

« Ce que je voudrai que les parents »

Nous avons demandé à des adultes qui bégaièrent ce qui aurait pu les aider à se sentir davantage soutenus durant leur enfance. Voici ce qu'ils ont partagé.

QU'EST-CE QUI EST MOINS AIDANT ?

- **Féliciter la fluidité.**
À la place, valorisez le contenu de leur communication (par exemple : « Waouh, c'était une histoire très drôle ! »).
- **Parler à la place de votre enfant ou en même temps que lui.**
Donnez-lui plutôt le temps et l'espace nécessaires pour dire ses mots lui-même.
- **Lui rappeler d'utiliser une stratégie ou une technique de parole.**
Il y a un temps pour travailler la parole (si c'est souhaité), et ce ne sera sans doute pas le moment durant lequel votre enfant veut communiquer librement, spontanément et avec joie.

COMMENT PUIS-JE SOUTENIR MON ENFANT ?

- Écoutez **ce que votre enfant dit**, et non **comment les mots sortent**.
- Essayez de maintenir un **contact visuel naturel** lorsque votre enfant bégaille.
- Aimez et acceptez votre enfant tel qu'il est, indépendamment de sa façon de parler.
Votre réaction a un impact majeur sur la manière dont l'enfant perçoit son bégaiement et sur son estime de soi.
- Encouragez votre enfant à dire **tout ce qu'il souhaite dire**.
Encouragez l'enfant qui bégaille à ne pas éviter certains mots ni à utiliser des stratégies d'évitement, car cela rend la parole plus difficile et augmente la peur.
- Posez des questions et parlez avec votre enfant du bégaiement.
Cela peut être nouveau pour lui aussi. Cela aide à créer une ouverture afin qu'il se sente en sécurité pour partager ce qu'il ressent.
- Trouvez une **communauté de personnes qui bégaièrent**, afin que votre enfant se sente soutenu et relié à des personnes qui comprennent le bégaiement.
Ces rencontres et activités sont souvent en présentiel, mais aussi en ligne.
- En fin de compte, **écoutez votre enfant**.
Il a des rêves, des idées, des histoires. Appréciez-les et encouragez-le à les partager. La communication est une chose magnifique !

