT

Sommaire

Écrits libres.....	2
Mots dits	6
Dossier	8
Mots cœurs	12
Mots cris	14

Dossier

SELF HELP

Lettre N°57 - 3e trimestre 2010

Editorial

Conception

ISSN : 1969-0754

Ce numéro a été conçu et réalisé par une rédaction composée de personnes bègues et de thérapeutes.

Directeur de la publication :

Jean Marvaud
jean.marvaud@worldonline.fr

Rédacteur :

Yan-Eric de Frayssinet
amaline@club-internet.fr

Comité de lecture

Olivier Humez. Jean Marvaud. François Le Huche. Daniel Poussin. Anne-Marie Simon.

Impression :

CMS, 2 rue Malbec
31000 Toulouse.

Conception, réalisation :

Association Parole Bégaiement
BP 200 11
92 340 Bourg la reine.

Numéro AZUR :

0 810 800 470

Téléphone et télécopie :

01 46 65 36 39

Courriel :

contact@begaiement.org

Site Internet :

<http://www.begaiement.org>

Self Help, toutes les raisons de s'entraider

Une page réservée à la vie des self-help à chaque parution de la Lettre Parole Bégaiement, quelle belle tribune pour vous informer. Cela nous permettra de vous emmener sur la « planète self-help », un lieu qui vous est peut-être inconnu. Dans ce numéro, nous vous proposons un dossier complet avec de nombreux articles qui, espérons-le, saura aiguïser votre curiosité et vous donner une vision assez juste des self-helps. Bonne lecture à tous !!!

■
Alain Paute

Correspondant des self-helps au CA de l'APB.

CLAUDIE BARTHOLOMÉ : UNE PERSONNALITÉ RARE QUI VA NOUS MANQUER CRUELLEMENT

Ma douleur est encore trop vive et l'absence de Claudie me pèse encore trop lourdement pour que j'aie vraiment le cœur à écrire, même à son souvenir.

Toutefois, répondant à diverses sollicitations de ses consœurs et confrères qui figuraient aussi parmi ses amis, je me limiterai à une simple énumération de qualités largement reconnues qui caractérisaient parfaitement sa personnalité et l'attitude qu'elle a toujours manifestée, tant dans son activité professionnelle et associative qu'au sein de sa vie de famille :

Disponibilité, gentillesse, amabilité, écoute attentive et attentionnée, dévouement, générosité, sens aigu du partage et de l'aide à tous ceux qui pouvaient avoir besoin d'elle,

tact et diplomatie, volonté permanente de ménager la susceptibilité de chacun et de ne froisser personne, désir constant de toujours mieux faire...

En dix-sept ans de vie commune, je n'ai eu que très rarement l'occasion de la voir transgresser ces principes qui étaient pour elle une véritable conduite de vie et encore en était-elle ensuite elle-même bien plus affligée que ceux qu'elle avait pu être amenée — généralement à raison — à perturber momentanément. Son caractère naturel, tout empreint d'humanité, de grande compassion et d'un amour infini revenaient très vite ensoleiller la vie de tous ceux qui l'ont côtoyée, de près ou de loin.

Nombreux sont ceux auxquels Claudie va manquer profondément.

■
Pierre Lebert

Cécile GILET DEPREUX, qui êtes-vous ?

A bon entendeur...

Je suis une femme de 35 ans, mariée, maman d'un petit garçon de 4 ans. Je suis également orthophoniste, diplômée à Paris en 2002. Après des remplacements effectués dans la région parisienne s'est imposé le désir d'un changement de vie : en 2003, installation avec mon époux dans les Landes (retour aux sources pour moi puisqu'il s'agit de ma région de cœur qui m'avait accueillie enfant) où j'exerce depuis mon activité en libéral au sein d'un cabinet pluridisciplinaire.. Depuis l'été 2009 je suis déléguée départementale des Landes pour l'Association Parole Bégaiement. Une décision qui a résonné comme une évidence lorsque Martine Cotton, en me faisant parvenir le reçu de mon adhésion (petit coupon bien connu...) a glissé un petit mot disant: « seriez-vous tentée par une action plus concrète au sein de l'APB ? »... pardon Martine si je déforme un peu tes propos, mais je suis pratiquement certaine que ça ressemblait à peu près à ça.. De là sont nées des discussions téléphoniques avec Martine puis Anne-Marie (Simon). Car la question nouvelle était bien celle-ci: agir oui ! mais comment...? Martine et Anne-Marie m'ont guidée merveilleusement et je les en remercie vivement. Aujourd'hui j'apprends à mener ma récente « mission » et les petits pas franchis chaque jour me confortent dans mon nouvel engagement.

En quoi cette mission est-elle importante pour vous ?

Parce que le travail entrepris par l'APB depuis sa création jusqu'à aujourd'hui me semble colossal et qu'il est temps pour moi d'y prendre une part plus active, donner après avoir reçu en somme. Ma rencontre avec l'Association remonte à une dizaine d'années, période à laquelle je commençais à me demander sur quel sujet je plancherais pour mon mémoire de fin d'études. Puis vinrent les cours dispensés sur le bégaiement et ma rencontre avec Anne-Marie Simon:

nous voilà donc embraquées, mon amie Virginie Gilabert (collègue de promo et binôme) et moi-même pour un voyage au centre... du bégaiement... avec notre première puis seconde JMB. Cette aventure qui devait nous conduire aux portes de l'orthophonie nous permit de participer au 3e colloque international à Lyon en 2003 : « Bégayer... communiquer, quels liens ? ». A ce jour je ne conçois pas mon rôle de thérapeute sans le soutien de l'APB ; d'abord parce que je lui dois de formidables rencontres qui m'ont considérablement aidées à mieux comprendre ce qu'est le bégaiement et comment on peut essayer d'en démêler les ficelles, ensuite parce que les campagnes d'information comme

celles menées sur la prévention apportent des réponses très concrètes pour les parents dont un petit enfant commence à bégayer et sont un véritable point de départ pour le travail d'accompagnement que nous menons. J'ai la chance d'avoir, depuis peu de temps, un co-délégué à mes côtés, Jérôme Doyenard, plein de ressources, et nous espérons par le biais de nos petites actions sur le terrain contribuer à mieux faire connaître l'APB et donc le bégaiement et ce qu'il engendre de douloureux et difficile, une fois installé. Car, et je l'entends encore trop souvent de la bouche même de certains médecins ou pédiatres de ma région, une méconnaissance énorme subsiste...

En tant que thérapeute, qu'avez-vous appris du bégaiement ?

Que nous sommes tous confrontés au jugement et à l'appréciation de « l'autre » et que toute communication se situe dans un cadre d'interactions sociales dont on ne peut ignorer l'aspect primordial. Que le bégaiement est un trouble de la relation, relation au cours de laquelle la représentation de l'autre (lorsqu'elle est perçue comme « négative » ou dépréciée par la personne qui bégaie) peut donner naissance à de véritables angoisses qui ne font que renforcer ce trouble.

Et qu'il paraît donc totalement déplacé de considérer le bégaiement comme une simple altération du rythme de la parole.. Ce que j'ai appris au cours de mes lectures, de mon travail (notamment lors de la réalisation de mon mémoire) c'est que très tôt, entre trois et quatre ans, plus de la moitié des petits enfants fluents vont être capables de percevoir le bégaiement chez un autre enfant et que cette « discrimination » peut dès lors déterminer des choix en matière d'interaction sociale ; que le choix d'exclusion ou de moquerie, à l'égard de celui qui présente une parole disfluente, est très souvent justifié dès cinq ans par des commentaires négatifs (« il ne parle pas bien »). Il me paraît donc évident que la question du déni du trouble ne constitue en rien un élément de réponse au problème de la souffrance que crée le bégaiement et son lot quotidien de sentences et préjugés.

Que pensez-vous apporter aux personnes bègues ?

La Fontaine écrivait: « Qui mieux

que vous sait vos besoins? Apprendre à se connaître est le premier des soins. » Et il me semble que ses propos ne sont en rien démodés. Lorsque je rencontre une personne qui bégaie, je suis d'abord guidée par l'écoute et l'aide que je peux lui apporter en réponse à sa demande que nous allons essayer de définir ensemble. Et je suis convaincue que tout ce travail, tout ce parcours est envisageable si la personne qui bégaie parvient à une meilleure connaissance d'elle-même, si elle est capable d'analyser ce qu'elle vit intérieurement et comment elle le vit pour aller vers une meilleure acceptation de soi. Ce que j'espère apporter c'est un « mieux », ce quelque chose qui va faire que le bégaiement occupera au fil du temps de moins en moins de place, même s'il est encore présent et se manifeste, pour retrouver peu à peu du plaisir à l'idée de communiquer.

Et vous-même, vous connaissez-vous mieux

Oui certainement...et chaque jour un peu plus aurais-je envie de dire. Je crois que nos rencontres, nos expériences, nos bonheurs et nos joies, nos douleurs, viennent quotidiennement façonner et polir la perception, l'image ou le sentiment que nous avons de nous-mêmes. On en apprend un peu plus sur soi dès lors qu'on s'attarde sur l'autre, qu'on lui porte de l'intérêt, qu'on communique en somme!

Si vous aviez un conseil à donner, lequel serait-il ?

Le premier qui me viendrait spontanément à l'esprit s'adresserait aux parents: « Agissez le plus rapidement possible, n'attendez pas pour consulter si vous constatez des disfluences dans

la parole de votre tout petit, d'autant plus si ces accidents de parole vous inquiètent et s'ils témoignent d'une lutte ». La prise en charge précoce doit être notre cheval de bataille si nous voulons gagner le combat contre le bégaiement et faire en sorte que de moins en moins d'enfants, d'adolescents et d'adultes poussent la porte de nos cabinets... quand ils en ressentent le courage tant l'épreuve est difficile... Et puisque c'est l'orthophoniste que je suis aussi qui s'exprime, je me permettrai l'audace d'un deuxième conseil, celui-ci adressé à mes collègues parfois frileuses ou trop prudentes face au bégaiement: « N'ayez pas peur, formez vous et vous verrez que le travail à entreprendre auprès des personnes confrontées au bégaiement est riche, riche en relations humaines...et nos compétences ne touchent-elles pas en première intention à la communication? Votre « peur » doit être si petite face à la souffrance de ceux qui bégaient... »

À bon entendeur...

■
Propos recueillis par
Yan-Eric de Frayssinet
pour la Lettre Parole Bégaiement

À la lecture de la lettre no. 56, remarquable, envie de partager un échange père-fils. Merci à tous pour votre travail.

Jean-Baptiste Caillau

Nathan (3 ans et demi)

- Papa, ça sert à quoi de bégayer ?
- Je sais pas. Ça sert à quoi à ton avis ?
- À faire joli.

HISTOIRES PATIENTES**Même pas peur**

Tu es dans la salle d'attente, tu t'appelles Yoni, tu as 20 ans, tu bégais fort et tu as décidé d'entreprendre une thérapie depuis deux mois. Tu as ton i-Pod vissé sur les oreilles parce que cela t'isole et te protège. Pas besoin de croiser, les regards des autres personnes. Mieux : tu ne t'entendras pas dire « bbbbonjour » à ceux qui te saluent. Tu parles avec une intensité de voix inférieure à l'intensité du son de ton iPod et le tour est joué.

Lorsque j'ai dit « oui ? » à l'interphone, tu as répondu « ouais ! », et avec ce mot je suis censée savoir que c'est toi. L'épreuve de l'interphone as-tu dis un jour. Combien d'épreuves pour arriver jusqu'à moi as-tu subies ? Le téléphone vers une orthophoniste qui te renvoie vers moi, mon nom impossible à prononcer sans bloquer, et finalement cet interphone. Mais tu as sonné, tu es venu et tu continues de venir chaque semaine. Parce que tu n'es pas un lâche as-tu dit ? Je mesure dès le premier jour combien cette thérapie constitue un effort sur toi-même.

Tu dis que le bégaiement est ton seul problème dans la vie, cela t'empêche de dire ce que tu penses, mais jamais de faire les démarches de la vie quotidienne. « Il ne manquerait plus que ça », m'avais-tu dit le jour du bilan.

Tu as de la colère en toi, de la colère contre cette parole qui te trahit, qui ne t'appartient pas par moment.

Tu ne souris presque jamais parce que le sourire est une invite pour l'autre à te parler. Et toi, tu ne veux pas qu'on te parle, car tu ne veux pas répondre. Tu vas prendre ton air que tu penses neutre, mais qui peut être décrypté par les autres comme effrayant, lorsque je vais aller te chercher dans la salle d'attente. En moi-même je l'appelle ton regard de méchant, mais tu n'as pas aimé que je le dise en regardant une de tes photos d'identité collée sur un dossier que tu avais posé sur mon bureau. Tu n'as pas aimé non plus que je dise que tu n'avais pas d'humour. Depuis, tu essaies de me faire des blagues étranges et non verbales. Par exemple tu adores lancer les papiers brouillons dans la corbeille à papiers sans jamais la louper, et d'un geste tu me mets au défi d'en faire autant. Évidemment je rate la corbeille à chaque fois, et tu en es toujours très satisfait.

Je sais que lorsque nous allons commencer la séance, tu ne vas pas me regarder du tout et que lorsque je vais te demander de me regarder, tu vas planter tes yeux noirs dans les miens avec l'air de « Je peux très bien le faire si je veux ! » et que tu ne vas pas lâcher mon regard de si tôt. Bataille d'yeux noirs as-tu lancé un jour, ou tu n'as pas pu éviter cette remarque spontanée et toute fluente.

Tu en as marre de ta parole, tu dis que tu ne sais pas parler. Parfois, tu penses que ton bégaiement ne te lâchera jamais, que c'est ton destin d'être bègue. Parfois, tu dis que tu vas le feinter et que tu vas t'en débarrasser. Un jour tu m'as raconté qu'un copain t'a dit que tu bégayais beaucoup en ce moment alors que toi, tu te croyais fluent. Cela t'a blessé, mais tu n'as rien répondu, tu n'as plus parlé d'ailleurs après cela.

Lors d'une séance où nous lisons un texte qui te plaisait beaucoup, j'ai remarqué la voix grave et chaude que tu avais. Je t'ai dit combien ta voix était belle quand tu la laissais aller et tu as eu ce petit rire incrédule. Et puis peu après, tu m'as raconté comment avant de prendre la parole avec des amis tu as commencé par te dire « N'oublions pas que j'ai une très belle voix » et que cela a suffisamment détourné ton attention pour être fluent, toute une conversation. C'était une parenthèse enchantée, as-tu dit.

« Bonjour Yoni », tu me tends la main furtivement sans prononcer le mot redouté, sans un regard...

Nous nous asseyons l'un face à l'autre, tu retires ton iPod distraitemment et tu as l'air de regarder quelque chose sur le bureau.

« Peux-tu me regarder ? Merci, comment vas-tu ? »

Je sens ton regard se fixer sur mes yeux, tu fais un geste de la tête qui veut dire que ça va. Toujours pas une parole prononcée.

Dans tes yeux, il y a une interrogation. Tu te demandes quel est le programme prévu. Un jour où tu étais assez fluent, un bon jour comme tu as dit, tu m'as demandé avec gourmandise, ce que j'avais inventé, pour toi. Tu es touché de ce que je prépare, tu sais me montrer d'un geste ou d'un regard que ça te plaît lorsque je te propose certains jeux, certains textes. Tu es épaté que je te fasse lire de la poésie. Tu ne pensais pas que quelqu'un un jour aimerait t'entendre lire un poème. Tu ne savais pas non plus que tu allais adorer t'écouter en dire.

« Comment va ta parole aujourd'hui ? »

« Mal, comme d'hab »

À nouveau tu fixes le bureau comme si un film y était projeté. Machinalement je regarde aussi.

« Bon Yoni, qu'est-ce qui se passe avec ce bureau,

(Suite page 13)

En réaction à la LPB n° 54, APB Les plus et Les moins.

Il y a déjà un bon moment que j'envisageais à mon tour de témoigner sur mon parcours APB et mon bégaiement.

L'article d'Anne-Marie Simon m'en a donné l'occasion puisque je me suis reconnu et senti concerné par cet article, notamment sur la parité menacée de l'APB, les moments de partage lors des différentes réunions, le site internet apprécié et le fait que l'APB soit au service des personnes bégues.

J'ai commencé à bégayer à l'âge de 6 ans (pas très original !), et 36 ans plus tard j'ai toujours ces satanés bégayages / blocages qui m'empêchent de jouir à la fois d'une certaine liberté et d'un confort de parole....

Pour caractériser mon ressenti aujourd'hui face au bégaiement et en reprenant les propos de Marie-Noëlle

Guillouzuic dans LPB 54 « je ne sens plus cette chape de plomb autour du bégaiement », je dirais que dans mon cas la chape existe toujours, mais qu'elle s'est sensiblement allégée.

J'ai connu l'APB il y a une bonne dizaine d'années, par son site internet dans lequel j'ai trouvé une description du bégaiement qui m'a plu, ainsi que l'idée de la parité Thérapeute / Personne bègue. J'ai donc rapidement participé à des réunions en Rhône-Alpes, durant lesquelles j'ai découvert un espace de parole agréable et humainement enrichissant.

Je voulais également témoigner sur les éléments qui sont pour moi des points de repère et qui m'ont apporté des bases de réflexions :

- Les espaces de parole lors réunions régionales
- Les Lettres Parole Bégaiement,

riches en témoignages, qu'il m'arrive de relire de temps en temps

- Le livre : Le bégaiement La Parole Désorchestrée
- Le colloque 2009

Pour finir, je dirais que je suis vraiment convaincu que le simple fait de parler de son bégaiement est libérateur, car cette démarche permet une dédramatisation.

Mais bon, pour cela, encore faut-il entreprendre la démarche paradoxale de venir parler de son bégaiement... C'est d'ailleurs la raison, me semble-t-il, pour laquelle les réunions régionales n'ont pas toujours le succès qu'elles méritent, car il n'est pas facile d'écouter, voir d'exposer son ressenti face au bégaiement. J'espère donc que les fondamentaux de l'APB (parité, diffusion de l'information, réunions régionales entre autres) vont perdurer afin de continuer à faire tomber les tabous qui gravitent autour du bégaiement.

■
Christophe

Département de l'Ain

Du syndrome de l'accent étranger ou la curieuse aventure de Sarah Colwill

Au début Sarah Colwin trouvait cela amusant. À la suite d'une série de migraines, cette Anglaise s'était mise à parler avec l'accent chinois : les inflexions de son sud-ouest natal avaient disparu. Mais, un mois plus tard, elle trouve que la plaisanterie a assez duré. « Je ne suis jamais allée en Chine. C'est très énervant, et je voudrais retrouver ma voix d'avant », rapporte cette coordonnatrice de projets informatiques, âgée de 35 ans.

Le trouble dont souffre Sarah Colwin est l'un des 60 cas répertoriés de syndrome de l'accent étranger (SAF), affection peu commune liée à des dégâts subis par la région du cerveau qui contrôle les fonctions du langage. Souvent effet secondaire de graves traumatismes cérébraux, le SAF peut aussi être déclenché par une maladie psychiatrique.

Certains patients finissent par retrouver leur accent d'origine, soit

spontanément, soit après des séances intensives d'orthophonie. Mais, pour d'autres, le changement est définitif. Sarah Colwin n'est pas la seule à trouver que le phénomène est difficile à supporter. Après un accident vasculaire cérébral, en 1999, Wendy Hasnip, du Yorkshire, a commencé à s'exprimer avec un accent français. « Je n'ai rien contre les Français, assure-t-elle, mais ça ne renforce pas ma crédibilité aux yeux de mes trois fils ».

« C'est au niveau de l'oreille que ça se passe », explique le Pr Sophie Scott, de l'institut des neurosciences cognitives du University College de Londres. « Le langage peut subir des altérations en terme de tempo, d'intonation, de placement de la langue, si bien que l'on a l'impression d'un accent étranger. » Le fait que l'accent ne soit pas authentique n'allège en rien le malheur de ceux qui en souffrent. Sarah Colwin se plaint que ses amis

lui raccrochent au nez quand elle leur téléphone, persuadés qu'il s'agit d'un canular.

Le Pr Scott se souvient de Kathn de Stafford, dans les Midlands qui avaient pris l'habitude de ne jamais sortir sans un papier indiquant comment une angéite cérébrale lui avait donné un accent d'Europe de l'Est. « Elle en a eu assez que les gens lui expliquent comment prendre le bus, raconte-t-elle.

La voix est un élément essentiel de notre personnalité et de notre intégration dans le monde qui nous entoure. Parfois, cela peut être aussi dur d'être atteint du SAF que d'une maladie qui vous priverait totalement de l'usage de la parole.

■
Amélie Hill,

The Guardian, Londres
(extrait de Courrier international)

Quelques impressions de la pré-JMB parisienne

Du côté des supporters : 10-10-10 !

Une belle date pour courir 20 km à Paris !

9h : Coureurs et supporters se retrouvent rue Letellier, sous un soleil matinal, arborant les T-shirts de l'APB.

Départ pour le Champ de Mars tout proche.

9h30 : Les participants à la course arrivent de toutes parts, la foule se densifie. Le panneau APB est déroulé bien en vue des tribunes officielles et des reporters.

10h : Nos coureurs, Roselyne et son conjoint, Élisabeth, Olivier et Catherine, prennent le départ au milieu d'une impressionnante cohorte de 22 000 personnes qui remonte l'avenue d'Iena. La vue est impressionnante.

Harry et Laurent sont partis de leur côté et nous retrouveront après la course.

11h30 : Laurent, qui courait avec les pompiers de Paris, arrive incognito ! (nous ne l'avons pas vu passer).

12h : Les supporters du Self-help nous rejoignent. Arrivée triomphale de nos coureurs, à peine essoufflés et pleins d'entrain !

13h : Nous nous rendons, par les quais ensoleillés, au buffet copieux et reconstituant qui nous attend, compo-

sé de diverses spécialités régionales. Séances photos avec les médaillés d'or !

Félicitations à tous ceux qui ont participé à cet événement. Pour ma part, je suis très motivée pour être à nouveau supporter l'année prochaine !

■
Marie-Ève Dumas

Du côté des coureurs : *Les coureurs ont mal aux papattes.*

Et oui, le 10/10/10, nous étions quelques uns à être prêts à 10 heures pour courir les 20 km de Paris. Ce fut une très belle course suivie d'un brunch très sympathique avec la participation chaleureuse de membres des différents self-help venus de toute la France pour nous encourager - merci à eux.

La parité au cœur de notre association nous amène à vous faire part de notre vécu commun : que l'on soit personne bègue, conjoint (merci au conjoint de Roselyne) ou thérapeute, nous avons tous eu mal aux papattes...

En dehors de son côté gentiment affectif, ce terme de "papatte" m'évoque mon premier passage à la radio – quelques minutes aux Grosses Têtes à l'occasion de la JMB et de la sortie du livre "*Le bégaiement, la parole désor-*

chestrée". J'expliquai, portée par ma foi de militante APB, que l'on ne bégayait pas en parlant avec des animaux quand Philippe Bouvard m'a interrompue en disant "*Ah bon, mais pourtant on dit bien à son chien « donne-moi la papatte »*". Peut-être que, courant dans la catégorie vétéran, je développe un début de nostalgie d'ancien combattant, mais je dois dire que je garde une petite pensée émue pour cette répartie finalement toute en délicatesse de la part de Philippe Bouvard.

Sinon, nous avons tous été également soumis au même régime alimentaire : une semaine à manger des pâtes. Alors maintenant, ras le bol des pâpâtes... À l'année prochaine pour la suite de l'entraînement !

■
Élisabeth Vincent

Les membres féminins de l'équipe se sont plaints de la coupe non seyante des tee-shirts. Catherine a eu l'impression d'être en tenue pour "aller repeindre son cabinet"...

*La version avec photos est disponible sur le site de l'APB :
www.begaiement.org*

Complices du Self Help

Je me rappelle de la première fois où Cécile m'a parlé du self help, je l'ai écouté impressionné, me demandant ce que j'allais faire et découvrir. Puis, je me suis lancée et lorsque je me suis retrouvée seule face aux personnes présentes, j'étais étonnée, timide, stressée.

Je me suis assise et je suis restée muette à écouter les autres, n'osant pas ouvrir la bouche. Ils m'ont aidé à sortir de ce mutisme en faisant attention à moi, ils m'ont écouté à mon tour.

Et depuis, j'aime me retrouver avec les personnes que je connais et que j'apprécie et même celles où ceux qui viennent pour la première fois.

Parler de ses problèmes et même plaisanter sur le bégaiement est un atout pour chaque bégue, cela produit une désensibilisation du problème.

Puis, il ya eu la proposition de ces pièces de théâtre qui m'ont à la fois, terrorisé et enthousiasmé.

Notre première pièce de théâtre à Toulouse, dans laquelle je jouais le rôle d'une orthophoniste spécialisée dans le traitement des non-bègues, Madame de la CAUSETTE, a été une agréable surprise pour moi par le fait que les personnes ont vraiment apprécié notre prestation.

Aussi, c'est avec plaisir que je suis retournée au self-help. Il m'a ouvert la porte aux autres sans avoir honte de mon bégaiement. Pouvoir parler en bégayant sans être interrompue, sans être pressée par le temps par ce que les mots bloquent.

Malgré la peur et le stress présents à la première pièce, lorsque l'on m'a proposé de rejouer une nouvelle pièce à Paris, j'ai tout de suite dit « oui ».

Ces deux pièces ont à chaque fois été une remise en question de ma personne, je ne pensais pas y arriver.

Toutefois, la seconde pièce a été plus dure pour moi, car j'ai été obligée de me mettre plus en avant à cause de mon rôle, Madame ORATOR, et de mon jeu de scène (surtout lorsque je me mets à genou devant lui et je lui dis « Chéri, tu veux bien me pardonner »).

Je suis déçue de ne pas pouvoir assister à chaque réunion de self help, car chacune d'entre elles sont différentes et au reçu du mail d'Alain, relatant ce qui s'y est passé, je me dis que j'ai raté quelque chose.

■
**Madame de la Causette et
Madame Orator**

Sept ans que le self-help Paris existe, que de chemin parcouru depuis !

Lors d'une réunion des délégués APB Ile de France en 2003, il a été décidé de créer un self help sans but précis si ce n'est de permettre aux personnes bègues, de se voir et construire des projets en commun.

C'est ainsi que Diana CHAPPET, mère d'un enfant bégue, et Alain PAUTE, tout deux délégués de l'APB en Ile de France, ont fondé ce groupe d'entraide. Le lieu de la réunion : maison des associations de Paris dans le 13e

Au fil des réunions, un certain nombre de règles se sont imposées naturellement : le respect de la parole de l'Autre, la gratuité, l'acceptation de toute méthode thérapeutique préconisée, l'écoute attentive des uns et des autres, que chacun vienne avec des encas ou des boissons pour la convivialité et le partage, etc.

Le contenu des réunions est variable. L'ordre du jour est défini lors de

la réunion précédente ; parfois, il nous arrive d'oublier de le respecter. Des thèmes portant sur le bégaiement, les ré-éducations, les expériences quotidiennes vécues en situation de parole, les ressentis sont régulièrement débattus.

Certaines activités sont également proposées : cours de chant, de théâtre, de danse, des sorties restos. Nous proposons également des exercices de respiration et de mise en situation. Tout cela créé des liens et montre l'aspect thérapeutique.

Depuis sa créa-

tion, de nombreuses personnes bègues ont assisté à nos réunions. Certaines

sont assidues, d'autres viennent irrégulièrement, quelques-unes sont venues une seule fois. Mais toutes sont informées par la boucle mail de nos rendez-vous et de nos activités.

Le nombre de participants est toujours variable de 4 à plus de 12 personnes.

Un fait marquant du self help est l'écriture d'une 1re pièce de théâtre en 2005/2006. Nous l'avons joué à l'occasion du colloque de l'APB tenu en 2006 à Toulouse. Le succès fut immédiat et nous avons été encouragés à écrire et à jouer une 2e pièce en 2008.

De nombreuses personnes ont participé à son écriture, mais très peu de volontaires pour la jouer. Ce fut une grande et incroyable aventure humaine.

Des intervenants extérieurs assistent de temps en temps à nos réunions. Ce fut le cas de Yann GOVEN acteur du film « Le serment », de la responsable du self-help de Göteborg (Suède) avec un thérapeute, d'un participant du self-help de Rome, ou en encore d'un professeur de théâtre.

Par ailleurs, nous avons envoyé une invitation à Francis Perrin. Il n'a pas souhaité nous répondre. Enfin, la première réunion inter self-help, a eu lieu le 09 octobre 2010 à Paris.

Concernant l'audiovisuel, un reportage sur le self-help Paris a été diffusé sur France 5 dans l'émission « *Allo Docteur* » début 2010, huit personnes bègues ont osé y participer, six ont été filmées. Une heure trente de tournage pour une minute de passage à l'antenne, c'est peu, mais heureusement ils ont conservé l'essentiel : la convivialité, l'effet thérapeutique.

Nous avons également animé la 13e Journée Mondiale du Bégaiement Ile de France avec la thématique « Le self-help vient vous parler du bégaiement »

Pour l'avenir, nous avons des envies et des projets : sortir la personne bègue de son isolement et lui permettre d'évoluer en groupe, conserver notre esprit de création, de liberté et d'échange, nous faire connaître, aller au-delà du possible...

■
Le self-help de Paris

le SELF HELP de ST ÉTIENNE une histoire à poursuivre...

Il y a déjà 14 ans, à l'issue d'une soirée organisée par l'APB, des personnes qui bégaièrent ont désiré se retrouver – rien qu'entre elles, sans le regard de thérapeute ou de parents ou amis. Une grande première un peu farfelue (peut-être pour certains au départ)... !

Malgré de nos personnalités très différentes germaient l'idée bizarre d'avoir beaucoup de choses à nous dire et de défricher ensemble un chemin plein d'embûches pour démystifier le bégaiement..

Envie, besoin de partager, simplement chacun son vécu sans être jugé ou dénaturé, de libérer cette parole parasitée, étouffée, raillée, bloquée, anéantie qui vous revient...comme un boomerang.

Besoin d'exprimer son désarroi, sa souffrance, d'être écouté, de se retrouver avec nos semblables.

Envie de ne plus se sentir seul, isolé devant son problème, d'être respecté, reconnu en tant que personne.

Mais désir aussi de s'épauler, s'aider les uns les autres, se sentir solidaires, de s'apporter mutuellement..

Et puis (plus obscur), pourquoi pas au sein de ce binôme (super trame essence de l'APB) d'affirmer la parole bègue (vécu, théorie, pratique). En quelque sorte, être partie prenante d'une dynamique... de notre guérison.

Beaucoup de motivations diverses, floues, diffuses, mais surtout la rencontre avec d'autres personnes bégayant comme l'a permis la création du premier groupe de Self Help de St Étienne.

Non ce n'est surtout pas un groupe thérapeutique, mais avant tout une rencontre.

Écoute et respect des uns et des autres, confidentialité absolue en sont les préambules incontournables.

Ah aussi assiduité tacite par respect pour le groupe qui n'est pas une auberge où chacun vient quand il veut..

Par contre personne n'est obligé de parler même si le groupe ne vit, ne

fonctionne que par les apports libres des uns et des autres.

Autre point important tout nouveau venu est invité à assister à une rencontre par des membres du groupe ou lors d'une réunion APB (JMB par exemple)

Si la démarche correspond, une assiduité tacite est demandée par respect (certains viennent de loin) et pour construire un groupe homogène et cohérent non compatible avec une présence en pointillée.

Toutes les règles de fonctionnement (en dehors de grands principes intangibles) sont élaborées par les membres (contenu, durée, rythme).

Ma présentation toute personnelle du SELF HELP de St ETIENNE (42) vous a donné l'envie d'en pousser la porte ? Bien d'autres personnes pourraient dire beaucoup mieux que moi la richesse apportée.

La première rencontre est fixée le SAMEDI 6 NOVEMBRE (sauf contre ordre) au Centre Social de St Etienne Terrenoire. Contactez moi :

Yves PARRA 06 86 62 51 07 ou au 04 77 90 43 62 ou par mail yves.parra@laposte.net.

Si je suis absent merci de laisser un message je vous rappellerai.

■
Yves Parra

DEMOSTHENE 44

Groupe self help de Nantes

SOLIDARITE
ECOUTE SANS JUGEMENT
LIBERTÉ DE PAROLE
FORCE DU GROUPE
-
HALTE À L'ISOLEMENT
ENTRAIDE MUTUELLE
LIBRE PARTICIPATION
PARTAGE DES EXPÉRIENCES

Le groupe de self help de Nantes est né début 2004 dans le cabinet d'orthophonie d'Hélène, lors de la rencontre de quelques personnes concernées par le bégaiement et désireuses de partager leur vécu sans jugement ni tabou, désireuses aussi de rompre l'isolement.

Il s'en suivit une première réunion dans un petit appartement, puis d'autres, une fois par mois, dans une salle privée puis dans une salle annexe d'un bar.

Afin d'obtenir un lieu de rencontre plus adapté, il a été décidé de créer une association. « DEMOSTHENE 44 » voit le jour en juillet 2005. Le bureau se compose de 4 membres.

Cette création a, d'une manière évidente, légitimé l'existence du groupe, qui a connu une reconnaissance de la part des services publics, ce qui a servi à une ouverture sur l'extérieur.

Le groupe de self-help de Nantes est d'abord un lieu d'échanges, de liberté de parole et d'entraide, mais il se veut également tourné vers l'extérieur :

- Ainsi, il participe depuis plusieurs années à la journée mondiale du bégaiement (JMB)

- Il organise des

ateliers théâtre. Création de la pièce « Alice » jouée au colloque APB et à l'occasion de la JMB 2009 (en partenariat avec le groupe de Rennes) et de la pièce « Un enfer de tous les diables » jouée lors de l'échange self-help Rennes/Nantes en juillet 2010.

- Hervé Arnoux « Théâtre de l'improbable », a permis à chacun d'explorer ses propres possibilités grâce à ce formidable outil d'expression verbale et corporelle.

- Il crée des échanges avec le groupe de self-help de Rennes.

- Il a créé un site internet : <http://begaielement44.free.fr>

- Il envisage pour l'année 2011, la mise en place d'un atelier sophrologie.

Chaque rencontre réunit en moyenne 10 à 12 personnes et se passe d'une manière très conviviale. Depuis peu, une boucle mail rappelle la date de la prochaine réunion et suggère une piste de réflexion. Bien sûr rien n'est figé et chacun apporte ses idées ; la rencontre se déroule dans le souci

d'être à l'écoute des participants.

Self help de Nantes

QUELQUES SELF HELPEURS TÉMOIGNENT

J'ai trouvé dans le self-help de Nantes un accueil très chaleureux et curieux de ce que j'étais. Je me suis sentie valorisée et j'ai eu envie très vite de partager en toute sincérité. Mon statut m'a toujours paru poser quelques problèmes : je ne suis pas une personne qui souffre d'un fort bégaiement et même si mon orthophoniste et quelques autres disent que je suis une « bégue masquée » je ne me reconnais pas dans cette étiquette. Mais j'ai souffert de bégaiement dans mon enfance et mon adolescence et ce souvenir douloureux reste présent et me permet de comprendre les personnes du groupe. Je suis aussi une personne qui souffre d'une sorte d'anxiété sociale généralisée : le groupe m'a permis sur ce plan de prendre le courage de sortir de chez moi, d'aller à la

rencontre des autres, d'oser prendre la parole. C'est toujours difficile et l'accueil que je reçois me permet d'apprivoiser petit à petit la part d'inconnu qu'il y a dans toute rencontre avec son semblable. Les âges et les milieux sociaux étant variés au self-help, la rencontre de l'autre nécessite de vraiment sortir de soi : c'est autour du bégaiement et de la souffrance sociale dans son ensemble que l'on se réunit et je trouve, dans ce partage d'un vécu essentiel, un peu plus de force pour affronter le monde.

Anne

Pour moi, le Self-Help, c'est un ensemble de personnes ayant toutes le même problème de bégaiement et souhaitant en parler avec des personnes qui les comprennent. En ce qui me concerne, ce groupe m'a permis de décou-

vrir que d'autres personnes comme moi devaient vivre avec ce désavantage. Elles m'ont permis en parlant de leurs expériences de mieux m'accepter et de dépasser ce handicap en progressant, c'est-à-dire à faire des choses que je me serai interdites avant. De plus ceux que je vois une fois par mois sont devenus des connaissances avec qui j'aime parler, car c'est un moment de convivialité.

Pour conclure, le Self-Help m'a beaucoup apporté et a fait que je suis arrivé là où je suis.

Gwénaël

Avec les initiales du mot SH, on a quasiment tout dit. Cependant, pour ne pas que s'essouffle le SH, il faut des projets d'activités et de rencontres, entre SH notamment, pour dynamiser les groupes.

Le SH prend une tout autre dimension, avec des activités telles que le théâtre sur scène et les rencontres entre bègues.

Je précise théâtre sur scène et donc devant un public, car là, s'entendre parler sans bégayer, c'est grisant.

Puisqu'il paraît que les bègues ont de la chance ?

Moi, la seule chance que m'ait donné le BGT, c'est de pouvoir tenter l'aventure du théâtre et des rencontres entre Bègues.

Une représentation de théâtre permet aussi à des bègues de venir d'une façon plus anonyme à la rencontre d'autres bègues

Pour conclure brièvement, comme tout bègue lorsqu'il s'exprime.

Je crois aux vertus du SH, et surtout aux activités qu'on y développe.

Roland Bloyet

Le Self Help ou la fabuleuse alchimie d'un groupe

Au premier abord, tous les ingrédients sont réunis pour faire une mauvaise recette : rencontre de personnes de générations et d'horizons différents sous l'éclairage froid des néons d'une salle de formation, prêtée pour l'occasion.

Mais ce serait sans tenir compte de notre point commun, non pas une passion, mais plutôt une « dé-passion » : le Bégaiement.

Oui, lui que l'on cherche à cacher, que l'on cherche à faire taire, que l'on cherche à ignorer et à oublier.

Lors de chaque rencontre, l'alchimie opère.

Pendant 2 heures, sans ordre du jour, mais avec quelques règles d'échanges simples (que l'on a du mal, quelquefois, à appliquer), nous pouvons prononcer le mot « Bégaiement » sans frémir.

Eh oui, nul besoin de le cacher. Tout le monde sait et, qui plus est, comprend ce que chacun ressent.

Nous faisons, en fait, tout le contraire de ce que nous nous efforçons de faire dans la vie de tous les jours. Nous assumons et nous reconnaissons notre bégaiement ; nous lui faisons de la place.

Chacun peut y exprimer ses échecs, ses victoires, ses doutes ou ses espoirs ou simplement écouter.

Au fil des rencontres, le groupe se construit, la confiance s'installe. Le climat de bienveillance qui s'instaure permet à chacun de trouver sa place, d'être plus à l'aise. Ceux qui se contentaient d'écouter commencent à s'y exprimer et c'est une victoire pour le groupe entier.

Sans pour autant se substituer à des séances d'orthophonie, c'est aussi le lieu privilégié pour s'entraîner et ainsi prendre confiance à s'exprimer ou à lire devant un auditoire.

Et, à la fin de chaque rencontre, je repars avec une sérénité, un poids en moi qui s'est miraculeusement volatilisé. Le bégaiement a pu sortir de sa tanière. Je ne l'ai pas encore apprivoisé, mais je lui ai donné et reconnu toute sa place (à sa juste dimension).

Je sais que pour les jours suivants, mon bégaiement et moi, avons scellé un pacte de non-agression. Peut-être qu'un jour, la paix sera durable ...

Jean Louis Foissotte

Le self help, est pour moi un Lieu Unique, à Nantes cela va de soi...

Lieu Unique où j'ai pu parler de mon bégaiement sans retenue, en totale sécurité et cela a été pour moi une sorte de libération. Ceci étroitement lié à mon début de thérapie et je ne saurais assez remercier Hélène qui m'a embarquée dans cette aventure

Self Help.

Cela a sûrement été le départ de mon cheminement et de l'acceptation de ce bégaiement que je rejetais violemment et qui m'isolait alors de plus en plus.

Auparavant j'avais une très nette tendance à me définir et à agir par rapport à mon bégaiement dans tout ce qu'il peut apporter de dévalorisation. Maintenant cela est tout autre, le bégaiement ne commande plus. J'en suis devenue libre et j'assume complètement ce que je suis.

Lors des rencontres Self Help, chacun parle de son bégaiement à son rythme, se dévoile petit à petit, s'intéresse à l'autre, un climat de confiance et de respect mutuel s'installe. Ce que nous avons d'intimement commun nous rapproche. Nous lâchons prise et le bégaiement devient en nous moins pesant. Chacun est témoin du cheminement de l'autre et de ses doutes.

Par la richesse des rencontres et des réflexions, j'ai posé un regard différent sur le bégaiement : un regard bienveillant vis-à-vis des autres et aussi vis-à-vis de moi-même.

Et puis je ne peux parler du Self Help sans parler du Théâtre. Ce fut vraiment pour moi une expérience incroyable qui m'a permis de comprendre qu'il n'est jamais trop tard, qu'il faut oser, oser aller à la découverte de ses possibilités et des rencontres. OSER : on n'a rien fait de mieux pour se sentir vivant.

Par son ouverture vers l'extérieur, le groupe de self help s'investit lors des JMB et autres rencontres et il m'est important de dire qu'il faut absolument parler du bégaiement sans tabou. En parler autant que possible, afin que les personnes concernées par ce trouble de la communication ne soient plus isolées et ne souffrent plus de la honte, de la frustration et de la solitude.

C'est cet esprit « Self help » qui donne un sens profond à mon engagement pour cette cause.

Françoise Doceul

Lettre à Margot et aux personnes interpellées par son témoignage

La quête éternelle de l'homme : l'unité

Le témoignage de Margot « Hors sujet », paru dans la LPB 53 m'a touché, et suscite en moi le retour suivant.

Tout d'abord, concernant le rêve de pouvoir « parler à n'importe qui, lui dire n'importe quoi, dans n'importe quelle circonstance ». J'ai eu le même. Aujourd'hui, je considère que ce rêve est non seulement illusoire, mais peut-être même néfaste. Personne n'est dans une toute-puissance de la parole. Même les animateurs de TV les plus fluents trébuchent parfois, heureusement pour eux. Ce désir de toute-puissance de la parole est bien

compréhensible chez la personne bègue. Mais la parole n'est pas un acte unilatéral, qui s'impose dans n'importe quelle situation. La parole est le **fruit** d'un échange et d'une situation. Et elle en restera toujours tributaire. J'ai ainsi vu bien des personnes fluides avoir des difficultés de parole dans des circonstances particulières, et même, et surtout, **se taire**. Comme le disent les thérapeutes, le bègue, fort de sa volonté et de son énergie, veut parler malgré le fait que son corps et la situation lui disent « non ». J'ai notamment pris conscience de ce phénomène, un jour, en croisant un collè-

gue au bureau. Je le vois arriver absorbé, presque soucieux, il ne me voit pas. Je m'apprête *tout de même* (bien bègue ce *tout de même*) à lui dire bonjour et je sens une contraction dans mon corps. Mon corps dit « non », la situation dit « non ». Il n'est pas disponible. Et là, j'ai compris. J'ai accepté de rester connecté à mon corps et au corps de l'autre qui n'était pas disponible, et de ne rien dire. J'ai résumé par la suite en la formule suivante : dans la relation, percevoir l'autre, et sentir ce qui passe.

Toutefois, au-delà du phantasme de toute-puissance de la parole, j'entends bien que le rêve de Margot émane aussi d'un désir d'unité et de fluidité dans toute situation. Et dont la fluidité de la parole serait en fait la manifestation d'une fluidité intérieure/extérieure. Ce rêve est bien naturel, et réalisable. C'est une aspiration bien partagée, la quête éternelle de l'homme d'après les Écritures indiennes. En fait, **le percevoir c'est déjà y être**. Même si ce n'est qu'un peu. cf. « Tu ne me chercherais pas si tu ne m'avais déjà trouvé ». Toutefois, réaliser cette unité est le travail d'une vie, à vrai dire. Les sages du shivaïsme du Cachemire définissent l'état de réalisation comme la disparition de toute séparation entre intérieur et extérieur. (L'ego et la névrose indiquant a contrario le niveau de séparation). Il y a bien des pistes pour développer cet état. J'en ai trouvé dans la psychologie (Dynamique émotionnelle d'Étienne Jalenques, Gestalt cf. « Gestalt, l'art du contact » de S. Ginger, Somatic expérience cf. « Réveiller le Tigre – Guérir le trauma » de Peter Levine), ainsi que dans le shivaïsme du Cachemire (cf. mon témoignage dans Les Actes du Colloque 2009).

Plus loin, Margot évoque son combat quotidien : devoir se « battre chaque jour contre les gens qui osent se moquer de moi ». En fait, ce com-

bat avec les autres est déjà souvent l'écho d'un combat avec soi-même. C'est la première chose que mon psychologue Étienne Jalenques m'avait dit : « Tu dois faire la paix avec ton bégaiement ». Et donc l'accepter. « J'accepte de ne pas y arriver ». Ouf ! La dualité avec soi-même est une des sources mêmes du bégaiement (cf. Lee Strasberg au sujet du bégaiement de Marilyn Monroe « Le bégaiement chez elle indique presque toujours une réaction divisée »). Bien sûr, cette acceptation ne se fait pas, la plupart du temps, sans décharge émotionnelle. D'où l'importance d'être accompagnée par un thérapeute (cf. mon témoignage dans « Bégayer : Question de parole, question de vie »).

Pour ce qui est de la moquerie des autres, j'ai pu commencer à lâcher le jour où j'ai perçu : « Je ne peux pas t'empêcher de te moquer de moi, mais je reste avec moi, je tiens bon pour moi ». Je m'aime quand même. Après, au bout d'années de thérapie, j'ai commencé à pouvoir prendre du recul et sourire de mon bégaiement, et découvert l'arme ultime, la libération ultime concernant la moquerie : l'auto-dérision. « Rien ne décourage plus la dérision que l'auto-dérision » comme le dit Philippe Bouvard. Un moqueur te singe en train d'annoncer ? Réaction : « Ah non, tu le fais pas bien, c'est pas "je, je" c'est "je, je, je, je" allez vas-y refais, montre moi comment tu bégayes bien ! ». Il y a aussi la version du camarade Le Huche : « Attention, si, si, si tu m'imites, ça peut t'arriver aussi parce que c'est c'est con-con-tagieux des fois ».

S'agissant des situations de conflit, j'attire l'attention sur le fait de rester bien attentif à soi. Je me méfie des sentiments de vengeance et de guerre, qui secrètent en moi une énergie négative, que je ressens physiquement. En conflit certes, séparé de l'autre oui, mais *coupé* non. C'est de l'ordre de la nuance. Mais cela compte pour moi. J'ai l'intime conviction que l'on partage tous la même conscience. « Séparé mais pas coupé » (encore Étienne). Se couper de l'autre, c'est se couper d'une partie de la conscience, donc de soi. Désolé, Margot, tout cela est peut-être un peu compliqué pour une jeune fille qui passe son bac, mais en même temps, ton article révèle des

points bien saillants de la problématique du bégaiement.

S'agissant de ta réplique au moqueur, tu vas me dire, et si je bégaye en lui disant cela, tout mon effet va partir en fumée ? En principe, quelqu'un qui se défend, s'il reste conscient, a plus d'énergie qu'un agresseur, car il récupère l'énergie de son agresseur. Les arts martiaux asiatiques l'ont prouvé, l'Histoire aussi, les thèses du stratège Clausewitz allaient également dans ce sens. Ainsi, en se défendant, restant bien en contact avec soi, centré sur ce qu'on a à dire (et pas forcément sur la manière dont on va le dire), centré sur ce qui est juste – « Rien n'ébranle la racine du juste », dit le Livre des Proverbes – tu seras aidé par ton inconscient, les mots nécessaires viendront. Même avec quelques bégayages, le message produira son effet.

Dans le même esprit, de s'accepter tel que l'on est et d'accepter le regard de l'autre quel qu'il soit, Étienne, à qui je parlais de ma peur d'être perçu par l'autre comme un monstre, m'avait fait travailler, c'est-à-dire répéter à chaque personne du groupe : « Aussi, monstrueux que tu me vois, je revendique que c'est moi ». Là aussi, cela n'était pas allé sans émotion, mais accompagné d'un bon thérapeute, c'est libérateur.

Quant à la fille qui t'a reproché de simuler. Quel cadeau. Quel aveu de sa part de percevoir que ce bégaiement n'est pas toi, pas ton moi le plus profond.

Un peu dans la même veine, un jour, dans un stage de développement personnel, quelqu'un m'a soupçonné « d'instrumentaliser » mon bégaiement (pour désarçonner l'autre et me mettre dans une position compassionnelle dans la relation ou quelque chose du genre). Peu m'importait l'exactitude ou pas. J'ai rétorqué : « Bien sûr ! », « Et je ne vais pas me gêner. J'ai subi mon bégaiement pendant des années, maintenant je l'utilise pour moi ! »

Bon courage,

■
Thomas Dilan

(Suite de la page 5)

arrête un peu de le fixer et essaye d'entrer en communication avec moi, ne serait-ce que par le regard, parce que là c'est tellement artificiel, notre communication, que je n'arrive pas à démarrer la séance. »

Tu me dis que tu ne sais pas faire, que tu n'as pas les mots, que je te rends fou avec toutes ses phrases qui sortent sans difficulté de ma bouche.

« Si je m'agrafais la bouche, ça se verrait que j'ai un problème et les gens me laisseraient tranquilles. « Dis-tu ».

Tu prends alors mon agrafeuse, et fais un geste comme si tu allais agraffer tes belles lèvres pleines. Tes lèvres que tu n'envisages que bégues. Tes lèvres trop souvent serrées, comme si tu ne voulais pas qu'une seule particule d'air n'entre ni ne sorte de ta bouche.

Tu es un peu gêné, mais fier de toi aussi. Tu te doutes que chaque semaine j'attends, moi aussi tes nouvelles inventions. Tu es très créatif. Chaque fois, quelle imagination pour me signifier que ton bégaiement te pourrait vraiment la vie ! Il y a eu l'analogie de la voiture qui s'emballe et se crashe, le ballon de basket qui rate son panier, la fois où ton col roulé, remontait jusqu'à ta bouche, le bonbon empêcheur de parler, la fermeture éclair qui a coincé tes lèvres, le scotch ... Dans le fond, ça me plaît bien de te voir réagir, de t'entendre ou te voir communiquer quelle que soit la façon, je vois alors ton envie d'échanger, ton envie de parler, de me signifier que l'autre t'intéresse.

Je te regarde un moment. Là tu te dis que tu as trouvé de quoi m'effrayer. Tu penses sans doute que la violence de ton geste me fera mieux comprendre la violence du bégaiement. Tu ne lâches pas l'agrafeuse, tu appuies un peu.

- Même pas peur, Yoni, te dis-je.

- Désolé réponds-tu en posant l'agrafeuse, Je suis prêt on peut commencer.

- La prochaine fois, prépare toi avant de venir, je préfère.

- Je garde l'agrafeuse, donc.

- Non !

■
Patricia Oksenberg

EN LISANT LA LETTRE 56

Éditorial

Je lis l'éditorial signé Yan-Eric de Frayssinet et ma première réaction est l'incrédulité. Quoi ! À ce point ? Peut-être n'est-ce qu'un mauvais rêve ? Mais non ! Tant d'images effrayantes prouvent que c'est du sérieux. Mais alors, il faut faire quelque chose ! Alerter les autorités et la police et faire sceller pour toujours cette plaque de fonte malencontreusement déplacée. Mais oui ! Sans doute ! Peut-être... et pourquoi pas ? Mais que penser de ce AK47 ? Et qui ce fusil d'assaut menace-t-il ? Et par-dessus tout, Éric de Frayssinet qui êtes-vous ? Vous qui avez questionné nombre de personnes sur ce thème. La dernière en date Sylvie Le Huche, dont l'interview figure dans ce même numéro 56, vous affirme pourtant que les mots n'ont jamais la bonne pointure. D'où il résulte évidemment qu'il n'y a pas de honte à trébucher de la langue ! Mais sans doute ce n'est pas si simple. (À suivre).

Retour du colloque 2001

Comme c'est important Guilhem Prieur est tout à fait imprévu, ce que vous dites de vos réflexions au retour de notre dernier colloque. Cette sorte de gêne, ce sentiment de délivrance dépourvu cependant de la « joie immense attendue », comme si cette phase de bégaiement n'avait été dans votre vie, qu'une histoire idiote passée quasiment sans bruit, aux oubliettes. Vous signalez qu'une personne participant à la table ronde partageait votre sentiment et je pense qu'il est en fait partagé par beaucoup de personnes qui comme vous

se sont remises de leur bégaiement, et qui n'ont plus du tout envie de se pencher sur le désarroi et la souffrance qui accompagne cette dystonie de l'articulation de la parole qu'est à mon avis le bégaiement. Vous dites que vous arrivez au bout du chemin et que vous semblez même apercevoir un virage au loin. Cela laisse entendre que vous allez perdre de vue complètement ce problème du bégaiement. Songez pourtant qu'il concerne quelques centaines de millions de personnes dans le monde. Mon souhait, conformément à ce que vous souhaitiez vous-même pour ce congrès de 2009, est qu'après avoir pris quelques distances, vous reveniez vers nous dans un prochain congrès (en 2012 ou en 2015) pour attester que Oui on peut se remettre complètement du bégaiement. Cela pourrait aider un certain nombre de ceux qui sont persuadés que c'est impossible.

Le traitement du bégaiement vu de ma fenêtre

Que dire de mon parcours d'un demi-siècle ? Un lecteur a écrit au secrétariat de l'APB pour dire que c'était un article très intéressant (merci à lui pour cette agréable appréciation), et qu'il serait bon de faire un dossier sur les données actuelles concernant le bégaiement vu sous l'angle neurologique. J'ai répondu que c'était une bonne idée et qu'Henny Bijleveld était peut-être la bonne personne pour coordonner un tel dossier. Nous manquons de notions théoriques solides sur le bégaiement.

Histoire patiente

« E, E, E... Elle a paniqué grave la dame ».

Réjouissant à plusieurs titres. Mais on pourrait partir de cette histoire pour montrer qu'elle met en évidence plusieurs données importantes concernant le bégaiement. Ça pourrait faire un bel article.

Cheb Farouk est là

« Laissez-moi parler sans vous occuper de ce tort » dit-il en faisant allusion à son bégaiement. On comprend ce souhait, mais Cheb Farouk sait-il qu'on ne peut guère être indifférent face au bégaiement et que cela rend la chose difficile et sans doute inopportune.

Scatman

Bon ! Je ne connaissais pas. J'ai honte. Mais attention Thomas. Méfie-toi de la célébrité soudaine.

En lisant la LPB

Rien à ajouter sinon que j'aimerais bien que cette rubrique donne au lecteur l'envie de réagir.

■
François Le Huche

Bonjour APB Belgique

Le 11 septembre, j'ai été invité à la première journée sur le bégaiement organisée par l'APB Belgique. Créée en juin dernier, la branche belge de l'APB publie son acte de naissance avec l'organisation d'une première journée d'information consacrée au bégaiement. Axée autour du thème « Se jouer du bégaiement, création et action », l'affiche offre l'occasion d'aller à la rencontre de créateurs du bégaiement comme vecteur artistique. Une cinquantaine de personnes étaient présentes.

Au cours de la matinée, j'y ai revu (la première diffusion ayant eu lieu au colloque 2009 à Paris) le documentaire fort bien fait d'Olivier Humez, véritable trésor de souvenirs relatifs au traitement télévisuel de l'information concernant le bégaiement depuis les années 80.

Nous découvrons ensuite « la lecture poétique » d'un texte de Christian Dotremont mis en image par Chantal Maes. L'idée : filmer en gros plan le

texte lu à haute voix. Parfois fluide ou bien hésitante, la caméra nous fait plonger dans les affres du bégaiement. La sensation de disflunce nous est révélée avec beaucoup d'émotion.

Maintenant c'est à mon tour ou j'exprime la relation de création qu'il y a entre l'écriture et la parole, à travers mon roman « Le quatrième automne ».

Pour terminer cette matinée, j'ai revu le film To SPEAK d'Éric Lamens. Je m'étais promis au début de la projection de ne pas sombrer dans l'émotion. Pari perdu.

L'après-midi fut consacrée à la réalisation de deux ateliers. l'un concernant une table ronde autour de la perception du bégaiement et l'autre, nous proposait un parcours personnel dans l'espace d'un atelier théâtre.

La journée, pris fin vers 17 heures autour d'une photo finale immortalisant cet instant précieux.

■
Yan-Eric de Frayssinet

L'APB Belgique a été créée dans le creuset de l'APB France. Elle est fondée sur les mêmes principes: participation et collaboration entre personnes bègues et thérapeutes et personnes intéressées par le bégaiement. Elle poursuit les mêmes objectifs: faire mieux connaître le trouble du bégaiement et faire mieux respecter les personnes bègues.

L'APB Belgique a choisi comme président Mehdi Mekdour, une personne bègue

l'APB Belgique est une organisation multilingue où des personnes d'horizons et de langues divers peuvent venir s'exprimer sur le trouble du bégaiement.

La composition du Ca et les activités à venir peuvent être consultées sur le site bégayer.be"

■
Henny Bijlevel

Le IXe Congrès des personnes qui bégaient ainsi que le Second Congrès latino -Ibérique sur le bégaiement se tiendront les 18, 19, 20 et 21 mai 2011 à Buenos Aires en Argentine.

Si vous souhaitez faire une communication à ce Congrès, veuillez envoyer un résumé de 500 mots maximum, en anglais, à
H Y P E R L I N K
« <mailto:comitescientifico@citargentina2011.com.ar> » avant le 30 novembre 2010.

Pour en savoir plus sur ce Congrès, rendez-vous sur le site HYPERLINK « <http://www.citargentina2011.com.ar> ». Ce sera un Congrès important en raison des situations problématiques qu'ISA doit résoudre. Venez nombreux.

■
Anne Marie Simon

Commandes

	Nombre	Total
Les actes du 5e colloques de l'APB		
Recueil des interventions du 5e colloque de l'APB, - Paris, mars 2009.	Tarif normal 22€	
	Tarif adhérent 20€	
Bégayer ; question de parole, question de vie		
Document inédit en France, ce livre recueille les témoignages de personnes atteintes par un trouble bien méconnu, un tabou : le bégaiement.	Tarif normal 19 €	
	Tarif adhérent 17 €	
<i>Frais de port offerts</i>		Total
Nom :		
Adresse :		
Mail :		

Bulletin d'adhésion APB

Nom :
Prénom :
Adresse :

Code Postal :
Ville :
Pays :
Tél :
Courriel :
Profession :
Tél prof :
Comment avez-vous connu l'APB ?

Souhaite adhérer en tant que :

- Membre actif 31€ (adhésion et LPB*)
- Abonnement LPB* seule 20€
- Adhésion seule 20€
- Membre bienfaiteur 150€
- Faire un don€

Ci-joint mon règlement par :

- Chèque à l'ordre de l'Association Parole Bégaiement—BP 200 11—92340 BOURG LA REINE

Fait le :
Signature :

Pour tout versement un reçu vous sera adressé.

**LPB: Lettre Parole Bégaiement*

Règlement par carte bancaire sur le site de l'APB.

www.begaielement.org

Règlement par chèque/ CCP

à l'ordre de l'Association Parole Bégaiement

BP 200 11

92 340 Bourg la reine.