

Bégaiement et pression temporelle

Anne-Marie Simon

" Le bègue dans ses efforts désespérés pour proférer le premier son est comme un oiseau qui se débat pour se dégager d'une glu tenace (sa glu à lui c'est son monde intérieur) ; et quand enfin il s'en dégage, c'est toujours trop tard. Bien sûr il arrive aussi que la réalité extérieure, tandis que je me débats désespérément, donne l'impression de faire trêve, de consentir à m'attendre ; mais cette réalité qui a fait la grâce de m'attendre ; elle n'a plus aucune fraîcheur ..." Mishima .

Introduction

La continuité de la parole est certainement l'aspect le plus apparent chez une personne qui bégaie pour son interlocuteur. Les différentes formes de bégayages, blocages, répétitions, attaques dures des mots, ruptures de rythme altèrent ce qu'on appelle la fluence.

Ce concept renvoie à l'idée du fluide, de ce qui s'écoule sans heurts. Cela implique non seulement la fluence verbale, c'est à dire une continuité dans la production des mots qui respecte les unités de sens, mais aussi une fluence sémantique, émettre le mot qu'on veut dire et non le mot qu'on croit pouvoir dire, et aussi une fluence pragmatique, c'est à dire trouver l'expression bien ajustée au contexte et à la situation dans laquelle se situe le discours. Cette fluence peut aussi concerner la syntaxe, aptitude à construire des énoncés dont la construction grammaticale et syntaxique est correcte . (Starkweather 1987)

Pourtant une parole habituelle n'est pas un fleuve tranquille : tout un chacun répète des syllabes, des mots, les hâche volontairement ou non, s'arrête au milieu d'une phrase, la laisse inachevée.. et ce n'est pas du bégaiement ! Ce qui diffère tient beaucoup à la perception de ces "disfluences" par la personne qui bégaie, disfluences devenues bégayages en raison de la pression temporelle qu'elle ressent et de sa sensibilité à ces ruptures de la parole qui se sont installées au fil du temps, entraînant avec elles des sentiments de honte, d'infériorité et un affaiblissement de l'affirmation de soi.

Pression temporelle

Comment comprendre qu'une personne bègue ressente de façon si forte la pression de l'interlocuteur pour qu'elle prenne la parole, réponde, intervienne, se présente ? Chacun de nous sait que lorsque quelqu'un nous adresse la parole il attend une réponse, un échange. Un délai trop important (> à 3 secondes) entraîne souvent par le locuteur une reprise de son énoncé si l'interlocuteur n'a pas manifesté sa volonté réflexive ou demandé, d'un geste ou d'un mot qu'on lui laisse du temps. Les temps de parole sont ressentis par chaque participant de l'échange comme normaux, trop longs ou au contraire a minimum. Cette perception s'est beaucoup gauchie chez la personne bègue adulte, entraînant de nombreux comportements de communication altérés comme nous le verrons plus loin .

Que s'est-il donc passé déjà chez le jeune enfant qui a commencé à bégayer parfois dès 2 ans et demi ? (27 % avant 3 ans , 68 % entre 3 et 7 ans. Rustin 1991).

Dans cette période fabuleuse d'acquisition de toutes sortes dans les domaines moteur, linguistique, cognitif et affectif, tout à coup pour 50 % des enfants qui vont bégayer la parole achoppe soudain, se bloque : "Je ne peux pas parler, dit Hugues, 2 ans 2 mois . Les réactions de l'enfant à sa difficulté vont être de multiplier ses efforts pour que les mots sortent en même temps que parents, nounou lui envoient des signaux négatifs, froncement de sourcils, impatience, conseils ou remarques inutiles. Cela renforce chez l'enfant l'idée que ce qu'il fait en butant est mal et déplaît à ses parents : ceux-ci vont assez naturellement finir ses phrases, parler à sa place, dans la meilleure intention le plus souvent .Ils exercent ainsi une pression à la fois pour un "bien parler" et une pression de temps.

Pensons que cette situation peut se conjuguer avec un rythme de vie précipité, un emploi du temps des parents surchargé, un climat de tension familial... L'enfant jeune réagit parfois, mais pas toujours, par des mouvements d'humeur, des colères incompréhensibles ou des chagrins inconsolables, ou encore l'enfant s'abstient peu à peu de parler : enfant trop sage à la maternelle où l'enseignant ne se rendra pas compte de sa difficulté, qui va s'installant si une intervention précoce (Simon 1999) -dans la majorité des cas d'une grande efficacité- ne vient interrompre le processus de chronicisation .

Lors de cette intervention, parmi les nombreuses dispositions composant le conseil parental qui sera proposé aux parents, il leur sera demandé d'accorder une attention sans partage à l'enfant, une baisse de toute sorte de pression du temps qui pourrait s'exercer sur l'enfant : activités trop nombreuses, précipitation des départs à l'école, pendant les repas ...Ce sont souvent des changements difficiles pour des parents qui travaillent tous les deux, avec souvent un enfant puîné en bas âge (facteur déclenchant souvent cité). Est-ce vraiment la baisse du rythme au quotidien, un ralentissement des échanges avec plus de temps de pause, une question à la fois, une attitude active à comprendre ce que veut dire l'enfant plutôt que de le presser à bien parler, qui vont l'aider, ou est-ce au travers des modifications mises en place par les parents que l'enfant se sent reconnu dans sa souffrance actuelle, je ne saurais dire. Un constat clinique peut être fait : les mères en particulier disent après coup avoir vécu une période où elles "ont posé leur valise", gardant en tête l'idée prioritaire que leur enfant ne deviendra pas bègue : toutes les visées éducatives laissent place à une attitude de soins à l'égard de cet enfant ; il leur faut prendre la perspective de leur enfant dans une optique thérapeutique et non plus pédagogique.

Les dispositions recherchées pour l'enfant et relatives au temps touchent directement différents aspects de la communication : aller à un rythme qui suit les représentations mentales d'un petit enfant, des réponses à ses questions qui soient à la mesure de ces dernières et sans le souci de lui "apprendre du langage" ; il s'agit en effet non pas d'un apprentissage, la langue ne s'apprend pas, elle résulte de la mise en marche d'une fonction qui ne s'opère que dans le désir de comprendre et de se faire comprendre, désir d'un partage.

L'enfant grandissant, et s'il bégaye encore vers 6 ou 7 ans, en plus du conseil parental, un contact avec l'enseignant sera nécessaire afin que l'enfant ne se construise pas comme "bègue", par exemple en anticipant des moqueries ou remarques de ses camarades s'il venait à être interrogé, en développant des sentiments négatifs face à une impatience de l'enseignant qu'il présuppose ; la peur de bégayer devient alors le conditionnement même des bégayages. Or l'enseignant peut intervenir, non seulement en faisant accepter les différences de chacun dans sa classe mais très pratiquement en faisant baisser la pression ressentie par l'enfant quand il doit parler, en l'aidant à démarrer ses énoncés de grammaire ou de problème mathématique, sa récitation, voix dans la voix, puis en atténuant sa propre voix à mesure que l'enfant se sent suffisamment en confiance avec sa parole. Ces dispositions proposées par le thérapeute, sont très bien acceptées à l'école où le bégaiement est alors compris non comme un défaut ou un problème psychologique, mais comme le symptôme d'une souffrance à prendre en considération dans la relation avec l'enfant.

Plus tard, le thérapeute demandera à l'adolescent ou au jeune de faire lui-même cette démarche auprès de son professeur de français ou son professeur principal, dans l'idée de le désensibiliser de cette auto-dévalorisation en raison de son bégaiement : accepter d'être vu et entendu comme quelqu'un qui bégaye, mais n'en est pas coupable, qui peut et doit faire accepter (supporter ?) le mieux possible son trouble, susceptible de gêner son interlocuteur, lui-même non responsable de cette difficulté de communication . Cette attitude s'obtient en développant les habiletés sociales de communication, en particulier en sachant résister à la pression temporelle ressentie, qui risque de gommer les propres mouvements intérieurs du sujet et occulter sa capacité à anticiper celles de son interlocuteur. Il s'agit de devenir "un locuteur et interlocuteur meilleur que la moyenne"(Gregory

1991) qui sait écouter, négocier, s'affirmer, renforcer son interlocuteur tout en exerçant un certain contrôle de sa parole pour le confort de celui qui écoute.

Adulte, le travail thérapeutique qui s'adresse à la personne dans sa globalité et va concerner tous les aspects de la communication, s'articulera autour de deux grands objectifs :

- ▶ résister à la pression du temps
- ▶ construire l'objet de référence de l'échange verbal qui ne sera possible que si le premier objectif est atteint ou se met progressivement en place.

1. Résister à la pression du temps, c'est être capable de mettre en place des dispositions "techniques" (fluence, moindres bégayages, souffle phonatoire ...) nécessaires au contrôle de la production de sa parole : ce re-conditionnement neuro-moteur est indispensable pour mettre en place ce qu'il a appris au cours de ses séances thérapeutiques, car ce sont lors des situations de la vie, à l'extérieur du cabinet, où le sujet aura à affronter sa peur de bégayer, ses montées émotionnelles réactivées par des vécus antérieurs traumatisants ou liées comme pour tout un chacun à des moments de stress inévitables que sont les examens, les entretiens d'embauche, les rencontres affectives fortes. Lors de ces situations, posséder ces techniques est un facteur important de réassurance quant à sa capacité de bien communiquer, même avec des passages moins fluents ; cela permet au sujet aussi de ne pas se laisser happer par le désir de l'autre qu'on lui réponde, au détriment de l'élaboration d'un échange réel.

Cette réassurance est aussi inscrite dans une connaissance précise par le patient des mécanismes de la parole et de la communication, de sa propre parole bégayante et de ses conduites liées à son bégaiement, des cognitions qui lui sont associées (Brignone 1996). L'intimité avec tous ces aspects demande du temps mais est nécessaire pour atteindre des modifications durables. Toute cure expresse en matière de bégaiement me semble une tromperie s'il n'existe pas au long cours un suivi, qui permettra au patient de cheminer intérieurement vers plus d'identité à lui-même et quitter une identité bâtie peu à peu par mécanismes de défense pour supporter son trouble et la souffrance qu'il engendre : cette souffrance est le plus souvent exprimée par le patient comme un décalage entre ce qu'il sait qu'il est et l'image de lui-même qu'il croit recevoir d'autrui.

2. L'autre objectif dont le sous-bassement est le développement personnel tel que j'ai essayé de le décrire plus haut, est de comprendre puis de mettre en oeuvre la construction d'un objet d'échange avec autrui :

S Le Huche (1992) le définit ainsi : "Objet immatériel et symbolique qui se construit entre les interlocuteurs dans leur interaction au cours de l'échange verbal. En perpétuelle évolution, il s'élabore des ajustements de pensées et des projections affectives de chacun".

Il faut supposer un certain degré de confiance en sa parole pour ce travail ; nous n'abordons jamais cet aspect d'emblée avec des patients présentant un bégaiement sévère, de même que nous ne les intégrons dans les groupes de paroles pas avant qu'ils puissent s'exprimer sans provoquer de gêne. (Simon 1996).

La peur de bégayer, les anticipations négatives, les sentiments réactionnels, toute la face immergée de l'"iceberg bégaiement" doivent s'être passablement modifiés pour que la réflexion, puis la construction et enfin l'intégration de l'OREV soient à l'ordre du jour thérapeutique, même si cet objectif n'a cessé d'être présent pour le thérapeute.

Il apparaît que la personne qui bégaye s'installe au fil du temps - et le petit enfant dit déjà : "Laisse-moi parler !" - sur un pôle de locuteur sans interlocuteur : celui disparaît ou est évacué de sa conscience : il s'exprime comme s'il était seul dans l'échange, trop occupé à sortir ses mots, évitant de regarder celui à qui il est censé s'adresser pour ne pas voir chez lui le reflet de sa propre gêne. Comment alors l'élaboration du discours pourrait-elle s'appuyer sur le désir de communiquer ? Le

souhait d'en finir vite, de ne pas être interrompu dans la crainte de se bloquer pour reprendre la parole, de livrer la totalité de ce qu'on veut dire sans penser que l'autre peut souhaiter intervenir, approuver, d'un mot ou d'un geste- mais le patient ne le verra pas-, la peur de perdre l'objet dont on parle (brouillage des idées, blanc de l'esprit, sidération de la pensée) autant d'éléments contraires à la mise en oeuvre de l'Orev. La communication ne peut s'établir qu'à condition que le sujet ait le temps -certes très court mais indispensable- de prendre contact avec son ressenti, d'anticiper, en fonction du contexte, de ce qu'il sait de son interlocuteur, comment celui pourra réagir : le jaillissement de la parole alors est communication .

Se donner le temps de ressentir, sans le faux-semblant de sembler réfléchir pour trouver ce temps, attitude fréquente chez la personne qui bégaié, faire les pauses nécessaires aux représentations mentales, images, souvenirs, associations, rêve, implique tout un travail thérapeutique qui, répétons-le, nécessite aussi du temps . Alors seulement un peu du "délire" de chacun peut se partager et donner le sentiment de comprendre ou d'être entendu.

Bibliographie :

Brignone, S. Loffredo, C. Lovero, S. 1996 : Utilisation des thérapies comportementales et cognitives dans la rééducation du bégaiement. Glossa, novembre, 54, 4-21

Le Huche, S. 1992 : L'écoute du sujet bègue : La scénothérapie. Actes des Journées de Toulouse . Isbergues, OrthoEdition.

Rustin, L. 1991 : Parents, Families and the Stuttering Child, Kibworth. Far Communication .

Simon, AM. 1996 : Groupes thérapeutiques pour patients adultes et bègues . in Les bégaiements de A Van Hoot et F Estienne. Paris. Masson.

Simon, AM. 1999 : Paroles de parents . Isbergues . OrthoEdition .

Simon, AM. 2000 : My father stutters. So what ? Communication au 3ème Congrès international de l'International Fluency Association IFA. Nyborg , Danemark, Août 2000 .

Starkweather, W. 1987 : Fluency and Stuttering . Englewoods Cliffs. Prentice Hall .

Paru dans Enfance et Psy N° 13 "Vivre le temps " Erès 2000 « Bégaiement et pression temporelle »