

Actualités Santé

# Le bégaiement n'est pas une fatalité

Letellier, Sandrine

**Plus de 700.000 Français seraient bègues. Ce trouble moteur de la parole doit bénéficier d'une prise en charge précoce, car il peut être à l'origine d'une profonde souffrance.**

Le bégaiement apparaît le plus souvent dans l'enfance lors de la mise en place du langage. Il touche trois à quatre fois plus les sujets masculins. Certes, dans environ 75 % des cas, les troubles déclarés dans l'enfance ne persisteront pas à l'âge adulte. Mais qu'en est-il pour les autres? Si certaines personnes bègues parviennent à dissimuler leur trouble au prix d'épuisantes stratégies d'évitement, tous conviennent de l'importance d'une prise en charge précoce pour démystifier un handicap social encore mal compris qui peut provoquer le rire, la gêne, voire le rejet.

Un trouble moteur complexe

Répétitions de mots et de syllabes, prolongations de sons, usage fréquent ou inapproprié de mots d'appui comme «bon», «ben» et «en fait» sont autant de manifestations qui peuvent apparaître seules ou se combiner, et faire songer à un problème d'ordre strictement mécanique venant perturber les différentes étapes du langage articulé. À commencer par un excès de tonicité des muscles du larynx, qui se tétanisent et bloquent les sons au niveau des cordes vocales, ou encore des muscles des lèvres qui se contractent et font, semble-t-il, buter les sons comme sur un obstacle. «*Le bégaiement est un trouble où les aspects neurologiques et psychologiques interagissent constamment*», souligne Marie-Pierre Poulat, orthophoniste formée aux thérapies cognitivo-comportementales et spécialisée dans l'aide aux patients souffrant de bégaiement.

» **LIRE AUSSI - FluencyBank, la base de données qui étudie le bégaiement et aide Siri à mieux nous comprendre**

Il ne doit cependant pas être considéré comme une maladie à proprement parler. «*Il faut le définir plutôt comme un trouble moteur de l'écoulement de la parole, produite avec plus d'effort musculaire, et des signes qui s'entendent mais se voient aussi, comme un clignement des paupières ou un regard figé. Il entraîne alors une obsession de la forme du propos au détriment de son intelligibilité chez la personne qui en est atteinte et altère sa communication avec son interlocuteur*», explique le Dr Marie-Claude Monfrais-Pfauwadel, médecin ORL, phoniatre, psychologue et linguiste. Le dernier Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux (DSM-5) établi par l'Association américaine de psychiatrie, le définit comme un trouble de la communication, se présentant uniquement dans une relation duelle. En effet, le bégaiement ne se manifeste généralement pas lorsqu'on parle seul, ni quand on chante ou lorsqu'on joue au théâtre.

Émotions, fragilités et hérédité

L'âge d'apparition du bégaiement se situe généralement entre 2 et 6 ans, avec une prédominance entre 3 et 5 ans. On parle alors de bégaiement développemental, pouvant persister ou non. Mais il peut aussi survenir à l'âge adulte à la suite de traumatismes. «*À ce jour, les causes du bégaiement ne sont pas encore clairement établies même si les recherches, en génétique et en neuro-imagerie, ont permis ces dernières années de faire de grandes avancées dans la compréhension de ce trouble*», affirme Marie Bernard, orthophoniste spécialisée dans la prise en charge du bégaiement. *Plusieurs études ont démontré le rôle d'une composante génétique multiple et l'existence d'un terrain familial propice à sa survenue.*»

L'une d'entre elles, publiée dans le Journal of the American Medical Association (Jama), confirme ce que l'on sait depuis maintenant une vingtaine d'années: les personnes atteintes de bégaiement présentent des altérations

neuronaux dans des régions cérébrales liées au langage et à l'attention. À cette possibilité d'une fragilité constitutionnelle viendrait se greffer d'autres facteurs comme une personnalité anxieuse, perfectionniste, un bilinguisme exigeant l'alternance régulière de deux langues au sein de la même famille, un niveau d'exigence éducative trop élevé ou encore des événements familiaux entraînant des ruptures comme un deuil ou un divorce...

«*On ne naît pas bègue, mais avec une prédisposition*», insiste le Dr Monfrais-Pfauwadel qui se réjouit que la France ait lancé pour la première fois, en 2021, un programme de recherche, baptisé Bénéphidire \* , spécifiquement consacré au bégaiement sur lequel elle travaille depuis plus de 40 ans. «*Grâce à une IRM fonctionnelle, c'est-à-dire réalisée en temps réel, nous pouvons obtenir un bilan clinique très complet et voir comment se font les connexions entre les aires de la parole quand une personne accroche sur un mot, précise le médecin. L'objectif de Bénéphidire est de recueillir un maximum de données afin d'améliorer le diagnostic et la prise en charge de ce symptôme rarement isolé.*»

#### » LIRE AUSSI - Bégaiement: la recherche fait tomber les clichés

Le bégaiement est vécu différemment selon les personnes qu'il touche. Il y a celles, assez rares, qui l'assument complètement au point même d'envisager participer au Concours d'éloquence organisé depuis 3 ans par l'Association Parole Bégaiement (APB) au Théâtre Bobino à Paris . D'autres, en revanche, vivent cette parole empêchée avec des sentiments de frustration, de honte, de culpabilité et d'infériorité. De plus, la souffrance de la personne bègue n'est pas proportionnelle à ses «accidents de parole». Acheter un pain au chocolat au lieu d'une tarte aux fraises parce qu'on pressent une difficulté sur le mot «tarte» ou «fraises», rater un examen ou un entretien d'embauche à trop vouloir dissimuler son bégaiement, devoir attendre qu'une salle se vide pour oser poser une question... Lorsque les moindres faits et gestes de la vie quotidienne s'apparentent à un parcours du combattant jalonné d'astuces plus ou moins convaincantes pour dire ce qu'on a à dire, il devient, dès lors, nécessaire de consulter.

#### Des traitements multiples

La prise en charge du bégaiement dépend de nombreux facteurs, notamment de l'histoire du patient et de son âge. «*Chez le jeune enfant, certains orthophonistes utilisent la méthode Lidcombe, qui vise à rendre sa parole plus fluide grâce à des commentaires adéquats, mais aussi les programmes basés sur le modèle des demandes et des capacités, qui amène les parents à agir sur l'environnement de l'enfant de façon à améliorer la fluence de sa parole. Mais quelle que soit l'option envisagée, la guidance parentale est essentielle pour obtenir de bons résultats*», indique Marie-Pierre Poulat. «*La plasticité cérébrale est constante*, déclare de son côté Marie Bernard. *Cependant, il faut avoir conscience qu'il est plus simple de faire disparaître un bégaiement avant 6 ans grâce à des thérapies adaptées. Plus tard, cela devient plus compliqué et le trouble devra être abordé dans sa dimension complexe, c'est-à-dire corporelle, psychique et relationnelle, ceci pouvant amener à une prise en charge pluridisciplinaire.*»

Les techniques de rééducation pratiquées par les orthophonistes spécialisés restent le premier recours dans la plupart des cas. On les associe fréquemment à des thérapies cognitivo-comportementales afin d'aider les patients à gérer le stress et le malaise qui parfois se développent autour de ce handicap.

Dans le cas d'un bégaiement faisant suite à un événement traumatique, l'approche psychologique, menée par un psychologue ou un psychiatre, peut s'avérer une option complémentaire à envisager. Se rapprocher des associations permet aussi à des patients isolés dans leur souffrance de trouver aide, soutien et conseils avisés. Quid des médicaments? «*Aucun médicament ne guérit le bégaiement, mais ils peuvent parfois être envisagés ponctuellement lorsque le bégaiement est associé à des troubles de l'attention, des attaques de panique ou des tics, tout en sachant qu'ils peuvent entraîner des effets secondaires parfois plus gênants que ces accroc de parole*», avertit le Dr Monfrais-Pfauwadel.

Désormais très mobilisée sur le sujet, la recherche se focalise sur toute une gamme de médicaments agissant à divers niveaux sur le métabolisme de la dopamine, le bégaiement étant associé à un excès de dopamine dans le cerveau. Or, le plus souvent prescrit pour la schizophrénie et les troubles bipolaires, ces médicaments, loin d'être anodins, nécessitent des précautions de prescription avant de les utiliser pour espérer améliorer le flux de parole des personnes bègues. Si cette piste s'avère intéressante, elle nécessite néanmoins d'être confirmée par des études supplémentaires.

«L'écriture et internet m'ont aidé»

*«J'ai commencé à bégayer vers l'âge de 6 ans. Notre médecin de famille disait que cela allait passer. Mais je suis entré dans l'adolescence avec un bégaiement qui ne cessait de s'accroître. Après avoir essayé sans succès l'homéopathie, l'acupuncture et un antipsychotique dont les effets m'abrutissaient, je me suis retrouvé chez un magnétiseur... Pour autant, j'étais toujours bègue à mon entrée dans la vie professionnelle. Terrorisé par l'usage du téléphone, j'arpentais les couloirs pour pouvoir parler avec mes collègues. Lors de réunions, je vivais les tours de table comme un supplice!*

*À 40 ans passés, j'ai consulté une psychologue. J'ai alors pris conscience que je n'étais pas coupable d'être bègue. Puis j'ai découvert internet. J'ai pu discuter sur des forums avec des personnes qui étaient passées par les mêmes peurs et qui expliquaient comment elles s'en étaient sorties. J'ai alors créé mon blog, fait des conférences, écrit deux livres sur le bégaiement et mon premier roman, Troisième jeunesse, paru en 2021 aux éditions Les nouveaux auteurs. Mon bégaiement, aujourd'hui bien atténué, m'a ouvert d'autres horizons.»*

Les diverses manifestations du trouble de la parole

L'examen clinique permet de distinguer un trouble normal de fluidité verbale d'un bégaiement et d'en préciser aussi les spécificités.

### **Des troubles associés**

Beaucoup d'enfants qui bégaiement présentent un déficit attentionnel qui perturbe la relation à l'autre ou des troubles de la motricité, de la coordination ou une dyspraxie. Il n'est pas rare qu'un enfant qui bégaiement ait aussi des difficultés d'apprentissage de la parole ou un retard de langage.

Chez l'adulte, le bégaiement va parfois de pair avec des troubles psychologiques comme les troubles anxieux, les tics, les troubles obsessionnels compulsifs (TOC) ou la phobie sociale.

### **Un symptôme de certaines maladies**

Le bégaiement se manifeste aussi quelquefois dans des maladies neuro-dégénératives comme le syndrome de Gilles de la Tourette qui se caractérise par la présence de tics multiples et notamment vocaux, mais aussi, la maladie de Parkinson et la sclérose en plaques.

### **Une origine neurologique**

Les bégaiements neurologiques concernent ceux acquis et non ceux qui sont développementaux. Autrement dit, ce sont des bégaiements survenus brutalement après l'âge d'acquisition du langage. Ils peuvent être la conséquence d'un accident vasculaire cérébral (AVC), d'un traumatisme crânien ou d'une tumeur et s'associent souvent à une épilepsie.

*\* Le projet **Bénéphidire** est l'un des premiers programmes de recherche français destiné à développer des connaissances scientifiques sur le bégaiement. Piloté par le **laboratoire Praxiling** (Université Paul-Valéry de Montpellier 3 et **CNRS**), impliquant des équipes de **l'Université de Montpellier**, du **CHU Gui de Chauliac** et de **l'Université de Lorraine**. Au total, il regroupe une quarantaine de professionnels (médecins phoniatres, neurologues, neuropsychologues, phonéticiens et linguistes...) spécialisés dans la compréhension du bégaiement. Lancé en 2021 en pleine crise sanitaire, Bénéphidire recherche des personnes entre 18 et 50 ans qui bégaiement ou ont bégayé. Une indemnisation de 80 € est prévue pour les participants. Leur anonymat est strictement garanti.*

[begaielement.begaielements@gmail.com](mailto:begaielement.begaielements@gmail.com) (<mailto:begaielement.begaielements@gmail.com>)

### **Contacts**

APB Association Parole Bégaiement. tel: 01 46 65 36 39

[begaielement.org](http://begaielement.org)

Groupe bégaiement et entraide - Horizons Self-help

[selfhelp-begaielement.fr](http://selfhelp-begaielement.fr)